



Communiqué de presse
Pour diffusion immédiate

L'Expo Manger Santé et Vivre Vert dresse la table pour une 23^e édition

Le point sur les meilleures innovations santé-saveur

Montréal, février 2020 - De la chaîne de restauration rapide à la meilleure table en ville, en passant par les plus grandes cérémonies hollywoodiennes, l'alimentation végétale est plus en vogue que jamais. Cet engouement se manifeste bien au-delà de l'assiette, avec l'éclosion de nouvelles tendances beauté et santé, telles que la nutricosmétique, ou encore les soins corporels bios et naturels. Devant une telle explosion de l'offre alimentaire, biologique et écologique, il n'est pas toujours évident de s'y retrouver pour quiconque souhaite s'orienter vers un mode de vie plus sain et responsable.

Rendez-vous santé-saveur par excellence depuis 23 ans, **L'Expo Manger Santé et Vivre Vert** réunit la crème des entreprises et des acteurs de ces industries afin d'offrir un tour d'horizon complet des meilleures découvertes en Alimentation saine, en Écologie et en Santé globale. Chaque visiteur, qu'il soit végécurieux ou flexitarien, écolo engagé ou carrément néophyte, y récoltera de précieux conseils afin d'impulser cette bio-révolution de manière durable et en toute simplicité. L'événement, qui se tiendra au **Palais des congrès de Montréal les 20, 21 et 22 mars (23^e édition)**, au **Centre des congrès de Québec les 4 et 5 avril (20^e édition)** et au **Centre de foires de Sherbrooke, les 2 et 3 mai (2^e édition)**, rassemble plus de 350 exposants et conférenciers triés sur le volet. Tour de table de cette 23^e édition qui, malgré l'effervescence de ce marché, invite à la souplesse, à la diversité, à l'équilibre et à la pondération.

L'Expo à l'ère du règne végétal

« L'Expo c'est toi, c'est moi, c'est ton père, ma tante, mon grand-père, nos enfants et nos amis. Et ça, c'est une très bonne nouvelle. Toutefois, bien que nous nous réjouissons de la démocratisation du végété, du bio et de l'écolo, il faut garder en tête que la diversification massive de l'offre et l'émergence de nouvelles tendances appellent à une certaine vigilance, souligne la fondatrice de l'Expo et auteure de plusieurs livres de référence sur la saine alimentation, Renée Frappier.

Les experts en alimentation sont unanimes : les démarches restrictives et les régimes privatifs n'offrent pas de succès durables et il est préférable de tendre vers l'adoption de meilleures habitudes de vie, tout simplement, si l'on souhaite intégrer ces changements à long terme. « À l'Expo, nous encourageons le virage écolo dans la mesure où l'on cherche à diminuer la quantité de viande consommée et gaspillée. Mais on est loin du végétalisme extrémiste, précise la fondatrice. Rien ne sert de brusquer quoi que ce soit, il suffit d'observer les bienfaits qu'engendre l'adoption de petits gestes santé pour qu'opère la magie. Il n'existe pas de meilleure façon de s'enraciner dans un mode de vie plus santé et d'accéder à un bien-être global et durable. »

Le menu de cette 23^e édition s'annonce des plus copieux et diversifiés, avec un éventail de nouveautés alimentaires à goûter, à tester et à humer. Graines germées, huiles et vinaigres rares, ingrédients pour tapas, herbes fraîches et herbes médicinales, graines énergisantes, smoothies naturels, chocolats bio et repas végétariens sauront inspirer les épicuriens. Divers produits véganes tels que des lentilles noires bio du Québec, des desserts à base de purées de légumes prêtes à cuisiner, des burgers de tempeh d'ici et des fromages à base de graines de tournesol. L'innovation et les avancées se poursuivent en santé et en herboristerie, avec des probiotiques spécialement conçus pour les personnes aux prises avec le syndrome du côlon irritable (BioK+ International), de nouveaux emballages écolos chez Clef des champs, des mouchoirs en tissus et plus encore.

