

# Le Sag-Lac Gourmand

*Mangeons Saguenay–Lac-St-Jean!*



FÊTES GOURMANDES  
Saguenay–Lac-Saint-Jean  
www.fetesgourmandes.org

La revue des Fêtes Gourmandes du Saguenay–Lac-St-Jean

Édition pilote

Décembre 2023

## Les Fêtes Gourmandes

par Raymond Rouleau

Les Fêtes Gourmandes du Saguenay–Lac-St-Jean sont nées en 1997 d'une prise de conscience de producteurs et productrices agricoles du Secteur Nord de la MRC Lac-St-Jean Est, à l'effet que les consommateurs régionaux possédaient peu de repères pour identifier les produits locaux à travers la très grande diversité de produits agroalimentaires qui se retrouvent dans les comptoirs de nos épiceries de grandes surfaces. C'est ainsi que Les Fêtes Gourmandes du SLSJ ont créé des événements gourmands, développé et opéré des circuits directs de la ferme à la table afin de se rapprocher des consommateurs pour mieux faire connaître les produits agroalimentaires régionaux et la manière et les conditions dans lesquelles ils sont produits, soutenant ainsi l'engouement croissant des citoyens à mieux connaître les aliments d'ici et ceux qui les produisent, voire à tisser une relation de proximité avec eux.

**Bref historique:** De 1997 à 2007, la Grande Fête Gourmande annuelle se tient pendant plus de 10 ans à St-Cœur-de-Marie, attirant chaque année près de 30 000 à 35 000 personnes. En 2007, devant la multiplication des événements gourmands, l'entreprise se transforme en un service-conseil citoyen afin de partager ses bonnes pratiques d'organisation d'événements gourmands. Les principales organisations soutenues, au fil du temps, sont: la Tournée des chefs "Goutez le Québec", durant quatre ans,



## “Meilleurs Vœux à tous!” de la part de notre présidente et de toute l'équipe

Que de chemin parcouru, d'hier à aujourd'hui, en ayant toujours pour objectif de faire la valorisation des aliments produits dans notre région, tout en mettant en avant-plan nos producteurs et productrices agricoles, en lien avec nos transformateurs et les consommateurs.

À tous ceux et celles qui font de notre organisation la différence afin que notre agriculture conserve ses titres de noblesse, parce qu'un pays sans agriculture c'est un pays qui disparaît petit à petit. Soyons fiers de notre profession, puisque nous avons le pouvoir de nourrir et de faire grandir.

En cette fin d'année, je tiens à prendre un moment pour vous exprimer ma gratitude envers chacun et chacune d'entre vous qui mettez l'épaule à la roue afin de sensibiliser nos jeunes et notre population au *Mangeons local*, tout en valorisant l'aspect rassembleur et la nordicité de notre agriculture.

Que cette saison festive soit remplie de chaleur, de joie et de moments précieux passés en compagnie de vos proches. Merci pour votre implication, votre disponibilité et votre bienveillance auprès des productrices, producteurs et de toute la population. Je vous souhaite de profiter de cette pause bien méritée pour faire le plein d'énergie pour aborder la nouvelle année. Que votre esprit soit dans un état de paix pour aborder un autre moment précieux de votre vie en 2024. Une bonne et heureuse année!

Diane O. Gilbert, Présidente  
Les Fêtes Gourmandes du Saguenay–Lac-St-Jean

### Sommaire du contenu:

- Meilleurs vœux, p. 1
- Les Fêtes Gourmandes, pp. 1-2
- Survol de l'année 2023, p. 2
- Journée portes ouvertes Mangeons local à la ferme Tournevent, p. 3
- Expo agricole de Chicoutimi, 101e édition, p. 3-4
- L'atelier scolaire Mangeons local, avec Technoscience, p. 4
- Fête des semences 2024, p. 4
- Pourquoi s'investir dans le Mangeons local ? / Appel à contributions, p. 5

## Les Fêtes Gourmandes (suite)

*La Grande Fête des Récoltes du 175e d'Alma, Le Festival du fromage de St-Prime, devenu La Lune des Moissons de St-Prime, le Marché public de St-Gédéon et sa Grande Fête des Récoltes, Les Portes ouvertes sur les fermes de l'UPA, ainsi que l'Expo Agricole régionale de Chicoutimi.*

Depuis 2015, persuadées que le changement arrive par l'éducation, les Fêtes Gourmandes mettent en œuvre l'atelier pédagogique Mangeons local, diffusé par Technoscience auprès des quelque 4000 jeunes de 5e et 6e année des quatre commissions scolaires de la région. L'atelier se donne aussi dans les camps de jour durant l'été.

