

ÉDITION AUTOMNE/HIVER

22 NOVEMBRE – 7 DÉCEMBRE 2025

PROGRAMME



**Près de
90 évènements
sur votre territoire**

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



Montpellier
Méditerranée
Métropole



ÉDITO



Le festival Manger Comme On Sème traduit la volonté de nos territoires d'agir en faveur d'une alimentation plus durable. Porté par l'engagement et le dynamisme des acteurs locaux, il s'attache à rassembler habitants, associations, producteurs, chercheurs, acteurs éducatifs et culturels autour d'un enjeu essentiel pour notre avenir commun.

Car l'alimentation n'est pas seulement une affaire de consommation : elle est au cœur de notre santé, de notre environnement, de nos liens familiaux et sociaux. À travers ce festival, il s'agit d'informer dans la convivialité,

de susciter l'échange et de mettre en lumière des initiatives locales innovantes, qui inventent les modèles et les pratiques de demain.

La richesse du programme témoigne de la diversité et de la vitalité de ces initiatives. Ateliers participatifs, projections, débats, visites de terrain ou encore moments festifs : autant d'occasions de partager des savoirs et de (re)tisser des liens avec nos territoires nourriciers.

Cette édition résonne également avec le Festival Alimenterre, dont une partie de la programmation se déroule en même temps que Manger Comme On Sème. À travers sa sélection de films documentaires, Alimenterre invite les citoyens à comprendre les enjeux agricoles et alimentaires en France et dans le monde.



Ensemble, ces deux festivals dialoguent et, en écho, illustrent combien les défis planétaires trouvent aussi des réponses dans les actions locales, concrètes et collectives, au plus près des citoyens, ici comme à l'autre bout du monde.

Nous espérons que cette édition, à nouveau, vous offrira des moments de découverte, d'apprentissage et de rencontre. Durant 15 jours, du samedi 22 novembre au dimanche 7 décembre, ensemble, faisons de ce festival un temps fort de partage et d'engagement !



Michaël DELAFOSSE

Président de Montpellier Méditerranée Métropole
Maire de Montpellier

Isabelle TOUZARD

Vice-présidente de
Montpellier Méditerranée Métropole
Déléguée à la Transition écologique
et solidaire, à la Biodiversité, à l'Énergie, à
l'Agroécologie et l'Alimentation durable

Alain BARBE

Président de la Communauté de communes
du Grand Pic Saint-Loup
Maire des Matelles

Stéphan ROSSIGNOL

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

Jean-François SOTO

Président du Sydel du Pays Coeur d'Hérault
Maire de Gignac

Retrouvez en un coup d'œil

LES ANIMATIONS SUR NOS TERRITOIRES



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

GRAND PIC SAINT LOUP

13

Saint-Mathieu-
de-Tréviers

Saint-Bauzille-
de-Montmel

St-Jean-de-Cornies 81

Montaud 71

Restinclières 3

Castries 25 40 43 57 65

Castelnau-le-Lez 7

Montpellier

1 2 6 8 9 10 11 12 15 16 17 22 23 24

27 31 32 33 34 36 39 44 45 46 47 50 51 53

54 55 59 60 61 62 63 66 67 69 73 74 75 77 79 82

83 84 85 86

PAYS DE L'OR

ean-
das

Lattes 70

Mauguio-Carnon 30

La Grande Motte 64

Palavas-les-Flots 35

Flashez ce QR code
et retrouvez tout le
programme en ligne sur
bocal-languedoc.fr



LE OFF 
Du 15 octobre au 30 novembre

Festival Alimentterre

Depuis 2007, en France et à l'international, des citoyens et citoyennes organisent des projections de films pendant les six semaines du festival Alimentterre. Cette année, ce sont 9 films qui sont mis à l'honneur pour alimenter le débat.

Au programme, des animations tout public, des projections-débats, des rencontres, et surtout, une multitude d'idées pour agir du local au global en faveur d'une agriculture et une alimentation durables et solidaires.

Les projections prévues sur nos territoires :

• **Vendredi 7 novembre à 18h :**
« Leurs champs du cœur ».
Salle Rosa Parks - Avenue des Comtes
Melgueil, 34130 Carnon.

• **Vendredi 7 novembre à 20h :**
« Manger pour vivre ».
Salle du micocoulier, salle polyvalente,
34150 Montpeyrroux.



• **Jeudi 13 novembre à 20h30 :**
« À la vie, à la Terre : Cameroun, la terre des femmes ».
Cinéma Alain Resnais - Rue Salasc,
34800 Clermont-l'Hérault.

• **Mardi 25 novembre à 18h30 :**
« Leurs champs du cœur ».
Salle Ayot - Cours de la liberté,
34725 Saint-André-de-Sangonis.

• **Dimanche 30 novembre à 10h30 :**
« Leurs champs du cœur ».
Cinéma Utopia Montpellier - Sainte
Bernadette, 5 avenue du Docteur Pezet,
34090 Montpellier.

Organisé par le Collectif Alimentterre.

Plus d'informations
sur le site du festival :

www.alimenterre.org/le-festival-alimenterre





PRÈS DE 90 ANIMATIONS PROGRAMMÉES

Samedi 22 novembre

MONTPELLIER

10H - 11H



1

Visite de l'Oasis Citadine

L'Oasis Citadine, la première ferme urbaine permacole de Montpellier, vous ouvre ses portes pour une visite guidée qui vous dévoilera les secrets d'un écosystème nourricier, ingénieux et durable, en plein cœur de la ville. Un lieu atypique où la nature reprend ses droits et vous inspire à cultiver autrement. Venez explorer une oasis de biodiversité en pleine ville !

/// 87-69 Rue de la Mogere,
34000 Montpellier

Gratuit, sur inscription via le
QR Code.

Organisé par l'Oasis Citadine.



MONTPELLIER

10H - 12H



2

Faites de la soupe

Comme chaque année le réseau de partenaires du quartier Grand-Croix d'Argent convie les habitants et structures du quartier à présenter leurs meilleures soupes. Un concours haut en saveurs et une ambiance chaleureuse pourront ravir vos papilles.

Pour plus d'informations sur les conditions de participation : contacter la Maison pour tous Albert Camus au 04 34 88 76 84.

/// Foyer Beaurevoir - 227 rue du mas de
Villaret, 34070 Montpellier

Gratuit, sans inscription. Pensez à prendre
votre bol de soupe pour la dégustation.

Organisé par le Réseau de partenaires du
quartier Grand-Croix d'Argent.



Samedi 22 novembre

RESTINCLIÈRES

10H - 12H30



3

Atelier éco jardinage : Paillage et couverture du sol

Qu'est-ce que le paillage ? Comment couvrir son sol ? Quels sont les différents matériaux utilisables, leurs avantages et inconvénients ? Le réseau des semeurs de Jardins vous propose un atelier pour apporter des réponses à toutes ces questions.

