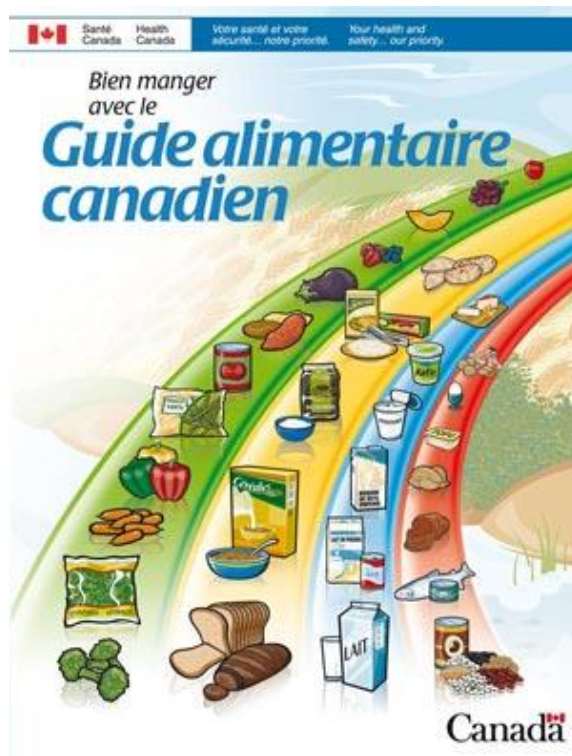


## NOTRE OPINION

### Deux consultations importantes

Depuis le 10 juin dernier, Santé Canada mène de front deux consultations importantes qui interpellent le personnel du Dispensaire et qui devrait en faire de même chez tous les citoyens canadiens. Ces deux consultations, se terminant le 25 juillet prochain, invitent la population canadienne à se prononcer sur le futur contenu du prochain guide alimentaire canadien ainsi que sur le développement de la politique en sécurité alimentaire du gouvernement du Canada.

Redéfinir le contenu du Guide alimentaire canadien, voilà une action de Santé Canada que nous



attendions depuis bien longtemps! Rappelons que le guide actuellement en vigueur a vu le jour il y a maintenant 10 ans! Il était plus que temps qu'il subisse une cure de rajeunissement, qu'il s'adapte à la réalité d'aujourd'hui en matière de saine alimentation, qu'il prenne acte des avancées de la science nutritionnelle et de l'environnement dans lequel chacun de nous évolue.

Déjà, certaines indications laissent entrevoir que les aspects touchant les connaissances et le développement des compétences culinaires, le plaisir de cuisiner ainsi que les bienfaits pour la santé de partager la table en bonne compagnie occuperont une place de choix dans la nouvelle version du guide. Nous nous en réjouissons, car, à notre avis, ces composantes font partie intégrante de la saine alimentation et c'est pourquoi elles sont intégrées dans les

enseignements que nous offrons à notre clientèle, et ce, depuis plusieurs années. Aussi et nous en sommes fort heureux, il serait fortement suggéré d'éviter la surconsommation, voire la consommation de produits et de boissons transformés, bien souvent non indiquée pour une saine alimentation et malheureusement et ô combien utilisée par certains pour se donner bonne conscience vis-à-vis le guide alimentaire actuel ou encore pour véhiculer de mauvaises informations (*non, un verre de jus de fruits ne remplacera jamais un fruit frais: qu'on le dise haut et fort!*).

Autres modifications qui mériteront d'être saluées, si elles se matérialisent : l'abolition de manger des portions mesurées/calculées de chacun des groupes alimentaires et l'importance de miser davantage sur des protéines d'origine végétale (*bien souvent plus abordable que la viande*). Souhaitons aussi que la nouvelle édition du guide explore les valeurs alimentaires de la cuisine issue des différentes communautés ethniques installées au pays.



Photo : Marie Sebire

Lorsque l'exercice sera terminé et que le contenu de la nouvelle mouture du guide sera déterminé, nous émettons le vœu suivant: que sa publication soit arrimée à un plan de communication, de sensibilisation, de formation adapté et s'adressant à toutes les couches de la population ainsi qu'à tous les acteurs jouant un rôle important dans l'alimentation de tout un chacun.

Quant à la consultation portant sur la sécurité alimentaire, il s'agit là aussi d'une opération importante et qui comporte quatre objectifs principaux, dont celui d'améliorer l'accès à des aliments abordables. De notre côté, nous insisterons sur le fait que ces aliments soient de qualité, à saveur locale, qu'ils participent, comme il se doit, à une saine alimentation et soient en corrélation avec les nouveaux messages attendus dans le prochain guide alimentaire.

Le Dispensaire vous invite à participer à ces deux consultations, car ce sont aussi par des démarches sociétales de ce type que la réduction des inégalités en santé pourra se concrétiser.

Guide alimentaire : <http://www.consultationguidealimentaire.ca/>

Sécurité alimentaire : <http://agr.sondages-surveys.ca/s/v2-a-food-policy-for-canada/?l=fr>