

**Modifier son  
alimentation est l'une  
des façons les plus  
efficaces de modifier  
son empreinte  
environnementale.**



**Pour la santé de la planète, privilégiez les protéines végétales!**

**Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Capitale-Nationale**

**Québec**

