

Mon alimentation : *aussi unique que moi.*

J'ai toujours des aliments sains
faits maison à portée de main

J'aime boire un latte
pour son **côté nutritif**

Les **protéines** aident
à calmer ma faim

Lorsque mon horaire est chargé,
j'emballe mon déjeuner pour la route

Je choisis des **fruits entiers** pour
profiter de leurs plein bienfaits

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



Commanditaire officiel
du Mois de la nutrition 2021
monalimentation.ca

LES PRODUCTEURS
LAITIERS DU CANADA
CONÇU POUR VOUS
PAR NOS DIÉTÉTISTES