

ÉDITION AUTOMNE/HIVER

20 NOVEMBRE – 6 DÉCEMBRE 2026

PROGRAMME



MANGER COMME ON SÈME

Le festival des 4 saisons

**Près de
90 évènements
sur votre territoire**

**Visites de fermes, balades,
ateliers, marchés,
dégustations**





Manger comme on sème : agir ensemble pour notre avenir alimentaire

Nous vivons une période charnière. Le dérèglement climatique transforme notre agriculture, fragilise les ressources naturelles et interroge notre capacité à garantir à toutes et tous une alimentation de qualité, locale et accessible. Face à ces défis, nos territoires se mobilisent.

Depuis plusieurs années, Montpellier Méditerranée Métropole, le Pays de l'Or Agglomération, le Pays Cœur d'Hérault et la Communauté de communes du Grand Pic Saint-Loup unissent leurs forces autour d'une même conviction : la transition agricole et alimentaire se construira collectivement, avec celles

et ceux qui produisent, transforment, distribuent, sensibilisent et, bien sûr, avec les habitants.

Avec Manger comme on sème, le festival des 4 saisons, nous vous invitons à découvrir cette dynamique à l'œuvre sur nos territoires. Producteurs, associations, chercheurs, collectivités, acteurs éducatifs et culturels imaginent et expérimentent chaque jour de nouvelles façons de produire, de distribuer et de consommer.

Ateliers, visites de fermes, marchés, repas partagés, projections, débats ou moments festifs : cette programmation est autant d'occasions de découvrir, d'apprendre, d'échanger et de se rencontrer. Car l'alimentation est bien plus qu'une affaire de consommation : elle est au cœur de notre santé, de notre environnement, de notre culture, de notre économie locale et de nos liens sociaux.



À travers chaque initiative, chaque rencontre et chaque évènement, c'est une même ambition qui se dessine : construire des territoires plus résilients, soutenir celles et ceux qui nous nourrissent et permettre à chacune et chacun d'être acteur de son alimentation.

Les grands défis auxquels nous faisons face appellent des réponses concrètes. Elles existent déjà, ici, sur nos territoires. *Manger comme on sème* vous propose de venir les découvrir et d'y prendre part.

Nous vous souhaitons un beau festival, riche en découvertes, en rencontres et en échanges. Venez nombreux !



Michaël DELAFOSSE

Président de Montpellier Méditerranée
Métropole
Maire de Montpellier

Joël RAYMOND

Vice-Président de Montpellier Méditerranée
Métropole délégué à l'Agriculture,
l'Alimentation et la Ruralité
Maire de Montaud

Jérôme LOPEZ

Président de la Communauté de communes
du Grand Pic Saint-Loup
Maire de Saint-Mathieu-de-Trévières

Stéphan ROSSIGNOL

Président de l'Agglomération du Pays de l'Or
Maire de La Grande Motte

Jean-François SOTO

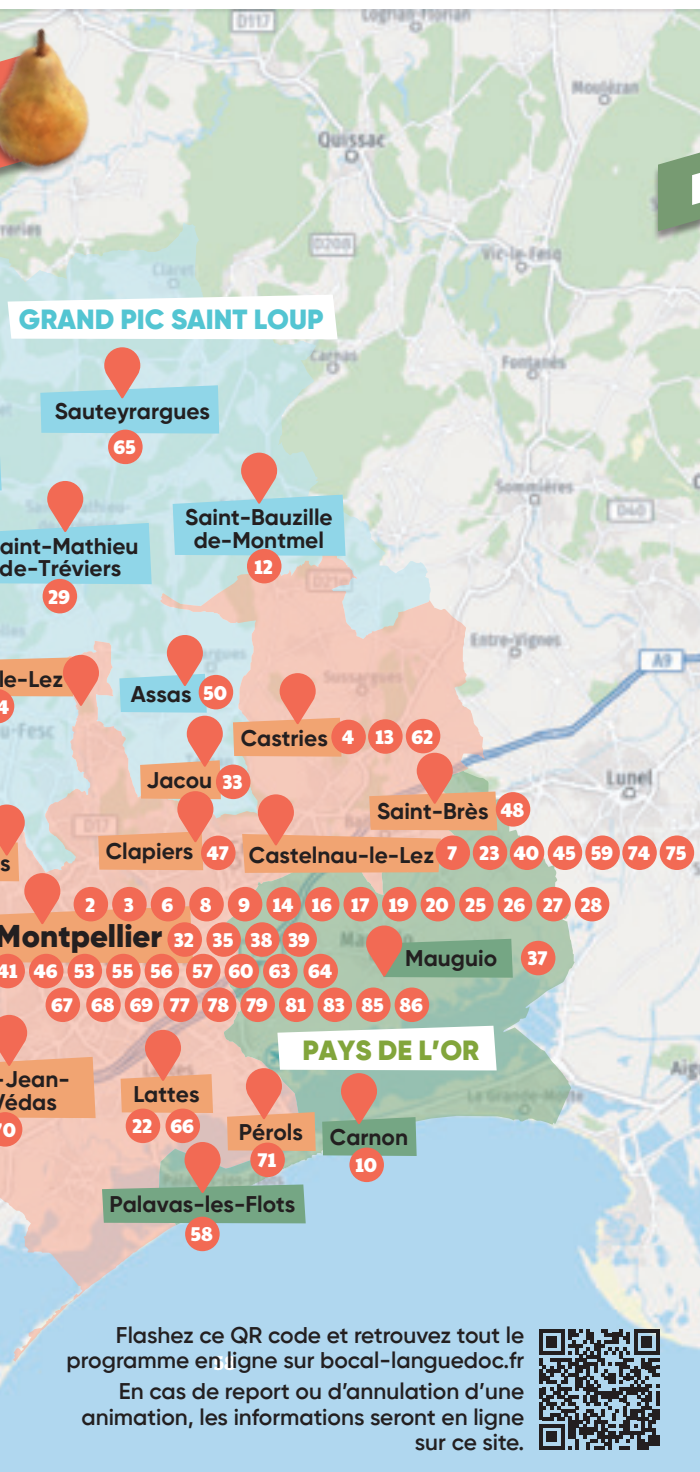
Président du Pays Cœur d'Hérault
Maire de Gignac

trouvez en un coup d'œil

LES ANIMATIONS SUR NOS TERRITOIRES

Saint-Jean-de-Buèges 5





Les activités du programme



Animations
sur lieu de vente



Conférences
et tables rondes



Visites de fermes
et lieux
de production



Ateliers et jeux



Festivités



Expositions,
ciné-débats
et spectacles



Restauration
sur place/petite
restauration
sur place



Animations
pensées pour les
enfants



**PRÈS DE
90 ANIMATIONS
PROGRAMMÉES**

LE OFF

Du 15 octobre au 30 novembre

Festival Alimenterre



Né en 2007 à Paris, le festival Alimenterre est devenu un événement international organisé chaque année du 15 octobre au 30 novembre. Autour d'une sélection de 10 films documentaires, il permet à chacun, chacune d'en apprendre plus sur les enjeux agricoles et alimentaires en France et dans le monde. Au programme : des animations tout public, des ciné-débats et des rencontres, où s'informer et échanger dans la convivialité!

Les projections prévues sur le territoire :

• **Vendredi 13 novembre à 18h30 :**
« Femmes des terres ».

Salle Rosa Parks, Avenue des Comtes
Meligueil, 34130 Carnon.

• **Samedi 21 novembre à 18h30 :**
« Ébullition ». Espace de Vie Sociale -
MJC Annexe de Carnon - Place des Cystes,
34130 Mauguio-Carnon.

• **Samedi 21 novembre à 18h30 :**
« Au fil de l'eau, de l'insouciance à la
désobéissance ».
Chai du Domaine - 18 rue du Plan Vincent,
34160 Saint-Bauzille-de-Montmel.

• **Dimanche 22 novembre à 15h :**
« Femmes des terres ».
Tiers-Lieu La Tendresse - 80 impasse
Flouch, 34070 Montpellier.

• **Dimanche 22 novembre à 17h30 :**
« Être(s) vivants, interroger les liens ».
Cinéma Luteva - 11 avenue Dr Joseph
Maury, 34700 Lodève.

• **Mardi 24 novembre à 19h :**
« Au nom de la mer, vers une pêche
durable ? ». Auditorium du Pôle Autonomie
Santé - 95 allée Hélène Cotte-Dunand,
34970 Lattes.

• **Dimanche 29 novembre à 16h30 :**
« Être(s) vivants, interroger les liens ».
Salle du cinéma - Place de la mairie
34380 Saint-Martin-de-Londres.

Plus d'informations
sur le site du festival :
www.alimenterre.org



LE OFF

Samedi 14 novembre

CELLES

14H-22H



Nourrir et cultiver le territoire dans un monde en mutation : ateliers, table ronde, concert

Réchauffement climatique, stress hydrique, mondialisation de l'alimentation, tensions autour du foncier agricole, risques pour la santé globale des socio-écosystèmes... : face à ces enjeux, quelles ressources pour nourrir et cultiver le territoire de manière plus durable ? Pour son deuxième événement de l'année 2026, la Maison de la Recherche de Celles, en partenariat avec le CODEV du Pays Cœur d'Hérault, propose de croiser le regard de chercheurs, d'agriculteurs du territoire et de techniciens territoriaux pour questionner le passé, le présent et l'avenir du paysage agricole et alimentaire du Salagou. Face aux changements globaux actuels, comment s'adapter, résister et/ou se transformer ?

/// Église - Place Henri Goudal,
34700 Celles

Réservation recommandée via le QR code. Plus d'informations sur le site de la mairie ou par mail à : mairie.celles@lodevoisetlarzac.fr

Organisé par la Commune de Celles, le CODEV du Pays Cœur d'Hérault et la Maison des Sciences et des Humanités SUD et UMR ART-Dev, dans le cadre de la programmation de la Maison de la Recherche de Celles.



Vendredi 20 novembre

JUVIGNAC

18H-19H30



1

Atelier d'assemblage de vins bruts de cuve : devenez œnologue le temps d'une heure !

Glissez-vous dans la peau d'un maître de chai et découvrez les secrets de la création du vin. Apprenez à marier les cépages, testez vos sens et repartez avec votre création unique !

Au programme de cet atelier exclusif :

- Dégustation brute : goûtez des vins en cours d'élevage pour comprendre le caractère unique de chaque cépage.
- L'art de l'assemblage : jouez avec les éprouvettes, dosez, équilibrez et créez le vin qui vous ressemble.

Votre bouteille personnalisée : mettez votre propre cuvée en bouteille, bouchez-la et repartez avec votre création unique et personnalisée !

Une expérience sensorielle et ludique, accessible à tous les amateurs de vin : débutants comme initiés.

/// Château de Fourques - 1024 route de Lavérune, 34990 Juvignac

Accès : Tram 3 Arrêt Juvignac puis Bus 25 Arrêt Églantiers

Tarif : 20€/personne. Inscription obligatoire au 04 67 47 90 87 ou par mail à fourques@netcourrier.com

Public : adultes. Pas d'accès possible en fauteuil roulant.

Organisé par le Château de Fourques.

Samedi 21 novembre

MONTPELLIER

10H-12H



2

Visite d'une ferme maraîchère biologique

Venez découvrir gratuitement la ferme de la Condamine ! Sur un domaine de 5 hectares appartenant à la Métropole de Montpellier et géré en agroécologie, le collectif de la Condamine vous emmène visiter ses parcelles en maraîchage biologique, sous serre et en plein champ en agroforesterie, et des zones d'accueil de la biodiversité.

/// Ferme urbaine de la Condamine - 1372B rue des Marels, 34000 Montpellier

Accès : Bustram A Arrêt Eurêka ou Bus 14 Arrêt Walhalla. Parking vélo et voiture sur place.

Gratuit, inscription recommandée par mail à fermeurbainecollective@gmail.com

Accessible aux enfants à partir de 10 ans, sous la responsabilité des parents.

Organisé par la Ferme Urbaine Collective de la Condamine.



MONTPELLIER
10H-12H30



3

Atelier cuisine de plantes sauvages comestibles et accord mets & vins

Venez découvrir les plantes sauvages comestibles qui poussent naturellement sur le site de l'Oasis Citadine, au sein des magnifiques jardins du Château de Flaugergues. Après une balade de reconnaissance de la flore locale, place à l'atelier cuisine pour transformer la cueillette en délicieuses bouchées apéritives que les participants dégusteront en accord avec les vins du Château.

/// Oasis citadine - 87-69 rue de la Mogere, 34000 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Place de France ou Bus 14 Arrêt Evariste Galois (à 700 m).

Tarif : 5€/personne. Inscription obligatoire au 06 09 62 02 85 ou par mail à sauvageonne.aliciakoch@gmail.com Limité à 20 personnes.

Accessible aux enfants à partir de 6 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par le Château de Flaugergues, Sauvageonne & Co. et l'Oasis Citadine.

