

Partie 2



Deux personnes sur trois ne consomment pas assez de lait, de yogourt et de fromage chaque jour. Cela signifie qu'elles perdent l'occasion de profiter de jusqu'à 16 nutriments essentiels, dont le calcium pour les os, les protéines pour les muscles ainsi que le zinc et la vitamine B₁₂, qui contribuent au maintien d'une bonne santé. Consommer au moins deux portions chaque jour est un excellent départ pour une vie saine.

Qu'est-ce que vous attendez ? Les produits laitiers : chaque jour, ça commence aujourd'hui.



Découvrez comment profiter de tous
les bienfaits des produits laitiers à
consommezassez.ca