

# Une saveur d'agriculture



*Le magazine des saveurs locales  
de la MRC du Granit*



# Une saveur d'environnement



*Portraits d'initiatives locales /  
Événements / Actualités*



Le magazine des saveurs locales de la MRC du Granit vise à faire rayonner les initiatives, les nouveautés et les bonnes pratiques en agriculture et en environnement dans la région.



Visitez le site Internet de la MRC pour consulter les éditions précédentes.

## Manger local à l'automne...et toute l'année!

L'automne arrive tranquillement avec son abondance de légumes et de produits locaux. Oui, c'est le moment d'en profiter, mais pourquoi pas à l'année? Selon le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ), si chaque consommateur achetait pour 30 \$ de plus en produits québécois, par année, on injecterait un milliard de dollars de plus dans l'économie québécoise en cinq ans.

On s'entend que, 30 \$ par année, c'est un geste à la portée de tous, qui ferait une énorme différence pour tous les producteurs et les transformateurs d'ici.



Et il faut oublier le mythe que l'achat local c'est plus coûteux, une vaste étude est venue démontrer que les produits locaux sont tout à fait concurrentiels.

S'approvisionner directement chez le producteur ou au marché public est aussi une bonne façon d'économiser afin d'éviter les intermédiaires.

Découvrez dans les pages de ce magazine de multiples façons d'acheter local, dans les prochains mois, et de vous régaler par la même occasion.

## En vedette dans cette édition du magazine :



Pages 3-4-5



Parlant d'achat local, découvrez la nouvelle formule du *Défi je mange local*. Parmi les nouveautés, des conférences gratuites très pratiques sont offertes en ligne (ex. : astuces pour manger local au rythme des saisons, cuisiner sans recettes, etc.).

Le défi a été repensé pour être accessible autant dans sa simplicité d'approvisionnement que financièrement, à la portée de tous et réaliste afin de faciliter la vie de ceux qui souhaitent tranquillement changer leurs habitudes alimentaires. Allez faire un tour sur le site Web!

**Bonne lecture et bon appétit!**

Équipe Agriculture-Environnement, MRC du Granit



[www.mrcgranit.qc.ca](http://www.mrcgranit.qc.ca)



@mrcgranit



MRC du Granit

## Portrait

Nouveau circuit touristique gourmand!

**Samedi 30 septembre et  
dimanche 1er octobre  
10 h à 16 h**

Venez rencontrer les producteurs et les transformateurs locaux de la région. Une dégustation gratuite est offerte à chaque arrêt.

### Qui sont les producteurs participants?

**Cabane à sucre et produits La Martine  
Distillerie du Granit**

Saint-Romain

La cabane à sucre à l'année c'est à Saint-Romain que ça se passe avec les produits de Martine! Découvrez aussi le nouveau Spritz Boréal avec de la fraise du Québec à la Distillerie.



**Ferme des petits Torrieux  
Domaine des Coulées  
La Noix d'Érable**

À la Ferme des petits Torrieux à Frontenac

Une multitude d'activités vous attendent lors de cette fin de semaine spéciale chez les Torrieux! Profitez aussi de l'occasion pour déguster du vin acéricole et des noix à l'érable, vos invités parfaits pour le prochain 5 à 7!

**Deça Deci  
Marston**

Découvrez ou redécouvrez la ferme Deça Deci et faites le plein de viande et de fromage d'ici.

**Les Joyeux Fermiers  
Saint-Ludger**

Une variété de viandes fermières, élevées avec douceur et respect, à découvrir à Saint-Ludger.

**Ferme la Vallée du Coin  
Lac-Mégantic**

Une bonne dégustation de viande d'agneau avec la belle histoire de cette ferme issue d'un projet mère-fille, le combo parfait!

**Miel l'été doré  
Woburn**

Une variété de produits de miel à se mettre sous la main tout en visitant le paradis de l'abeille.

**Domaine de la rivière Samson  
À la boulangerie Lambton**

Venez à la rencontre de l'érable sous toutes ses formes et toutes ses saveurs!



