

Espace Conférences QuébecBio

Assistez aux démos culinaires et venez vous nourrir de nouvelles connaissances
en participant aux conférences

Places limitées

Samedi
8 février 2020

10 h 45 - 11h 30

Céline Arsenault - Naturopathe
Conférence : Manger bio, est-ce que ça vaut le coût ?

11 h 55 - 12 h 40

Catherine Lefebvre - Porte-parole de QuébecBio
Démonstration culinaire : Les bases de trempettes bio d'ici

13 h 05 - 13 h 50

Jocelyna Dubuc - Présidente du Spa Eastman
La cuisine Tonique^{MC}... une cuisine qui met en forme

14 h 15 - 15 h

Catherine Lefebvre - Porte-parole de QuébecBio
Démonstration culinaire : Petit déjeuner bio local

15 h 25 - 16 h 10

Céline Arseneault - Naturopathe
Conférence : Un système nerveux en santé en 2020

Dimanche
9 février 2020

10 h 45 - 11h 30

Eve-Lyne Auger - Rédactrice en chef - La Fraîche
Démonstration culinaire : Bol Boudha au tempeh grillé

11 h 55 - 12 h 40

Dino Halikas - Naturopathe
Manger bio et ses bienfaits sur la santé globale

13 h 05 - 13 h 50

Eve-Lyne Auger - Rédactrice en chef - La Fraîche
Démonstration culinaire : Bol Boudha au tempeh grillé

14 h 15 - 15 h

Catherine Lefebvre - Porte-parole de QuébecBio
Conférence : L'histoire à succès du bio d'ici

15 h 25 - 16 h 10

Dino Halikas - Naturopathe
Manger bio et ses bienfaits sur la santé globale

Samedi 8 février 2020

Espace Conférences
QuébecBio



Céline Arsenault
Naturopathe

10 h 45 - 11 h 30

Conférence : Manger bio, est-ce que ça vaut le coût ?

15 h 25 - 16 h 10

Conférence : Un système nerveux en santé en 2020

Mme Céline Arsenault est naturopathe agréée depuis plus de 27 ans, mère de quatre enfants, grand-mère et infirmière de profession. Elle est l'auteure de plusieurs livres sur la santé, dont le Guide de soins naturels pour la famille (autrefois sous le titre de Soins à mon enfant); Accueillir

mon enfant naturellement; le Journal de santé de mon enfant, etc. Elle donne des conférences sur différents thèmes touchant la santé globale et offre aussi un service de consultation privée à Brossard.



Catherine Lefebvre
Porte-parole de QuébecBio

11 h 55 - 12 h 40

Démo culinaire : Les bases de trempettes bio d'ici

14 h 15 - 15 h

Démo culinaire : Petit déjeuner bio local

Catherine Lefebvre est nutritionniste, conférencière et auteure du livre Sucre, vérités et conséquences. Elle collabore également avec de nombreux médias, notamment aux chroniques Alimentation et Voyage du quotidien Le Devoir.



Jocelyna Dubuc
Présidente du
Spa Eastman

13 h 05 - 13 h 50

Conférence : La cuisine Tonique^{MC}... une cuisine qui met en forme

Pionnière de l'univers du mieux-être au Canada, madame Jocelyna Dubuc, présidente du Spa Eastman, a su inspirer le développement de l'industrie des spas à l'échelle canadienne, ce qui lui a valu d'être récipiendaire de plusieurs prix pour sa contribution à l'industrie du mieux-être.

Madame Dubuc est également conférencière sur l'art de vivre, autant à l'international qu'au Québec. Vous pouvez vous inspirer avec Le livre qui fait du bien, l'art de vivre façon Spa Eastman, qui vous donnera certainement envie de vous accorder du temps pour vous.

Dimanche 9 février 2020

Espace Conférences
QuébecBio



Eve-Lyne Auger
Rédactrice en chef
La Fraîche

10 h 45 - 11 h 30

Démo culinaire : Bol Boudha au tempeh grillé

13 h 05 - 13 h 50

Démo culinaire : Bol Boudha au tempeh grillé

Bachelière en enseignement au primaire, Eve-Lyne n'aurait jamais cru possible qu'un simple changement alimentaire la mènerait jusqu'ici aujourd'hui. Rédactrice en chef du magazine végé en ligne La Fraîche depuis 2016 et autrice de son premier livre, La Fraîche - Mon récit culinaire en

plus de 50 recettes, elle oeuvre dans la création culinaire par pur plaisir et par passion. Par le partage de ses recettes, de ses valeurs et avec le contenu qu'elle propose, elle souhaite démocratiser la cuisine végétarienne et la rendre accessible à tous.

11 h 55 - 12 h 40

Conférence : Manger bio et ses bienfaits sur la santé globale

15 h 25 - 16 h 10

Conférence : Manger bio et ses bienfaits sur la santé globale



Dino Halikas
Naturopathe

M. Dino Halikas travaille dans le domaine de la santé intégrative depuis plus de 25 ans maintenant. Il est Biologiste médical et Naturopathe agréé. Il pratique la naturopathie à Drummondville et est rédacteur en chef du magazine Vitalité Québec. Il est président de l'Association des naturopathes agréés du Québec

(ANAQ). Il a donné plusieurs cours et conférences dans tout le Canada et est reconnu par ses pairs comme un communicateur dynamique et un excellent pédagogue. L'éducation sur les composantes essentielles d'une bonne santé demeurera toujours sa passion.

13 h 05 - 13 h 50

Conférence : L'histoire à succès du bio d'ici



Catherine Lefebvre
Porte-parole de QuébecBio

Catherine Lefebvre est nutritionniste, conférencière et auteure du livre Sucre, vérités et conséquences. Elle collabore également avec de nombreux médias, notamment aux chroniques Alimentation et Voyage du quotidien Le Devoir.