



MARS EST LE MOIS DE LA NUTRITION

S'INSCRIRE AUJOURD'HUI!

*LE COURS ESSENTIEL DE NUTRITION

LES PRIX !
CADEAUX !

- 1 **Éléments fondamentaux**
10 mars 0830-1200
- 2 **Comprendre les étiquettes
nutritionnelles els**
12 mars 0830-1200
- 3 **Planification des repas et gestion du
budget**
24 mars 0830-1200
- 4 **Atelier sur l'alimentation consciente
et la cuisine**
26 mars 0830-1200

*Doit assister à toutes les dates du programme

**Nourrir l'esprit et le corps :
Recettes pour se sentir bien**

Événement GRATUIT

31 mars 1300-1500

Joignez-vous à Paige Miller, diététiste professionnelle,
pour créer de savoureuses recettes qui favorisent la
santé intestinale et améliorent votre humeur.

Profitez d'une présentation dynamique suivie d'une
période de questions pour découvrir comment nourrir
votre intestin peut vous aider à rayonner dans tous les
aspects de votre santé!

*Inscription requise

S'INSCRIRE AUJOURD'HUI!

