

COMMUNIQUÉ DE PRESSE
Pour diffusion immédiate

Le nutritionniste urbain, Bernard Lavallée est récompensé par l'ASPQ



Montréal, 12 décembre 2018 – Cette année, l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ) a remis son Prix Distinction Santé Durable 2018, catégorie Médias à Bernard Lavallée. Son travail incessant de promotion d'une alimentation bonne pour notre santé et pour celle de la planète lui a valu cette reconnaissance.

Donner son avis sur l'actualité en nutrition et en alimentation comble ce membre de l'Ordre professionnel des Diététistes du Québec. L'information est partout et informer, c'est une de ses passions. Informer, c'est éclairer; c'est transmettre le savoir; c'est éveiller les consciences et stimuler l'esprit critique.

En 2015, Bernard Lavallée publiait son premier livre, *Sauver la planète une bouchée à la fois*. Aujourd'hui, il s'occupe de la section *Nutrition* du magazine *Ricardo*, collabore à *La Presse* et signe une chronique à l'émission *Les Éclaireurs* à ICI Radio-Canada.

Sa philosophie de l'alimentation est toujours supportée par la science et c'est ce qui guide ses propos. Pour lui, une saine alimentation procure du plaisir, est bonne pour les humains et pour la planète et est en majorité constituée d'aliments végétaux et non transformés. L'alimentation durable, l'agriculture urbaine, le marketing alimentaire, l'environnement et les comportements alimentaires l'enthousiasment. Il déteste parler de calories et de perte de poids. Il se tient loin des discours culpabilisants et nous rappelle que « Le pouvoir est dans notre fourchette. »

À propos de l'Association pour la santé publique du Québec (ASPQ)

L'ASPQ regroupe citoyens et partenaires pour faire de la santé durable, par la prévention, une priorité. L'ASPQ soutient le développement social et économique par la promotion d'une conception durable de la santé et du bien-être. La santé durable s'appuie sur une vision à long terme qui, tout en fournissant des soins à tous, s'assure aussi de les garder en santé par la prévention. www.aspq.org.

– 30 –

Source :

Jean Alexandre
Responsable des communications et de la collecte de fonds,
Association pour la santé publique du Québec
Téléphone : 514 528-5811, poste 261
Cellulaire : 514-442-7119 - Courriel : jalexandre@aspq.org