



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

### Cet automne, Goûtez Lotbinière!

**Sainte-Croix, le 28 septembre 2023** – La Table Goûtez Lotbinière est fière d’annoncer sa collaboration Aide Alimentaire Lotbinière et la Table de concertation sur le climat Demain Lotbinière, afin de lancer officiellement les *Mois Goûtez Lotbinière*. En septembre, 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 4 ateliers qui vous sont proposés gratuitement ayant pour thème « une alimentation saine, équilibrée et locale pour tous ». Voici un aperçu de la programmation :

#### Ateliers virtuels (TEAMS)

- 28 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.
- 18 novembre – 9 h 30 à 11 h :  
« Alimentation saine et lecture d’étiquette » avec le Groupe Promo-Santé Laval.

#### Ateliers présentiels

- 26 octobre – 17 h 30 à 20 h :  
Atelier de cuisine collective aux saveurs d’automne en collaboration avec Aide Alimentaire Lotbinière.
- 4 novembre – 9 h 30 à 11 h :  
« Comment réduire sa facture d’épicerie » par Vivre avec Moins avec Vicky Payeur à la salle de La Chapelle de Laurier-Station.

#### Activités réservées aux producteurs agroalimentaires et agricoles

- 18 octobre : « Comment réduire sa facture d’épicerie » par Vivre avec Moins avec Vicky Payeur à la salle de La Chapelle de Laurier-Station.
- 21 novembre : Le souper annuel Goûtez Lotbinière

D’autres activités sont prévues à la programmation. Les places sont limitées et les inscriptions sont obligatoires. Pour vous inscrire ou obtenir plus de renseignements sur la programmation, 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

Technicienne en communication  
et bureautique

MRC de Lotbinière

418 926-3407, poste 242

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

Information :

Vicky-Anne Lemoyne

Technicienne agroalimentaire

MRC de Lotbinière

418 926-3407, poste 243

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