Résolument engagées dans le mouvement d'autonomie alimentaire régionale et le *mangeons local*, les Fêtes Gourmandes participent aujourd'hui activement à l'élaboration de la stratégie sectorielle de concertation pour le développement du secteur agroalimentaire du Saguenay-Lac-Saint-Jean, et participent aux nombreuses réflexions pour la mise en œuvre d'un modèle territorialisé de système alimentaire durable de proximité qui soit bien adapté à chacun des territoires des 5 MRC de la région. Elles organisent chaque année une soirée bénéfique/conférence afin de faire progresser la réflexion et la mise en œuvre d'un modèle de commercialisation des produits agroalimentaires régionaux en circuits courts, tout en s'assurant d'une contribution financière du milieu à leur mission.

**Notre mission:** En résumé, la mission des Fêtes Gourmandes du SLSJ consiste à: 1) favoriser, soutenir et accompagner la réalisation d'événements gourmands et de sensibilisation, permettant la croissance du marché agroalimentaire de proximité en circuits courts et la dynamisation de l'offre des artisans du secteur bioalimentaire au bénéfice de la population du Saguenay-Lac-Saint-Jean; 2) favoriser l'émergence d'une relation de proximité entre producteurs, transformateurs, et consommateurs, menant ainsi à un modèle agroalimentaire centré sur la dynamisation des territoires locaux; 3) positionner les aliments d'ici au cœur du projet de société de la collectivité régionale par l'éducation des élèves du primaire et du secondaire afin de sensibiliser les familles à l'achat de produits agroalimentaires de proximité, d'en faire connaître les avantages économiques, sociaux et environnementaux.

# Survol de l'année 2023

par Raymond Rouleau, Stéphane Simard

Après avoir été pendant près de 25 années organisatrices d'événements gourmands, les Fêtes Gourmandes du SLSJ œuvrent désormais en tant qu'organisme-conseil à rehausser l'impact et la qualité des nombreux événements gourmands qui existent aujourd'hui, et à dynamiser l'essor de nouveaux événements et activités visant à promouvoir le *mangeons local* dans notre région.

Après trois années marquées par un certain ralentissement, dû aux restrictions sanitaires globales, de 2020 à 2022, l'année 2023 a connu un important regain d'activités, que nous passerons en revue dans les articles qui suivent. En bref, les Fêtes Gourmandes se sont activées par des accompagnements, échanges de bonnes pratiques, et la tenue de kiosques d'information et de sensibilisation au *mangeons local*. Ces activités ont eu lieu dans le cadre des événements suivants: la *Foire Agroalimentaire Zone Boréale*, le Congrès Régional de l'UPA, l'*Expo agricole régionale de Chicoutimi*, les *Portes Ouvertes sur les fermes de l'UPA* à la Ferme Tournevent (Hébertville), le *Festival du Fermier* à St-Henri-de-Taillon, le *Festival Lune des Moissons de St-Prime*, l'Assemblée générale annuelle des Agricultrices du SLSJ. De plus, des progrès appréciables ont été faits

du côté de notre programme éducatif *Mangeons local*, dispensé dans l'ensemble des écoles primaires de la région par une animatrice scientifique de Technoscience.

Des travaux de mise à jour et d'amélioration de notre site Web ont été entrepris. Grâce à l'introduction d'un outil pédagogique en ligne, les enseignants sont désormais à même de revenir sur le contenu de l'atelier de Technoscience et de partager ce matériel de référence avec leurs élèves. Pour nos membres ainsi que le grand public, le site Web donne accès à nos publications, dont le téléchargement des nouvelles affiches que nous avons créées au printemps dernier, intitulées "*Panorama du Sag-Lac Gourmand*". Les Fêtes Gourmandes y ont recensé, par MRC, quelque 250 entreprises agroalimentaires de la région.

Enfin, nous attendons les détails et rapports relatifs à notre implication récente à la table sectorielle pour le développement du secteur agroalimentaire du Saguenay-Lac-Saint-Jean. En plus des Fêtes Gourmandes, cette table rassemble une foule d'intervenants, tels que les ministères, les MRC, la SADC, l'ODÉ, l'UPA, l'UQAC, les ATR, le CQDD et Agrinova.



Au Festival de la Lune des Moissons de St-Prime (Photos Stéphane S.)





## Journée Portes ouvertes *Mangeons local* à la ferme Tournevent

par Stéphane S.

