



**Développer le plaisir
de bien manger**



**Chouette,
on mange!**



Se rassembler pour partager
des moments en famille.

Faire confiance à la capacité de notre
enfant à respecter sa faim et sa satiété.



Chouette!
On écoute la faim de notre enfant.

Profiter de toutes les occasions pour
découvrir de nouveaux aliments.



Chouette!
On découvre une variété d'aliments.



Table
québécoise
sur la saine
alimentation