CASTRIES
10H-13H



4

Atelier « Cuisiner l'automne »

Un atelier convivial pour découvrir les saveurs de l'automne et cuisiner ensemble des produits de saison. Préparez des recettes végétales simples et savoureuses, puis partagez une dégustation autour d'une assiette chaleureuse et colorée.

/// 223 rue du Thym, 34160 Castries

Accès : Tram 2 Arrêt Notre-Dame de Sablassou puis Bus 46 Arrêt Collège Les Pins

Tarif : 30€/pers. Informations et pré-inscriptions par mail à sd.naturo@yahoo.com ou par téléphone au 06 51 55 68 29. L'inscription sera considérée comme définitive après réception du paiement par virement bancaire, avant le 12 novembre.

Nombre de places limité à 8 personnes. Une semaine avant l'animation, vous recevrez une confirmation de la tenue de l'activité, qui sera maintenue à partir de 6 participants.

Public : adultes.

Organisé par Sophie Delena.



Samedi 21 novembre

SAINT-JEAN-DE-BUÈGES

10H-15H



5

Libres à Vélo – Au fil de l'eau

Et si l'on parcourait le chemin de l'eau du sol jusqu'à l'alimentation ? Une boucle à vélo pour découvrir comment l'eau façonne les paysages et les aliments qu'on y produit. Chemin faisant, à travers des arrêts et des visites de producteurs, vous explorerez les pratiques, les savoir-faire et les productions locales. Une itinérance conviviale pour observer, rencontrer, comprendre... et goûter le territoire autrement.

Cet évènement est organisé dans le cadre du Festival Champs Libres.

**/// Parking – Rue du Jeu de Ballon,
34380 Saint-Jean-de-Buèges**

Animation à prix libre ; le tarif recommandé est de 5€/personne. Inscription par téléphone au 06 98 90 52 15.

Public : adultes.

Organisé par Rayons Daventure.



MONTPELLIER

10H-12H

ET 14H-16H



6

À la découverte de l'agriculture urbaine au cœur de la Mosson

Au fil de la visite, les participants partiront à la découverte des espaces, des installations et des expérimentations menées autour du vivant et de l'alimentation. L'animation permettra de mieux comprendre comment faire pousser, produire et prendre soin du vivant en ville, même dans des espaces contraints.

À travers des expériences, des manipulations et des petits défis, différentes questions seront abordées :

- Comment une plante pousse-t-elle et de quoi a-t-elle besoin ?
- Comment cultiver en ville lorsque l'espace et les ressources sont limités ?
- Quel rôle peuvent jouer les sols, l'eau, les insectes et la biodiversité ?
- Peut-on produire une partie de l'alimentation en ville ?
- Comment chacun peut-il contribuer à développer une ville plus vivante et plus résiliente ?

La visite sera également l'occasion de découvrir les initiatives développées au sein de l'OASIS et dans les sous-sols du Grenier de la Mosson, où les graines du futur de l'agriculture urbaine germent déjà.

**/// Tiers Lieu Oasis – Le Grand Mail,
70 rue de Leyde, 34080 Montpellier**

Accès : Tram 1 Arrêt Stade de la Mosson

Gratuit, sans inscription. Tout public. L'animation est adaptée aux enfants.

Organisé par Les Petits Débrouillards Occitanie.



CASTELNAU-LE-LEZ

11H-12H30



7

Visite de Graine de Caylus, un jardin partagé agri-culturel

Un jardin partagé est un endroit où l'on produit de la nourriture, où l'on tisse des liens, où l'on échange, joue, discute, s'amuse, se ressource, apprend, transmet... Depuis 5 ans, le jardin a vocation à faire évoluer les personnes qui le fréquentent en proposant des activités aux habitants du quartier et du territoire (ateliers, spectacles, expositions, sciences participatives...). La visite permettra de comprendre le fonctionnement de cette initiative citoyenne soutenue par la collectivité, de mesurer tout son potentiel et de laisser la place aux visiteurs pour partager de nouvelles idées.

/// Jardin partagé Terre de Caylus - Au croisement de la rue Henri Dunant et de la rue Michel Rozier, 34170 Castelnau-le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Jacou (à 7 minutes à pied)

Gratuit, sans inscription.

Tout public.

Plus d'informations par téléphone au 06 51 78 77 01.

Organisé par Terre de Caylus.

MONTPELLIER

14H-18H



8

Après-midi visite de l'Oasis citadine et atelier à la ferme

De 14h à 15h30, venez découvrir l'Oasis citadine, une ferme urbaine collaborative, grâce à une visite guidée interactive qui vous fera découvrir les principes et le fonctionnement de la permaculture, et vous donnera un aperçu des expérimentations en cours.

Puis de 16h à 18h, mettez les mains dans la terre lors d'un atelier pratique : tout ce que vous avez toujours voulu savoir sur la préparation d'une planche de culture potagère.

/// Oasis Citadine - 87-69 rue de la Mogere, 34000 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Odysseum

Gratuit, sans inscription. Tout public. Les personnes à mobilité réduite peuvent accéder à la plupart des parties de la ferme.

Pour toute demande de renseignements, appelez le 07 52 86 97 77.

Organisé par Oasis Citadine - Montpellier.



Samedi 21 novembre

MONTPELLIER

15H-17H



Quelles alternatives au chocolat industriel ?

Lors de cet atelier, les participants en apprendront plus sur les limites de la filière cacao, ses enjeux économiques, éthiques et écologiques, avant de découvrir de nombreuses alternatives au chocolat industriel. Le tout illustré par des dégustations de chocolats !

**/// Centre Langage Écoute Montpellier -
4 avenue de l'École de l'Agriculture
G. Buchet, 34000 Montpellier**

Accès : Tram 3 Arrêt Arceaux ou Bus 10 Arrêt Benjamin Milhaud.

Tarif : 20 €/personne. Inscription obligatoire par mail ou téléphone : chocolatitudes@gmail.com ou 06 89 49 91 44.

Accessible à partir de 14 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Chocolatitudes.



MAUGUIO-CARNON

15H-21H



10

Mer et Cultures

Un évènement aux saveurs méditerranéennes avec pour thème cette année : Cuisines et Jardins.

Au programme :

- **15h** : accueil
- **15h30 à 17h30** : deux ateliers cuisine de 2h.
- **15h30 à 18h30** : plusieurs ateliers créatifs (impression végétale sur tissu, tatouage au henné) et bien-être (les bienfaits des plantes) d'une durée de 45 minutes.

Il y en aura pour tous les âges et tous les appétits.

Et à 18h30, un temps fort : le ciné-débat autour du film « Ébullition » dans le cadre du festival Alimenterre. À travers plusieurs projets de restauration novateurs en Espagne, le film dévoile les ingrédients-clés d'une restauration durable dont l'impact sur la société s'étend bien au-delà de la table.

/// Espace de Vie Sociale - MJC Annexe de Carnon - Place des Cystes, 34130 Mauguio-Carnon

Gratuit. Inscription recommandée pour les ateliers (places limitées) par mail evs.mjc.carnon@gmail.com ou par téléphone au 06 56 70 84 83

Accessible à partir de 6 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Espace de Vie Sociale - MJC Annexe de Carnon, la Fabrique citoyenne, Melgueil Environnement et l'Agglomération du Pays de l'Or.



JUVIGNAC

18H-19H30



11

Atelier d'assemblage de vins bruts de cuve : devenez œnologue le temps d'une heure !

Glissez-vous dans la peau d'un maître de chai et découvrez les secrets de la création du vin. Apprenez à marier les cépages, testez vos sens et repartez avec votre création unique !

Au programme de cet atelier exclusif :

- Dégustation brute : goûtez des vins en cours d'élevage pour comprendre le caractère unique de chaque cépage.
- L'art de l'assemblage : jouez avec les éprouvettes, dosez, équilibrez et créez le vin qui vous ressemble.

Votre bouteille personnalisée : mettez votre propre cuvée en bouteille, bouchez-la et repartez avec votre création unique et personnalisée !

Une expérience sensorielle et ludique, accessible à tous les amateurs de vin : débutants comme initiés.

/// Château de Fourques - 1024 route de Lavérune, 34990 Juvignac

Accès : Tram 3 Arrêt Juvignac puis Bus 25 Arrêt Églantiers

Tarif : 20€/personne. Inscription obligatoire au 04 67 47 90 87 ou par mail à fourques@netcourrier.com

Public : adultes.

Pas d'accès possible en fauteuil roulant.

Organisé par Château de Fourques.

SAINT-BAUZILLE-DE-MONTMEL

18H30-20H30



12

Ciné-débat « Au fil de l'eau, de l'insouciance à la désobéissance »

Dans le cadre du festival Alimenterre, AGIR propose la projection du documentaire « Au fil de l'eau, de l'insouciance à la désobéissance » de Georges Tillard (52 min). Sécheresses, inondations, partout le cycle de l'eau a perdu la tête. Au-delà du désarroi des populations, ces catastrophes sont aussi la résultante des choix dans le développement de l'agriculture, l'industrie ou l'aménagement du territoire depuis la seconde guerre mondiale.

Du Pas-de-Calais à Sainte-Soline en passant par Rennes et Toulouse, cette enquête, menée à la première personne du singulier, prouve que des solutions existent mais que leur application reste suspendue à des choix politiques. C'est aussi la prise de conscience d'un nécessaire engagement.

La projection sera suivie d'un débat et d'un apéritif.

/// Chai du Domaine - 18 rue du Plan Vincent, 34160 Saint-Bauzille-de-Montmel

Accès : Parking place de la mairie et alentours, accès à pied possible via la rue du Four.

Gratuit, sans inscription.

Accessible à partir de 15 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par l'association AGIR pour la Transition Écologique.



Dimanche 22 novembre

CASTRIES

9H30-12H



13

Atelier écojardinage compostage au jardin

Comment composter au jardin ? Compostage en bac ou en plein air ? Comment recycler ses « déchets » pour nourrir naturellement le sol ? Le Réseau des Semeurs de Jardins propose un atelier pour apporter quelques réponses à ces questionnements de fin d'automne.

/// Jardins de l'Espoir - Chemin de Fondespierre, 34160 Castries

Gratuit. Inscription obligatoire par mail à semeursdejardinslr@gmail.com

Accessible aux enfants à partir de 15 ans.

Organisé par le Réseau des Semeurs de Jardins.

MONTPELLIER

9H45-12H15



14

Cours de cuisine bio locale

Découvrez comment cuisiner le tofu bio artisanal, qu'il soit aux 5 saveurs ou au sésame doré et au cumin mariné. Vous pourrez ensuite déguster le tofu cuisiné sur place !

/// Place du Nombre d'Or, 34000 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Antigone.

Gratuit. Inscription obligatoire au 06 75 92 89 00.

Trois créneaux d'atelier sont proposés :
9h45-10h15 / 10h45-11h15 / 11h45-12h15.

Accessible aux enfants à partir de 9 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Ladytofu terracoopa.

LODÈVE

10H-16H30



15

À vélo sur les chemins de l'agroécologie - Terroirs et savoir-faire du Lodévois et Larzac

Depuis Lodève, prenez un peu de hauteur à vélo pour découvrir comment agriculture, paysages et savoir-faire évoluent avec le territoire. Au fil des kilomètres et des rencontres, producteurs et artisans vous aideront à comprendre comment ressources locales, pratiques agricoles et savoir-faire peuvent contribuer à une agriculture plus durable. Une itinérance ponctuée de haltes et de découvertes pour voir l'agroécologie à l'œuvre, rencontrer celles et ceux qui font vivre le Lodévois... et partager quelques saveurs en chemin.

/// Parking - 200 Rue de la Draille, 34700 Lodève

Tarif : 20€/personne.

Inscription obligatoire via le QR code.

Accessible à partir de 18 ans.

Organisé par Rayons D'aventure.

Un pique-nique est à apporter par les participants.



MONTPELLIER

14H-17H



16

Projection & atelier de théâtre-forum à la rencontre des « Femmes des terres »

De 14h à 15h, les participants pourront découvrir librement ou accompagnés la revue Silence de l'association des Ami(e)s de Silence.

Après la diffusion à 15h du documentaire « Femmes des terres » (50 min) qui mènera les spectateurs en France, au Togo et en Bolivie, les participants seront invités à endosser le rôle d'une agricultrice ou tout autre personnage pour mieux appréhender les parcours de vie et les préoccupations des femmes qui sont bon gré, mal gré devenues « agricultrices ».

Cette projection s'inscrit dans le cadre du festival Alimenterre.

/// Tiers-Lieu La Tendresse - 80 impasse Flouch, 34070 Montpellier

Accès : Bus 15 ou Bus 17 Arrêt Bugarel (à 5 à 10 minutes à pied). Le Bus 15 peut être pris depuis l'arrêt Sabines du Tram 2.

