ᑲᑐᑎᓗᒍ ᓄᓇᕗᑦ ᐱᕈᖅᐸᓕᐊᑎᓪᓗᒍ
Building Nunavut Together
Nunavuliuqatigiingniq
Bâtir le Nunavut ensemble

Message d’intérêt public

Une saine alimentation pour un sourire éclatant

Date de début : 21 mars 2016
Date de fin : 30 mars 2016
Ensemble du Nunavut **45 s**

Mars est le Mois de la nutrition. Il vient nous rappeler le rôle primordial que joue la nutrition dans notre santé en général, y compris la santé buccodentaire.

Une saine alimentation favorise un sourire éclatant et des dents en santé. Suivez les conseils suivants pour prévenir la carie dentaire et les maladies des gencives :

- Brossez-vous les dents et passez la soie dentaire au moins une fois par jour, avant d’aller au lit.
- Chaque brossage de dents doit durer au moins deux minutes.
- Buvez principalement de l’eau. Les aliments sucrés comme les jus, les boissons gazeuses et les friandises sont néfastes pour les dents.
- Les aliments prélevés dans la nature, le fromage, les légumes et les fruits sont des aliments sains moins susceptibles de causer la carie dentaire.

Le Mois de la santé buccodentaire approche à grands pas : n’oubliez pas de discuter avec votre coordonnateur de la santé buccodentaire ou votre représentant en santé communautaire des activités et des concours à venir en avril!

Pour en savoir plus, abonnez-vous à la page Facebook du gouvernement du Nunavut.

###

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

ᐱᕙᓪᓕᐊᔪᑦ ᑐᓴᒐᒃᓴᙳᖅᑎᑕᐅᔪᑦ ᐱᔭᐅᔪᓐᓇᖅᑕᖅᑐᑦ ᐃᓄᒃᑎᑑᖓᓗᑎᒃ, ᖃᓪᓗᓈᑎᑐᑦ, ᐃᓄᐃᓐᓇᖅᑐᓐ ᐅᐃᕖᑎᑐᓪᓗ ᐅᕙᓂ, *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