



CENTRE D'APPUI
À LA FAMILLE ET À L'ENFANCE

ATELIER-WEBINAIRE

L'alimentation des jeunes enfants

Un atelier à l'intention des parents qui abordera :

- ★ l'importance de l'alimentation saine pour les tout-petits;
- ★ comment utiliser le nouveau Guide alimentaire canadien au quotidien;
- ★ le partage de la responsabilité alimentaire;
- ★ des stratégies pour résoudre les problèmes reliés à l'alimentation.



Le jeudi 12 novembre 2020
de 20 h à 21 h 30

INFORMATION

Atelier en ligne gratuit

Durée : 1 h 30 (incluant une période de questions)

INSCRIPTIONS

Inscription requise en ligne :

cafe-cb.ca/alimentation

Un lien Zoom sera envoyé aux personnes inscrites.



Atelier animé par Claudia Lemay

Claudia Lemay est une diététiste (Dt.P.) passionnée par son travail, qui adore transmettre son savoir en nutrition pour aider les gens à améliorer leur santé en consommant une nourriture saine. Elle aime l'interaction avec le public de tout âge et se spécialise plus particulièrement dans l'alimentation des petits mangeurs difficiles (« picky eaters »).

Son expertise en nutrition clinique lui a beaucoup servi lorsqu'elle a voulu expliquer l'importance des aliments à sa propre fille – et l'a motivée à écrire un livre à l'intention des enfants qui, comme sa fille, préféreraient ne manger que des bonbons! Ce livre a reçu une distinction prestigieuse, le « Mom's Choice Award ». De plus, Claudia a conçu des « recettes sans recette » visant à apprendre aux enfants à cuisiner et à leur donner le goût de manger santé.