



Sujet du forum :

L'optimisation de la nutrition au cours du cycle de vie de l'athlète d'Olympiques spéciaux et l'adoption d'une alimentation saine dans le cadre d'un budget

Olympiques spéciaux Canada organise son premier forum virtuel sur la santé familiale, commandité par Empire (Sobey's), afin de soutenir les athlètes, les familles, les soignants et les bénévoles. Cette présentation portera sur l'optimisation de la nutrition tout au long des étapes de la vie de l'athlète d'Olympiques spéciaux, tout en mettant l'accent sur des stratégies d'alimentation saine tout en respectant les contraintes budgétaires. Ainsi, nous fournirons des conseils pratiques et des solutions pour permettre aux athlètes de bénéficier d'une alimentation adaptée à leur.



Séance no 1 : *(Organisé sous forme virtuelle)* :

le mardi 28 mai à 18 h HNE

(19 h HNA, 17 h HNC, 16 h HNR, 15 h HNP)

Séance no 2 : *(Organisé sous forme virtuelle)* :

le jeudi 30 mai à 21 h HNE

(22 h HNA, 20 h HNC, 19 h HNR, 18 h HNP)

Numériser pour s'inscrire :

[https://specialolympics.jotform.com/
241124107289048](https://specialolympics.jotform.com/241124107289048)



Présentatrice : **Larissa Valentine, diététicienne autorisée**

Larissa est titulaire d'un baccalauréat spécialisé en nutrition et diététique et d'un diplôme en éducation nutritionnelle et en formation pratique du Collège universitaire de Brescia. Elle possède également le titre de diététicienne autorisée depuis 2016. Elle continue de faire du bénévolat auprès d'Olympiques spéciaux Ontario en tant que diététicienne interne, animant des séances sur la nutrition lors des événements Athlètes en santé et organisant des ateliers sur la nutrition pour diverses équipes d'Olympiques spéciaux Ontario. Larissa a travaillé avec des clients souffrant de déficiences intellectuelles et de troubles du développement dans divers groupes d'âge, qu'il s'agisse d'adolescents et de jeunes adultes, autonomes ou encadrés, ou encore de personnes âgées vivant dans des établissements de soins de longue durée. Elle travaille actuellement en soins de courte durée et en réadaptation au Centre régional de santé Southlake et s'engage à fournir aux clients des soins et un soutien nutritionnels fondés sur des données probantes. Elle s'efforce également d'enseigner de façon amusante à promouvoir la nutrition et à améliorer la qualité de vie.