Tarif : 1€/personne. Inscription conseillée au 06 99 77 80 39.

Accessible à partir de 11 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par L'Arbre à théâtre et l'association MO.H.I.C.A.N.S.



MONTPELLIER

14H30-15H30

ET 16H-17H



17

Cultiver sans terre? Venez visiter Culturôtoits : une ferme en hydroponie!

Venez découvrir Culturôtoits, ferme urbaine installée au cœur de la Halle Tropisme à Montpellier. Plongez dans l'univers de l'hydroponie, découvrez leurs différents systèmes de culture et comment il est possible de cultiver autrement en ville... mais surtout chez soi, même sans terre! Vous repartirez avec des clés et des idées pour vous lancer à votre échelle. La visite se fait avec une dégustation de plantes aromatiques et insolites cultivées dans la serre : plante camembert, plante champignon, huître végétale et autres surprises!

/// Halle Tropisme - 121 rue de Fontcouverte, 34000 Montpellier

Accès : Tram 5 Arrêt Cité créative.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à assoculturotoits@gmail.com Tout public.

Organisé par Culturôtoits.



Dimanche 22 novembre

LODÈVE

17H30-19H30



Projection autour de l'élevage avec Terre de Liens

Le film « Être(s) vivants » retrace les réflexions d'un groupe d'éleveurs et d'éleveuses et de bergers et bergères qui exercent leur métier avec conviction mais ressentent comme une gêne, un caillou dans leur chaussure. Découvrez leurs échanges et rencontres avec d'autres éleveurs et professionnels accompagnés par le CIVAM Empreinte.

En fin de séance, des échanges seront animés par Terre de liens en présence d'éleveurs et d'éleveuses. Cette séance s'inscrit dans le cadre du festival Alimenterre.

/// Cinéma Luteva - 11 avenue Dr Joseph Maury, 34700 Lodève

Tarif : 7€. Sans inscription.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 10 ans.

Organisé par Terre de Liens.



Lundi 23 novembre

MONTPELLIER

10H-12H



Atelier cuisine « Des légumineuses dans les assiettes »

Venez découvrir et réaliser des recettes atypiques pour créer un tartinable, un plat et un dessert dans lesquels les lentilles, pois chiches et autres légumineuses trouvent toute leur place.

L'atelier de cuisine se déroule avec l'équipe du restaurant MaMassane de 10h à 12h et sera suivi d'une dégustation des plats réalisés tous ensemble.

/// Café-cantine MaMassane - 475 avenue du Comté de Nice, 34080 Montpellier

Accès : Bus 19 Arrêt Jacques Prévert

Gratuit, inscription recommandée par téléphone ou SMS au : 06 09 70 76 23.

Accessible aux enfants à partir de 10 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Hauts Val & Co.



Mardi 24 novembre

MONTPELLIER

9H30-17H



Ateliers & jeux chez Ambroise

9h30 - 13h30 : Atelier cuisine "Les saveurs de l'automne"

Participez à cet atelier cuisine pour apprendre à réaliser des recettes simples et économiques à partir des fruits et légumes de saison. Vous repartirez avec des astuces pour cuisiner avec un petit budget après un moment de convivialité et de partage autour de la cuisine !

14h - 17h : Métamorph'Ose : un jeu de plateau sur la santé, l'environnement et l'alimentation !

Envie de découvrir des astuces simples pour un logement plus sain, bon pour toute la famille ? Venez passer un moment convivial autour d'un jeu amusant et accessible à tous. En jouant, vous apprendrez à repérer les objets du quotidien qui peuvent avoir un impact sur votre santé, et à comprendre comment s'en protéger. Pas besoin de connaissances particulières : on échange, on rigole... et on repart avec des bonnes astuces ! Un temps chaleureux, sans jugement, pour prendre soin de son chez-soi et de ceux qu'on aime.

/// Chez Ambroise - 8 rue Jacques Draparanaud, 34000 Montpellier

Accès : Tram 3 Arrêt Gambetta ou Arceaux.

Gratuit, inscription obligatoire par mail chezambroise@montpellier.fr

Public : adultes.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par la Maison d'alimentation solidaire «Chez Ambroise» - le CCAS et la Ville de Montpellier.

GRABELS
15H30-18H30



21

Atelier de cuisine anti-gaspi sur les méthodes de conservation des légumes

La Cantina vous propose un atelier de cuisine, où vous en apprendrez plus sur les formes de conservation des légumes : lactofermentés, stérilisation, pickles, chutney et pesto... Guidés par une animatrice formée aux techniques de conservation, vous élaborerez plusieurs recettes. L'atelier se terminera par la dégustation de vos préparations et une discussion sur les astuces pour faire ses conserves de légumes maison.

Les participants repartiront avec les bocaux des préparations élaborées, une fiche sur les techniques de conservation et les fiches recettes des préparations élaborées.

/// La Cantina - 1 rue Gaston Planté, 34790 Grabels

Accès : Tram 1 Arrêt Euromédecine puis Bus 24 Arrêt L'île Bleue.

Gratuit, inscription obligatoire en ligne via le QR code.

Accessible aux enfants à partir de 12 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par La Cantina.



Mardi 24 novembre

LATTES

19H-20H30



**Projection du documentaire
«Au nom de la mer, vers
une pêche durable?»**

Jamais la pêche et l'aquaculture n'ont joué un rôle si important dans l'alimentation et les revenus d'un si grand nombre de personnes. Entre éclairage historique, réalité des pêches actuelles, artisanales ou industrielles, et préoccupations écologiques et animales, ce film décrypte les rouages d'un système mondial qui n'a jamais été aussi performant pour courir à sa perte. Au contact des pêcheurs, chercheurs, industriels, des côtes européennes à celles africaines, il propose une perspective mondiale de la pêche, et interroge sur la capacité à pêcher de façon réellement «durable».

La projection du film (52 min) de Chloé Henry-Biabaud et Sibylle d'Orgeval sera suivie d'un temps d'échange. Cette séance s'inscrit dans le cadre du festival Alimenterre.

**/// Auditorium du Pôle Autonomie santé -
95 allée Hélène Cotte-Dunand, 34970 Lattes**

Accès : Tram 3 Arrêt Soriech.

Gratuit, inscription recommandée à lecoscope@ville-lattes.fr ou via le QR code.

Tout public. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Mairie de Lattes, service L'Ecoscope.



Mercredi 25 novembre

CASTELNAU-LE-LEZ

10H-11H30



**Visite guidée d'un tiers-lieu
nourricier**

Depuis 5 ans, sur les terres à haute valeur agricole de Sablassou, les associations Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud exploitent un jardin collectif en permaculture. La visite consistera à découvrir le collectif, son histoire, son mode de fonctionnement et de mise en culture de ces 4500 m². Soyez les bienvenus dans leur cooolkhoze!

/// 280 chemin des jardins, 34170 Castelnau-le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Sablassou (à 300 m).

Gratuit, sans inscription. Public : adultes.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud.



GRABELS

10H-12H



Balade découverte des plantes sauvages comestibles et médicinales

Partez à la découverte des plantes sauvages ! Les cueilleuses sauvages vous proposent une balade commentée de deux heures à la recherche des plantes comestibles et médicinales. Vous pourrez voir, sentir, goûter et cueillir diverses plantes comestibles de saison. Pour vous aider, une fiche mémo vous sera prêtée. À l'issue de la balade, vous serez en mesure de reconnaître une dizaine d'espèces comestibles et/ou médicinales, et vous connaîtrez les grands principes pour cueillir en sécurité et dans le respect de la biodiversité.

/// Parking des sources de l'Avy - M102, 34790 Grabels

Accès : Bus 24 Arrêt Source.

Gratuit. Inscription obligatoire par mail en précisant le nombre de personnes et un numéro de téléphone :
cueilleuses.sauvages@lilo.org

La balade sera de 2 kilomètres au maximum sur des chemins faciles.

Accessible aux enfants à partir de 6 ans.

Organisé par Les Cueilleuses Sauvages.

MONTPELLIER

10H-12H ET 14H-16H



Jouons ensemble avec les fruits et légumes !

Après avoir découvert près de 60 fruits et légumes différents à travers un jeu de plateau ludo-pédagogique, les enfants pourront imaginer et créer des animaux en fruits lors d'un atelier artistique. Ils expérimenteront ainsi l'art de transformer une simple assiette de fruits frais en petites créatures rigolotes !

/// Les Produits du Larzac - 72 rue du Faubourg Boutonnet, 34090 Montpellier

Accès : Tram 1 ou 5 Arrêt Albert 1^{er}-Saint-Charles ou Tram 2 Arrêt Jeu du mail des abbés.

Gratuit, inscription obligatoire via le QR code (de préférence) ou par mail à espritlarzac@gmail.com ou téléphone au 06 22 15 28 29.

Atelier destiné aux enfants de 6 à 12 ans.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Esprit Larzac.



Mercredi 25 novembre

MONTPELLIER

10H30-12H



26

Visite de la Plateforme Agroalimentaire du Cirad : percez les secrets de vos aliments du quotidien

Envie de découvrir comment sont produits et transformés vos aliments ? La Plateforme de Technologie Agroalimentaire du Cirad vous ouvre ses portes pour une visite exceptionnelle. En plus de vous présenter des techniques et procédés innovants, les chercheurs répondront à vos questions sur les aliments que vous mangez au quotidien !

/// Bâtiment 15 - 73 rue Jean-François Breton, 34090 Montpellier

Accès : Tram 5 Arrêt Agropolis. Parkings vélo et voiture sur place.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à annabelle.prim@cirad.fr

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 8 ans.

Organisé par le CIRAD.



MONTPELLIER

11H30-13H30



27

Voyage autour des plantes aromatiques méditerranéennes et du « poulet d'Antoine »

Venez découvrir les usages culinaires des plantes aromatiques de la région et le poulet d'Antoine, éleveur de volailles en plein air dans les Cévennes, avec une des recettes de poulet aux aromatiques des cuisiniers du Mas des Moulins. Au programme de cet atelier (40 min) : reconnaissance des aromatiques méditerranéennes, discussion autour de leurs usages et leur culture, partage de recette et dégustation du poulet aux aromatiques du jour.

Trois ateliers de 40 minutes à : 11h30, 12h10, 12h50.

/// Restaurant-Self « Le Mas des Moulins », Le Village du Père Soulas, 2452 av. du Père Soulas, 34090 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Château d'Ô. Parking gratuit sur place.

Gratuit. Inscription recommandée par mail à annebaffrey@lepassemuraille.org, ou par texto au 06 11 04 29 86.

La participation à l'atelier ne nécessite pas la consommation au restaurant, celle-ci reste toutefois possible. Le rendez-vous est donné dans la cour, à l'entrée du restaurant.

Accessible à partir de 8 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Le Passe Muraille et De la Terre à l'Assiette.



MONTPELLIER
13H30-16H



28

Atelier familial de cuisine et de plantation d'aromatiques méditerranéennes

Le Passe Muraille et De la Terre à l'Assiette vous accueillent au Restaurant-Cafétéria Mas des Moulins pour un atelier familial à la découverte de plusieurs plantes aromatiques de la région.

Avec l'aide des cuisiniers du restaurant, les participants prépareront pour le goûter des financiers et un sirop infusé avec certaines de ces aromatiques. Ils feront ensuite des boutures de ces plantes pour les faire pousser à la maison.

/// Restaurant-Self « Mas des Moulins », Le Village du Père Soulas, 2452 av. du Père Soulas, 34090 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Château d'Ô. Parking gratuit sur place.

Gratuit. Inscription obligatoire par mail à annebaffrey@lepassemuraille.org, ou par texto au 06 11 04 29 86.

Le rendez-vous est donné dans la cour, à l'entrée du restaurant. Les participants sont invités à apporter une bouteille ou un bocal de 25 cl, pour emporter chez eux le sirop préparé ensemble.

Accessible à partir de 6 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Le Passe Muraille et De la Terre à l'Assiette.

SAINT-MATHIEU-DE-TRÉVIERS



29

13H30-16H

Découverte du jardin d'aromatiques et dégustation de sirops

La Siroterie du Pic vous ouvre ses portes pour une visite de son jardin et de son atelier, où sont cultivées et transformées ses plantes aromatiques bio au pied du Pic Saint-Loup. Les participants en apprendront plus sur le projet, les stratégies de culture, la commercialisation et pourront bien sûr déguster les produits !

/// Au croisement du chemin de la Fontaine et du chemin du Puiset, 34270 Saint-Mathieu-de-Trévières

Gratuit. Inscription obligatoire au 06 82 09 90 14 ou par mail à l'adresse lasiroteriedupic@gmail.com

Accessible aux enfants à partir de 6 ans. Seule la visite de l'atelier est accessible aux personnes à mobilité réduite, la première partie se déroulant dans le champ. Organisé par La Siroterie du Pic.