Des invités à croquer

Outre ses populaires dégustations, l'Expo Manger Santé et Vivre Vert propose également un alléchant menu de plus de [150 conférences et démonstrations culinaires](#). Plusieurs grands noms tels que : *Isabelle Huot, Andréanne Martin, Loonie, Jean-Philippe Cyr et Laure Waridel* se succéderont sur les scènes éducatives de l'Expo cette année. À la demande générale, le championnat de cuisine végétale de Montréal, qui vise à encourager la créativité culinaire, est de retour pour une 10^e édition. Le jury, composé d'Isabelle Chevalier (Bio-K+ International et Dragonne), de Marie-Josée Richer (Prana et Dragonne) et de Cynthia Marcotte (CuisineDopamine.com) récompensera le dessert végétal de la décennie le plus coloré, nutritif et original dans une ambiance détendue. Par ailleurs, le talent des meilleurs boulangers sera célébré lors de la 7^e fournée du concours du meilleur artisan boulanger, une présentation de la Meunerie Milanaise.

Éco-responsabilité

Chez les exposants, un effort concerté dans l'intégration de pratiques éco-responsables se renforce, avec une sélection de matières d'emballage plus écologiques, une production locale autant que possible et l'intégration de pratiques de fabrication plus écologiques. L'Expo Manger Santé et Vivre Vert est fière d'utiliser des contenants de dégustation en PLA (amidon de maïs), un matériau 100% compostable et d'effectuer le triage des matières résiduelles sur place afin de générer un compost de la meilleure qualité possible.

Les partenaires

L'Expo Manger Santé et Vivre Vert est rendue possible grâce au soutien de son partenaire principal, **Bio-K+**, de ses partenaires majeurs **Clef des Champs, Rachelle Béry, Meunerie Milanaise, Land Art, Now, Natural Factors, Druide et Québec Bio**; et de ses partenaires associés **Spa Eastman, Zorah Biocosmétiques, Inewa, Prana, Pure, Fontaine Santé, Chanv, Savoura Bio, LeGrand, Divine Essence, Maison Orphée et Y Kombucha**.

Accréditations médias

Les membres de la presse souhaitant participer à l'Expo Manger Santé et Vivre Vert sont invités à contacter Émilie Marsolais Communication afin d'obtenir une accréditation : par courriel à l'adresse info@emiliemarsolais.com ou par téléphone au 514 967-2263.

Site Web officiel : www.expomangersante.com

Facebook : @ExpoMangerSanteEtVivreVert

Instagram : @expomangersante, #expomangersante2020

À propos de l'Expo Manger Santé et Vivre Vert

L'Expo Manger Santé et Vivre Vert est un événement qui accueille des exposants de qualité offrant une multitude de pistes gastronomiques et écologiques pour bonifier son alimentation, améliorer sa santé et son mode de vie. Avec plusieurs scènes éducatives, l'Expo propose de nouvelles idées en y invitant des conférenciers engagés envers les valeurs éthiques et humaines. Ces passionnés animent des ateliers, des conférences ou des démonstrations culinaires pour mettre en lumière les innovations de l'année et répondre aux attentes des visiteurs avec des solutions saines et naturelles pour prendre leur santé en main. L'Expo Manger Santé et Vivre Vert propose également des dégustations débordantes de saveurs, une multitude d'idées de repas et de trucs culinaires, des techniques antistress, des idées de gestes écologiques à adopter au quotidien, et plus encore. L'Expo Manger Santé et Vivre Vert est un rendez-vous inspiré par une alimentation saine et savoureuse, de plus en plus biologique et écologique. Une grande rencontre inspirante pour un avenir meilleur!

À l'Expo, nous sommes fiers de rencontrer un public plus réceptif que jamais !

À l'Expo, c'est une chance de :

- S'OFFRIR UNE PAUSE GOURMANDE pour découvrir de nouvelles saveurs-santé.
- AMÉLIORER SA SANTÉ par des plantes médicinales, des complexes aromatiques, des suppléments et des techniques de soins naturels.

- PRENDRE SOIN DE SA PEAU avec des cosmétiques naturels ou bios créés par des laboratoires novateurs : soins visage et corps, maquillage, produits pour bébé et pour homme.
- AMÉLIORER SON HABITAT ET SON MODE DE VIE par des produits de nettoyage non-toxiques, des articles zéro déchet, des vêtements écolos.
-

-30-

Source : Renée Frappier, présidente-fondatrice de l'Expo Manger Santé et Vivre Vert

Pour toute demande de renseignements, veuillez contacter :

Émilie Marsolais : emilie@emiliemarsolais.com ou 514 967-2263