

# Communiqué de presse

*Pour diffusion immédiate*

## Saine alimentation : le CSSS de Trois-Rivières veut donner l'exemple

Trois-Rivières, 20 juillet 2010 – Le CSSS de Trois-Rivières vient d'adopter une politique pour une saine alimentation, en cohérence avec le Plan d'action gouvernemental de promotion des saines habitudes de vie. « Les établissements du réseau de la santé et des services sociaux doivent donner l'exemple et faire figure de modèle à l'égard de la saine alimentation pour le bien-être des patients, des résidents, du personnel et des visiteurs », explique Mario Lessard, directeur des services techniques.

La politique adoptée au CSSS de Trois-Rivières introduit la notion d'aliments quotidiens, c'est-à-dire ayant une valeur nutritive élevée, ainsi que d'aliments d'occasion et d'exception, c'est-à-dire ayant une valeur nutritive faible. Ainsi, les frites ne sont pas bannies à jamais, mais deviennent réservées aux occasions spéciales. Une telle composition de l'environnement alimentaire, en plus de soutenir les individus dans leurs choix, a pour objectif de normaliser la saine alimentation.

Les orientations prises par l'établissement permettront d'offrir des repas et collations santé en portant attention à plusieurs aspects, notamment : privilégier des modes de cuisson utilisant peu ou pas de matières grasses, offrir du poisson au menu au moins deux fois par semaine, offrir une variété de produits céréaliers à grains entiers, réduire l'offre d'aliments et de boissons ayant une teneur élevée en sucre ou en sodium, etc.

Le CSSS va également intégrer les principes de développement durable, par exemple en évitant l'achat de produits suremballés et en favorisant l'achat de produits frais et locaux, mettant ainsi en valeur les aliments régionaux.



*Mario Lessard, directeur des services techniques et  
Isabelle Hébert, chef des services alimentaires*



Chaque semaine, plus de 20 000 repas sont servis aux résidents, aux employés et aux visiteurs. « En CHSLD, les menus élaborés par nos chefs respectent déjà la politique. Cependant, il y a aussi des machines distributrices, des petits dépanneurs dans quelques résidences, de la nourriture servie lors de certaines réunions ou lors d'activités spéciales avec les résidents; bref, manger est une activité importante et la nourriture est présente partout. Nous nous donnons deux ans pour faire le tour de nos pratiques et assurer une offre d'aliments savoureux ayant une valeur nutritive élevée, et ce, dans un contexte agréable », conclut M. Lessard.