**Tournez la page de ce magazine pour voir la carte  
complète du circuit!**

# Dégustez Mégantic

Une virée qui goûte le ciel!

Présenté par :



## Nouveau circuit touristique gourmand

Samedi 30 septembre  
et dimanche 1<sup>er</sup> octobre de 10h à 16h



Venez rencontrer les producteurs  
et transformateurs locaux de la région.  
Une dégustation gratuite sera offerte  
à chaque entreprise.

Visitez le [www.degustezmegantic.ca](http://www.degustezmegantic.ca)  
pour en savoir davantage !



**1 Produits de La Martine**  
184, chemin Beauchesne, St-Romain  
819 237-4701

**2 Distillerie du Granit**  
346, rue principale, Saint-Romain  
819 446-2219

**3 Boulangerie Lambton**  
248, rue Principale, Lambton  
418 486-2839

**4 Vive les épices**  
Kiosque à la Boulangerie Lambton  
418 957-7592

**5 Domaine de la Rivière Samson**  
Kiosque à la Boulangerie Lambton  
819 582-7062

**6 Les Joyeux Fermiers**  
673, rang 7, Saint-Ludger  
819 548-5705

**7 Ferme des petits torrieux**  
8622, Route 204, Frontenac  
819 582-9422

**8 Domaine des Coulees**  
Kiosque à la Ferme des petits torrieux  
819 212-7802

**9 La Noix d'Érable**  
Kiosque à la Ferme des petits torrieux  
418 226-6842

**10 Ditchfield Microtorréfacteur**  
6239, rue Salaberry, Lac-Mégantic  
819 582-7062

**11 Ferme Vallée du coin**  
4574, rue Pie XI, Lac-Mégantic

**12 Café bistro La Brûlerie**  
5540, rue Papineau, Lac-Mégantic  
819 583-1673

**13 Microbrasserie La Garrison**  
4256, rue Laval, Lac-Mégantic  
819 583-3737

**14 Dans le pétrin**  
3976, rue Laval, Lac-Mégantic  
873 550-8099

**15 Ferme Deça Decé**  
298, Route 263 sud, Marston  
819 214-5152

**16 Miel l'été doré**  
670, rang Tout-de-joie, Woburn  
438 868-9727



## LE PLASTIQUE À USAGE UNIQUE **ÇA FAIT PIC PIC!**



## Actualités

## Le plastique à usage unique, ça fait...pic pic?

Définition: C'est ordinaire

Exemple: *Ça fais pic pic ton affaire*

Avouez qu'on se sent « pic pic » quand on a le gros contenant en styromousse, la fourchette en plastique et la paille en main devant une poubelle déjà pleine à ras bord.

Mais peut-être avez-vous déjà remarqué le changement dans les différents commerces et restaurants? Sacs en plastique, pailles, ustensiles et certains contenants seront bientôt complètement bannis du pays, et ce, grâce à l'entrée en vigueur d'une nouvelle loi fédérale.

La meilleure solution est toujours d'avoir sous la main l'option réutilisable, mais à défaut, les alternatives à usage unique à ces articles, qu'elles soient en carton, en aluminium ou en bois pressé, ont commencé à faire leur apparition. C'est bien beau tout ça, mais il ne faut surtout pas oublier de mettre ces matières dans le bon bac après usage, sinon bien, ça fait « pic pic »!

### CONTENANT EN STYROMOUSSE

#### CONTENANT RÉUTILISABLE



Plats à emporter du commerce :  
un contenant en aluminium souillé ça va à la récupération,  
celui en carton souillé au compost.

### PAILLE EN PLASTIQUE

#### PAILLE EN MÉTAL OU VERRE SANS PAILLE



Paille déchirée après l'usage :  
une paille en papier ça va au compost.



### SAC EN PLASTIQUE

#### SAC RÉUTILISABLE EN TISSU OU PAPIER



Sac déchiré après l'usage :  
un sac papier ça va à la récupération.