Chaque année depuis 2003, l'Union des producteurs agricoles (UPA) organise un peu partout au Québec une journée portes ouvertes sur les fermes (rebaptisée Portes ouvertes *Mangeons local* depuis 2020) afin de faire connaître au grand public d'importants producteurs agricoles locaux. La 19e édition, qui s'est tenue en une seule journée, le 10 septembre 2023, a bénéficié d'une affluence d'environ 36 000 visiteurs dans les 53 fermes ayant participé à l'événement au Québec.

Les Fêtes Gourmandes étaient sur place à la Ferme Tournevent d'Hébertville. Les autres fermes participantes au Saguenay-Lac-St-Jean étaient: à Jonquières: la Fromagerie Blackburn et le vignoble Domaine Le Cageot, à St-Fulgence: la bergerie La Vieille Ferme, à St-Prime: la Ferme Louis Laroche, et à Albanel: la Ferme Liégeoise.

La Ferme Tournevent est l'une des rares huileries au Québec, et la seule qui produise ses propres matières premières. Il s'agit de grandes cultures de canola, de cameline, de

chanvre, de lin et de légumineuses. Ils sont aussi producteurs d'ail. Les propriétaires, Guillaume Dallaire et Audrey Bouchard, avaient fait les choses en grand, et l'événement profitait d'une belle journée ensoleillée. Un chapiteau abritait plusieurs exposants, et, sur le terrain extérieur, il y avait des dégustations, de la restauration ainsi que des jeux pour enfants.

**Application *Mangeons local*:** Signalons qu'il existe une application pour tablettes et téléphones mobiles permettant de repérer facilement sur le territoire québécois les entreprises agricoles qui font de la vente directe pour s'approvisionner à proximité de son domicile ou visiter des attraits agrotouristiques d'une région. Cette application, lancée en 2020 par l'UPA, et présentée par Aliments du Québec, apporte ainsi des retombées directes aux producteurs et transformateurs locaux. Elle est disponible sur Google Play et dans l'App Store.



La copropriétaire de la ferme Tournevent, où l'événement s'est tenu, Audrey Bouchard. (Photo : Radio-Canada / Roby St-Gelais)



Le kiosque des FG sous le chapiteau (Photo: Audrey Bouchard)

## Expo Agricole 2023: Une meilleure représentation des entreprises agroalimentaires de la région grâce aux Fêtes Gourmandes

par Raymond R., Stéphane S.

La 101e édition de l'Expo Agricole de Chicoutimi, qui s'est tenue du 26 au 30 juillet 2023 au Centre Georges-Vézina, a bénéficié d'une représentation accrue des entreprises agroalimentaires de la région grâce à la Vitrine de diversité organisée par les Fêtes Gourmandes du Saguenay-Lac-St-Jean en collaboration avec les dirigeants de l'Expo Agricole régionale de Chicoutimi. Cette initiative, amorcée en 2022, vise à faire la promotion du *mangeons local* et à montrer la diversité et la qualité des produits locaux qui font la richesse et la fierté de notre région. Elle vise à faire rayonner au cœur de l'Expo l'agriculture qui nous nourrit.

Cette année, les Fêtes Gourmandes sont allées un peu plus loin dans l'organisation de l'événement et par le contenu présenté. Six emplacements avaient été réservés à l'intérieur du Centre Georges-Vézina. Les cinq premiers illustraient un portrait respectif par MRC de la très grande diversité de produits alimentaires des entreprises qui s'investissent dans le



Raymond tenant le kiosque de la MRC Lac-St-Jean Est (Photo: Stéphane S.)

*mangeons local* en priorisant la commercialisation en circuits-courts tels, la vente à la ferme, les kiosques libre-service, la vente en ligne, les marchés fermiers, les épiceries de proximité... Le sixième était destiné à faire connaître l'organisation des Fêtes Gourmandes, sensibiliser et informer le public sur le besoin grandissant d'un approvisionnement en circuits courts de proximité.

"Mission accomplie pour la 101e édition de l'Expo agricole



de Chicoutimi", déclaraient ses dirigeants à la fermeture. Alors que la distance parcourue par les aliments que l'on retrouve sur les tablettes de nos grands magasins d'alimentation atteint en moyenne 2500 km pour se rendre du lieu de production jusqu'à notre assiette, qu'à peine 7¢ sur chaque dollar acheté dans ces grandes épiceries reviennent à ceux et celles qui les ont produits, que les deux tiers des aliments consommés au Québec proviennent de l'étranger, il devient urgent de positionner les aliments d'ici au cœur du projet de société de la collectivité régionale.

