

# SAINES ALIMENTATION

## HIVER 2025



Durée des ateliers : Environ 1 h 30

**HAUTE-CÔTE-NORD**  
(Les Escoumins)

**MANICOUAGAN**  
(Baie-Comeau)

**CANIAPISCAU**  
(Fermont)

**PORT-CARTIER**

**SEPT-ÎLES**

**MINGANIE**  
(Havre-Saint-Pierre)

**BASSE-CÔTE-NORD**  
(Blanc-Sablon)

SEULEMENT EN MODE  
VIRTUEL OFFERT  
PRÉSENTEMENT

SEULEMENT EN MODE  
VIRTUEL OFFERT  
PRÉSENTEMENT

**SAINES ALIMENTATION**  
**Mardi 4 février 2025**  
En présence - 9 h

**SAINES ALIMENTATION**  
**Mardi 25 février 2025**  
En présence - 13 h 30

**SAINES ALIMENTATION**  
**Mercredi 12 mars 2025**  
En présence - 13 h 30

SEULEMENT EN MODE  
VIRTUEL OFFERT  
PRÉSENTEMENT

**SAINES ALIMENTATION**  
**Mercredi 20 mai 2025**  
En présence - 18 h 30

**PLANIFICATION DES REPAS**  
**Mercredi 12 février 2025**  
En présence - 9 h

**PLANIFICATION DES REPAS**  
**Mardi 11 mars 2025**  
En présence - 13 h 30

**PLANIFICATION DES REPAS**  
**Mercredi 19 mars 2025**  
En présence - 13 h 30

**PLANIFICATION DES REPAS**  
**Mercredi 27 mai 2025**  
En présence - 18 h 30



### Mode Virtuel

#### SAINES ALIMENTATION :

MARDI, 11 FÉVRIER À 18H30

MARDI, 6 MAI 2025 à 9 h

#### PLANIFICATION DES REPAS :

MARDI, 25 FÉVRIER À 18H30

MARDI, 13 MAI 2025 à 13 h



Prendre note que pour les ateliers virtuels débutant à 18 h, les inscriptions se terminent à 11 h 30 le jour même. Pour les ateliers de 12 h, les inscriptions se terminent à 16 h la veille.

Centre intégré  
de santé  
et de services sociaux  
de la Côte-Nord

Québec 

Pour plus de détails sur le lieu (en présence) et la thématique, [cliquez ici](#) ou composez le 1 844 407-0967.