Mercredi 25 novembre

GIGNAC

13H30-17H30



30

Blé, vigne et olivier - Boucle œno- et oléo-touristique

Blé, vigne et olivier : trois cultures emblématiques des paysages et de l'alimentation méditerranéenne. Au départ de Gignac, partez en famille et à vélo à leur découverte, entre champs, vignes et oliveraies de la vallée de l'Hérault. Au fil des haltes et des rencontres, les participants observeront comment sols, climat et pratiques agricoles façonnent les produits et les paysages d'aujourd'hui. Une balade accessible pour comprendre le terroir, rencontrer ceux qui le cultivent... et imaginer ce qu'il va devenir.

/// Moulin du Mas de Palat, 34150 Gignac

Tarif : 20€/personne. Inscription obligatoire via le QR code.

Accessible à partir de 14 ans, sous la responsabilité d'un adulte.

Organisé par Rayons D'aventure.



SAINT-ÉTIENNE-DE-GOURGAS



31

14H-16H

Découvrez les petites bêtes qui se cachent derrière vos assiettes !

Cachés dans un pierrier ou un buisson, enfouis sous la terre ou perchés sur un arbre... vous ne le savez pas mais toute une faune invisible travaille aux côtés des paysans et jardiniers pour les aider à produire une belle récolte ! Sur la ferme des Piments du bout du monde, petits et grands découvriront comment Gwladys produit de bons piments, légumes et fruits tout en protégeant la vie sauvage autour d'elle. La LPO Occitanie vous proposera de petits jeux pour mieux comprendre les liens entre agriculture et biodiversité et ce que vous pouvez faire pour agir à votre échelle.

À la fin de l'animation, une dégustation des recettes savoureuses et pimentées de Gwladys sera proposée gratuitement !

/// Les piments du bout du monde - 18 rue du Beal, 34700 Saint-Étienne-de-Gourgas

Accès : Parking sur place. Un covoiturage est organisé après l'inscription.

Gratuit, inscription obligatoire par téléphone au 07 52 08 32 10 ou par mail à anna.roux@lpo.fr

Accessible aux enfants à partir de 7 ans.

Organisé par LPO Occitanie DT Hérault et Les Piments du Bout du Monde.



MONTPELLIER
14H-17H



32

Fresque Agri'Alim

La Fresque Agri'Alim est un atelier collaboratif de 3h conçu pour être accessible à tous, novices comme connaisseurs. En s'inspirant de la pédagogie de La Fresque du Climat, l'atelier s'appuie sur plus de 150 documents de référence et vise à rassembler, comprendre les enjeux du modèle agricole et alimentaire et échanger sur les actions à mener pour y répondre.

**/// La Base - 15 rue Chaptal,
34000 Montpellier**

Gratuit, inscription obligatoire par mail : contact@stationtransition.fr

Accessible à partir de 15 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Station Transition.

JACOU
15H-17H30



33

Formation au compostage individuel

Envie de vous mettre au compostage sans savoir par où commencer ? Cet atelier vous permettra de découvrir les bases du compostage et valoriser au mieux vos biodéchets. Une distribution gratuite de composteurs individuels aura lieu au même moment.

/// Aire de jeux de la Draye - Rue Jean Carrière, 34830 Jacou

Gratuit, sans inscription. Cette animation est proposée dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets.

Plus d'informations via le QR code.

Organisé par la Métropole de Montpellier.



Jeudi 26 novembre

GRABELS

10H-12H



34

Visite de l'UCPA : à la découverte des cuisines du CHU de Montpellier!

Le CHU de Montpellier vous ouvre les portes de ses cuisines pour une visite exceptionnelle. Venez découvrir l'Unité Centrale de Production Alimentaire (UCPA), où sont produits près de 7 500 repas chaque jour! Vous y découvrirez la préparation des repas, de la réception des marchandises à la distribution robotisée, en passant par le travail des cuisiniers.

**/// UCPA - plateforme Euromédecine
499 rue du Caducée, 34790 Grabels**

Accès : Tram 1 Arrêt Euromédecine.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à dlt-sec-dir@chu-montpellier.fr

Public : adultes.

Organisé par le Service Restauration du CHU de Montpellier.



MONTPELLIER

14H-16H



35

Rencontres amicales « Femmes d'ailleurs, agricultrices d'ici »

Projection d'un documentaire de 26 minutes sur trois paludières - des travailleuses du sel en Bretagne, suivie d'un moment de partage avec 3 agricultrices pour comprendre la place de l'agroécologie dans leurs vies. Vous participerez ensuite à la cuisson de bonbons au miel bio avec l'aide d'une apicultrice conventionnée par la Caisse Alimentaire Commune.

/// Quartier Celleneuve, 34070 Montpellier

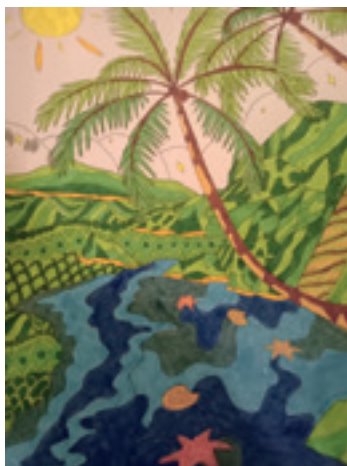
Accès : Tram 3 ou Bus 10 Arrêt Celleneuve.

Gratuit, inscription obligatoire au

06 99 77 80 39. Le lieu de rendez-vous sera précisé à l'inscription.

Accessible aux enfants dès 12 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Les associations Anim'aidants³⁴ et MO.H.I.C.A.N.S (MObilité-Handi-Initiatives-Coopération-Animation « Nature et Santé »).



LODÈVE
14H-17H



Visite et animation autour du pain

Venez découvrir un laboratoire de boulangerie bio et locale ! Lors de la visite, le Moulin de Sauret, le minotier, viendra présenter les différentes farines utilisées, puis une animation autour du façonnage des pâtons avant leur mise au four sera proposée : cela prendra la forme d'un atelier ou d'une démonstration selon le nombre de participants.

/// Pan'Terra - 2 impasse des tisserands, 34700 Lodève

Accès : parkings vélo et voiture.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à boulangerie@pan-terra.fr ; pour le bon déroulement et l'organisation de l'animation.

Accessible à partir de 12 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Pan'Terra.



MAUGUIO
18H30-21H



Ciné-débat : Patrons pêcheurs en Prud'homie de Palavas-les-Flots, modernité d'une tradition

Venez assister à la projection du documentaire « Patrons pêcheurs en Prud'homie de Palavas-les-Flots, modernité d'une tradition », organisée par le Codev du Pays de l'Or, qui sera suivie d'échanges avec le premier Prud'homme Baptiste Canville et d'un temps convivial.

/// Amphithéâtre de l'Agglomération du Pays de l'Or - 300 avenue Jacqueline Auriol, 34130 Mauguio

Accès : navette Hérault Transport n°620 Arrêt ESMA - CCI (depuis la place de l'Europe à Montpellier, direction aéroport), ou Tram 3 Arrêt Boirargues puis navette Hérault Transport n°621 Arrêt ESMA - CCI.

Gratuit, sans inscription.

Tout public.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par le Conseil de Développement du Pays de l'Or.



LES TEMPS FORTS



Vendredi 27 novembre

À la bonne soupe !

Courge, butternut, poireau, carotte...
À l'occasion de *Manger comme on sème*, venez célébrer les légumes d'automne et partager un bol de soupe lors de rendez-vous festifs et gourmands !

27 novembre : atelier cuisine à la Maison pour Tous Albert Camus (voir ci-contre).

28 novembre : grand concours pour la Fête de la soupe à la Maison pour Tous Albert Camus (Lemasson-Croix d'Argent, Montpellier).

5 décembre : « Sablassoupe Party » au jardin avec Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud (Castelnau-le-Lez).

Le descriptif détaillé des événements se trouve aux dates indiquées.



MONTPELLIER
14H30-17H30



Atelier « Recette populaire » spécial Fête de la soupe

Lors de cet atelier de cuisine, les participants prépareront ensemble une soupe qui sera dégustée lors de la Fête de la soupe, le samedi 28 novembre à la Maison pour Tous Albert Camus.

/// Maison pour Tous Albert Camus - 118 allée Maurice Bonafos, 34070 Montpellier

Accès : Tram 2 Arrêt Mas Drevon

Gratuit, inscription obligatoire par téléphone au 04 34 88 76 84. Les participants à l'atelier devront être présents à la Fête de la soupe le lendemain, où ils pourront à partir de 11h réchauffer et ajuster leur préparation avant le grand concours, de 12h à 14h.

Public : adultes.

Organisé par la Maison pour Tous Albert Camus.

Vendredi 27 novembre

MONTPELLIER

18H30-19H30



39

Apéro-découverte d'une AMAP, un mode de consommation convivial et engagé

Venez à la rencontre de producteurs et productrices et découvrez le fonctionnement d'une AMAP (Association pour le maintien de l'agriculture paysanne) lors d'une distribution. Ce sera l'occasion, autour de la dégustation des produits, d'échanger avec les producteurs et les amapiens de l'AMAP du Lamalou, qui se rencontrent chaque semaine grâce à un engagement réciproque. Ce moment convivial est ouvert à tous.

/// Boulevard des Arceaux, 34000

Montpellier

Accès : Tram 3 Arrêt Arceaux, ou Tram 4 Arrêt Peyrou-Arc de Triomphe, ou Bus 10 Arrêt Glycines. Rendez-vous sous l'aqueduc, vers le milieu.

Gratuit, sans inscription.

Tout public.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par la Ferme du Lamalou.



CASTELNAU-LE-LEZ

19H-22H



40

Diffusion du documentaire « Graine de Caylus »

Ce film met en lumière une aventure humaine et citoyenne ancrée au cœur de Castelnau-le-Lez : de la réflexion collective initiale aux chantiers participatifs, jusqu'à la création d'un véritable lieu de vie. Axé sur la biodiversité, l'alimentation saine, le bien-être et la tolérance, le projet s'affirme aujourd'hui comme un espace ouvert sur son quartier, vecteur de lien social et en synergie avec de nombreux acteurs locaux. Il porte une note d'espoir et un message profondément positif pour le territoire.

La projection sera suivie d'un temps d'échanges et de questions autour d'une collation.

/// MJC - Centre André Malraux - 10 avenue de la Moutte, 34170 Castelnau-Le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Charles-de-Gaulle.

Gratuit. Inscription obligatoire par mail :

jardinpartagedecaylus@gmail.com

Accessible à partir de 8 ans.

Organisé par Terre de Caylus.



**Du 27 au 28
novembre**



MONTPELLIER

13H-18H

ET 9H-17H30



SIM'Universités : participez à un grand jeu de rôle sur la politique agricole

Les SIM'UN, c'est un grand jeu de rôle de simulation politique durant lequel vous pourrez incarner des rôles de représentants politiques, lobbyistes ou encore journalistes ! Votre objectif ? Négocier et amender un texte de loi fictif sur la politique agricole et alimentaire de l'Union européenne en défendant les intérêts du rôle que vous incarnez.



C'est l'occasion de s'informer et d'échanger autour de nombreux sujets au cœur des politiques publiques : modèle agricole, pesticides, gestion de l'eau, renouvellement des agriculteur-ices, précarité alimentaire, restauration collective, bien-être animal, etc.

Les SIM'UN ont lieu sur 1 jour et demi, les 27 et 28 novembre. L'après-midi du vendredi sera dédié à un temps de préparation et de distribution des rôles et la simulation se tiendra sur toute la journée du samedi. Et vous pourrez participer au jeu en français ou en anglais (au choix).

**/// Faculté d'économie - Site
Richter, avenue Raymond Dugrand,
34960 Montpellier**

**Accès : Tram 1 Arrêt Port Marianne ou
Tram 3 Arrêt Rives du Lez.**

Gratuit, inscription obligatoire via le QR code. L'inscription vous permet notamment d'accéder à de nombreuses ressources fournies par l'association Les Ateliers Ludosophiques en amont de l'évènement.

Public : adultes. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Les Ateliers Ludosophiques.



Samedi 28 novembre



GRABELS

9H30-12H



42

La grainothèque des Garrigues

Au cœur du marché de Grabels, un stand d'échange libre et conscient de semences d'ici et d'ailleurs vous attend. Venez échanger vos plus belles graines et rencontrer les semenciers bénévoles du jardin de Gutenberg!

/// Place Jean Jaurès, 34790 Grabels

Accès : Bus 24 Arrêt Mairie de Grabels.

Gratuit, sans inscription. Tout public.
Accessible aux personnes à mobilité réduite.

La grainothèque des Garrigues est disponible au centre socioculturel Gutenberg à Grabels et présente régulièrement sur le marché ou lors d'événements sur Montpellier et alentours.

Organisé par l'Association Gutenberg Grabels.