L'Expo Agricole a bénéficié, grâce à l'élaboration d'une vitrine de diversité par les Fêtes Gourmandes du SLSJ, d'une représentation accrue de 236 entreprises qui s'investissent dans le *mangeons local* par le développement du marché de proximité en circuits courts, incluant par le biais d'affiches, de montages vidéo et d'informations spécifiques sur chaque entreprise données aux visiteurs en réponse à leurs questions. Un panorama de ces entreprises a été réalisé par les Fêtes Gourmandes en 5 affiches conçues sur mesure pour l'occasion, qui représentent une cartographie par MRC et par catégorie. Celles-ci sont disponibles pour téléchargement sur le site web des Fêtes Gourmandes, à l'adresse:

[www.fetesgourmandes.org/saglacgourmand](http://www.fetesgourmandes.org/saglacgourmand)

Bref, cette collaboration s'annonce des plus structurantes pour l'avenir.



Quelques-unes des entreprises représentées aux kiosques (Photo: Stéphane S.)

Merci à nos commanditaires!



## L'Atelier scolaire *Mangeons local*

par Technoscience, Fêtes Gourmandes

Il y a de cela huit ans en 2023 que, persuadées que le changement arrive par la sensibilisation, Les Fêtes Gourmandes ont développé un important programme éducatif scolaire sur le *mangeons local*, destiné aux 4000 élèves de 5e et 6e année des quatre Centres de Services Scolaires de la région. Au cours des deux dernières années, le programme a été rehaussé en collaboration avec Technoscience, qui, depuis ce temps, se charge d'envoyer ses animateurs scientifiques le dispenser sous la forme d'un atelier dans l'ensemble des écoles primaires de la région. Le programme est supporté par nos partenaires et commanditaires, mentionnés ci-dessus: Desjardins, l'UPA régionale, Nutrinor, ainsi que le Gouvernement du Québec. Le renouvellement de ce partenariat a été confirmé pour 2024.

En continuité de l'année précédente, Technoscience a pu débiter les activités de l'atelier en début d'année scolaire, ce qui leur a permis de mieux faire la promotion et de diffuser plus facilement

la publicité de l'atelier afin de réaliser un plus grand nombre d'ateliers au cours de l'année scolaire. Les ateliers ont été présentés dans les classes de 3e cycle du primaire, ainsi que dans les camps de jour des Débrouillards pendant la période estivale. Le contexte des camp permet d'aller plus loin en ajoutant des dégustations et des découvertes de produits locaux en plus de la diffusion de l'atelier régulier. Pour cette deuxième année, c'est un grand total de 70 ateliers qui ont été réalisés durant l'année scolaire, de septembre 2022 à août 2023, dont 57 ateliers réalisés dans les classes, ainsi qu'une douzaine au camp de jour des Débrouillards. De plus, cette année, Technoscience a présenté une conférence à la Foire agroalimentaire Zone Boréale qui s'adressait au grand public.

La majorité des ateliers a été réalisée pendant les récoltes abondantes des mois de septembre, octobre et novembre. Le mois de la nutrition de mars a aussi été très populaire, car les enseignants désiraient relier l'atelier avec les saines habitudes alimentaires. À plusieurs reprises, des élèves ont été revus, en classe ou en camp, qui se souvenaient de toutes les informations de l'atelier *Mangeons local*

qu'ils avaient eu la chance de vivre l'année précédente. Certains ont même mentionné qu'ils recherchaient, depuis l'activité, les logos du Québec partout sur les aliments. Cela démontre que l'atelier a vraiment un impact direct sur les jeunes.

À noter que l'atelier est offert gratuitement à tous les enseignants de la région, incluant les frais de transport. Cependant, le nombre maximal de séances disponibles au cours de l'année scolaire est ajusté en fonction du budget octroyé. Une liste de réservations d'enseignants désirant recevoir l'atelier pour 2023-2024 est déjà active.



Dimanche, 18 février 2024 de 10h à 16h au Centre communautaire St-Coeur-de-Marie, 5791 du Pont Nord, Alma



# Pourquoi s'investir dans le Mangeons local ?

par Raymond R.

