

« Ayez la pêche avec les fruits » : le CHU UCL Namur participe à la Semaine des Diététiciens le 16 mars 2016

14 mars 2016

Pour la onzième année consécutive, l'Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française organise la Semaine des Diététiciens. L'occasion y est donnée de communiquer envers le grand public sur les bienfaits d'une alimentation équilibrée et riche en saveurs. Cette année, du 14 au 19 mars 2016, les fruits sont mis à l'honneur.

Mangez et buvez « fruit »

Les fruits (et les légumes) constituent des composants importants d'une alimentation saine et équilibrée.

Les fruits sont une source importante d'eau, de sucre (dont le taux varie d'un fruit à l'autre), de vitamines, d'antioxydants, de minéraux, d'oligo-éléments et de fibres alimentaires. Ils sont par contre pauvres en protéines et en graisses. Il est par ailleurs recommandé de consommer en moyenne 2 portions de fruits par jour pour un Bilan Energétique Total (BET) de 2000 Kcal. Source : Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française.

Une consommation quotidienne de fruits permet de réduire les risques de développer certaines maladies, notamment cardio- et cérébro-vasculaires.

Le CHU UCL Namur participe à la Semaine des Diététiciens le 16 mars

Au CHU UCL Namur, les équipes de diététiciens-nutritionnistes participent à cette action de sensibilisation et seront à la rencontre de la population qui souhaite s'informer sur les apports bénéfiques des fruits.

Le mercredi 16 mars, des stands d'information sur les trois sites hospitaliers de l'institution seront accessibles au grand public :

Site Dinant

Stand présent dans le hall d'accueil
de 9h à 16h30
Rue Saint-Jacques, 501
5500 Dinant

Site Godinne

Stand présent dans le hall d'accueil
de 9h à 16h30 (nouvelle aile)
Avenue Docteur G. Thérasse, 1
5530 Yvoir

Site Sainte-Elisabeth

Stand présent dans le hall d'accueil
de 9h à 16h30
Place Louise Godin, 15
5000 Namur

Outre les conseils des équipes de diététiciens-nutritionnistes prodigués sur place, du matériel didactique établi par l'Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française sera mis à la disposition des personnes. Des dégustations de fruits sous toutes leurs formes seront également organisées.

Des fruits en guise de dessert seront servis aux patients hospitalisés du CHU et dans les restaurants respectifs que fréquentent les patients, les visiteurs et les membres du personnel.

Plus d'informations

Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française : www.lesdieteticiens.be

Laurence Martinet, Diététicienne

Tél. +32 81 72 04 62 - laurence.martinet@cmsenamur.be

Virginie Vanesse, Chef du service Alimentation, sites Dinant et Godinne

Tél. +32 81 42 28 80 - virginie.vanesse@uclouvain.be

Contact presse

Marie Forseille, Chargée de communication, Tél. +32 81 42 48 41 - marie.forseille@uclouvain.be