**/// Jardins familiaux de Restinclières -
Chemin des Hugnes, 34160 Restinclières**
Gratuit. Inscription obligatoire via le QR code.
Organisé par le Réseau des Semeurs de
Jardins.



LODÈVE

10H - 16H



4

Boucle gourmande à vélo

Rayons Davanture vous propose une balade à vélo commentée, familiale et conviviale. Montpelliérains, Millavois, Biterrois, Pignanaïses, venez découvrir les bons produits fermiers du lodévois et des paysages façonnés par l'Homme. En fonction de la météo et des capacités sportives des participants, 3 boucles sélectionnées (40-50 km), ponctuées de rencontres avec des producteurs engagés et de dégustations gourmandes (idéal pour confectionner votre pique-nique terroir sur place). De quoi en apprendre plus sur l'agriculture nourricière du territoire tout en savourant des produits d'exception.

**/// Rendez-vous sur le Parking 8 avenue
Docteur Joseph Maury, 34700 Lodève**

Tarifs : 20€/personne ou 15€/personne pour les groupes à partir de 2 personnes.

Accessible pour les enfants à partir de 12 ans, munis d'un équipement vélo adapté, sous la responsabilité des parents. Inscription obligatoire pour validation de la sortie (min. 8 personnes), via le QR Code.

Organisé par Rayons Davanture.



JUVIGNAC

10H30 - 11H30 ET 15H - 16H



5

Surprise en verres noirs - dégustation œnologique gourmande

Initiation à la dégustation de façon ludique !
Jeu « Surprise en verres noirs » : saurez-vous deviner le vin que vous goûtez ? Le château de Fourques vous propose 5 vins choisis selon vos goûts et vos envies accompagnés d'une planche de grignoteries.

/// **Château de Fourques - 154 route de Lavérune, 34990 Juvignac**

12 € par personne. Limité à 15 personnes.

Inscription obligatoire par mail à
fourques@netcourrier.com

Organisé par le Château de Fourques.

MONTPELLIER

12H15 - 15H15



6

Atelier de cuisine spécial Parents Enfants : Alimentation Vivante

L'association Veg Nature organise un Atelier de cuisine spécial Parents Enfants, animé par Marc, spécialisé en Alimentation Vivante (végétale et crue). Venez découvrir comment préparer des plats simples et délicieux avec des produits frais, bio et de saison aux nombreuses vertus pour la santé. L'atelier se clôturera par la dégustation des plats préparée par vos soins. Soyez au rendez-vous de cet événement gourmand !

/// **Maison pour tous Voltaire - 3 square Jean Monnet, 34070 Montpellier**

Tarifs : 12€ non adhérents, 10€ adhérents.

Inscription au 06 10 88 29 06.

Organisé par Veg Nature.



Samedi 22 novembre

CASTELNAU-LE-LEZ

13H - 23H



Sablassoupe Party #3

L'association Maraîchons à Sablassou propose une visite de son jardin collectif NELSON, à 14h30, situé 280 chemin des jardins à Castelnau-le-Lez. Les participants pourront ensuite participer à une cantine populaire et engagée pour la préservation des terres agricoles et l'agriculture de proximité. Une après-midi et soirée musicale et festive. La soupe est à prix libre et conscient, les boissons à prix doux. Le café et le thé sont offerts. Pensez à ramener des assiettes, bols, couverts et ecocup, un stand « Fétavaisselle » sera prévu sur place. En route pour la bonne soupe avec les courges du jardin !

/// Pour la visite du jardin : 280 Chemin des jardins, 34170 Castelnau-le-Lez

Pour la cantine populaire : 174 chemin du Clos l'Armet, 34170 Castelnau-le-Lez

Gratuit, adhésion à prix libre afin de respecter la législation sur les boissons.

Accès : Tramway ligne 2 arrêt La Galine, Parking vélos dans le jardin, parking véhicule : Boulder Line, 100 mètres à droite après le passage à niveau.

Organisé par Maraîchons à Sablassou et Castelnau Sud.



MONTPELLIER

14H - 17H



Concours de desserts à la citrouille

Rendez-vous au Club de l'âge d'or Vincent Scotto, pour un concours de création culinaire avec pour thème : un dessert à base de citrouille ! Ne manquez pas ce rendez-vous convivial et savoureux au cœur du quartier de Celleneuve

/// Club de l'âge d'or Vincent Scotto - Résidence le clos de la fontaine, rue Jacques Le Mercier, 34080 Montpellier

Gratuit. Participation par équipes ouvert aux diverses associations et citoyens du quartier. Organisé par le CCAS - Club de l'âge d'or Vincent Scotto.

MONTPELLIER

15H30 - 18H



Atelier de découverte sensorielle du miel

Chaque miel présente des caractéristiques organoleptiques propres, liées aux fleurs butinées par les abeilles. À l'aide de la roue des arômes, « l'abeille du pic » anime un atelier pour déguster et découvrir les miels récoltés en Occitanie dans une ambiance conviviale.

/// Boutique paysanne Sentier de Cévennes - 28 rue Paul Brousse, 34000 Montpellier

Gratuit, inscription possible, par mail à : labeilledupic@gmail.com. Limité à 6 personnes par groupe, pour une animation d'une durée de 20 minutes.

Organisé par la Boutique Paysanne Sentier de Cévennes.

MONTPELLIER

18H - 23H



10

Conférence : l'alimentation vivante, pour une belle vie et une meilleure santé

Nous sommes ce que nous mangeons » dit le proverbe. Mais que mangeons-nous exactement, quand nous choisissons des aliments vendus dans le commerce, sans y faire vraiment attention ? L'alimentation moderne pose-t-elle vraiment de sérieux problèmes pour la santé ? Qu'est-ce que l'alimentation vivante, ou l'alimentation végétale crue ? Pourquoi manger cru, et que mange-t-on quand on est crudivore ? Quels sont les bénéfices pour la santé ?

Conférence suivie d'un repas partagé végétal et convivial : chacun apporte un plat ou une boisson végétal, ainsi que son assiette, son verre et ses couverts.

Un beau moment d'échanges et de partage pour prolonger la conférence ensemble !

/// Maison pour tous Frédéric Chopin - 1 rue du Marché aux Bestiaux, 34000 Montpellier

Gratuit, sans inscription.

Conférence : 18h-20h.

Repas partagé : 20h-23h.

Organisé par Veg Nature.

