

CHARTRE NUTRITIONNELLE AU SEIN DU CENTRE DE LA ROSERAIE

Suite à un partenariat entre le Centre de la Roseraie et le projet Nutrition et Migration de l'association Agents de santé, cette charte vise à établir quelques lignes directrices afin de promouvoir des habitudes alimentaires favorables à la santé chez les bénéficiaires, en agissant sur l'environnement du centre de la Roseraie.

1. L'offre de produits sucrés, gras ou snacks salés comme collation diminue graduellement (commencer un jour sur deux, puis tendre progressivement à une fois par semaine).
2. Ces produits peuvent être proposés lors de moments festifs. Le but n'est pas de les interdire, mais de les proposer lors d'occasions spéciales.
3. Chaque jour, un fruit et/ou un légume est mis à disposition en continu. Une portion est prévue par bénéficiaire. Dans cette perspective, une livraison de fruits et/ou légumes locaux/de saison est organisée.
4. Les féculents « nature » et les produits laitiers « nature » peuvent également être proposés comme collation.
5. L'eau est la boisson proposée en continu. Des tisanes, thés, café soluble ou eaux aromatisées peuvent être proposés. Ces boissons sont agréables au goût grâce aux arômes, il n'est donc pas nécessaire d'ajouter du sucre. Toutefois, des sachets sont à disposition. Les jus de fruit et sodas sont évités, car ils ne sont pas désaltérants.
6. Le respect des sensations alimentaires fait partie intégrante d'un comportement alimentaire sain : La faim indique que le corps a besoin d'énergie, et qu'il est nécessaire de manger. À ne pas confondre avec l'envie de manger, et/ou les grignotages.



*Merci pour votre
chaleureuse collaboration*

Établie le 18.01.2021

Pour toute question, s'adresser à Yann Perrin, interlocuteur principal avec Agents de Santé