### USTENSILES EN PLASTIQUE

#### USTENSILES LAVABLES



Ustensiles à emporter du commerce :  
des ustensiles en fibre de bois ça va au compost.



## Actualités

### Système alimentaire territorial du Granit : un travail collaboratif

Depuis plus de deux ans, un comité de pilotage composé de représentants d'organismes\* issus du secteur communautaire, économique et municipal travaille à l'amélioration du système alimentaire du territoire local.



Visite de la serre-école d'Audet

Un plan d'action établi sur 3 ans est en cours et répond à trois grands enjeux : l'accès à la nourriture, l'optimisation du système alimentaire territorial et l'établissement d'une gouvernance pérenne de la démarche.

Grâce au travail de la chargée de projet, Isabelle Couturier, diverses initiatives sont lancées et soutenues, et la mise en contact pour de nouvelles collaborations est facilitée. Il est possible de la joindre à l'adresse [satmrcgranit@gmail.com](mailto:satmrcgranit@gmail.com)



Armoire de partage à Stornoway

#### Qu'est-ce qu'un système alimentaire territorial et durable ?

Un système alimentaire durable comprend les acteurs, les infrastructures et les activités impliqués dans la sécurité alimentaire d'une population. Un système alimentaire durable est un réseau de collaboration qui intègre la production, la transformation, la distribution et la consommation de produits alimentaires et la gestion des matières résiduelles, dans le but d'accroître la santé environnementale, économique et sociale de la collectivité.



# FORUM

## Vers une autonomie alimentaire locale ?

Venez réfléchir avec nous aux rôles que vous pourriez jouer pour améliorer notre autonomie alimentaire et l'accès aux aliments sains pour tous.

### une invitation du comité de pilotage du Système Alimentaire Territorial du Granit



Salle Bestar  
Centre Sportif  
Mégantic

Réservez cette date à votre agenda

Programmation à suivre  
déroulement  
en après-midi et soirée

Un forum sur divers sujets touchant notre système alimentaire se tiendra le mercredi 1er novembre 2023 au Centre Sportif Mégantic.

**TOUS sont bienvenus!** Surveillez les réseaux sociaux et le journal *L'Écho de Frontenac* pour la programmation et les modalités d'inscription.

\*CDC du Granit & Solutions gourmandes, CIUSSS-Estrie-CHUS RLS Granit, Constellation du Granit, Comité estrien des saines habitudes de vie, MRC du Granit, SADC région de Mégantic

## Joyeuse Halloween... et joyeuses fêtes!

Votre citrouille a mauvaise mine sur le trottoir après chaque Halloween?

Voici quelques trucs pour éviter le gaspillage :

1

Pour s'assurer d'avoir une bonne tarte à la citrouille, gardez celle-ci non creusée le plus longtemps possible, pour en conserver la fraîcheur. Si vous utilisez votre citrouille comme décoration à l'extérieur, trouvez-lui un coin à l'ombre.

2

Plusieurs options sont possibles pour décorer votre citrouille sans avoir besoin de la découper (pour mieux la manger ensuite!). Vous pouvez dessiner dessus, la décorer à l'aide de feuilles d'automne, etc.

3

Il est possible d'aller nourrir les cochons avec votre citrouille (sans décoration) les 2, 3 ou 4 novembre à la Ferme des petits Torrieux! Vous pouvez aussi l'offrir à un autre producteur local près de chez vous!



## Visitez un marché de Noël dans la MRC du Granit pour vous procurer des cadeaux écoresponsables!

Consultez la page Facebook des différents marchés ou vos sources d'informations locales pour connaître les lieux et les heures d'ouverture.

Date	Marché
4 novembre	Lac-Drolet
11 novembre	Saint-Ludger
25 novembre	Saint-Sébastien et Stratford
24-25-26 novembre	Notre-Dame-des-Bois
1er au 3 décembre	Lac-Mégantic
3 décembre	Frontenac
9 décembre	Lambton
16 décembre	Ferme des petits Torrieux