Dimanche 23 novembre

MONTPELLIER

9H20 - 12H20



11

Atelier de cuisine bio et locale

Venez découvrir l'univers du tofu artisanal certifié 100% bio, élaboré à partir de soja cultivé en Occitanie. Après une dégustation de tofu 5 saveurs et de tofu doré, pour éveiller vos papilles, vous participerez à un atelier de cuisine, où vous apprendrez à les cuisiner et les sublimer dans des recettes originales. Un moment gourmand, convivial et écoresponsable pour explorer de nouvelles saveurs et repartir avec des idées créatives pour vos repas.

/// Marché Antigone - Place du nombre d'or, 34000 Montpellier

Gratuit, inscription recommandée par sms au : 06 75 92 89 00 (3 ateliers d'1h environ).

Pour plus d'informations : ladytofu.wixsite.com

Organisé par Ladytofu/Terracoopa.



Dimanche 23 novembre

MONTPELLIER

9H30 - 12H



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.

**/// Bosquet fruitier et jardin partagé Wangari
Maathai, Bassin Jacques Cœur - Allée de la
Méditerranée, 34000 Montpellier**

Gratuit. Inscription obligatoire via le QR Code.
Organisé par le Réseau des Semeurs de
Jardins.



LAURET

10H - 12H



De l'olivette à l'assiette !

Immersion dans une olivette en compagnie
d'Alice d'OléiTour pour découvrir les multiples
facettes de ce fruit et de sa culture. Visite
de la parcelle ensemble puis dégustation
d'huiles de différents fruités, de tapenades
et d'olives de bouche.

/// Place de la mairie, 34270 Lauret

Gratuit, inscription par mail à
contact@picassiette.org ou au 06 60 54 47 90.
Rendez-vous à 9h45 (chaussures de marche
recommandées).
Organisé par Pic'assiette.

PAULHAN
10H - 16H30



Journée de glanage d'olives et découverte d'une ferme en polycultures biologiques

Venez découvrir le Mas Nicolas, une ferme
en polycultures biologiques (blés anciens,
poules, oliviers) et fabriquer votre propre
huile d'olive ! Après une petite visite des lieux,
vous participerez à une récolte collective
d'olives sur les parcelles voisines. Les olives
seront ensuite triturées par un moulin local
pour produire une huile, dont une partie sera
remise aux participants et participantes.

Au programme :

- Visites de la ferme et ateliers ludiques ;
- Glanage d'olives : 10h-12h30 puis 14h-16h ;
- Jeux et animations pour petits et grands ;
- Repas paysan convivial à midi.

Une belle occasion de venir partager aussi
bien seul, qu'en famille ou entre amis un
moment convivial autour de l'olivier et du
territoire !

**/// Mas Nicolas RD 130, 34230 Paulhan.
Depuis Paulhan, sur la route d'Aspiran, à
droite juste avant de passer sous l'A75**

Animation gratuite et repas offert sur adhésion
à la Cinquième Saison (adhésion libre,
minimum 1€). Inscription via le QR code.
Organisé par l'association La Cinquième
Saison et le Pays Cœur d'Hérault, dans le
cadre du Projet Alimentaire Territorial.



MONTPELLIER
10H45 - 13H45



Atelier de cuisine Fusion d'automne

En collaboration avec un ou une productrice locale, Blablacooks vous propose d'apprendre à cuisiner un plat « fusion » avec les légumes d'ici et des épices d'ailleurs.

Une dégustation est prévue en fin d'atelier, prévoyez vos récipients pour emporter si besoin.

/// Cuisine du co-working de la Halle Tropisme - 121 rue de Fontcouverte, 34000 Montpellier

Rendez-vous devant la grande porte du parking à 10h45 - Durée : 3h

Tarifs : Spécial Festival 20 euros,
Réduit 15 euros, Enfants ados 10 euros +
Adhésion si première fois : 6 euros,
Réduit 2 euros, enfants et ados 1 euro.
Inscription via le QR code.

Pensez à prendre des chaussures fermées,
un carnet pour prendre des notes sur la
recette si vous le souhaitez ; un élastique
si vous avez les cheveux longs.
Organisé par Blablacooks.



MONTPELLIER
14H - 16H



Visite guidée de la ferme

La ferme de la Condamine vous ouvre ses portes. Venez visiter une ferme maraîchère bio et agroécologique aux portes de Montpellier ! Les participants seront guidés dans la découverte d'une ferme en agriculture durable et de ses aménagements paysagers agroécologiques (haies, fossés, mares, refuges faune, espaces de diversité floristique,...).

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

Gratuit, sur inscription par mail à
fermeurbaincollective@gmail.com.

Visite d'environ 2h, tout public, les enfants sont sous la responsabilité des parents. (Terrain accidenté, pas de poussette).

Organisé par la Ferme de la Condamine.



**Du 24 novembre
au 5 décembre**

MONTPELLIER

11H - 14H



17

Mon assiette ma planète : pour une alimentation plus durable

Exposition en 17 panneaux sur le thème « Mon assiette, ma planète – Alimentations pour un monde durable » par l'Institut de recherche pour le développement (IRD) d'Occitanie.

/// Hall du restaurant de l'hôpital Gui de Chauliac - 80 avenue Augustin Fliche, 34000 Montpellier

Gratuit, en accès libre de 11h à 14h.
Organisé par le CHU de Montpellier.



Lundi 24 novembre

LODÈVE

14H30 - 18H



18

Cuisinons Ensemble à Lodève!

Atelier de cuisine participatif et collectif, pour tisser du lien social, apprendre en cuisinant ensemble des goûters et repas sains avec des produits locaux et de saison. Les participants pourront emmener chez eux les plats préparés en fin d'atelier.

/// Maison du Projet - 45 Grand Rue, 34700 Lodève

Tarif : participation libre. Pas de réservation nécessaire, venez quand vous voulez et emmenez vos bocaux pour repartir avec vos petits plats.

Organisé par Terre en partage et Terre contact (Collectif la spatule bavarde).

Mardi 25 novembre

SAINT-ANDRÉ-DE-SANGONIS

10H30 - 13H30



19

Cuisinons Ensemble à Saint-André!

MOZAÏKA vous propose un atelier cuisine dans une ambiance conviviale ! Que vous soyez grands, petits, experts, novices, adultes, enfants, soyez les bienvenus ! L'atelier se terminera par une dégustation collective du repas préparé ensemble.

/// 1 cours de la Liberté, 34725 Saint-André-de-Sangonis

Tout public, ouvert aux enfants accompagnés d'un adulte.

Gratuit, sur inscription par mail à : mozaika@sangonis.fr ou au 04 67 57 91 41. Organisé par le Centre Municipal Socio Culturel et Sportif Mozaïka.



