

A man with a beard and curly hair, wearing a grey sweater and a red and white striped apron, is smiling and looking at a tablet computer. A young girl with curly hair, wearing a grey sweater, is sitting on his shoulders, also smiling and looking at the tablet. They are in a kitchen with white cabinets and a window in the background showing a lamp and some dishes.

**Decouvrez [LesAliments.ca](https://www.lesaliments.ca)
est la source par
excellence pour :**

De l'information facile à comprendre sur la nutrition, les aliments, la saine alimentation et la prévention des maladies.

Une présentation des diététistes du Canada



DécouvrezLesAliments

DecouvrezLesAliments.ca, c'est :

- Plus de 600 articles fondés sur des données probantes
- Des recettes, des vidéos et des outils interactifs
- Du contenu rédigé et révisé par des diététistes
- Un outil bilingue • Une ressource primée

Qui sont les diététistes?

Les diététistes vont au-delà des modes, mythes et croyances en offrant des conseils fiables qui améliorent réellement la santé et la qualité de vie des gens. Nous collaborons avec nos patients, nos clients et les collectivités afin de leur donner les moyens de bien s'alimenter. En vulgarisant la science de la nutrition en des termes simples, les diététistes révèlent le potentiel des aliments et favorisent l'adoption de saines habitudes de vie par la population canadienne.

Abonnez-vous à notre bulletin électronique pour demeurer au courant des dernières nouvelles sur la nutrition et obtenir des recettes et des conseils sur la saine alimentation. **Visitez le www.decouvrezlesaliments.ca/bulletin.**

