



Affiche mois de la santé mars 2021

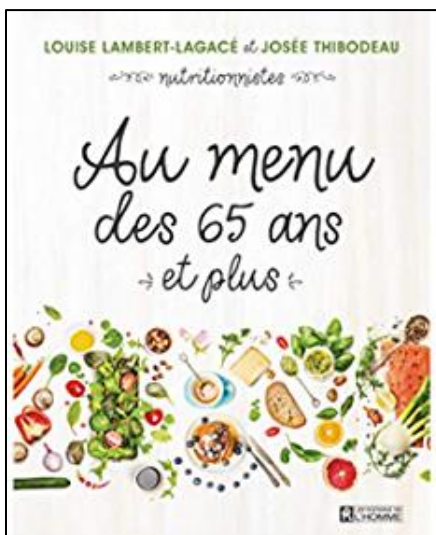
Présentation du nouveau guide alimentaire canadien

Conférence du mardi 2 mars 2021 présentée par la FADOQ Région Bas-Saint-Laurent et la Corporation les loisirs de Rivière-du-Loup

Sources d'information proposées par Denise Chouinard :

Livres :

- **Au menu des 65 ans et +**, Louise Lambert-Lagacé et Josée Thibodeau (nutritionnistes), Les Éditions de l'Homme
(disponible à la bibliothèque de Rivière-du-Loup)



Louise Lambert-Lagacé, site web : <https://www.louise-lambert-lagace.net/>

- **La cuisine de Jean-Philippe** - Ses 100 meilleures recettes véganes, Jean-Philippe Cyr Édition Cardinal (**disponible à la bibliothèque de Rivière-du-Loup**)



Jean-Philippe Cyr :

- Site web <https://www.lacuisinedejeanphilippe.com/>
- YouTube : <https://www.lacuisinedejeanphilippe.com/>

- **Presque végé**, Geneviève O'Glema, nutritionniste, Éditions de l'Homme (**disponible à la bibliothèque de Rivière-du-Loup**)

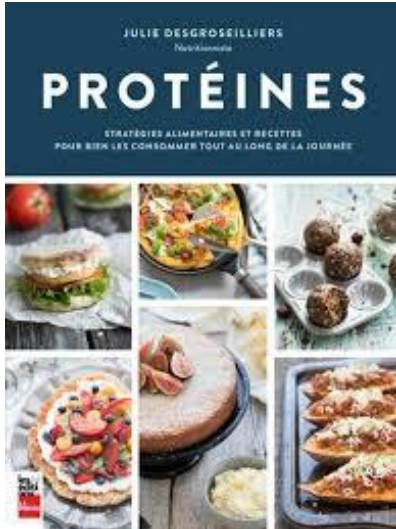


Site Web : <https://ici.radio-canada.ca/mordu/savourer>

Facebook : <https://www.facebook.com/savourermag/>

YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UCZEOetV9Kj0AqT2RtdRJyWA/featured>

- **Protéines – Stratégies alimentaires et recettes pour bien les consommer tout au long de la journée**, Julie Desgroseilliers, nutritionniste, Les éditions La Presse (disponible à la bibliothèque de Rivière-du-Loup)



Site Web : <https://juliedesgroseilliers.com/>

YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UC6DrKbSZEQEUT6j8Es9gG2w>

- **Mieux manger Pour le plaisir et la santé (Guide pratique Protégez-Vous)**



Site Web : <https://www.protegez-vous.ca/boutique/guides-et-hors-series/guide-mieux-manger>

Sites Web :

- **Guide alimentaire Canadien**
<https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/>



- **Stratégie de Santé Canada en matière de saine alimentation**
<https://www.canada.ca/fr/services/sante/campagnes/vision-canada-en-sante/saine-alimentation.html>



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

MENU ▾

- **Moi j'mange Émission à Télé Québec**
<https://cuisinez.telequebec.tv/emissions/7/moi-j-mange>



- **Bernard Lavallée, nutritionniste**

Site web : <https://nutritionnisteurbain.ca/author/nutriti/>

YouTube : <https://www.youtube.com/channel/UC6rZ6JMCehkDMAJAFwUEDsg>



Caroline huard

Site web : <https://loounieculsine.com/>



- **Tou go**

Site web : <https://montougo.ca/>



- Le mois de la nutrition
Site Web : <https://www.dietitians.ca/Advocacy/Nutrition-Month/Nutrition-Month-2021?lang=fr-CA>