SAINT-ANDRÉ-DE-SANGONIS

18H30 – 20H30

Projection festival Alimenterre « Leurs champs du cœur »

Avec « Leurs champs du cœur », Mickaël Denis-Shi signe ici son tout premier film documentaire pour répondre à la question : comment assurer une production alimentaire de qualité, rémunératrice pour ceux qui la produisent et accessible au plus grand nombre ? Cette question est le point de départ d'un tour de France, auprès de 12 fermes, 15 agriculteurs et agricultrices et de récits sensibles de citoyens engagés dans l'agriculture. Il explore ainsi les chemins de résilience individuelle et collective par le lien à la terre.

La projection sera suivie par un temps d'échange avec le groupe Veilleurs de Terres – des citoyens qui unissent leurs forces pour repérer, qualifier et remettre en valeur les friches agricoles du territoire – et des paysans et paysannes de Saint-André-de-Sangonis.

/// **Salle Ayot – Cours de la Liberté,
34725 Saint-André-de-Sangonis**

Gratuit, sans inscription.

Contact : r.dif@terredeliens.org, 06 87 91 91 93.

Organisé par Terre de Liens, SAS Actions Citoyennes, le Codev et le Sydel du Pays Cœur d'Hérault, dans le cadre du festival Alimenterre.



Mercredi 26 novembre

GRABELS

9H30 – 12H30



Balade découverte des plantes sauvages aux sources de l'Avy

Les Cueilleuses Sauvages vous emmène découvrir les plantes sauvages comestibles et médicinales du magnifique site des sources de l'Avy ! Après une dégustation de tisane, vous partirez à la recherche des merveilles de ce lieu. L'occasion aussi de parler biodiversité, cueillette, recettes, herboristerie... Cela dépendra de ce qui vous intéresse !

/// **Parking des sources de l'Avy,
34790 Grabels. Accessible en bus : ligne 24.**
Gratuit, limité à 15 personnes.
Inscription obligatoire par mail à :
cueilleuses.sauvages@lilo.org
Organisé par Les Cueilleuses Sauvages.



Mercredi 26 novembre

MONTPELLIER

10H - 11H



22

Accueil Famille à l'Oasis Citadine

Laissez-vous guider par notre animatrice au cœur de la ferme de l'Oasis Citadine. Ensemble, parents et enfants partiront en exploration pour bichonner les poules, observer le ballet des abeilles et percevoir tous les secrets de ce havre permacole.

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

Gratuit, sur inscription via le QR code.
Organisé par l'Oasis Citadine.



MONTPELLIER

10H30 - 12H



23

Découverte de la Plateforme Agroalimentaire du Cirad

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 faire découvrir des techniques et procédés innovants, les chercheurs répondront à vos questionnements autour des aliments que vous mangez au quotidien.

/// Bât 15, 73 Rue Jean François Breton, 34090 Montpellier

Plus d'informations via le QR code.

Gratuit, inscription obligatoire à annabelle.prim@cirad.fr.
Ouvert aux enfants à partir de 8 ans.
Organisé par le Cirad.



MONTPELLIER

14H - 17H



24

La Fresque Agri'Alim

Un atelier collaboratif de 3h pour se rassembler, comprendre les enjeux de notre modèle agricole et alimentaire, et échanger sur les actions à mener pour y répondre. La Fresque Agri'Alim est conçue pour être accessible à tous, novices comme connaisseurs.

**/// Secours Populaire - Antenne Saint-Martin
- 3 rue des Catalpas, 34000 Montpellier**

Gratuit, inscription recommandée par mail à : contact@stationtransition.fr. Accessible à partir de 16 ans. Limité à 16 personnes. Organisé par Station Transition.



CASTRIES

14H30 - 16H



25

Atelier parents/enfants « Tartines créatives »

Lors de cet atelier, venez réaliser des tartines colorées, créatives et savoureuses en partie avec des plantes sauvages comestibles et/ou médicinales, tout en laissant travailler votre créativité. Dégustation partagée en fin d'atelier.

**/// Oasis Fontmarie - 1790 route de
Fontmarie, 34160 Castries**

Gratuit, inscription obligatoire par mail à : contact@naturecomestible.fr. Organisé par Nature Comestible.



Mercredi 26 novembre

MONTAGNAC

16H – 18H



26

Découverte du métier de paysanne herboriste

DK Kosma vous invite à découvrir le métier de paysanne herboriste : de la production de plantes aromatiques et médicinales en agriculture biologique au laboratoire de transformation de cosmétiques naturels.

/// Mas des Tudes, 34530 Montagnac. À partir du rond-point de St-Martin de la Garrigue à Montagnac, suivre le fléchage « Visite de ferme, DK KOSMA » sur 2 km

Gratuit, inscription par mail dk.kosma@protonmail.com en précisant votre nom et la date. Accessible aux enfants accompagnés d'un adulte. Prévoir de bonnes chaussures ou bottes. Cet événement reste soumis aux contraintes météo. Annulation en cas de pluie. Organisé par DK Kosma.



MONTPELLIER

16H30 – 19H



27

Les secrets de l'okara - Atelier cuisine bio et locale

Partez à la découverte de l'okara, ce trésor méconnu issu de la fabrication artisanale du tofu bio, lors d'un atelier pratique pour apprendre à transformer cet ingrédient riche en fibres et en protéines en recettes créatives, saines et savoureuses. L'atelier sera suivi d'une dégustation gourmande de préparations originales à base d'okara. Un rendez-vous culinaire engagé, pour conjuguer plaisir, zéro déchet et cuisine inventive.

/// Marché paysan des Aubes - Rue des Cailles, 34000 Montpellier

Gratuit, sur inscription par sms au 06 75 92 89 00.

Organisé par Ladytofu/Terracoopa.

Jeudi 27 novembre

GRABELS

9H – 11H



28

Jeudi Miam

Le CHU de Montpellier vous ouvre les portes de ses cuisines pour une visite exceptionnelle. Venez découvrir entre amis ou en famille l'Unité Centrale de Production Alimentaire (UCPA), où sont produits près de 7500 repas chaque jour ! Vous y découvrirez que le soin à l'hôpital va bien au-delà du médical.

/// CHU de Montpellier - 569 rue du Caducée, 34790 Grabels

Gratuit, sur réservation par mail à :

dlt-sec-dir@chu-montpellier.fr

Organisé par le CHU de Montpellier.

FABRÈGUES

14H - 16H



29

Visite agroécologique du Domaine de Mirabeau

La ferme en polyculture élevage du Domaine de Mirabeau (Pôle d'Excellence Agroécologique et Sociale) ouvre ses portes pour faire découvrir ses différentes productions : maraîchage sur sol vivant et production de paniers bio, élevage, culture de la vigne. Au cours d'une balade commentée d'1h30, le public est invité à échanger sur le travail des maraîchers : non labour du sol, agroforesterie, niches écologiques, production efficiente de fruits et légumes, présentation de la serre bioclimatique ossature bois et des serres chapelles... Les Jardins de Cocagne Mirabeau embauchent 24 salariés en insertion et produisent 400 paniers par semaine.

