

# EXPO

## MANGER SANTÉ ET VIVRE VERT

2025

Pour découvrir,  
goûter et s'informer!

**PROGRAMME MONTRÉAL**

21-22-23 MARS

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

**BIENVENUE ET BONNE VISITE !**

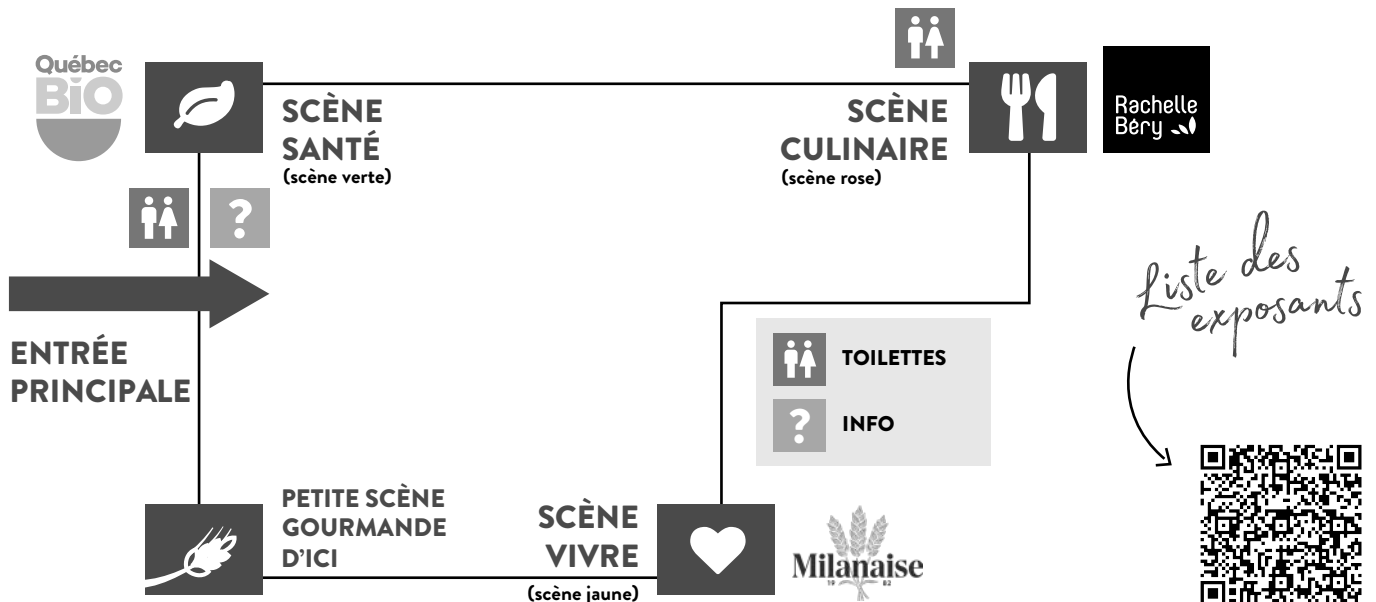
expomangersante.com  

Présenté par :



Oatbox, Avril Supermarchés santé, Magasins TAU, Stéfano, Isabelle Huot Docteure en nutrition, Madame Labriski, 3 fois par jour, Infuse magazine, La Maison du 21<sup>e</sup> siècle, Le Monde au naturel, Vivre, Dux, Caribou, Cité Boomers, Florence-Léa Siry.

PLAN DE SALLE



Plan des exposants aussi disponible à l'information.

