

# Branchés santé

MARS 2024

Info-Branchés santé

À LA UNE CE MOIS-CI ...

## Trouvez un équilibre naturel en nutrition

Mois de la nutrition 2024



Branchés santé

### BULLETINS ÉCO-NUTRITION



Coup de cœur

De vos nutritionnistes du CISSS

En mars, quatre nutritionnistes du CISSS vous proposeront des BULLETINS ÉCO-NUTRITION. À raison d'un bulletin par semaine, nos nutritionnistes vous feront part de leur coup de cœur, leurs astuces ainsi qu'une foule d'information pour vous aider à trouver votre équilibre.

En prime, courez la chance de réduire le coût de votre panier d'épicerie grâce à nos tirages. En effet, chaque semaine, des cartes de cadeaux échangeables chez différents marchands d'alimentation seront tirées parmi les gens inscrits aux bulletins ÉCO-NUTRITION. Ne manquez pas votre chance et inscrivez-vous pour recevoir les bulletins en cliquant sur le lien ci-dessous.

Que vous ayez déjà d'excellentes habitudes alimentaires ou que vous souhaitiez les perfectionner, ces bulletins sont pour vous. [Je m'inscris.](#)

### NOUVEAUTÉ: PRIX D'ÉQUIPE GRÂCE À VOTRE GESTIONNAIRE

Afin de faire vivre le thème et les initiatives du mois de la nutrition, nous invitons les gestionnaires à contribuer aux actions de sensibilisation et à encourager leurs équipes à se mettre en action. Les gestionnaires qui auront mis en place au moins une initiative entre le 1<sup>er</sup> et le 31 mars 2024 pourront inscrire leur équipe et ainsi, courir la chance de remporter un panier cadeau rempli de produits locaux d'une valeur de 100 \$.

### CONFÉRENCE VIRTUELLE

LES ALIMENTS MOCHES,  
DONNONS-LEUR UNE CHANCE!



Un projet des AmiEs de la Terre de Québec



Date: Jeudi, 21 mars 2024

Heure: 12 h à 13 h

Diffusion via la plateforme TEAMS. Les gens inscrits recevront le lien de connexion 48 heures avant la conférence. Assurez-vous donc de réserver ce moment dans votre agenda.

Un enregistrement de la conférence sera disponible du 22 mars au 22 avril 2024 inclusivement.

[Inscrivez-vous ici!](#)



[Consultez la page Branchés santé pour tous les détails](#)

[Soyez Branchés santé](#)