**/// Domaine de Mirabeau - RD 114,
34690 Fabrègues**

Gratuit, inscription conseillée par mail à cocagnemirabeau@gmail.com

Organisé par Les Jardins de Cocagne Mirabeau.

Plus d'informations via le QR code.



MAUGUIO-CARNON

18H - 20H30



30

Soirée « Quand l'agriculture se met au bio »

La soirée débutera par la projection du film documentaire *Le Chemin des coquelicots* : à 52 ans, Michel Leclercq convertit son exploitation agricole en bio. Motivations, problématiques, accompagnements, solutions, perspectives et bilans, un large panel des éléments qui font la réussite d'une conversion. Après une pause sous forme d'apéro-discussion, aura lieu une projection d'extraits du webdocumentaire *Le Sens de la terre*, présentant des portraits d'agriculteurs « paysans » qui défendent leur goût du terroir et la biodiversité.

**/// Salle Aimé Césaire - Centre administratif,
45 rue du Levant, Carnon-Plage,
34130 Mauguio**

Gratuit, entrée libre dans la limite des places disponibles (50 places).

Organisé par la Médiathèque de l'Ancre à Carnon.



Vendredi 28 novembre

MONTPELLIER

10H - 13H



31

Atelier et mini-jeux autour des plantes comestibles et médicinales

Découvrez le monde des plantes comestibles et médicinales à travers un stand d'animation : exposition de plantes, memory, jeux, quizz et dégustation de sirops de plantes sauvages à l'aveugle !

/// Boutique paysanne Sentier de Cévennes - 28 rue Paul Brousse, 34000 Montpellier

Gratuit, animation en continu toute la matinée.

Organisé par la Boutique Paysanne Sentier de Cévennes.

MONTPELLIER

14H - 17H



32

Recette populaire - spécial légumes

Au cours d'un atelier de cuisine « Recette populaire » façon édu pop, les participants partageront leurs recettes tout en cuisinant. Cette fois-ci, vous êtes invités à vous amuser autour d'un panier de légumes en provenance de chez un maraîcher.

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

Tarif : 3€ + carte Maison pour tous.

Sur inscription au 04 34 88 76 84.

L'atelier est ouvert aux adultes uniquement. Limité à 10 personnes.

Organisé par la Maison pour tous Albert Camus.

MONTPELLIER

15H30 - 18H30



33

Comment cuisiner « Les Beignets d'Oignons Doux des Cévennes »

Introduite en 2000 sur les marchés et foires de la Région (souvent copiée mais jamais égalée), découvrez la recette des « Beignets d'Oignons Doux des Cévennes ». Les beignets seront préparés devant vous avec toutes les explications. Démonstration animée par « Le Jardin de la Clède », les créateurs de la recette.

/// Boutique paysanne Sentier de Cévennes - 28 rue Paul Brousse, 34000 Montpellier

Gratuit, sans inscription : animation en continu toute l'après-midi.

Possibilité d'acheter une portion : 6€.

Organisé par la Boutique Paysanne Sentier de Cévennes.

MONTPELLIER

18H30 - 00H



34

Des toilettes à l'assiette, remettre l'humain dans le cycle du vivant

Présentation du projet d'assainissement écologique d'Ecosec, Scop montpellieraine qui fabrique et gère 5 toilettes sèches publiques urbaines à Juvignac et valorise les effluents dans une filière viticole à Combaillaux. Suivi d'une dégustation de vin fertilisé à l'urine et d'une soirée dansante.

/// Le quartier Généreux - 2 quai des Tanneurs, 34090 Montpellier

Gratuit, sans inscription.

Organisé par Ecosec.



LES TEMPS FORTS

Manger comme on pêche

**PALAVAS-LES-
FLOTS**



35

Vendredi 28 novembre

18H30 - 20H

Rencontre « Manger comme on pêche »

La Médiathèque Saint Exupéry vous propose une rencontre autour des « petits métiers », du poisson de saison en circuit court, et de la ressource halieutique, en présence de Baptiste Canville, patron pêcheur et prud'homme major et/ou Eva Jaouen, coordinatrice des projets de la prud'homie de Palavas-les-Flots.

Gratuit, sans inscription. Tout Public.

Samedi 29 novembre

10H - 12H30

Atelier « La mer une ressource précieuse »

Pour comprendre le cycle de vie des animaux qui vivent au fond de la Méditerranée et l'importance de les respecter, le CPIE de l'APIEU vous propose un atelier ludique et pédagogique, en partenariat avec l'Agglomération du Pays de l'Or. Venez découvrir les différentes techniques de pêche et évoquer l'intérêt nutritionnel des aliments de la mer.

Gratuit, sur inscription auprès de la médiathèque au : 04 67 50 42 49.

Public visé : 7-12 ans.

**/// Médiathèque Saint-Exupéry -
44 avenue de l'Étang du Grec,
34250 Palavas-les-Flots**

**Organisé par la Médiathèque de Palavas-
Les-Flots et le CPIE de l'APIEU.**



Samedi 29 novembre

MONTPELLIER

10H - 11H



36

Visite de l'Oasis Citadine

L'Oasis Citadine, la première ferme urbaine permacole de Montpellier, vous ouvre ses portes pour une visite guidée qui vous dévoilera les secrets d'un écosystème nourricier, ingénieux et durable, en plein cœur de la ville. Un lieu atypique où la nature reprend ses droits et vous inspire à cultiver autrement. Venez explorer une oasis de biodiversité en pleine ville !

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

Gratuit, sur inscription via le QR Code.

Organisé par l'Oasis Citadine.



GRABELS

10H - 12H30



37

Atelier broyage de vos déchets verts

Le réseau des semeurs de jardins vous propose un atelier broyage gratuit de vos déchets végétaux. Apportez vos déchets verts et récupérez du broyat en échange (ou laissez-le sur place). Les tailles de haies sont acceptées. Diamètre maximum des branches : 15-16 cm. Pot d'accueil offert : Café/thé, jus de fruits et biscuit.

/// Impasse du Picadou (sur le parking), 34790 Grabels

Gratuit, inscription obligatoire via le QR Code.

Organisé par le Réseau des Semeurs de Jardins.



GRABELS

10H - 13H



38

La Grainothèque des Garrigues

Lors du marché de Grabels, venez découvrir ce stand d'échange libre et conscient de semences reproductibles et adaptées, où vous pourrez en apprendre plus sur les problématiques liées aux semences.

/// 1 place Jean Jaurès, 34790 Grabels

Gratuit, sans inscription.

Organisé par l'Association Gutenberg Grabels.