**Mise en situation:** Le modèle grande surface de distribution alimentaire propulsé depuis les années 1960 par une consommation de masse, montre aujourd'hui des signes d'essoufflement; la menace, c'est le retour en grâce du *mangeons local* et des circuits courts (C. Lebel). "Notre système alimentaire n'est pas durable. À un point tel où à peine trois plantes (blé, maïs, riz) constituent dorénavant pour l'essentiel de l'alimentation de la majorité des populations. Il nous faut développer une meilleure compréhension du cycle de vie du sol et de la matière organique et respecter sa capacité hydrique de conservation et de régénération de l'eau." (A. Olivier)

## Faiblesses:

1) Les aliments en vente dans les magasins grandes surfaces de distribution alimentaire tels que nous les connaissons au Québec, ont parcouru en moyenne 2500 km pour se rendre de la terre, où ils sont produits, jusqu'à notre table. Les deux tiers des denrées agricoles que nous consommons proviennent de l'étranger.

2) Près de 70% proviennent de grandes

régions agricoles de production intensive (exemple la Californie et le Nord de l'Inde) qui seront en manque d'eau dans 20 ans.

3) Près de 40% des aliments distribués dans ces grandes surfaces sont perdus avant d'être consommés. En France, une loi interdit de jeter des aliments et oblige de les distribuer aux banques alimentaires avant leur date de péremption.

4) Sur chaque 1\$ en nourriture achetée sur base régulière dans ces magasins d'alimentation de grande surface, 7.7¢ vont à l'agriculteur qui l'a produite (chiffres en décroissance) ; les consommateurs paient de plus en plus cher et les intermédiaires s'accaparent les profits. (J.L. Rastouin, École Sup. d'Agronomie de Montpellier)

5) Près de 80% des aliments consommés ont dorénavant subi une transformation. Certains analystes estiment qu'au rythme où certains grands transformateurs remplacent les bons gras et les bons sucres par des sucres de moindre qualité à moindre coûts (sirop de maïs), afin d'augmenter leurs profits, près de 50% de la population mondiale sera obèse ou en surpoids, d'ici 2030. (A. Olivier)

6) Les chiffres de ventes du modèle grande surface de distribution alimentaire au travers de l'Amérique du Nord et

de l'Europe sont à la baisse depuis 10 ans... trop vaste, trop impersonnel. À un point tel que certains magasins enlèvent leur bannière de grande surface afin de se donner une allure d'épicerie de quartier. En France, Casino et Carrefour ont commencé à réduire la surface et misent sur "une expérience client plus agréable". (Harvard Business School / C. Lebel).

## Forces:

1) Près de 58% des consommateurs québécois recherchent en priorité des produits alimentaires produits localement. (A. Olivier)

2) Une entreprise agricole sur cinq, au Québec développe la vente directe au consommateur.

3) Le marché en ligne comme modèle d'approvisionnement de produits alimentaires locaux en circuits courts s'impose de plus en plus.

4) Au Québec, 2/3 des aliments consommés proviennent de l'étranger, ce qui laisse beaucoup de place encore pour les produits locaux.

5) Notre région dispose d'un modèle innovant de démarche éducative et fut déjà partie prenante de l'élaboration d'un modèle grande surface avec les magasins JAT. Nous pourrions donc être à l'origine d'un nouveau modèle de distribution alimentaire en circuits courts.



Le Festival du Fermier à la Ferme Benoît et Diane Gilbert, St-Henri-de-Taillon (Photo: Stéphane S.)

## Appel à contributions

Le Sag-Lac Gourmand, est destiné à devenir le périodique officiel des Fêtes Gourmandes du Saguenay-Lac-St-Jean et un important moyen de diffusion de nouvelles et d'articles spécialisés pour tous ceux qui s'investissent dans le *mangeons local*. Dès 2024, il paraîtra quatre fois par année, au début de chaque saison, soit en: mars, juin, septembre et décembre. Le périodique sera disponible au grand public pour téléchargement sur notre site Web. En vue du lancement du Volume 1, Numéro 1, en mars 2024, nous invitons tout le monde à soumettre des articles et annonces à l'éditeur à l'adresse:

fetesgourmandesslsj@gmail.com





Festival du Fermier à la Ferme Benoît et Diane Gilbert (Photos: Stéphane S.)

## Le Sag-Lac Gourmand

### Équipe d'édition:

Raymond Rouleau, rédacteur en chef  
Stéphane Simard, éditeur, mise en page

### Présidence:

Diane O. Gilbert, présidente  
Nicole Lalancette, vice-présidente

**Administrateurs:** Raymond Rouleau,  
Laurence Desbiens, Julie Larouche,  
Maryline Ouellet, Stéphane Simard,  
Ruth Tremblay

© 2023 Les Fêtes Gourmandes du  
Saguenay-Lac-St-Jean