CLERMONT L'HÉRAULT

9H30-11H30 /
13H-15H / 15H30-17H30



43

Le Jeu des Saveurs

Un atelier ludique et gourmand pour apprendre en s'amusant : la première partie mobilise les enfants (et les parents!) autour d'un jeu sur l'alimentation, avant de passer aux fourneaux pour réaliser ensemble une recette simple et savoureuse, à partager en famille.

/// 2 rue de la Piscine, 34800 Clermont l'Hérault

Accès : Gare routière de Clermont l'Hérault.

Gratuit. Inscription nécessaire par sms au 06 13 72 46 32 en précisant l'atelier choisi (9h30, 13h, 15h30), le nombre de participants, les noms et prénoms des inscrits. Chaque créneau est limité à 20 participants.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 7 ans.

Organisé par l'Institut Marie Sagnier.



Samedi 28 novembre

**SAINT-MARTIN-
DE-LONDRES**
10H30-12H30



44

Les secrets du pain au levain

L'association Terre et Moi organise une visite du Mas de Conquette, une ferme à dimension familiale, où le savoir-faire ancestral des paysans-boulangers est pratiqué selon les principes de l'agriculture biologique et de proximité. Les curieux découvriront tous les secrets du pain au levain, mettront la main à la pâte et repartiront avec un pâton à cuire à la maison. Ils visiteront la ferme avec son moulin, son four à bois, son atelier boulangerie et son lieu de stockage du blé.

/// Mas de conquette - 2101 chemin le Serre - Frouzet, 34380 Saint-Martin-de-Londres
Accès : Parking sur place. Covoiturage organisé après inscription.

Gratuit. Inscription obligatoire par SMS au 06 65 06 90 84. Pour le covoiturage, merci de m'indiquer votre point de départ à l'inscription.

Public : adultes et ados à partir de 15 ans.

Organisé par Terre et Moi.



CASTELNAU-LE-LEZ
11H-12H30



45

Visite d'un jardin partagé agri-culturel

Un jardin partagé est un endroit où l'on produit de la nourriture, où l'on tisse des liens, où l'on échange, joue, discute, s'amuse, se ressource, apprend, transmet... Depuis 5 ans, le jardin a vocation à faire évoluer les personnes qui le fréquentent en proposant des activités aux habitants du quartier et du territoire (ateliers, spectacles, expositions, sciences participatives...). La visite permettra de comprendre le fonctionnement de cette initiative citoyenne soutenue par la collectivité, de mesurer tout son potentiel et de laisser la place aux visiteurs pour partager de nouvelles idées.

/// Jardin partagé Terre de Caylus - Au croisement de la rue Henri Dunant et de la rue Michel Rozier, 34170 Castelnau-le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Jacou (à 7 minutes à pied).

Gratuit, sans inscription.

Tout public. Plus d'informations par téléphone au 06 51 78 77 01.

Organisé par Terre de Caylus.

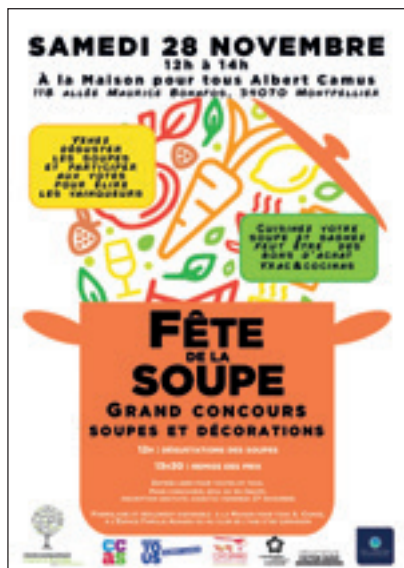


LES TEMPS FORTS

Samedi 28 novembre

Fête de la soupe : participez au Grand concours !

Amateurs de bonnes soupes, à vos marmites ! Que vous soyez chef d'un jour ou simple gourmand, venez partager un moment convivial et savoureux.



MONTPELLIER

12H-14H



Préparez votre meilleure recette, faites-la goûter au public et tentez de décrocher un prix : la meilleure soupe, la plus belle présentation ou le coup de coeur du public. Plutôt du côté des dégustateurs ? À 12h, venez goûter, échanger, voter, et élire vos soupes préférées ! La remise des prix aura lieu à 13h30 et trois lots surprise seront à gagner.

/// Maison pour Tous Albert Camus - 118 allée Maurice Bonafos, 34070 Montpellier

Accès : Tram 2 Arrêt Mas Devron

Gratuit. La participation à la dégustation et au vote ne nécessite pas d'inscription.

La participation au concours est sur inscription obligatoire ouverte jusqu'au 27 novembre à 18h. Le formulaire d'inscription et le règlement sont disponibles à la MPT Albert Camus, à l'Espace Famille Adages et au Club de l'Âge d'Or. Les participants pourront réchauffer leur préparation à partir de 11h.

Tout public. Accessible aux personnes à mobilité réduite. Plus d'informations par téléphone au 04 34 88 76 84.

Cet événement s'inscrit dans le temps fort « À la bonne soupe ! » présenté en page 26.

Organisé par la MPT Albert Camus, l'Espace Famille ADAGES, le Club de l'Âge d'Or Lemasson et les associations APIEU, Jardin Demain et Vrac et Cocinas.

Samedi 28 novembre

CLAPIERS

13H30-17H30



47

À vélo, du grain au pain - Voyage dans le système alimentaire

Que faut-il pour qu'un grain semé ici devienne le pain de votre assiette ? À vélo, remontez le fil d'une filière céréalière locale, des paysages agricoles jusqu'à l'alimentation. Au fil des haltes et des rencontres, vous découvrirez celles et ceux qui cultivent, transforment et valorisent les céréales, mais aussi les liens et les choix qui les relient. Une itinérance apprenante pour observer, comprendre et échanger sur ce qui se cache derrière votre pain quotidien et l'alimentation de demain.

/// 20 rue des jardins, 34830 Clapiers

Accès : Tram 5 Arrêt Clapiers.

Animation à prix libre ; le tarif recommandé est de 5€/personne. Inscription obligatoire par téléphone au 06 98 90 52 15.

Accessible à partir de 14 ans, sous la responsabilité d'un adulte.

Organisé par Rayons Daventure.

SAINT-BRÈS

14H-17H



48

Atelier broyage de vos déchets verts

Venez avec vos branchages et repartez avec du broyat pour votre jardin ! Cet atelier vous permettra aussi de découvrir les bases du compostage. Une distribution gratuite de composteurs individuels aura lieu au même moment.

/// Déchetterie - 5972F Chemin du Moulin, 34670 Saint-Brès

Gratuit, sans inscription. Cette animation est proposée dans le cadre de la Semaine européenne de réduction des déchets.

Plus d'informations via le QR code.

Organisé par la Métropole de Montpellier.



Dimanche 29 novembre

ASSAS
10H-16H



50

Visite et animations agroécologiques au domaine

Venez visiter le domaine de Cassagnole qui est riche en surprises ! À 10h, vous pourrez découvrir les secrets de la vigne et un élevage de cochons pas comme les autres... à 11h ou 15h, place à un atelier pédagogique, où vous apprendrez les gestes de repiquage et repartirez avec vos bébés plants qui vous régaleront à Noël. Entre midi et deux, une restauration sur place sera proposée. Et à 14h, rendez-vous pour la visite du jardin maraîcher respectueux du vivant, qui sera suivie par la découverte d'ânes maraîchers attachants qui vous montreront leur efficacité - plus spectaculaire qu'un tracteur !

/// Domaine de Cassagnole - Chemin de Bellevue, 34820 Assas

Accès : Bus 23 Arrêt Gaspard Monge. En voiture, accès par la route de Vendargues (RD145) et parking sur place.

Gratuit. Réservation obligatoire pour la restauration le midi (grillades et légumes du domaine - 10€ sur place), par téléphone au 06 15 83 77 40, avant le 28 novembre.

Animations accessibles aux enfants à partir de 3 ans.

Organisé par Domaine de Cassagnole, Le Potager Paysan et l'association C'Mai.

CELLES
10H-16H



49

À vélo, des cailloux à l'assiette !

Et si les paysages racontaient ce que vous mangez ? Partez de Celles pour découvrir comment roches, sols et agriculture façonnent le territoire autour du Salagou. Deux haltes dans des exploitations agricoles permettront de rencontrer celles et ceux qui le cultivent et de découvrir leurs productions. Entre observations, rencontres et petites expériences en chemin, une balade pour comprendre le terroir... des cailloux jusqu'à l'assiette

/// Parking Les Vailhès - 34700 Celles

Tarif : 20€/personne.

Inscription obligatoire via le QR code.

Un pique-nique est à apporter par les participants.

Accessible à partir de 18 ans.

Organisé par Rayons D'aventure.



Dimanche 29 novembre

PÉRET

10H-16H30



Marché d'Hiver des Producteurs

Les producteurs Nature & Progrès vous donnent rendez-vous pour un marché convivial où vous pourrez découvrir leurs productions. Fruits, légumes, vins, pains, viennoiseries, biscuits, confitures, gelées, produits lactofermentés, bières et frénettes, huile d'olive, produits ménagers à base de cendre de bois... il y en aura vraiment pour tous les goûts !

Des partenaires associatifs seront aussi présents : Sécurité Sociale Alimentaire, Les Semeurs du Lodévois et Larzac, Nature & Progrès 34...

Venez à leur rencontre ou prenez part à l'une des animations de la journée. À 11h, départ pour une balade matinale de reconnaissance de plantes sauvages. À 14h30, rendez-vous pour une causerie autour de l'aromathérapie. Des intermèdes musicaux sont aussi prévus pour égayer le marché. Une buvette associative et de la petite restauration seront proposées par les exposants.

/// Espace Socio-culturel Le Peyral - Chemin du Peyral, 34800 Péret

Accès : Parking sur place.

Gratuit, sans inscription.

Tout public.

Organisé par Nature & Progrès Hérault.



MONTPEYROUX

12H-17H



Les secrets de la vigne et du vin : visite en famille et guinguette d'hiver

Explorez le domaine en famille, découvrez les secrets du métier de vigneron et dégustez les saveurs locales de saison de la guinguette d'hiver ! Laura et Julien vous ouvrent les portes du MAS ORIGINE pour vous faire découvrir le travail dans les vignes après les vendanges et les vins en plein élevage dans la cave.

Des visites commentées partiront à 12h, 14h et 15h pour petits et grands, et permettront de découvrir le chai et déguster ses productions. Les enfants, munis de leur support pédagogique, partiront à l'aventure entre jeux, énigmes et découvertes sensorielles autour de la vigne, des plantes aromatiques et de la biodiversité - avant de goûter au jus de raisin.

En parallèle, une guinguette d'hiver prendra place, avec à la carte : vins et jus de raisin bio du domaine, mais aussi des gourmandises sucrées et salées préparées avec des produits locaux et de saison.

Une sortie pédagogique, conviviale et gourmande à partager en famille !

/// MAS ORIGINE - Route de Saint-Étienne, 34150 Montpeyrux

Accès : Parking sur place.

Depuis l'A75, prendre la sortie 58, Gignac. Depuis l'A750, prendre la sortie 11, Montpeyrux. Suivre Montpeyrux puis les panneaux bleus Mas Origine.

Visites et dégustations gratuites ; consommations à la guinguette payantes. Réservation conseillée pour la visite au 06 26 42 94 35 ou à masorigine@gmail.com. L'accès à la guinguette d'hiver reste libre, sans réservation.

Le parcours pédagogique est particulièrement adapté aux enfants à partir de 4 ans, accompagnés d'un adulte. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Mas Origine.



MONTPELLIER
14H30-15H30



53

Petits explorateurs : mission hydroponie !

Comment les plantes peuvent-elles pousser sans terre ? Les enfants partiront à la découverte de l'hydroponie au cœur de la ferme urbaine Culturôtoits. Racines dans l'eau, poissons, plantes étonnantes... ils découvriront en s'amusant comment fonctionne cet univers. Puis place à la pratique : chaque enfant sèmera sa propre graine et repartira avec son semis à faire pousser à la maison !

Et pour terminer, place à la dégustation de plantes insolites aux goûts surprenants : plante camembert, plante champignon, huître végétale... de quoi éveiller curiosité et papilles !

/// Halle Tropisme - 121 rue de Fontcouverte, 34000 Montpellier

Accès : Tram 5 Arrêt Cité créative.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à assoculturotoits@gmail.com

Accessible aux enfants à partir de 5 ans.

Organisé par Culturôtoits.



**SAINT-MARTIN-
DE-LONDRES**
16H30-18H30



54

Projection du film « Être(s) vivants, interroger les liens »

Venez vous plonger le temps de ce court-métrage dans le quotidien d'éleveurs, éleveuses et bergers de France et découvrir leurs rapports au vivant et la place qu'ils et elles occupent dans le système agricole actuel. Ce documentaire fait écho à l'année du pastoralisme, il propose une approche sensible et intimiste du quotidien des éleveurs et éleveuses à travers de très belles images. La projection est organisée dans le cadre du festival Alimenterre et sera suivie d'échanges.

