ᑲᑎᒪᔨ ᓄᓇᕗᑦ ᐱᖃᓕᓕᒫᑦᓴᖅ
Building Nunavut Together
Nunavuliuqatigiingniq
Bâtir le Nunavut ensemble

Message d’intérêt public

Défi Non aux boissons gazeuses!

Date de début : **1er février 2018**
Date de fin : **28 février 2018**
Iqaluit (Nunavut) **45 s**

En février, encouragez nos élèves en relevant vous aussi le défi Non aux boissons gazeuses! L’objectif est de cesser d’en boire pendant cinq jours. Invitez vos amis et collègues à participer!

Les écoles du Nunavut organisent ce défi tous les hivers pour présenter à leurs élèves des choix alimentaires sains. En effet, les boissons gazeuses, fruitées et énergisantes ainsi que les barbotines (« slush ») contiennent beaucoup de sucre; elles peuvent donc augmenter le risque d’obésité et de diabète. De plus, au contact des bactéries de notre bouche, les sucres et acides qu’elles contiennent favorisent les caries. La meilleure boisson quand on a soif, pour les enfants comme les adultes, c’est l’eau, car c’est un nutriment essentiel.

Au lieu des boissons gazeuses, privilégiez :

- l’eau, votre boisson principale;
- le lait, pour avoir des dents et des os en santé;
- le jus de fruit pur à 100 %, avec modération (une demi-tasse par jour maximum).

Bonne chance! Pour en savoir plus sur le sujet, consultez le site sur les choix santé du gouvernement du Nunavut.

###

Renseignements aux médias
Ron Wassink
Spécialiste des communications
Ministère de la Santé
(867) 975-5710
rwassink@gov.nu.ca

ᐱᖃᓕᒫᑦ ᑐᓴᐅᒃᖢᖅᑎᑕᐅᔪᑦ ᐱᖁᐅᔪᓐᓇᖅᑕᖅᑐᑦ ᐃᓄᒃᑎᑐᖢᓕᐅᑎᒃ, ᖃᒧᑦᓯᓇᑦᑎᑐᑦ, ᐃᓄᐃᖅᓇᖅᑐᖅ ᐅᐃᓱᑎᑐᑦᓯᓗ ᐅᖃᓪᓚᕆ, *www.gov.nu.ca*
News releases are available in Inuktitut, English, Inuinnaqtun and French on *www.gov.nu.ca*.
Tuhaqtaghat ittut Inuktitut, Qablunaatitut, Inuinnaqtun Uiviititullu talvani *www.gov.nu.ca*.
Les communiqués de presse sont disponibles en inuktitut, en anglais, en inuinnaqtun et en français au *www.gov.nu.ca*.

Communications