



**SALT-FREE
AWARENESS WEEK**

March 28th to April 3rd, 2019

WHEREAS, Be Great Salt-Free (BGS) invites Ottawa to become involved in 'Salt-free Awareness Week' every year to practice salt-free cooking and dining; and

WHEREAS, March is Kidney Month and BGS raises awareness for the restrictive salt-free diet essential for wellness by encouraging restaurants and the professional food services to become supportive and offer flavour without salt options on menus; and

WHEREAS, Ottawa citizens will be encouraged through media and social media to challenge each other to learn more about, ask for, and practice salt-free dining; and

WHEREAS, we as Canadians with civic pride in our city are to be the role leaders in support of health, wellness, and social responsibility of all towards salt;

THEREFORE, I, Jim Watson, Mayor of the City of Ottawa, do hereby proclaim **March 28th to April 3rd, 2019 Salt-free Awareness Week** in Ottawa.

**SEMAINE DE SENSIBILISATION À
L'ÉLIMINATION DU SEL**

Du 28 mars au 3 avril 2019

ATTENDU QUE, chaque année, *Be Great Salt-Free* (BGS) invite Ottawa à participer à la Semaine de sensibilisation à l'élimination du sel et à cuisiner et à manger sans sel; et

ATTENDU QUE le mois de mars est le Mois de la santé rénale et que BGS sensibilise le public aux bienfaits d'un régime sans sel en encourageant les restaurants et les services alimentaires professionnels à montrer leur soutien et à mettre au menu des mets savoureux sans sel; et

ATTENDU QUE les résidents d'Ottawa seront invités par le biais des médias et des médias sociaux à se mettre les uns les autres au défi d'en apprendre davantage sur les mets sans sel, d'en demander et d'en déguster; et

ATTENDU QU'en tant que Canadiens, nous sommes fiers dans notre ville de jouer un rôle important pour la santé, le bien-être et la responsabilité sociale de chacun à l'égard du sel;

PAR CONSÉQUENT, je, Jim Watson, maire de la ville d'Ottawa, proclame par la présente la **semaine du 28 mars au 3 avril 2019 Semaine de sensibilisation à l'élimination du sel à Ottawa.**

**Jim Watson
Mayor / Maire**

