

# Mon alimentation : *aussi* unique que moi.

J'apprends à travers  
les histoires des anciens

Je me nourris des **produits de la terre**

J'aime les légumes **cueillis à la main**

Je savoure les mets **favoris** de ma famille

Ma **créativité** guide la  
préparation de mes repas

MONALIMENTATION.CA

**Bon pour vous, et à votre goût ! Les diététistes  
vous aident à trouver votre stratégie santé.**

Le Mois de la nutrition est présenté  
par Les diététistes du Canada  
[moisdelanutrition2021.ca](http://moisdelanutrition2021.ca)



Commanditaire officiel  
du Mois de la nutrition 2021  
[monalimentation.ca](http://monalimentation.ca)

LES PRODUCTEURS  
LAITIERS DU CANADA  
CONÇU POUR VOUS  
PAR NOS DIÉTÉTISTES