# SAMEDI 22 MARS



SCÈNE CULINAIRE



SCÈNE SANTÉ



SCÈNE VIVRE

		<p><b>La cure, au-delà de la perte de poids</b>  <b>NADINE JOANNETTE,</b>  <i>Naturopathe, entrepreneur</i>  <b>LA MAISON DE PAILLE</b></p>	<p><b>Introduction à la Réflexologie</b>  <b>DYANE THERIAULT,</b> <i>Fondatrice de l'Académie de Réflexologie Corporelle</i>  <b>LA RÉFLEXOLOGIE EN ACTION</b></p>
11h	<p><b>L'avoine et son potentiel</b>  <b>GENEVIÈVE PLANTE</b>  <b>et VANESSA DAIGLE</b>  <b>VERT COULEUR PERSIL</b></p>	<p><b>Atelier de latte art,</b>  <b>en collaboration avec Oatbox</b>  <b>WILLIAM VINCENT,</b> <i>Barista</i>  <b>CAFÉ WILLIAM</b></p>	<p><b>Mieux vivre votre ménopause grâce à l'alimentation</b>  <b>ISABELLE HUOT,</b> <i>Docteure en nutrition</i>  <b>ISABELLE HUOT</b></p>
12h	<p><b>Kebab aux falafels de lentilles,</b>  <b>sauce à l'ail et au tahini</b>  <b>DOMINIC LAMIRANDE,</b>  <i>Auteur et chef privé Dom Cooks</i>  <b>LA MILANAISE</b></p>	<p><b>Droit au repos et micro-sieste</b>  <b>MARIE-EVE ST-GERMAIN,</b>  <b>SARAH FORTIN &amp; VIRGINIE GOUDREULT</b>  <b>INFUSE MAGAZINE</b></p>	<p><b>Vers une alimentation plus végétale</b>  <b>KATIA BRICKA,</b>  <i>Créatrice de contenu culinaire</i>  <b>LA RECETTE PARFAITE</b></p>
13h	<p><b>Gaufres protéinées sans gluten</b>  <b>avec Le Fit Cook</b>  <b>JÉRÉMIE LATREILLE,</b>  <i>Créateur culinaire de recettes santé</i>  <b>LE FIT COOK</b></p>	<p><b>Toxines, minéraux et hydratation:</b>  <b>l'impact de l'eau sur notre santé</b>  <b>EMINÉ PIYALÉ-SHEARD,</b> <i>Aquaholique</i>  <b>AQUA SANTÉ</b></p>	<p><b>La méthode vide-frigo</b>  <b>FLORENCE-LÉA SIRY,</b> <i>Experte de la lutte contre le gaspillage alimentaire</i>  <b>CHIC FRIGO SANS FRIC</b></p>
14h	<p><b>Cuisine savoureuse et végé</b>  <b>avec K pour Katrine et Margaux</b>  <b>KATRINE PARADIS</b>  <b>et MARGAUX VERDIER</b>  <b>SAVOURA</b></p>	<p><b>Booster sa santé grâce à la fermentation</b>  <b>PEDRO PEREZ et PIERRICH PICARD</b>  <b>GUTSY ET TOUT CRU</b></p>	<p><b>Concentration &amp; bien-être :</b>  <b>découvrez l'axe intestin-cerveau</b>  <b>ANDRÉANNE MARTIN,</b> <i>B.Sc. nutrition</i>  <b>LAND ART</b></p>
15h	<p><b>Découvrez les avantages</b>  <b>des grains certifiés Kamut</b>  <b>EVE-LYNE AUGER,</b> <i>Atrice, créatrice culinaire et fondatrice de La Fraiche</i>  <b>INÉWA</b></p>	<p><b>Tout savoir sur les étiquettes</b>  <b>de valeurs nutritives</b>  <b>ANNE-SOPHIE MAJEAU, MARIANNE CÔTÉ</b>  <b>MOUVEMENT OLIVE</b></p>	<p><b>J'ai faim de joie – Faites de votre vie un grand rêve</b>  <b>MADAME LABRISKI (MÉRIANE LABRIE)</b>  <b>MADAME LABRISKI</b></p>
16h	<p><b>Poulet au beurre végane avec jacquier</b>  <b>et crème de coco Cha's</b>  <b>LLOYD ROSE,</b> <i>Chef Plantcrazii</i>  <b>CHA'S</b></p>	<p><b>Rester jeune jusqu'à 100 ans</b>  <b>avec le chanvre</b>  <b>MATHIEU CRÊTE,</b> <i>Formulation et innovation</i>  <b>CHANV</b></p>	<p><b>Prenez soin de votre coeur... avec les végétaux!</b>  <b>ANNE-MARIE ROY,</b> <i>Nutritionniste</i>  <b>CLINIQUE RENVERSANTE</b></p>
17h		<p><b>Lait : entre fabuleuses propriétés</b>  <b>et troubles de santé</b>  <b>CAROL VACHON,</b> <i>Consultant en nutrition</i>  <b>CAROL VACHON</b></p>	<p><b>Hypnose :</b>  <b>Non, je ne vais pas te contrôler!</b>  <b>MYRIAM ELIAS,</b> <i>Hypnothérapeute</i>  <b>HYPNOTHÉRAPIE</b></p>
		<p><b>Aidez vos enfants à se transformer</b>  <b>en super-héros!</b>  <b>STÉPHANIE JULIEN N.D.A</b>  <b>ALLKIDZ</b></p>	