/// Salle du cinéma - Place de la mairie, 34380 Saint-Martin-de-Londres

Accès : Bus 608 (Montpellier - Le Vigan) Arrêt PEM - Saint Martin de Londres.

Gratuit, sans inscription.

Accessible aux enfants à partir de 6 ans et aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Association Pic'assiette.



Lundi 30 novembre

MONTPELLIER

10H-12H



55

Atelier cuisine « Rien ne se perd, tout se cuisine »

Venez découvrir et réaliser des recettes qui permettent de cuisiner des légumes d'automne sans rien perdre ni jeter. Entrée, plat, dessert... zéro gaspi!

L'atelier cuisine sera animé par l'équipe du restaurant MaMassane et suivi d'une dégustation des plats réalisés ensemble.

**/// 475 avenue du Comté de Nice,
34080 Montpellier**

Accès : Bus 19 Arrêt Jacques Prévert.

Gratuit. Inscription recommandée par téléphone ou SMS : 06 09 70 76 23.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 10 ans.

Organisé par Hauts Val & Co.



MONTPELLIER

14H-16H



56

Fresque artistique & collective - L'alimentation de demain

Accompagnés par une artiste locale, les participants sont invités à s'inspirer, échanger et créer ensemble une fresque murale éphémère sur toile. Tout au long de l'atelier, la fresque sera nourrie par une réflexion collective autour de l'évolution de l'alimentation durable : ce qui existe déjà, les initiatives qui émergent et ce que chacun aimerait voir se développer demain.

Un moment mêlant art, échanges et réflexion collective, pour donner vie ensemble à une vision de l'alimentation durable de demain!

**/// Halle Tropisme, 121 Rue Fontcouverte,
34000 Montpellier**

Gratuit, sans inscription.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 8 ans.

Organisé par 2030 FESTIVAL.



Mardi 1^{er} décembre

MONTPELLIER

18H45-21H



57

Apéro des transitions : Alimentation & agriculture responsables

Face à l'actualité morose et aux enjeux de société actuels, L'Île des Possibles, Mon Job de Sens et The Island vous proposent un format convivial et inspirant, pour aller vers des métiers à impact.

Au programme :

- Découverte de métiers et d'initiatives de l'alimentation et l'agriculture responsables avec deux invités.
- Temps d'échange avec les invités.
- Apéro et moment de convivialité, pour se rencontrer et s'entraider.

Cet apéro est ouvert à tout le monde ! Que vous soyez compétent sur le sujet, simple amateur ou curieux, tout le monde a sa place dans les discussions.

**/// The Island - 19 avenue de Toulouse,
34070 Montpellier**

Accès : Tram 5 ou Bus 11 ou Bus 33 Arrêt Place du 8 mai 1945. Parking à vélos à l'intérieur.

Gratuit, inscription recommandée via le QR code.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et à partir de 16 ans.

Organisé par L'Île des Possibles, Mon Job de Sens, The Island et soutenu par la Région Occitanie.



LES TEMPS FORTS

Mercredi 2 décembre



Visite guidée « L'art de la pêche Palavasienne »

Découvrez la pêche palavasienne, une activité artisanale et éco-responsable qui contribue à faire vivre le territoire tout en préservant les ressources.



PALAVAS-LES-FLOTS
9H30-11H30



Au fil de cette visite, partez à la rencontre des « petits métiers » et des savoir-faire traditionnels qui se transmettent encore aujourd'hui. Filets, techniques de pêche, espèces locales, anecdotes... Plongez dans le quotidien des pêcheurs en explorant la vie d'autrefois et l'évolution de ce métier emblématique.

/// Office de Tourisme de Palavas-les-Flots - Au rez-de-chaussée du Phare de la Méditerranée, 1 place de la Méditerranée, 34250 Palavas-les-Flots

Accès : Bus ligne 1 - Arrêt Hôtel de ville - Aire de covoiturage situé au Parking gratuit de la Salle Bleue (10 min à pied du Phare de la Méditerranée).

Gratuit. Inscription obligatoire via le QR code ou par téléphone au 04 67 07 73 34.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 5 ans.

Organisé par l'Office de tourisme de Palavas-les-Flots.



Mercredi 2 décembre

CASTELNAU-LE-LEZ

10H-11H30



Visite guidée d'un tiers-lieu nourricier

Depuis 5 ans, sur les terres à haute valeur agricole de Sablassou, un collectif exploite un jardin en permaculture. La visite consistera à découvrir le collectif, leur histoire, leur mode de fonctionnement et de mise en culture de ces 4 500 m². Soyez les bienvenus dans leur cooolkhoze!

/// 280 chemin des jardins, 34170 Castelnau-le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Sablassou, terrain à 300 mètres à pied.

Gratuit, sans inscription. Public : adultes.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud.



MONTPELLIER

13H30-16H



Atelier familial de cuisine et de plantation d'aromatiques méditerranéennes

Le Passe Muraille et l'IAMM CIHEAM Montpellier vous accueillent au Restaurant Le MIAM! pour un atelier familial « à la découverte de plusieurs plantes aromatiques de la région ». Avec l'aide des cuisiniers du restaurant Le MIAM, les participants prépareront ensemble des financiers et un sirop infusé avec certaines de ces aromatiques - à déguster pour le goûter! Ils feront ensuite des boutures de ces plantes pour les faire pousser à la maison.

/// Le MIAM, sur le site de l'IAMM CIHEAM Montpellier - 3191 route de Mende, 34090 Montpellier

Accès : Tram 5 Arrêt Plan des 4 Seigneurs.

Parking gratuit sur place. L'entrée fait face à l'entrée du Lycée Agricole.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à annebaffrey@lepassemuraille.org, ou par texto au 06 11 04 29 86.

Les participants sont invités à apporter une bouteille ou un bocal de 25 cl pour emporter chez eux le sirop préparé ensemble.

Accessible à partir de 6 ans.

Organisé par Le Passe Muraille.



Mercredi 2 décembre

FABRÈGUES

14H-18H



61

Découverte des activités agroécologiques du Domaine de Mirabeau

Partez à la rencontre des producteurs et productrices du Domaine de Mirabeau, qui vous ouvrent les portes de leur exploitation dans un cadre environnemental préservé à proximité du Massif de la Gardiole.

À 14h, une visite de deux heures emmènera les participants à la découverte d'un élevage de brebis et d'une exploitation maraîchère. À 17h, le public pourra découvrir l'exploitation viticole à travers une visite de la cave d'une heure.

/// Domaine de Mirabeau – RD114, 34690 Fabrègues

Gratuit, inscription obligatoire par mail à cocagnemirabeau@gmail.com. Merci de préciser si vous souhaitez vous inscrire à la visite de 14h et/ou à celle de 17h.

Accessible aux enfants à partir de 3 ans.

Organisé par l'Association des Producteurs du Domaine de Mirabeau.



CASTRIES

18H30-21H



62

Conférence radiophonique animée sur la résilience du territoire

La Graine vous donne rendez-vous pour construire ensemble les coopérations de demain pour le territoire. En question ? Après cet été et avant les prochains épisodes climatiques, quelle résilience écologique, énergétique, alimentaire et économique du territoire peut être imaginée ?

Ensemble, les participants découvriront des projets existants ou à venir, et imagineront les coopérations futures pour construire la résilience de demain pour le territoire.

1^{er} temps : un petit bris de glace pour faire connaissance.

2^e temps : sous la forme de l'enregistrement d'une émission radiophonique, vous découvrirez des intervenants et intervenantes du territoire et leurs projets.

3^e temps : les auditeurs et auditrices de la 2^e partie pourront passer derrière les micros pour exposer leurs projets, idées et propositions.

4^e temps : un moment convivial avant de se quitter.

En bonus, la conférence enregistrée deviendra un podcast à écouter et à faire écouter !

Que vous soyez élus, agents de collectivités territoriales, acteurs de la transition écologique, associations et mouvements citoyens, chercheurs, porteurs de projets collaboratifs, étudiants en urbanisme, environnement, sciences politiques, ou une personne intéressée par la coopération et la résilience territoriale, vous êtes les bienvenus !

/// Espace Gare / Centre socioculturel municipal Lino Ventura - 50 av. de la Gare, 34160 Castries

Accès : Bus 46 Arrêt Centre.

Gratuit, en entrée libre.

Tout public. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par La Graine 34.



MONTPELLIER
20H-23H



Ciné-débat avec Terre de Liens

Terre de liens vous donne rendez-vous pour une projection du film « Qu'est-ce qu'on attend » de Marie-Monique Robin. Ce film met en lumière la municipalité d'Ungersheim qui a lancé en 2009 un programme de démocratie participative, baptisé « 21 actions pour le 21^e siècle » qui englobe tous les aspects de la vie quotidienne : l'alimentation, l'énergie, les transports, l'habitat, l'argent, le travail et l'école. « L'autonomie » est le maître mot du programme qui vise à relocaliser la production alimentaire, à promouvoir la sobriété énergétique et le développement des énergies renouvelables, et à soutenir l'économie locale grâce à une monnaie complémentaire (le Radis). Depuis 2005, la commune a économisé 120 000 euros en frais de fonctionnement et réduit ses émissions directes de gaz à effet de serre de 600 tonnes par an. Elle a créé une centaine d'emplois. Et elle n'a pas augmenté ses impôts locaux. Alors, qu'est-ce qu'on attend ?

La projection sera suivie d'un débat animé par l'association.

/// Cinéma Utopia Ste Bernadette, 5 avenue du Docteur Pezet 34090 Montpellier

Accès : Tram 1 et 5 Arrêt Saint-Eloi.

Tarif : 7€, sans inscription.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 12 ans.

Organisé par Terre de Liens.



Jeudi 3 décembre

MONTPELLIER
17H-19H



QUALINOA : un atelier pour produire du pain à base de quinoa

Du pain sans gluten, à haute valeur nutritionnelle, bon pour tous et facilitant la vie des personnes intolérantes ! Les participants assisteront à un atelier de préparation d'un pain au quinoa sans gluten et sans aucun additif suivi d'une visite de l'atelier qui sera suivie d'un échange sur l'importance de la biodiversité agricole pour l'agriculture, l'alimentation et la santé. Le public en apprendra plus sur la biodiversité du quinoa et les assemblages de variétés qui permettent de se passer complètement des additifs en panification sans gluten. Les participants repartiront avec un pain façonné lors de l'atelier.

/// Atelier n°4 au sein du Pôle REALIS de l'ESS - 710 Rue Favre de Saint-Castor, 34080 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Mosson ou Tram 3 Arrêt Celleneuve. Parking voiture.

Tarif : 5€/personne. Inscription obligatoire avant le lundi 30/11 par mail : didier.bazile@qualinoa.com

L'inscription sera confirmée après prépaiement en ligne.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 10 ans, accompagnés des parents.

Organisé par Qualinoa.



Jeudi 3 décembre

SAUTEYRARGUES

18H-20H



65

La cuisine des fêtes version Pic Saint-Loup

Cet atelier culinaire, animé par Fan de Cuisine dans la cuisine professionnelle d'In Vina Terra - au cœur du Pic Saint-Loup, abordera aussi bien l'approvisionnement bio et local que la cuisine anti-gaspi et végétale, l'apprentissage de techniques culinaires et l'expérience autour des saveurs du terroir.

Au menu :

- **Beurre de Montpellier** : découvrez-le pour garnir vos moules ou vos escargots. Lors de l'atelier, il sera préparé pour un préfeu avec un pain croustillant de la veille pour plaire à tous.

- **« Picsaladière » aux oignons doux des Cévennes** : une interprétation festive avec des oignons doux confits et déglacés au Pic Saint-Loup.

- **Pavlova à la châtaigne** : une version végétale et locale.

Des produits du territoire et un air de fête...

/// Maison des vins et Saveurs Z.A - Plaine de Lacan, 34270 Sauteyrargues

Tarif : 30 € / personne. Un accord mets-vin sera proposé en option lors de l'atelier (entre 5€ et 10€). Inscription obligatoire via le QR code. Pour plus d'informations, écrire à fandecuisine34@gmail.com

Public : adultes.

Accessible aux personnes à mobilité réduite (sur indication en amont).

Organisé par Fan de Cuisine et In Vina Terra.



LATTES

18H-20H



66

Conférence et dégustation de vin

Le Site archéologique Lattara vous donne rendez-vous pour une conférence en présence de Laurent Bouby, archéobotaniste au CNRS, sur la « Vigne cultivée et les débuts de la viticulture en Méditerranée occidentale ». La conférence débutera à 18h30 et sera précédée d'une dégustation de vin en présence d'un vigneron du territoire.

Cette conférence fait écho à l'exposition temporaire « Banquets méditerranéens entre Grecs, Étrusques et Gaulois » à découvrir jusqu'au 1er février 2027.

