



# Nutri-eSCREEN<sup>MD</sup>

## Questionnaire sur les habitudes alimentaires pour les adultes âgés

[www.nutritionscreen.ca/fr](http://www.nutritionscreen.ca/fr)

- Êtes-vous un adulte âgé de 50 ans et plus?
- Voulez-vous savoir si vos habitudes alimentaires sont saines?

Les diététistes du Canada met à votre disposition un outil en ligne facile à utiliser nommé **Nutri-eSCREEN<sup>MD</sup>**!

### Vos avantages

- Découvrez vos forces actuelles en matière de saine alimentation.
- Obtenez des conseils sur la façon d'améliorer vos habitudes alimentaires.
- Obtenez des liens vers des recettes, des outils et des ressources fiables en matière de nutrition.

Cet outil en ligne a été conçu par des chercheurs en nutrition et des diététistes professionnels avec la contribution d'adultes âgés. Cet outil vise à aider les adultes âgés à avoir une saine alimentation et à rester en santé.



### Comment fonctionne Nutri-eSCREEN<sup>MD</sup>?

1. Consultez la page [www.nutritionscreen.ca/fr](http://www.nutritionscreen.ca/fr).
2. Répondez à 14 courtes questions sur vos habitudes alimentaires. Cela devrait vous prendre moins de 10 minutes.
3. Obtenez vos résultats personnalisés!

### Après avoir complété le questionnaire Nutri-eSCREEN<sup>MD</sup>

- Imprimez le sommaire des résultats de vos habitudes alimentaires.
- Consultez les liens vers des articles fiables sur la nutrition, des outils et des services communautaires.
- Trouver une diététiste dans votre région pour un conseil individuel.
- Essayez de nouvelles recettes.
- Visitez à nouveau **Nutri-eSCREEN<sup>MD</sup>** pour faire le suivi de vos progrès.



# Nutri-eSCREEN<sup>MD</sup>

**Questionnaire sur les habitudes alimentaires pour les adultes âgés**  
[www.sainealimentationontario.ca/escreen](http://www.sainealimentationontario.ca/escreen)

## Vous cherchez une diététiste?

Pour vous-même, votre enfant, un membre de votre famille ou votre organisation?

Parlez à une diététiste professionnelle dans un centre d'appels provincial :

- **En Colombie-Britannique** 8-1-1
- **Au Manitoba** 1-877-830-2892 ou 204-788-8248 à **Winnipeg**
- **À Terre-Neuve** et au **Labrador** 8-1-1
- **En Ontario** 1-866-797-0000



## Communiquer avec [Decouvrezlesaliments.ca](http://Decouvrezlesaliments.ca)

Decouvrezlesaliments.ca est un site Web primé et une source incontournable de conseils sur la nutrition faciles à comprendre, de recettes nutritives, de vidéos et d'outils interactifs pour manger sainement. Ce site vous est offert par Les diététistes du Canada.

Tenez-vous au courant. Inscrivez-vous au bulletin électronique mensuel. Visitez le site [www.decouvrezlesaliments.ca/bulletin](http://www.decouvrezlesaliments.ca/bulletin).

Les diététistes offrent des conseils fiables qui améliorent la qualité de vie des gens sans être influencés par les modes et les artifices. En vulgarisant la science de la nutrition en des termes compréhensibles pour tout le monde, elles révèlent le potentiel des aliments et favorisent l'adoption de saines habitudes de vie par toute la population canadienne tout en répondant aux besoins et aux défis personnels de chacun.



**Les centres de santé et les cabinets de médecin peuvent être en mesure de vous offrir des services de diététiste.**

Trouvez des diététistes en pratique privée  
[www.dietitians.ca/](http://www.dietitians.ca/)

**Trouvez-une-dietetiste.aspx**

Présenté par :



Cet outil en ligne a été élaboré par des chercheurs en nutrition et des diététistes professionnelles avec la concours d'adultes plus âgés. Il est conçu pour aider les personnes âgées à bien manger et à prendre de saines habitudes.

<sup>MD</sup>marque déposée Les diététistes du Canada