



**SALT-FREE
AWARENESS WEEK**

May 12th to May 18th, 2025

WHEREAS, Salt-free Canada, supported by The Kidney Foundation of Canada, invites Ottawa's residents to take a challenge to experience salt-free cooking and dining during Salt-free Awareness Week; and

WHEREAS, together we recognize chronic illnesses like kidney, hypertension, heart disease, and many others, depend on salt-restricted diets for wellness, and need restaurants and professional food services to offer salt-free options; and

WHEREAS, this week Ottawa residents are encouraged and CHALLENGED to talk and learn about the sodium impact on their health, and to ask for salt-free dining options; and

WHEREAS, we, as Canadians with civic pride for our city, are encouraged to become LEADERS in support of health, wellness, and social responsibility towards sodium consumption;

THEREFORE, I, Mark Sutcliffe, Mayor of the City of Ottawa, do hereby proclaim **May 12th to May 18th, 2025 Salt-free Awareness Week** in Ottawa.

**SEMAINE DE SENSIBILISATION
À LA RÉDUCTION DU SEL**

Du 12 au 18 mai 2025

ATTENDU QUE l'organisme Canada sans sel, appuyé par la Fondation canadienne du rein, invite les résidents d'Ottawa à relever un défi visant à cuisiner et à manger sans sel durant la Semaine de sensibilisation à la réduction du sel; et

ATTENDU QU'ensemble, nous reconnaissons que de nombreuses maladies chroniques, notamment les maladies rénales, l'hypertension artérielle et les maladies cardiaques, nécessitent des régimes à faible teneur en sel, et nous avons besoin que les restaurants et les services alimentaires professionnels offrent des options de repas sans sel; et

ATTENDU QUE cette semaine, on MET AU DÉFI les résidents d'Ottawa de se renseigner sur les effets du sel sur la santé, d'en parler et de demander des options de repas sans sel, et on les encourage à le faire; et

ATTENDU QUE l'on nous incite, en tant que Canadiens fiers de notre ville, à MONTRER L'EXEMPLE en favorisant notre santé et notre bien-être, et en faisant preuve de responsabilité sociale à l'égard de notre consommation de sel;

PAR CONSÉQUENT, je, Mark Sutcliffe, maire de la Ville d'Ottawa, proclame par la présente la période **du 12 au 18 mai 2025 Semaine de sensibilisation à la réduction du sel** à Ottawa.

**Mark Sutcliffe
Mayor/Maire**

