

UNE BONNE NUTRITION EST...

...nécessaire à la santé et au bien-être et commence avec ce que nous mangeons.

Manger des aliments nutritifs, sûrs, variés et en quantités suffisantes chaque jour nous permet de bien grandir, de rester en bonne santé et de mener une vie active.

Manger, notamment en famille ou entre amis, fait partie des plaisirs de la vie.

POURQUOI EST-CE IMPORTANT?

Les aliments indispensables à une alimentation saine ne sont pas toujours disponibles ou abordables.

Une mauvaise alimentation est l'un des principaux facteurs de risque de handicap et de décès, et alourdit les coûts de santé publique.

La malnutrition touche un tiers de la population mondiale. Elle peut engendrer un cercle vicieux de pauvreté et de problèmes de santé, avec de graves conséquences pour la santé et la productivité des personnes, mais aussi pour la croissance et le développement économique des pays.

À L'ÉCHELLE MONDIALE

La consommation et la demande alimentaires influencent les modes de production, façonnant ainsi les systèmes alimentaires et leurs impacts au niveau environnemental, social et économique.

DES RÉGIMES ALIMENTAIRES SAINS ET DURABLES PEUVENT:

- contribuer à un développement économique plus équitable pour tous;
- réduire la dégradation de l'environnement, notamment celle des terres et de l'eau, la perte de biodiversité et les émissions de gaz à effet de serre responsables du changement climatique.