

# QU'EST-CE QUI DIFFÉRENCIE LES PLATS LABELLISÉS ?

## 1. RESPECT DES CRITÈRES DIÉTÉTIQUES

- PLUS DE LÉGUMES DE SAISONS  
QUE DE VIANDE, POISSON ET FÉCULENTS
- PEU DE SEL, MAIS PLUS D'ÉPICES,  
D'HERBES OU D'AROMATES
- UNE MATIÈRE GRASSE AJOUTÉE CONTRÔLÉE  
EN QUANTITÉ ET QUALITÉ (HUILE VÉGÉTALE,  
CRÈME FRAÎCHE AVEC MOINS DE 20% DE MG)
- UN CONTRÔLE SUR LES GRAISSES ANIMALES  
(CHOIX DES VIANDES ET CHARCUTERIES)
- PAS DE FRITURE
- NI GRAISSE NI SUCRE AJOUTÉ  
DANS LES DESSERTS

## 2. SUPERVISION ET SUIVI DES PLATS LABELLISÉS PAR UNE DIÉTÉTICIENNE

## 3. PROMOTION DU LABEL ET DES PLATS LABELLISÉS AU SEIN DE L'ÉTABLISSEMENT

### ACTIONS CHARLEROI, VILLE SANTE

#### CARTE " JE SUIS LÀ "

localise les points d'assistance médicale et sociale  
de 1ère ligne à Charleroi.

#### CONFÉRENCES SANTÉ/BIEN-ÊTRE

mensuelles sur des thèmes variés et d'actualité.

#### CHARLEROI SE MOBILISE CONTRE LE SIDA

fédère les acteurs de terrain qui œuvrent contre les IST  
et le Sida afin d'améliorer la visibilité de leurs actions.

#### CHARLEROI, VILLE AMIE DÉMENCE

organise divers projets autour de la maladie d'Alzheimer :  
Ateliers didactiques, Flyers informatifs, Site internet,  
Référentiel, Visites Guidées Inoubliables, ...

#### CHARLEROI, VILLE ROSE

amplifie la sensibilisation au dépistage du cancer du sein  
auprès des femmes carolos.

#### CHARLEROI VILLE ALIMENTAIRE

veut améliorer l'accès à une alimentation variée et  
de qualité via le label "Plat Net Santé" ; l'offre  
alimentaire dans les crèches, les écoles, les maisons  
de repos et mobilise un ensemble d'associations et de  
citoyens autour de projets innovants.

#### CHARLEROI, VILLE SANTÉ COMMUNIQUE

et centralise les informations "santé" via une page sur le  
site de la Ville, une **newsletter bimensuelle**, ...

#### CHARLEROI, VILLE SANTÉ PARTICIPE

aux projets "santé/bien-être" d'autres structures,  
services œuvrant sur le territoire carolo.

## CHARLEROI VILLE SANTÉ

OPTEZ POUR LE LABEL  
PLAT NET SANTÉ



PLAT NET SANTÉ... UNE INITIATIVE DE  
**CHARLEROI, VILLE SANTÉ**  
RENSEIGNEMENT : 071/ 86 70 03  
À L'INITIATIVE DE L'ÉCHEVINAT DE LA SANTÉ



RETROUVEZ LES RESTAURANTS LABELLISÉS  
PLAT NET SANTÉ SUR  
[WWW.CHARLEROI-VILLE-SANTE.BE](http://WWW.CHARLEROI-VILLE-SANTE.BE)





Proposé par l'Échevinat de la Santé,  
à déguster dans les établissements participants...

## Restaurants labellisés en 2019

Ces restaurateurs s'engagent à proposer des plats équilibrés identifiés dans leurs cartes par ce logo.



= brasserie



= restaurant



= sandwicherie



= snack

CHARLEROI

rue de Dampremy, 8



### LE BISTRO

071/ 32 13 43

ouvert tous les jours  
de 11h à 19h,  
fermé le dimanche



CHARLEROI

rue de Montigny, 33



### LE CASSE-CROÛTE

071/ 32 57 58

<https://lecassecroute-express.be>

ouvert tous les jours  
de 7h à 15h, fermé  
samedi & dimanche



CHARLEROI

boulevard Jacques Bertrand, 1-3



### L'EDEN

071/ 20 29 95

[info@eden-charleroi.be](mailto:info@eden-charleroi.be)

tous les jours de  
12h à 14h30 +  
1h avant chaque  
spectacle



CHARLEROI

rue du Grand Central, 61



### L'IDÉAL

071/ 20 29 95

0485/ 66 26 10

[www.facebook.com/lideal](http://www.facebook.com/lideal)

ouvert tous les jours  
de 7h30 à 14h, fermé  
samedi & dimanche



CHARLEROI

avenue Général Michel, 13



### CHEZ LOLOTTE

0479/ 70 22 21

[chezlolotte.spirou@gmail.com](mailto:chezlolotte.spirou@gmail.com)

ouvert tous les jours  
de 11h à 15h, fermé  
samedi & dimanche



CHARLEROI

quai Arthur Rimbaud, 10

### BRASSERIE DU QUAI 10

071/ 32 13 05

[www.facebook.com/brasseriequai10](http://www.facebook.com/brasseriequai10)

lundi de 10h à 23h,  
mardi, mercredi, jeudi 9h à 23h,  
vendredi & samedi de 9h à minuit,  
dimanche de 11h à 23h

Quai  
10



CHARLEROI

rue de Dampremy, 74



### LA RENOMMÉE ARDENNAISE

071/ 32 13 05

ouvert tous les jours  
de 8h30 à 16h, fermé  
samedi & dimanche



CHARLEROI

rue de la Neuville, 10b



### 6000EATUDE

071/ 30 42 09

[www.6000eatude.be](http://www.6000eatude.be)

ouvert du lundi  
au vendredi  
de 8h à 14h30



JUMET-HEIGNE

place du Prieuré, 13

### LA GRANGE DU PRIEURÉ

0492/ 82 04 04

[www.facebook.com/lagrangeduprieuré](http://www.facebook.com/lagrangeduprieuré)



vendredi 18-22h,  
samedi 14-22h,  
dimanche 12-21h

MONCEAU-SUR-SAMBRE

rue de MonceauFontaine, 42

### LE GERMOIR

071/ 27 05 40

fax : 27 05 49

[www.germoir.be](http://www.germoir.be)



ouvert tous les jours  
de 12h à 13h30, fermé  
samedi & dimanche



MONT-SUR-MARCHIENNE

avenue Paul Pastur, 11

### LE CAFÉ DU MUSÉE

071/ 43 58 10



[www.museephoto.be](http://www.museephoto.be)

ouvert tous les jours  
de 10h à 17h45,  
fermé le lundi



CHARLEROI, grand-rue, 3

### NOTRE-DAME

ouvert tous les jours de 6h30 à 17h15

GILLY, rue Depasse, 6

### SAINT-JOSEPH

tous les jours de 7h à 14h30, fermé dimanche

MONTIGNIES-SUR-SAMBRE, rue Trieu Kaisin, 134

### SAINTE-THÉRÈSE

tous les jours de 11h à 14h, fermé samedi & dimanche

MONTIGNIES-SUR-SAMBRE, avenue du Centenaire, 73

### REINE FABIOLA

tous les jours de 11h à 13h30, fermé samedi & dimanche

Loverval, rue de Villers, 1

### I.M.T.R.

tous les jours de 11h à 14h, fermé samedi & dimanche