MONTPELLIER

10H - 13H



39

Créez votre épicerie autogérée : un modèle simple, collaboratif et durable

Une épicerie autogérée, c'est un espace collaboratif fondé sur la confiance, qui propose des produits de qualité à prix équitables, soutient ses producteurs, limite l'empreinte écologique, tout en créant du lien social et en renforçant l'autonomie de chacun.

Dans cet atelier, nous vous partagerons 5 ans d'expérience et des conseils concrets pour comprendre et mettre en œuvre ce modèle simple, léger et facilement adaptable à votre territoire.

/// Salle annexe « Les Amis de la
Cagette » - 7 rue Castilhon à Montpellier,
34000 Montpellier

Gratuit, sans inscription. Limité à 25 personnes.
Organisé par La Crèmerie et Au Plus Près.



Samedi 29 novembre

CASTRIES

10H - 13H



40

Atelier Cuisine spécial Noël : apéritifs végétariens et accords mets & vins

Et si cette année, vous prépariez de délicieux apéritifs de Noël avec un accord parfait mets & vins nature ? Lors de cet atelier, apprenez à concocter des apéritifs festifs, gourmands et 100 % végétariens, tout en maîtrisant l'art des accords mets & vins nature pour une harmonie parfaite en bouche. Sublimez vos repas de fête avec des créations originales qui respectent la nature et surprenez vos convives avec des saveurs inédites et élégantes. Rejoignez-nous pour un moment culinaire créatif, savoureux et engagé, où plaisir rime avec respect de la planète !

**/// Oasis Fontmarie - 1790 route de
Fontmarie, 34160 Castries**

Gratuit, sur inscription via le QR code.
Organisé par Sauvageonne.



SAINT-MARTIN- DE-LONDRES

10H30 - 12H30



41

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, de la graine au pain, est pratiqué selon les principes de l'agriculture biologique et de proximité. Les curieux découvriront tous les secrets de la fabrication du pain au levain, mettront les mains à la pâte et repartiront avec un pâton à cuire à la maison.

**/// Mas de Conquette - Frouzet,
34380 Saint-Martin-de-Londres**

Gratuit, sur inscription par sms au
06 65 06 90 84

Public visé : adultes.

Organisé par Terre et moi.



GRABELS

14H - 17H30



42

Bocaux en fête : récup' de tomates vertes et pickles d'hiver

La Caisse Alimentaire Commune de Montpellier vous propose un atelier de bocaux anti-gaspi à partir de tomates vertes qui n'ont pas pu mûrir et de légumes d'hiver. Au menu : chutney festif de tomates vertes, pickles colorés pour enchanter l'hiver et atelier créatif de décoration et étiquetages de bocaux ! L'atelier se terminera avec une dégustation du chutney. Et chacun repartira avec 4 bocaux plein de saveurs, prêts à devenir des cadeaux originaux ou à pimper votre menu de Noël !

/// La Cantina - 1 rue Gaston Planté, Place Pablo Neruda, 34790 Grabels

Gratuit, inscription obligatoire avant le 19 novembre, par mail à contact@caisse-alimentaire-commune.fr
Limité à 10 personnes.

Organisé par La Caisse Alimentaire Commune de Montpellier.

CASTRIES

14H30 - 16H30



43

Balade Cueillette plantes sauvages

À Castries, poussent des merveilles de petites plantes que chacun croise sans leur porter d'intérêt, car elles restent méconnues ! Les salades sauvages sont un trésor de saveurs et de vertus, qui poussent partout presque en toutes saisons, et vous gagnerez à les ajouter à votre menu ! Envie de découvrir les plantes sauvages ?

/// L'adresse exacte de rendez-vous sera communiquée quelques jours avant l'évènement.

Gratuit, inscription obligatoire au
06 10 88 29 06.

Organisé par Veg Nature.



MONTPELLIER

15H-16H ET 17H-18H



44

Découverte de la conduite d'une oliveraie en bio

Venez découvrir la conduite d'un verger d'oliviers en bio sur une année à travers un jeu interactif et des dégustations guidées ! Le jeu de plateau de la ferme « Dilemme » vous permettra de comprendre les rouages d'une ferme oléicole.

/// Boutique paysanne Sentier de Cévennes - 28 rue Paul Brousse, 34000 Montpellier

Gratuit, inscription recommandée par SMS
06 64 75 68 93.

Adapté aux enfants accompagnés.

Organisé par la Boutique Paysanne Sentier de Cévennes.

MONTPELLIER

15H30 - 18H



45

Stand découverte de vins et analyse des arômes

Au fil de l'après-midi, deux animations sont proposées en continu. Les adultes découvriront « comment bien déguster un vin » grâce à l'analyse des arômes, tandis que les enfants (à partir de 7 ans) apprendront à boucher une bouteille avec un emboucheur manuel !

/// Boutique paysanne Sentier de Cévennes - 28 rue Paul Brousse, 34000 Montpellier

Gratuit, sans inscription. Limité à 6 personnes par groupe, pour une animation d'une durée 20 minutes.

Organisé par la Boutique Paysanne Sentier de Cévennes et animé par le Domaine de Pradines.



Samedi 29 novembre

MONTPELLIER

18H - 23H



46

Conférence « Changez le monde au lieu de le manger »

Les ONG dénoncent de nombreux problèmes bien réels : sacs plastiques, exploitation du bois, huile de palme, centrales à charbon, pipelines de gaz et de pétrole, schistes bitumeux, barrages, déchets, exploitations minières... Mais quel impact ont nos habitudes alimentaires sur la dégradation de la biosphère et sur la pollution ? Pouvons-nous vraiment faire quelque chose de concret pour aider à changer la situation en modifiant notre alimentation ?

Suivie d'un repas partagé végétarien et convivial : chacun apporte un plat ou une boisson végétarien, ainsi que son assiette, son verre et ses couverts. Un beau moment d'échanges et de partage pour prolonger la conférence ensemble.

/// Maison pour tous Frédéric Chopin - 1 rue du Marché aux Bestiaux, 34000 Montpellier

Gratuit, sans inscription. Conférence : 18h-20h. Repas partagé : 20h-23h.

Organisé par Veg Nature.



Dimanche 30 novembre

MONTPELLIER

10H - 12H



47

Cuisiner avec gourmandise les aliments fermentés

Pour apprendre à aimer les légumes fermentés, il est toujours utile de savoir les cuisiner avec gourmandise. Venez découvrir plein de recettes et de techniques pour cuisiner les aliments fermentés et produire un assortiment de tapas riche en goût et surprenant. L'atelier sera suivi de la dégustation des préparations et d'un temps d'échange sur les fondamentaux de la fermentation.

