

# Compte rendu d'Horizon à l'intention de la collectivité

Avril 2019



Le compte rendu suivant a été présenté aux membres de la collectivité à la réunion trimestrielle du Conseil d'administration d'Horizon.

## **Prix de mérite pour la santé communautaire d'Horizon – 2019**

Horizon a eu le plaisir d'annoncer les lauréats de la troisième édition des Prix de mérite pour la santé communautaire (PMSC).

Ces prix visent à reconnaître la contribution de personnes et de groupes qui travaillent à améliorer la santé globale des gens de leur collectivité. Les PMSC s'alignent sur les Évaluations des besoins de la collectivité en matière de santé (EBCS) qui ont été menées au sein d'Horizon afin de cerner les obstacles à l'accès aux soins de santé.

Cette année, 15 groupes ou individus ont reçu un PMSC. Pour la liste complète des lauréats, visitez [nouvelles.horizonnb.ca](http://nouvelles.horizonnb.ca). Les lauréats ont reçu 500 \$ pour leur organisation, un certificat et un trophée en verre. Cette [vidéo](#) dresse le profil des lauréats et peut également être visionnée sur les médias sociaux d'Horizon.

Les lauréats ont été choisis par les comités locaux d'engagement communautaire (CLEC) d'Horizon des régions de Fredericton, Miramichi, Moncton et Saint John. Afin d'éliminer tout parti pris, les comités ont choisi les lauréats de régions autres que la leur, car de nombreux membres des CLEC font partie des organisations nommées ou travaillent étroitement avec elles.

**La Santé publique d'Horizon fait la promotion du nouveau Guide alimentaire canadien**  
Shauna Miller et Melanie Cormier, diététistes en santé publique d'Horizon, ont présenté le nouveau Guide alimentaire canadien et expliqué la façon dont il contribue à améliorer la santé de la population.

Une saine alimentation ne se limite pas aux aliments consommés. Il s'agit aussi de savoir où, quand, pourquoi et comment se nourrir. Le nouveau guide alimentaire privilégie les légumes, les fruits, les protéines végétales, les grains entiers et l'eau comme boisson de choix. Toutefois, les diététistes de Santé Canada et d'Horizon soulignent qu'il est également important d'adopter de bonnes habitudes alimentaires. Cela signifie cuisiner plus souvent, savourer les aliments, manger des repas avec d'autres, lire les étiquettes nutritionnelles, consommer moins d'aliments riches en sodium, en sucre ou en gras saturés, et faire preuve de méfiance envers la commercialisation alimentaire.

Fortes de son expertise, l'équipe dévouée de diététistes d'Horizon sait faire bon usage du nouveau guide alimentaire pour promouvoir des choix de vie positifs, une alimentation saine et l'adoption d'un mode de vie plus sain. Merci d'aider les gens à être en santé!

Le nouveau guide alimentaire est disponible en ligne et comprend une série de ressources. Pour y accéder et pour accéder à des renseignements, à des conseils et à des recettes, entre autres, visitez le site : [Canada.ca/guide-alimentaire](http://Canada.ca/guide-alimentaire).