

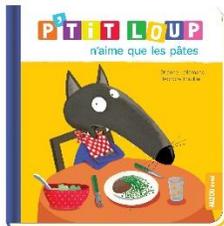
SUGGESTIONS LITTÉRAIRES POUR LE MOIS DE LA NUTRITION

La chenille qui fait des trous, Eric Carle (2-7 ans)



Cette petite chenille passe son temps à manger et au bout d'une semaine, elle est devenue énorme. Mais le papillon qu'elle sera aura toutes les couleurs de ses festins.

P'tit Loup n'aime que les pâtes, Orianne Lallemand (3-8 ans)



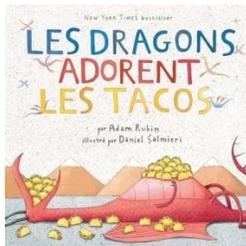
P'tit Loup, comme certains enfants n'aime que les pâtes. Alors quand vient l'heure du dîner, il rouspète beaucoup. Ses parents parviendront-ils à lui faire goûter et aimer d'autres bons aliments du marché ?

Bon appétit mon petit ourson chéri! Alain M. Bergeron (3-7 ans)



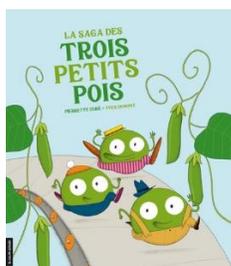
Papa Ours a préparé une lasagne pour le repas du midi. Pourtant, même si Petit Ourson aime beaucoup ce plat, elle rivalisera d'imagination pour ne pas manger. La petite a plus d'un tour dans son sac!

Les Dragons adorent les tacos, Adam Rubin (2-7 ans)



Si vous voulez vous faire des amis dragons cuisinez-leur des tacos! Et comme ils aiment aussi les soirées entre amis, pourquoi ne pas organiser une soirée tacos? Vous trouverez dans ce livre la marche à suivre pour une soirée tacos très réussie et des dragons heureux! Mais prenez garde à faire disparaître toutes les sauces piquantes, sinon...

La saga des trois petits pois, Pierrette Dubé (4-8 ans)



Un documentaire humoristique qui explique aux enfants les différentes étapes de la transformation des fameux petits pois. Les trois frères ont à peine le temps de réagir qu'une immense machine vient les arracher à leur plant...

Regarde ce que tu manges, Scot Ritchie (4-7 ans)



Cinq amis explorent les environs pour découvrir d'où proviennent les aliments. Tout au long de leur parcours à la ferme, à l'épicerie, puis dans la cuisine, ils s'initient aux principales catégories d'aliments, à la façon dont la nourriture est transportée et à la saine alimentation.

Trouver des ressources additionnelles :

<https://www.unlockfood.ca/fr/MoisDeLaNutrition.aspx>



Les ingrédients d'un avenir plus sain

Votre avenir... en meilleure santé! En mars, les diététistes de partout au pays s'unissent pour vous faire découvrir comment ils peuvent vous aider à bâtir un avenir plus sain. De la sécurité alimentaire à la littératie alimentaire et à la souveraineté alimentaire, en passant par les choix alimentaires durables, et la prévention et les soins en nutrition, des diététistes de partout au Canada vous font découvrir le pouvoir des aliments et mettent tout en place pour créer un avenir plus sain. Impliquez-vous! Téléchargez les ressources ci-dessous pour trouver des recettes, des idées d'activités, des suggestions de ressources et des idées de contenu pour vos bulletins, médias sociaux, présentations, articles, médias locaux et plus encore! Des questions? Écrivez à nutritionmonth@dietitians.ca.