/// Ceba - 53 rue de l'Aiguillerie, 34000 Montpellier

Gratuit. Inscription obligatoire par mail à contact@atelier-bizarre.fr.

Organisé par Atelier Bizarre, Ceba et Fervent Ferment.

FABRÈGUES

10H - 12H30



48

Atelier éco jardinage : paillage et couverture du sol

Qu'est-ce que le paillage ? Comment couvrir son sol ? Quels sont les différents matériaux utilisables, leurs avantages et inconvénients ? Et comment permet-il de réduire l'arrosage ? Le réseau des semeurs de Jardins vous propose un atelier pour apporter des réponses à toutes ces questions.

/// Jardins du Coulazou - Rue Simone Veil, 34690 Fabrègues

Gratuit. Inscription obligatoire via le QR code.

Organisé par le Réseau des Semeurs de Jardins.



LODÈVE
10H - 16H



49

Boucle gourmande à vélo

Rayons Davanture vous propose une balade à vélo commentée, familiale et conviviale. Montpelliérains, millavoises, biterrois, pignanaises, venez découvrir les bons produits fermiers du lodévois et des paysages façonnés par l'Homme. En fonction de la météo et des capacités sportives des participants, 3 boucles sélectionnées (40 à 50 km), ponctuées de rencontres avec des producteurs engagés et de dégustations gourmandes (et de quoi confectionner votre pique-nique terroir sur place). De quoi en apprendre plus sur l'agriculture nourricière du territoire tout en savourant des produits d'exception.

/// Rendez-vous sur le parking situé 8 avenue Docteur Joseph Maury, 34700 Lodève

Tarifs : 20€/personne ou 15€/personne pour les groupes à partir de 2 personnes.

Accessible pour les enfants à partir de 12 ans, munis d'un équipement vélo adapté, sous la responsabilité des parents. Inscription obligatoire pour validation de la sortie (min. 8 personnes), via le QR Code.

Organisé par Rayons Davanture.



MONTPELLIER
10H30 - 13H



50

Projection-débat festival Alimenterre «Leurs Champs du Cœur»

Comment assurer une production alimentaire de qualité, rémunératrice pour ceux qui la produisent et accessible au plus grand nombre ? C'est cette question apparemment insoluble qui sert de point de départ à un tour de France de 15 agriculteurs et agricultrices, qui parlent de leurs galères, des solutions possibles, de la beauté du métier aussi. Projection-débat coorganisée par Terre de Liens et la Caisse Alimentaire Commune de Montpellier, suivie d'un temps d'échanges avec des citoyens et des paysans autour de la construction de systèmes agricoles et alimentaires plus durables.

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

Entrée classique du cinéma : 7 €

Organisé par Terre de Liens & la Caisse Alimentaire Commune de Montpellier, dans le cadre du festival Alimenterre.



Dimanche 30 novembre

MONTPELLIER

14H - 15H30



51

Visite d'une ferme urbaine

Culturôtoits est une ferme urbaine, qui cultive fruits, légumes et plantes aromatiques en circuit court, dont la production va des classiques (tomates, fraises, herbes...) à des variétés rares comme l'huître végétale. Venez découvrir la culture maraîchère en hydroponie au cœur de Montpellier.

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

Gratuit, inscription possible par mail à : culturotoits@gmail.com. Limité à 15 personnes. Organisé par la Ferme urbaine Culturôtoits.

SOUMONT

14H - 15H30



52

De la graine à l'arbre fruitier

Emilie vous accueille dans sa pépinière artisanale pour vous faire découvrir son métier de productrice d'arbres fruitiers, de la graine à l'arbre prêt à être planté. À travers cette visite, vous explorerez les étapes de la production, des pistes d'adaptation des arbres fruitiers au changement climatique, l'importance des porte-greffes sauvages, et les choix faits pour prendre soin de la biodiversité locale.

/// Rendez-vous au parking de blocs du Prieuré - D153, 34700 Soumont

Gratuit, inscription par mail à : contact@pointclef.fr

Organisé par la Pépinière du Point Clef.

Lundi 1^{er} décembre

MONTPELLIER

20H - 22H30



53

Projection-débat du documentaire : « Femmes des terres »

Femmes des Terres est un documentaire qui explore le rôle essentiel et souvent invisible des femmes dans l'agriculture à travers trois pays. Composée de six étudiants en master d'ingénieur agronome, l'équipe est partie à la rencontre de femmes actives dans le milieu agricole au Togo, en Bolivie et en France et vous invite à découvrir, ensemble, leur rôle au cœur des transitions vers des systèmes plus inclusifs et durables.

Malgré des contextes culturels et sociaux très différents, ces femmes partagent des engagements communs. Ce film s'intéresse à la manière dont l'organisation collective entre femmes amplifie la portée de leurs luttes, favorise leur autonomie et assure un espace de soutien. Venez découvrir ces collectifs aux multiples facettes, porteurs de force et convergeant tous vers une volonté de changement, un appel traversant les frontières.

Le visionnage sera suivi d'une discussion pour échanger sur les sujets abordés dans le documentaire, et bien d'autres !

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

Gratuit, dans la limite des places disponibles.

Organisé par l'équipe de Femmes des Terres.



**Du 1^{er} au 7
décembre**

MONTPELLIER



54

2030 Festival - La coopération au cœur de l'édition 2025

La Semaine de l'Engagement – du 1^{er} au 5 décembre, partout dans la Métropole de Montpellier.

Au programme : des actions portées par des assos, des structures publiques, privées, mais aussi par les citoyens. Atelier couture, visites de fermes, réparation vélo, partage d'expériences, atelier artistique... toutes les initiatives autour de l'écologie, du social et de la culture seront mises en avant.

Le temps fort festif – du 5 au 7 décembre à Tropisme.

Trois jours de concerts, performances et rencontres pour célébrer l'engagement et imaginer ensemble le Montpellier de demain. Le samedi et dimanche, les visiteurs pourront découvrir un village des coopératives et un marché de créateurs et créatrices au cœur de Tropisme.



/// Du 1^{er} au 5 décembre, dans différents lieux de la Métropole.

/// Du 5 au 7 décembre : Halle Tropisme, 121 Rue Fontcouverte, 34000 Montpellier.

Tarif variable selon les animations.

Entrée libre en journée à la Halle Tropisme, le 6 et 7 décembre.

Programmation détaillée et informations complémentaires sur :

<https://2030festival.org/>



Mardi 2 décembre

MONTPELLIER

9H30 - 12H



55

Cuisiner et déguster des légumes oubliés

Lors d'un atelier, l'équipe cuisine de MaMassane, vous fera découvrir des légumes anciens et oubliés et pourtant délicieux. Le but est d'apprendre à les cuisiner en confectionnant avec elles un plat et un dessert. À l'issue de l'atelier, vous pourrez déguster votre réalisation sur place avec les autres participants.

