

# EXPO

## MANGER SANTÉ ET VIVRE VERT

2024

Pour découvrir,  
goûter et s'informer!

### PROGRAMME MONTRÉAL

15-16-17 MARS

VENDREDI 9h30 à 18h SAMEDI 9h30 à 18h DIMANCHE 10h à 17h

BIENVENUE ET BONNE VISITE !



[expomangersante.com](http://expomangersante.com)



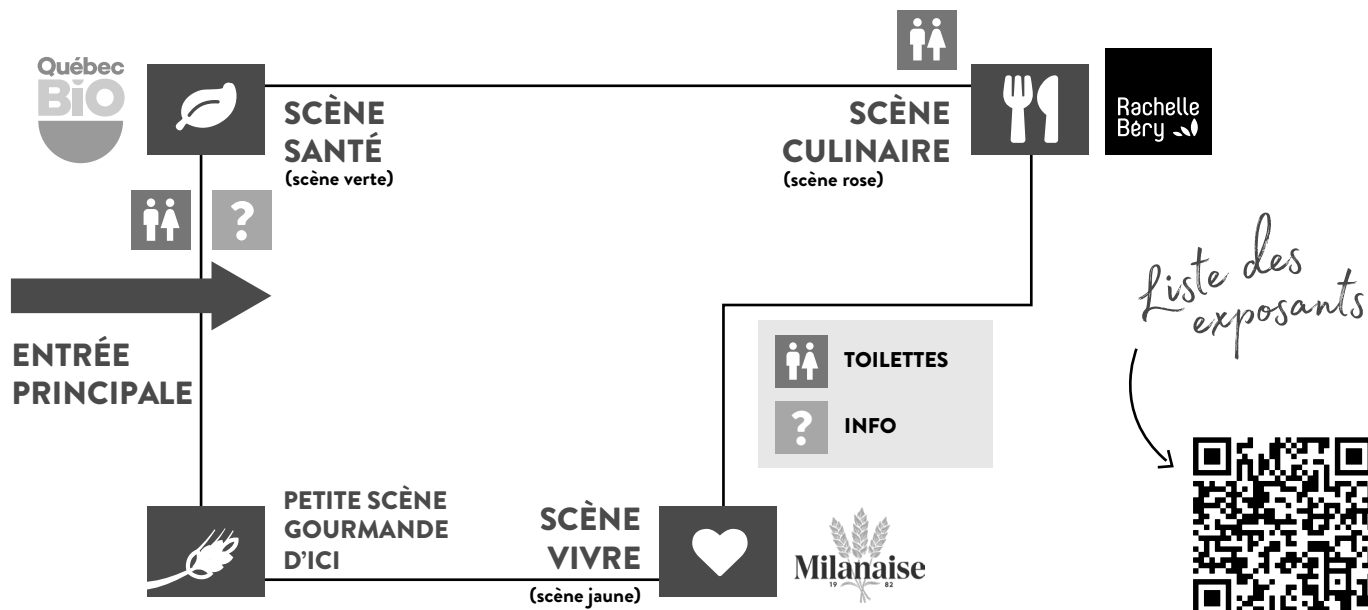
Donnez-nous  
votre avis!

Présenté par :



Maison du 21e siècle, Le Monde au naturel, Cité Boomers, Dux, Magazine Vivre, Caribou magazine, Infuse magazine, Nuances magazine, Avril, Isabelle Huot, 3 fois par jour, Madame Labriski, Stefano, Florence-Léa Siry, Oatbox, Les Amis du jardin botanique de Montréal, Spiruline Gandalf, Marchés Tau, Améroquois, Fromagerie l'Ancêtre, La Fourmi.

PLAN DE SALLE



Plan des exposants aussi disponible à l'information.