/// Site archéologique Lattara - Musée Henri Prades - 390 route de Pérols, 34970 Lattes

Accès : Tram 3 Arrêt Pérols Étangs de l'Or. Pistes cyclables jusqu'au musée et parking vélo sur place.

Gratuit, sans inscription. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Tout public. Dégustations à partir de 18 ans.

Organisé par le Site archéologique Lattara - Musée Henri Prades.

MONTPELLIER
18H30-20H30



67

Conférence - débat : la symbiose rhizobienne des légumineuses

Connaissez-vous la symbiose rhizobienne des légumineuses ? Lors de cette conférence, vous découvrirez comment cette association entre des légumineuses et des bactéries du sol peut contribuer aux transitions écologiques des systèmes agroalimentaires.

Après une introduction de 30 min par Jean-Jacques Drevon, ex-directeur de recherche à l'INRAE, les participants seront invités à poser leurs questions et échanger.

/// ELMK - 27 Boulevard Louis Blanc, 34000 Montpellier

Accès : Tram 1, 2 ou 4 Arrêt Corum.

Gratuit, sans inscription.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 10 ans.

Organisé par DEVA Domaine Expérimental du Val d'Ainan.



MONTPELLIER
18H30-21H



68

Les Papotes de Lavalette : Soirée-débat autour du rapport « Agriculture » des Shifters

Agropol'Eat reçoit l'équipe des Shifters Languedoc-Roussillon, au sein du futur Tiers-Lieu de Lavalette, pour une soirée inédite autour de la présentation du rapport « Agriculture » de « The Shift Project ».

Venez partager une soirée conviviale qui interroge le modèle agricole français sous l'angle de la décarbonation. Les échanges se poursuivront autour de la buvette et de quelques grignotages pour aborder les enjeux agricoles locaux autour de la dimension nourricière du Futur Tiers Lieu.

/// Futur Tiers Lieu de Lavalette, 1076 rue Jean-François Breton, 34090 Montpellier

Accès : Tram 5 arrêt Agropolis.

Gratuit, inscription recommandée via le QR code. Les consommations et les grignotages à la buvette seront proposés à la vente.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Public : adultes.

Organisé par Agropol'Eat.



Vendredi 4 décembre

MONTPELLIER

9H30-16H



À Caillens, on mange comme on sème

9h30 - 13h30 : Atelier cuisine avec l'Étoile des Mères

L'atelier cuisine du monde est un moment convivial de découverte et de partage autour des traditions culinaires des différents pays en privilégiant les produits locaux, issus de circuits courts. La séance se termine par un repas partagé.

13h30-16h : Métamorph'Ose : un jeu de plateau sur la santé, l'environnement et l'alimentation !

Envie de découvrir des astuces simples pour un logement plus sain, bon pour toute la famille ? Venez passer un moment convivial autour d'un jeu amusant et accessible à tous. En jouant, vous apprendrez à repérer les objets du quotidien qui peuvent avoir un impact sur votre santé, et à comprendre comment s'en protéger. Pas besoin de connaissances particulières : on échange, on rigole... et on repart avec des bonnes astuces ! Un temps chaleureux, sans jugement, pour prendre soin de son chez-soi et de ceux qu'on aime.

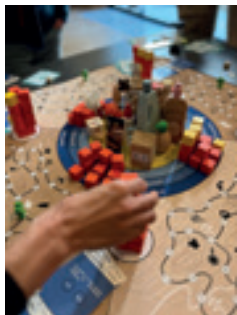
**/// Maison pour Tous Jean-Pierre Caillens -
Place de Tibériade, 34070 Montpellier**

Accès : Bus 11 Arrêt Mas Saint-Pierre ou Tram
4 Arrêt Restanque (à 19 min à pied).

Gratuit, inscription obligatoire au
04 48 18 62 12.

Accessible aux personnes à mobilité réduite
et à partir de 16 ans.

Organisé par la Maison pour tous Jean-Pierre
Caillens et l'Association L'Étoile Des Mères.



SAINT-JEAN- DE-VÉDAS

10H-12H



Balade découverte des plantes sauvages comestibles et médicinales

Partez à la découverte des plantes sauvages ! Participez à une balade commentée à la recherche des plantes comestibles et médicinales (2 km maximum sur chemins faciles). Vous pourrez voir, sentir, goûter et cueillir diverses plantes de saison. Pour vous aider, une fiche mémo vous sera prêtée. À l'issue de la balade, vous serez en mesure de reconnaître une dizaine d'espèces comestibles et/ou médicinales, et vous connaîtrez les grands principes pour cueillir en sécurité et dans le respect de la biodiversité.

/// Rue des Prés, 34430 Saint-Jean-de-Védas

Accès : Bus 20 Arrêt Collège Louis Germain ou Tram 2 arrêt Saint-Jean-de-Védas Centre.

Gratuit. Inscription obligatoire par mail en précisant le nombre de personnes et un numéro de téléphone : cueilleuses.sauvages@lilo.org Le lieu de rendez-vous précis sera donné après inscription.

Accessible aux enfants à partir de 6 ans.

Organisé par Les Cueilleuses Sauvages.

PÉROLS

14H30-17H



Atelier écojardinage compostage au jardin

Comment composter au jardin ?
Compostage en bac ou en plein air ?
Comment recycler ses « déchets » pour nourrir naturellement le sol ? Le Réseau des Semeurs de Jardins propose un atelier pour apporter quelques réponses à ces questionnements de fin d'automne.

/// Jardin Monique Lagarde - 630 avenue Saint-Vincent, 34470 Pérols

Accès : Tram 3 Arrêt Pérols Étang de l'Or (à 15 minutes à pied).

Gratuit, inscription obligatoire par mail à semeursdejardinslr@gmail.com.

Tout public.

Organisé par le Réseau des Semeurs de Jardins.



LES TEMPS FORTS

Vendredi 4 décembre

Phytos : ouvrons le dialogue!

Venez découvrir les coulisses de la BD « Parlons Phyto » dans le cadre d'une rencontre multi-acteurs ouverte à tous les habitants.

Au programme : témoignages, conférence, table ronde, espace d'animations enfants, remise de labels, banquet apéritif et stands de producteurs locaux.



72

SAINT-BAUZILLE-DE-LA-SYLVE
15H-20H30

Rendez-vous à partir de 15h pour une conférence-débat animée, ouverte à toutes et tous.

À 15h15 : Retour sur les coulisses de la BD « Parlons Phyto » co-écrite avec des agriculteurs, élus, associations et habitants du territoire.

À 16h15 : Conférence-débat : Quelles réponses des acteurs du territoire face aux enjeux de santé et d'environnement ?

Marc Dufumier, spécialiste de l'évolution des systèmes agraires, ouvrira la discussion, avant de laisser la parole à différents acteurs engagés en faveur de la santé globale sur le Cœur d'Hérault.

À 18h : Remise des labels Territoire Bio Engagé des communes du Cœur d'Hérault, suivie d'un banquet apéritif et d'un marché de produits locaux !

Pour vous permettre de profiter de ce moment en famille, un espace pour les enfants sera animé à proximité de la conférence.

Venez nombreux !

///Salle des fêtes - 9 rue de l'Aurelle, 34230 Saint-Bauzille-de-la-Sylve

Accès : Covoiturage organisé via le QR Code. Gratuit. Inscription recommandée via le QR code. Tout public.

Organisé par le Pays Cœur d'Hérault et les contributeurs de la BD « Parlons Phyto », en partenariat avec le CARI, Interbio Occitanie et le Conseil de développement du Pays Cœur d'Hérault.



Covoiturage



Inscription

Samedi 5 décembre

VENDEMIAN

9H30-12H



73

Balade à la rencontre des oiseaux emblématiques du Rocher des fées

Venez découvrir l'exploitation agricole du Rocher des Fées, entre vignes, verger et garrigues !

David Ferrando, agriculteur engagé dans le programme « Des Terres & Des Ailes » et « Une Chouette, Un Village » de la LPO, vous guidera sur ses terres et vous confiera toutes ses anecdotes sur les oiseaux emblématiques habitant ses parcelles, de l'Alouette lulu à la Pie-grièche à tête rousse. Lors de la balade, une animatrice de la LPO sera présente pour vous aider à observer aux jumelles des oiseaux des milieux agricoles ainsi que pour vous présenter les actions menées pour la protéger. Vous découvrirez, entre autres, qui est la chouette aux yeux d'or, attribut de la déesse Athéna, et comment la conserver dans les campagnes !

Une dégustation des produits de la ferme vous sera offerte à la fin de la balade.

/// Rocher des Fées - Rue des Pins, 34230 Vendémian

Accès : Parking sur place. Un covoiturage est organisé après inscription.

Gratuit, inscription obligatoire par téléphone au 07 52 08 32 10 ou à anna.roux@lpo.fr.

Accessible aux enfants à partir de 7 ans.

Organisé par LPO Occitanie DT Hérault et Rocher des Fées.

CASTELNAU-LE-LEZ

11H-12H30



74

Visite d'un jardin partagé agri-culturel

Un jardin partagé est un endroit où l'on produit de la nourriture, où l'on tisse des liens, où l'on échange, joue, discute, s'amuse, se ressource, apprend, transmet... Depuis 5 ans le jardin a vocation à faire évoluer les personnes qui le fréquentent en proposant des activités aux habitants du quartier et du territoire (ateliers, spectacles, expositions, sciences participatives...). La visite permettra de comprendre le fonctionnement de cette initiative citoyenne soutenue par la collectivité, de mesurer tout son potentiel et de laisser la place aux visiteurs pour partager de nouvelles idées.

/// Jardin partagé Terre de Caylus - au croisement de la rue Henri Dunant et de la rue Michel Rozier, 34170 Castelnau-le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Jacou.

Gratuit, sans inscription. Tout public. Plus d'informations au 06 51 78 77 01

Organisé par Terre de Caylus.



LES TEMPS FORTS

Samedi 5 décembre

CASTELNAU-LE-LEZ

13H-20H



Sablassoupe Party : soupe populaire en musique

Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud vous donnent rendez-vous pour une cantine populaire et engagée pour la préservation des terres agricoles et l'agriculture de proximité. Un après-midi festif en musique avec UCM, Aloha Ukulele, la Banda Sonante, DJ Pablo et invités surprises, au cours duquel chacun est invité à participer à l'atelier cuisine de préparation de la soupe de légumes qui sera ensuite proposée à prix libre. Boissons à prix doux, café et thé offerts.

/// 174 chemin du clos de l'Armet, 34170 Castelnau-Le-Lez

Accès : Tram 2 Arrêt Galine. Parking vélo dans le jardin, parking véhicule à Boulder Line (à 100 m).

Tarifs et adhésion à prix libre. Pensez à ramener vaisselle et écocup, un stand « Fétavaisselle » est prévu sur place.

Tout public. Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Cet événement s'inscrit dans le temps fort « À la bonne soupe ! » présenté en page 26.

Organisé par Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud.



Samedi 5 décembre

MONTAGNAC

13H30-16H



Découverte du métier de paysanne herboriste

Partez à la rencontre d'une paysanne-herboriste et découvrez l'univers des plantes aromatiques et médicinales. Au programme : une présentation des différentes facettes du métier - de la plantation au produit fini, avec visite du laboratoire et dégustation.

/// Mas des Tudes, 34530 Montagnac
Gratuit. Inscription recommandée au 06 66 38 45 60 ou à dk.kosma@protonmail.com.

Tout public. Organisé par DK KOSMA.

MONTPELLIER

14H-16H



Atelier «Viens on sème !» sur les nuances du chocolat

Après un atelier sensoriel, visuel et olfactif autour du chocolat, petits et grands exploreront toutes ses nuances : couleurs, provenances, formes... Ils expérimenteront finalement sa palette chromatique pour réaliser des camaïeux dans des tonalités allant du brun au noir.

/// Musée Fabre - 39 boulevard Bonne Nouvelle, 34000 Montpellier
Accès : Tram 1, 2 ou 4 Arrêts Comédie ou Corum.

Tarif plein : 15€/adulte, 8€/enfant.
Tarif réduit (dont pass métropole) : 12€/adulte, 6€/enfant.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 7 ans.
Organisé par le Musée Fabre.



MONTPELLIER

14H-16H30



78

Atelier « Et si vous adaptiez votre jardin au changement climatique? »

Votre jardin vous raconte-t-il déjà les effets du changement climatique ? Floraisons plus précoces, plantes qui souffrent de la chaleur, sols plus secs, nouveaux insectes ou oiseaux... Au fil des saisons, les jardins changent. Mais comment les observer et comprendre ce qu'ils vous disent ?

À partir d'exemples concrets et d'observations simples, vous découvrirez des astuces pour mieux suivre l'évolution de votre jardin et des solutions pour l'adapter progressivement au climat de demain.

