



# PARTICIPEZ AU MOUVEMENT!

## **Vous avez envie de participer à l'amélioration de la santé des Québécois et des Québécoises?**

L'équipe NutriQuébec, en partenariat avec le gouvernement du Québec, réalise présentement un grand projet sur la nutrition et la santé. NutriQuébec évalue les habitudes alimentaires, les habitudes de vie et l'état de santé des participant(e)s. Le but de ce projet est d'améliorer la santé des Québécois et Québécoises.

### **QUELLE SERA MON IMPLICATION?**

Vous serez invité(e) à remplir les mêmes questionnaires de base une fois par année (pour une durée de 3 ans jusqu'à un maximum de 25 ans). Ces questionnaires porteront sur votre alimentation, vos habitudes de vie, vos caractéristiques personnelles et votre santé. Le temps nécessaire pour remplir tous les questionnaires de base est d'environ 1h30 et vous aurez 30 jours pour les remplir. Si vous le voulez, vous pourrez aussi remplir des questionnaires complémentaires. Les questionnaires seront remplis sur un site Web hautement sécurisé. Toutes vos données seront conservées de façon confidentielle.

### **QU'EST-CE QUE JE RECEVRAI?**

Chaque année, après avoir rempli vos questionnaires de base, vous recevrez votre bilan alimentaire personnalisé. De plus, un tirage d'un livre relatif à l'alimentation et à la nutrition se fera à tous les deux mois. Tous les participants et participantes seront admissibles aux tirages.



- VOUS ÊTES UN ADULTE ET HABITEZ AU QUÉBEC?
- VOUS AVEZ ACCÈS À INTERNET ET POSSÉDEZ UNE ADRESSE COURRIEL VALIDE?
- VOUS POUVEZ PARTICIPER!

## **INTÉRESSÉ(E)?**

POUR PARTICIPER OU POUR AVOIR PLUS D'INFORMATIONS. VISITEZ LE SITE [WWW.NUTRIQUEBEC.COM](http://WWW.NUTRIQUEBEC.COM)