

Semaine des diététiciens : les 23 et 24 mars, le CHU UCL Namur joue « la fibre diététique »

Pour la douzième année consécutive, l'Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française organise la Semaine des Diététiciens. L'occasion y est donnée de sensibiliser le grand public aux bienfaits d'une alimentation équilibrée et riche en saveurs. Cette année, du 20 au 25 mars 2017, les fibres sont mises à l'honneur.

Les fibres alimentaires, nos alliées santé !

Les fibres constituent des composants importants d'une alimentation saine et équilibrée. Les fibres se retrouvent dans les féculents, les légumes, les légumineuses, les fruits et les oléagineux.

Les fibres alimentaires contribuent à prévenir la constipation et favorisent l'équilibre de la flore intestinale. Source : Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française.

Une consommation quotidienne de fibres joue un rôle dans la prévention des maladies coronariennes. Certaines fibres peuvent abaisser les taux sanguins de cholestérol total et de cholestérol LDL. Les fibres contribuent également à la régulation du poids !

Le CHU UCL Namur participe à la Semaine des Diététiciens le 23 mars et le 24 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 fibres.

Des stands d'information seront accessibles au grand public : le jeudi 23 mars sur les sites de Dinant et Godinne et le vendredi 24 mars sur le site de Sainte-Elisabeth.

Site Dinant (Saint-Vincent)	Site Godinne	Site Sainte-Elisabeth
Stand présent dans le hall d'accueil de 10h à 16h Rue Saint-Jacques, 501 5500 Dinant	Stand présent dans le hall d'accueil de 10h à 16h (nouvelle aile) Avenue Docteur G. Thérasse, 1 5530 Yvoir	Stand présent dans le hall d'accueil de 10h à 16h 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 sous toutes leurs formes seront également organisées.

Plus d'informations : Union Professionnelle des diplômés en Diététique de Langue Française - www.lesdieteticiens.be

	Virginie Vanesse Chef du service Alimentation Sites Dinant et Godinne virginie.vanesse@uclouvain.be +32 (0)81 42 28 80.	Laurence Martinet Diététicienne Site Sainte-Elisabeth laurence.martinet@cmsenamur.be +32 (0)81 72 04 62.	Département Communication Marie De Puyt / Marie Forseille / Benjamin Vallée communication-chu@uclouvain.be +32 (0)81 42 48 40/41/42.
--	--	---	--