Un atelier gratuit et ouvert à toutes et tous, que vous soyez jardinier débutant, passionné ou simplement curieux de nature !

**/// 404 rue Valéry Larbaud,
34090 Montpellier**

Accès : Tram 2 Arrêt St Lazare - Bus 13 Arrêt Roqueturière. Parking vélo sur place.

Gratuit, inscription obligatoire par mail à may@kobbi.fr ou par téléphone au 06 17 77 20 48.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et à partir de 15 ans.

Organisé par Le Jardin en May.



MONTPELLIER

14H30-17H



79

La face cachée de la pâte à tartiner industrielle : enquête... puis dégustation

Lors de cette fresque dédiée à la pâte à tartiner industrielle, venez décortiquer sa composition, ses lieux de production, ses implications... La fresque se terminera par une dégustation à l'aveugle de plusieurs alternatives.

**/// Centre Langage Écoute Montpellier -
4 avenue de l'École d'Agriculture G. Buchet,
34000 Montpellier**

Accès : Tram 3 Arrêt Arceaux.

Tarifs : 20€/personne (plus de 14 ans), 5€/enfant. Réservation obligatoire par mail à chocolatitudes@gmail.com ou par téléphone au 06 89 49 91 44.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 10 ans, sous la responsabilité des parents.

Organisé par Chocolatitudes.



Samedi 5 décembre

CLERMONT L'HÉRAULT

14H30-17H30



80

Une chouette au verger, balade naturaliste à la ferme

Venez découvrir le verger de la Pradette de Coralie, engagée dans la protection de la biodiversité avec le programme de la LPO « Des Terres & Des Ailes » et plus particulièrement engagée dans la protection d'une chouette aux yeux d'or...

Après une visite du verger et la découverte du métier d'arboricultrice, vous découvrirez le monde des rapaces nocturnes et comment agir pour les protéger dans les campagnes et villages. Vous participerez même à la pose d'un nichoir pour aider la Chevêche d'Athéna, espèce typique des milieux agricoles, ciblée par le programme de conservation de la LPO : « Une Chouette, Un Village » !

À la fin de l'animation, les confitures produites par Coralie à partir des fruits du verger vous seront présentées et pourront être achetées. Une dégustation gratuite sera proposée.

/// La Pradette - 34800 Clermont L'Hérault

Accès : Parking sur place. Un covoiturage est organisé après inscription.

Gratuit, inscription obligatoire par téléphone au 07 52 08 32 10 ou à anna.roux@lpo.fr

Accessible aux enfants à partir de 7 ans.

Organisé par LPO Occitanie DT Hérault et Le Verger de la Pradette.



MONTPELLIER

19H30-21H



81

Une valse à trois temps pour réinventer l'économie, l'agriculture et l'alimentation

Quelle économie ? Pour quelle agriculture ? Et quelle alimentation ? Dans un premier temps... Un débat mouvant où chacun et chacune sont invités à se déplacer dans l'espace selon ses convictions, ses doutes et ses questions. Dans un deuxième temps... des projections d'images, des témoignages, des récits d'initiatives venant de partout. Pour finir, une conférence inversée, où les rôles s'échangent et où chacun devient co-auteur pour récrire ensemble un nouveau récit.

**/// Gazette café - 6 rue Levat,
34000 Montpellier**

Accès : Tram 1, 2, 3 ou 4 Arrêt Gare Saint-Roch.

Gratuit, en entrée libre. Tout public.

Organisé par La Graine - monnaie locale.



LES TEMPS FORTS

Du 5 au 6 décembre

Portes ouvertes : au Four et au Moulin

Des portes ouvertes placées sous le signe du savoir-faire, du partage et de la gourmandise. Deux jours, pour vivre une expérience inédite au cœur du savoir-faire du maître-moulinier !



COMBAILLAUX
10H-18H



L'huile d'olive est un pur jus de fruit extrait à froid qui évolue au fil du temps. Pendant quelques semaines, juste après leur extraction au moulin, les huiles révèlent toutes leurs saveurs, un goût éphémère avec des notes herbacées très prononcées, intimement lié à ces premières semaines de confection. C'est précisément cet instant que le Domaine de l'Oulivie souhaite célébrer avec vous lors de ces journées portes ouvertes des 5 et 6 décembre.

Au programme :

- Des ateliers avec visites du moulin et dégustation d'huiles d'olive primeur,
- Le buffet du moulinier,
- Des animations gratuites tout au long du week-end, pour petits et grands !

Un rendez-vous familial à ne pas manquer pour découvrir, partager et échanger autour du savoir-faire et de la gourmandise !

/// Domaine de l'Oulivie - Mas de Fourques, 34980 Combaillaux

Les animations et dégustations sont proposées gratuitement pendant le week-end. Les ateliers « visites du moulin et dégustation des huiles d'olive primeurs » sont payants et sur réservation au : 04 67 67 07 80.

Le « buffet du Moulinier » est au tarif de 25 €/personne et sur réservation.

Plus d'informations via le QR code.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 6 ans.

Organisé par le Domaine de l'Oulivie.



Dimanche 6 décembre

MONTPELLIER

9H-18H



Marché de producteurs et d'artisans

Au cœur du quartier Méditerranée, un marché de producteurs et artisans vous attend. Des animations et interventions autour du développement durable seront proposées sur place.

/// Place François Jaumes - Rue de la Méditerranée, 34070 Montpellier

Accès : Tram 1, 2, 3 ou 4 Arrêt Gare Saint-Roch.

Gratuit, en entrée libre.

Accessible aux personnes à mobilité réduite.

Organisé par Med'inmontpellier/Il Biondo.

PRADES-LE-LEZ

9H30-12H30



L'agroécologie, partout et pour tous

Découvrez les techniques d'agroécologie inspirées du cycle de la nature. Un stand ludique pour petits et grands avec des démonstrations, des jeux, des observations, des contes et des animations pour mieux comprendre les principes du jardinage au naturel et de sa biodiversité.

/// Place du marché - Rue Jean Jaurès, 34730 Prades-le-Lez

Accès : Tram 5 Arrêt Clapiers puis Bus 23 Arrêt Mairie de Prades-le-Lez.

Gratuit, sans inscription.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 2 ans.

Organisé par Les Ecolosaures.



MONTPELLIER

9H45-12H15



Atelier cuisine de tofu bio local

Découvrez comment cuisiner le tofu bio artisanal, qu'il soit aux 5 saveurs ou au sésame doré et au cumin mariné. Vous pourrez ensuite déguster le tofu cuisiné sur place!

/// Place du Nombre d'Or, 34000 Montpellier

Accès : Tram 1 Arrêt Antigone.

Gratuit, inscription au 06 75 92 89 00 sur l'un des créneaux proposés : 9h45-10h15, 10h45-11h15 ou 11h45-12h15.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 9 ans.

Organisé par Ladytofu terracoopa.

MONTPELLIER

14H-16H



Atelier « Viens on sème ! » sur les nuances du chocolat

Après un atelier sensoriel, visuel et olfactif autour du chocolat, petits et grands exploreront toutes ses nuances : couleurs, provenances, formes... Ils expérimenteront finalement sa palette chromatique pour réaliser des camaïeux dans des tonalités allant du brun au noir.

/// Musée Fabre - 39 boulevard Bonne Nouvelle, 34000 Montpellier

Accès : Tram 1, 2 ou 4 Arrêts Comédie ou Corum.

Tarif plein : 15€/adulte, 8€/enfant. Tarif réduit (pass métropole) : 12€/adulte, 6€/enfant.

Accessible aux personnes à mobilité réduite et aux enfants à partir de 7 ans.

Organisé par le Musée Fabre.



LE OFF



Mercredi 9 décembre

MONTPELLIER

10H-18H



Des Paysans à Paul Va

L'Université de Montpellier Paul-Valéry accueille une journée consacrée à l'agriculture locale et à l'alimentation. Portée dans le cadre du projet ArtBoréSens, soutenu par la CVEC, l'initiative associera marché paysan, spectacle, échanges et création documentaire.

Dès 10h, producteurs locaux, institutions et acteurs de l'agriculture et de l'alimentation se retrouveront sur le parvis et les pelouses de l'Université pour un marché paysan.

À 15h30, rendez-vous pour le spectacle «Le Progrès progresse» de la Compagnie Pakapaze.

À 16h30, la représentation sera suivie d'une table ronde consacrée aux enjeux de l'agriculture et de l'alimentation à l'échelle locale.

**/// Université de Montpellier
Paul-Valéry, Route de Mende,
34090 Montpellier**
Gratuit, en entrée libre.



En continu

MONTPELLIER

SAINT-JEAN-DE-VÉDAS

Les grainothèques des médiathèques de la Métropole de Montpellier

Les médiathèques Émile Zola, William Shakespeare, Victor Hugo et Jules Verne ouvrent leur grainothèque et bouturothèque. Elles sont accessibles à tous les amoureux des plantes et de la nature. Le principe est simple : prenez des graines ou des boutures... Et apportez-en d'autres : ici, tout est échange !

/// Médiathèque Émile Zola
218 boulevard de l'Aéroport international,
34000 Montpellier

/// Médiathèque William Shakespeare
150 avenue Paul Bringuier,
34080 Montpellier

/// Médiathèque Victor Hugo
207 rue Guillaume Janvier,
34000 Montpellier

/// Médiathèque Jules Verne
21 rue Auguste Renoir,
34430 Saint-Jean-de-Védas

Gratuit, en entrée libre aux horaires d'ouverture des médiathèques.

Organisé par le Réseau des médiathèques de la Métropole de Montpellier.



Le site pour trouver l'alimentation qui vous correspond !

**Fin gourmet, défenseur du local
ou de l'environnement ?**

**Parce que « bien manger » a une
signification différente pour chacun
d'entre nous, BoCal vous permet de
trouver ce qui vous correspond
le mieux.**



**Le site BoCal est le fruit de la
collaboration de 5 territoires engagés
pour une alimentation durable
et de qualité.**

BOCAL, C'EST QUOI ?

- ✓ Une carte des producteurs locaux et points de vente engagés dans une démarche durable (circuits courts, bio, vrac...),
- ✓ Des initiatives et événements célébrant la richesse du patrimoine agricole local,
- ✓ Un espace d'échange de recettes et de bons plans !

**Rejoignez BoCal aujourd'hui et devenez
un acteur du changement.**

Habitant, habitante ?

Trouvez des bons plans et partagez vos coups de cœur !

Producteur, artisan ou commerçant ?

Inscrivez-vous sur BoCal pour vous faire connaître !



Trouvez ou ajoutez vos lieux favoris
bocal-languedoc.fr

Nous remercions tous les partenaires qui ont rendu possible **l'édition Automne-Hiver** de « **Manger comme on sème, le festival des 4 saisons** ».



Les organisateurs d'évènements sont seuls responsables des activités qu'ils proposent et du respect des obligations légales et sanitaires propres à chacune d'entre elles.

Crédits photos : © AdobeStock ; Américi81, MP, Photozi, Simmitokor / Shutterstock ; New Africa / Stock ; Askymaks, Fuzulhanum, Koldo Studio, Marrakesh, Nedim B, SerKuchor, Tetana Garkusha, Vaviv / PhotoAlto ; Isabelle Rosenbaum / Pexels ; Tirthia Clement / Château de Fougères / Musée Fabre / Christelle Queudier - Terre et moi / Les Ateliers Ludoschiques / Ferme de Lamalou / Oasis Citadine / Institut Marie Saignier / Les petits Débrouillards Cootanie / Les Écolosures / Le Passe Muraille / Culturotoits / Sauvageonne&Co / Melany Pallas / Cuellieuses Sauvages / @Les Contours / OT Palavas / CIRAD / La Cantina / Stefy Touzé / Lady Tofu / Grainothèque des Garrigues / Ferme Urbaine de la Condaminie / Qualinoa / Domaine de Mirabeau / La Graine / Terre de Liens / Christian Rambal / DK Kosma / CHU Montpellier / @clairerobert.org / Le potager paysan - Cassagnole Sara Bernard / LéaGarson / eko_jea / Sophie Delena / Fan de cuisine / Semeurs de Jardins / David Gaso - Rayons D'aventure / Pan Terra / Hauts Val&Co / Vincent Couderc / Station Transition / Agropotat / Mas Origine / Chez Ambroise - CCAS de Montpellier / Montpellier Méditerranée Métropole / Romain Dupuy / Joolinphoto / Pays Cœur d'Hérault / MJC Carnon - EVS / LPO Occitanie DT34 / Gwladys MARHIC



MONTPELLIER MÉDITERRANÉE MÉTROPOLE

50, place Zeus - CS 39556 - 34961 Montpellier Cedex 2
Tél. 04 67 13 60 00

Tramway 1, arrêts « Léon Blum » et « Place de l'Europe »
Tramway 4, arrêt « Place de l'Europe »

bocal-languedoc.fr/manger-comme-on-seme