

BIEN SE NOURRIR POUR S'ÉPANOUIR

MOIS DE LA NUTRITION 2025

Ce que pensent vos diététistes...



PHYSIOLOGIQUE

Besoins en nutriments

Symptômes et conditions

Capacité

Médicaments et suppléments

Taille corporelle

Âge et sexe

Génétique

Niveau d'activité

Hydratation



MENTAL

Bien-être mental

Capacité

Médicaments et suppléments

Modification du mode de vie



SOCIOCULTUREL

Mode de travail

Famille et mode de vie

Religion et croyances

Compétences culinaires / Littératie alimentaire

Habitudes alimentaires

Culture

Accès / disponibilité des aliments

Budget



ÉMOTIONNEL

Image corporelle

Historique alimentaire

Compétence alimentaire / relation avec la nourriture

Capacité

Motivation au changement

Traumatismes alimentaires passés

Préférences alimentaires / goût



Les diététistes du Canada
Dietitians of Canada