



## Communiqué de presse Pour diffusion immédiate

### Cet automne, on apprend à Goûter Lotbinière!

**Sainte-Croix, le 29 août 2022** – La Table Goûtez Lotbinière est fière d'annoncer sa collaboration avec la SADC de Lotbinière et la Table de concertation sur le climat Demain Lotbinière, afin de lancer officiellement les *Mois Goûtez Lotbinière*. En octobre et novembre, apprenez à conserver et à cuisiner vos produits locaux à l'aide du [Guide manger local tout au long de l'année](#) et lors de six ateliers qui vous sont proposés gratuitement ayant pour thème « cuisiner local, c'est génial ». Voici un aperçu de la programmation :

#### LES SAMEDIS :

##### Ateliers virtuels (ZOOM)

- 1<sup>er</sup> octobre – 9 h 30 à 11 h : « Manger local à l'année avec la congélation et la mise en conserve » avec le Groupe Promo-Santé Laval
- 15 octobre – 9 h 30 à 11 h : « Atelier vide-frigo » avec le Groupe Promo-Santé Laval
- 29 octobre – 9 h 30 à 11 h : « Découvrir les aliments d'ici pour se nourrir au gré des saisons » avec le Groupe Promo-Santé Laval

##### Ateliers présentiels

- 8 octobre – 9 h 30 à 12 h : « Cuisinier les produits d'ici en famille » avec Glouton & Marmiton au centre Multifonctionnel de Saint-Apollinaire
- 5 novembre – 13 h 30 à 16 h 30 : « L'art de la déshydratation », avec Cuisine Santé au chalet des loisirs de Saint-Apollinaire
- 26 novembre – 10 h à 12 h : « Cuisine anti-gaspi » avec Le Semoir au centre Multifonctionnel de Saint-Apollinaire

Les places sont limitées et les inscriptions sont obligatoires. Pour vous inscrire ou obtenir plus de renseignements à propos de toutes les activités agroalimentaires de l'automne, visitez [goutezlotbiniere.com](http://goutezlotbiniere.com).

Rappelons que *La Semaine Goûtez Lotbinière* initiée en mars 2015 par la Table Goûtez Lotbinière s'est transformée pour devenir deux semaines Goûtez Lotbinière en 2016 et le *Mois Goûtez Lotbinière* en 2017 et en 2018. Depuis 2019, deux ou trois mois sont consacrés au projet. Les objectifs sont multiples : faire découvrir la richesse des produits d'ici, informer sur les multiples avantages économiques, sociaux et environnementaux de l'achat local, sensibiliser les citoyens à une consommation plus responsable et les accompagner vers un changement d'habitudes.

-30-

Source :

Julie-Ann Charest

Conseillère aux communications

MRC de Lotbinière

[communications@mrclotbiniere.org](mailto:communications@mrclotbiniere.org)

418 926-3407, poste 242

Pour information :

Vicky-Anne Lemoyne

Technicienne agroalimentaire

MRC de Lotbinière

[vicky-anne.lemoyne@mrclotbiniere.org](mailto:vicky-anne.lemoyne@mrclotbiniere.org)

418 728-3330, poste 243