# SAMEDI 16 MARS



SCÈNE CULINAIRE



SCÈNE SANTÉ



SCÈNE VIVRE

45			45
11h	<p><b>Faire ses pâtes maison: une histoire de famille</b>  <b>STEFANO FAITA,</b>  <i>Président, Aliments Faïta Forgiore</i>            STEFANO FAITA</p>	<p><b>La science derrière le Dentifrice en Pastilles Tanitabs</b>  <b>MEHDI LAOURINE, Président</b>  <b>ZOHRA EL GHABI, Vice-Présidente</b>            TANIT</p>	<p><b>Le pouvoir des aliments sur la beauté!</b>  <b>ISABELLE HUOT,</b>  <i>Docteure en nutrition, fondatrice et présidente</i>            ISABELLE HUOT / NU-RISH</p>
15			15
30			30
45			45
12h	<p><b>Faire des brownies sans gras et sans gluten... possible ou impossible?</b>  <b>MARTIN JUNEAU,</b>  <i>Chef exécutif chez Metro et entrepreneur</i>            METRO INC.</p>	<p><b>Stressé le jour! Sommeil perturbé la nuit!</b>  <b>LISE GUÉNETTE,</b>  <i>Naturopathe agréée</i>            NATURAL FACTORS</p>	<p><b>Innovation santé : qu'est-ce qui mijote chez nos transformateurs alimentaires locaux?</b>  <b>ISABELLE MARQUIS,</b>  <i>Nutritionniste, stratège et communicatrice</i>            CARREFOUR DE L'INDUSTRIE BIOALIMENTAIRE DE L'ÎLE DE MONTRÉAL</p>
15			15
30			30
45			45
13h	<p><b>Duel de Général Tao</b>  <b>JEAN-PHILIPPE CYR,</b>  <i>Chef Végane</i>  <b>XAVIER DESHARNAIS,</b>  <i>Double champion de la Traversée du Lac St-Jean et auteur culinaire</i>            LA CUISINE DE JEAN-PHILIPPE</p>	<p><b>Huile de tournesol</b>  <b>JANEL LAPLANTE, Président</b>  <b>MARIE-ÈVE JOYAL, Partenaire</b>            AMÉROQUOIS</p>	<p><b>Suppléments fermentés: exploiter l'intelligence de la nature</b>  <b>Christophe Picker, Gérant et formateur pour le Québec</b>            LIVING ALCHEMY</p>
15			15
30			30
45			45
14h	<p><b>Duel de croquettes végés</b>  <b>KATRINE PARADIS,</b>  <i>Présidente K pour Katrine</i>  <b>MARGAUX VERDIER,</b>  <i>Fondatrice de Margaux Food</i>            K POUR KATRINE ET MARGAUX FOOD</p>	<p><b>Pourquoi l'huile d'olive Go Natural se démarque des autres</b>  <b>ROCHDI LAHMAR, Président</b>            GO NATURAL HUILE D'OLIVE</p>	<p><b>Bienvenue au coeur de votre santé globale : l'intestin!</b>  <b>ANDRÉANNE MARTIN,</b>  <i>B.A. en nutrition, Présidente &amp; fondatrice de Épithélia</i>            ANDRÉANNE MARTIN INC</p>
15			15
30			30
45			45
14h		<p><b>Rejoignez-nous sur les sentiers du bio d'ici!</b>  <b>ANNE-MARIE GIGNAC, Agente de communication</b>  <b>SYLVIE PETITPAS, Directrice des contenus</b>            QUÉBECBIO</p>	<p><b>Le bonheur est dans le pain</b>  <b>EMMANUEL BILODEAU,</b>  <i>Un amoureux du pain</i>            LA MILANAISE INC.</p>
15			15
30			30
45			45
15h	<p><b>Comment apprêter le tofu différemment?</b>  <b>EVE-LYNE AUGER,</b>  <i>Autrice, créatrice culinaire et fondatrice de La Fraîche</i>            LA FRAÎCHE</p>	<p><b>Démystifier l'appellation biologique</b>  <b>MARJOLAINE MONDON, Coordonnatrice de projets, Reconnaissance et maintien des appellations réservées</b>            ALIMENTS DU QUÉBEC avec LE CONSEIL DES APPELLATIONS RÉSERVÉES ET DES TERMES VALORISANTS</p>	<p><b>La Force qui est en nous (version courte)</b>  <b>MÉRIANE LABRIE LA MADAME LABRISKI,</b>  <i>Présidente fondatrice et activatrice de joie</i>            MADAME LABRISKI INC</p>
15			15
30			30
45			45
16h	<p><b>Tofu Parfait</b>  <b>KATIA BRICKA,</b>  <i>Créatrice de recettes véganes</i>            LA RECETTE PARFAITE</p>	<p><b>Le zéro gaspi pour réduire sa facture d'épicerie</b>  <b>FLORENCE-LÉA SIRY,</b>  <i>Experte de la lutte au gaspillage alimentaire</i>            FLORENCE-LÉA SIRY INC.</p>	<p><b>Une transition fraîche, sans aluminium</b>  <b>ALAIN MÉNARD,</b>  <i>Président Cofondateur</i>            GREEN BEAVER</p>
15			15
30			30
45			45
16h		<p><b>Apprivoiser les déséquilibres au quotidien</b>  <b>SARAH FORTIN et VIRGINIE GOUDREAU,</b>  <i>Fondatrices d'Infuse magazine</i>  <b>SOFIA OUKASS, Fondatrice de So&amp;Co</b>            INFUSE MAGAZINE</p>	<p><b>Gardez votre cerveau en santé grâce à la naturopathie.</b>  <b>SOLANGE ALARY, ND.A. (Naturopathe agréée)</b>            ASSOCIATION DES NATUROPATHES AGRÉÉS DU QUÉBEC</p>
15			15
30			30
45			45
17h	<p><b>Cuisiner le tofu</b>  <b>GENEVIÈVE PLANTE,</b>  <i>Créatrice culinaire</i>  <b>VANESSA DAIGLE,</b>  <i>Nutritionniste</i>            VERT COULEUR PERSIL</p>		
30			30
45			45