



Looking to make healthier choices?

PSP Health Promotion and CANEX have partnered to help you make informed choices when it comes to food. Look for the *BeneFit* logo on CANEX shelves today!

What did our Health Promotion dietitians look for?

LESS



- saturated and trans fats
- sodium
- sugars
- hydrogenated oils
- artificial sweeteners

MORE



- fibre
- protein
- whole grains
- vegetables and fruit

Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Pour 1/4 tasse (50 g) Per 1/4 cup (50 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories	290
Lipides / Fat 25g	38 %
saturés / Saturated 1g + trans / Trans 0g	5 %
Cholestérol / Cholesterol	0mg
Sodium / Sodium	0mg 0 %
Glucides / Carbohydrates 9g	3 %
Fibres / Fibre 5g	20 %
Sucres / Sugars 2g	
Protéines / Protein	9g
Vitamine A / Vitamin A	0 %
Vitamine C / Vitamin C	0 %
Calcium / Calcium	10 %
Fer / Iron	10 %
INGREDIENTS: ALMONDS	

Foods and beverages flagged with the *BeneFit* logo meet our dietitians' criteria for a healthier choice in its product category. When you want to reach for a snack or treat, let the *BeneFit* program guide you to a better choice.

For more information, contact your Health Promotion team at
306-694-2222 x5519

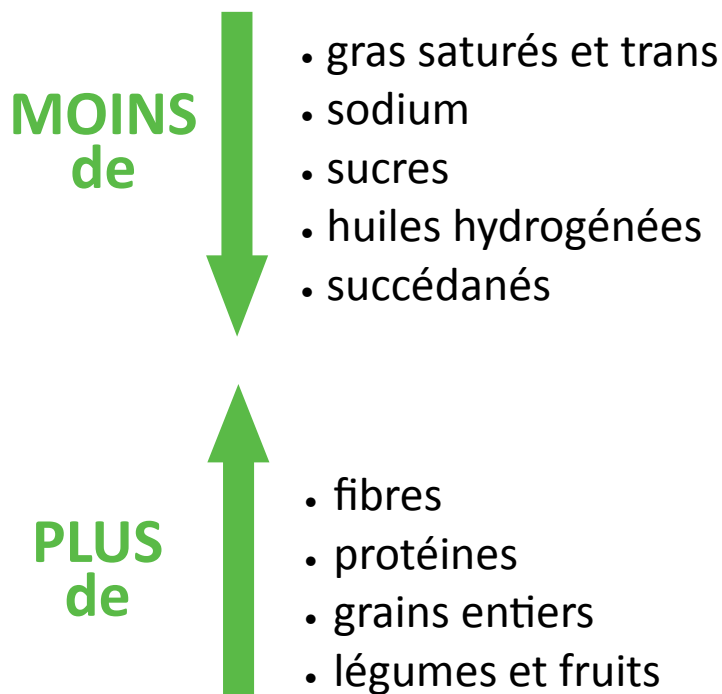
Alimentaction

Choix santé

Cherchez-vous à faire des choix plus sains?

Promo-Santé PSP et CANEX ont collaborés pour vous aider à faire des choix nutritionnels informés. Vous avez simplement à retrouver le logo *Alimentaction* sur les étagères à CANEX dès aujourd'hui!

Qu'est-ce que nos diététiciens en Promo-Santé ont recherchés?



Valeur nutritive	
Nutrition Facts	
Pour 1/4 tasse (50 g) Per 1/4 cup (50 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories	290
Lipides / Fat	25g 38 %
saturés / Saturated	1g 5 %
+ trans / Trans	0g
Cholestérol / Cholesterol	0mg
Sodium / Sodium	0mg 0 %
Glucides / Carbohydrates	9g 3 %
Fibres / Fibre	5g 20 %
Sucres / Sugars	2g
Protéines / Protein	9g
Vitamine A / Vitamin A	0 %
Vitamine C / Vitamin C	0 %
Calcium / Calcium	10 %
Fer / Iron	10 %
INGRÉDIENTS: AMANDES	

Les aliments et les boissons notés avec le logo *Alimentaction* répondent aux critères de nos diététiciens pour un choix plus sain dans sa catégorie de produit. Lorsque vous êtes portés à prendre une collation ou une gâterie, laissez le programme *Alimentaction* vous guider vers un meilleur choix.

Pour plus d'informations, contactez votre équipe Promo-Santé au
306-694-2222 x 5519