

# Conférence en LSQ

## “DIGESTION et MICROBIOTE” avec Marie-Hélène Boulanger, NDA

- Le rôle de l'intestin
- Savez-vous que 85% des maladies provient de l'intestin?
- Le microbiote est habité par les milliards de microbes importants pour notre santé
- Comment soigner votre microbiote?
- Les probiotiques et les prébiotiques
- Quels sont les bons et les mauvais aliments pour le microbiote?



Mercredi, le 18 février 2026



18h30 à 20h30 sur Zoom



Connexion  
à 18h



### POUR NOUS JOINDRE

15 rue du Sommet, Gatineau  
819-777-6767

adoo@adoo.ca  
www.adoo.ca

adoo.outaouais