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

Gratuit, inscription par téléphone au 06 09 70 76 23 ou par mail à : contact@hautsval.fr

Organisé par Hauts Val & Co.

MONTAGNAC

10H - 12 H



56

Découverte du métier de paysanne herboriste

DK Kosma vous invite à découvrir le métier de paysanne herboriste : de la production de plantes aromatiques et médicinales en agriculture biologique au laboratoire de transformation de cosmétiques naturels.

/// Mas des Tudes, 34530 Montagnac. À partir du rond-point de St-Martin de la Garrigue à Montagnac, suivre le fléchage « Visite de ferme, DK KOSMA » sur 2 km.

Gratuit, inscription par mail dk.kosma@protonmail.com en précisant votre nom et la date. Accessible aux enfants accompagnés d'un adulte.

Prévoir de bonnes chaussures ou bottes. Cet événement reste soumis aux contraintes météo. Annulation en cas de pluie.

Organisé par DK Kosma.

CASTRIES

12H30 - 13H45



57

Visite de l'Oasis Fontmarie

L'Oasis Fontmarie vous propose de plonger dans l'univers de son tiers-lieu nourricier situé à Castries. Au cours d'une balade guidée, découvrez l'histoire du lieu, sa mission, ses valeurs, les projets des agriculteurs et agricultrices installés et les actions portées en faveur de l'agroécologie et de la biodiversité.

/// Oasis Fontmarie - 1790 route de Fontmarie, 34160 Castries

Gratuit, sur inscription via le QR code.

Organisé par l'Oasis Fontmarie.



PRADES-LE-LEZ

14H - 16H30



58

L'agroforesterie m'a dit... Observer, écouter, jouer, comprendre

Sensibilisation itinérante : venez rencontrer les animateurs de la Maison départementale de l'environnement, sur les parcelles agroforestières et échanger autour de cette pratique agricole durable.

/// Domaine de Restinclières - Cœur de parc, 34730 Prades-le-Lez

Gratuit, sans inscription. Tout public, accessible aux enfants à partir de 8 ans, sous la responsabilité d'un adulte accompagnateur. Attention, cet événement reste soumis aux contraintes météo. Annulation en cas de pluie. Plus d'informations via le QR code. Organisé par le Domaine du département de Restinclières.



MONTPELLIER

16H - 20H30



59

Le marché de Noël d'Agropolis!

Comme tous les ans, l'équipe de producteurs du marché d'Agropolis vous propose son incontournable marché de Noël ! En plus des producteurs locaux habituels, de nombreux artisans viendront vous proposer leurs créations. Ambiance musicale, boissons et plats chauds, décorations de Noël et idées cadeaux... Il ne manque plus que vous !

/// Parking P1 du FDI Stadium - 1000 av. du Val de Montferrand, 34090 Montpellier

Gratuit, entrée libre.

Organisé par le Marché Agropolis.

MONTPELLIER

17H - 18H



60

Atelier enfants « Super héros de l'assiette! »

Un atelier ludique de sensibilisation pour les enfants de 7 à 12 ans, pour découvrir avec des jeux ce qu'on peut manger pour aider la planète.

/// Maison pour tous Frida Kahlo - 240 rue Claude Lévi Strauss, 34000 Montpellier

Gratuit, inscription par mail à : sophie.massal@montpellier.fr

Organisé par Montpellier Méditerranée Métropole (Mission Transition Énergétique et Climatique).

Mercredi 3 décembre

MONTPELLIER

10H - 11H



61

Accueil Famille à l'Oasis Citadine

Laissez-vous guider par notre animatrice au cœur de la ferme de l'Oasis Citadine. Ensemble, parents et enfants partiront en exploration pour bichonner les poules, observer le ballet des abeilles et percer tous les secrets de ce havre permacole.

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

Gratuit, sur inscription via le QR code.

Organisé par l'Oasis Citadine



Mercredi 3 décembre

MONTPELLIER

10H-12H ET 14H-16H



62

Visite du Grenier de la Mosson : une immersion au cœur de l'agriculture urbaine innovante !

Envie de découvrir un espace où nature et innovation se rencontrent ? Le Grenier de la Mosson ouvre ses portes pour une visite unique au cœur de l'agriculture urbaine ! Au programme : découverte des cultures et des techniques de production, rencontre avec des passionnés et dégustations, présentation des projets de recherche et d'innovation, visite d'une serre bioclimatique et découverte de l'aquaponie.

Ouvert à tous : curieux, passionnés et amateurs de nature.

/// Grenier de la Mosson - 70 rue de Leyde, 34080 Montpellier

Gratuit, inscription via le QR code.

Organisé par Altémed.



MONTPELLIER

13H - 15H



63

Découverte de producteurs locaux et dégustation

L'équipe de l'épicerie solidaire Hauts Val Marché vous propose de découvrir les produits de producteurs locaux. Lors d'une dégustation gratuite, vous pourrez échanger avec les équipes de l'épicerie sur son offre et les valeurs qu'elle porte : une alimentation de qualité, accessible et écoresponsable.

/// Hauts Val Marché - Place Jacques Brel, 34080 Montpellier

Gratuit, sans inscription.

Organisé par Hauts Val & Co.

LA GRANDE MOTTE

14H30 - 17H



64

Atelier « Voyage gourmand au pays des céréales et des légumineuses : saveurs, santé et planète »

Un atelier pour découvrir l'incroyable diversité des graines de légumineuses et de céréales et leurs multiples atouts. Après une découverte sensorielle par l'odorat et le toucher, les participants découvriront les variétés et leur intérêt nutritionnel par un jeu de reconnaissance visuelle. À travers un jeu, chacun comprendra l'intérêt de leur consommation pour l'environnement. L'atelier se conclura sur la découverte et l'élaboration de recettes à partir de l'association des légumineuses et des céréales (un petit livret sera remis à chaque participant).

/// Bibliothèque de la Grande-Motte - 314 Allée André Malraux, Rés. La garrigue Bât C., 34280 La Grande-Motte

Gratuit, sur inscription auprès de la bibliothèque : 04 67 29 19 08.

Public : Adultes.

Organisé par la Bibliothèque de La Grande Motte et l'association Miamuse.

CASTRIES

15H - 17H



Fresque de l'alimentation

Découvrez au travers d'un atelier ludique et collaboratif les enjeux environnementaux, sanitaires et sociaux liés à votre alimentation. Cet atelier d'intelligence collective permet d'engager la réflexion sur les consommations alimentaires de chacun via des cartes, des quiz et des jeux.

/// Oasis Fontmarie - 1790 route de Fontmarie, 34160 Castries

Gratuit, sur inscription via le QR code.

Tout public, à partir de 10 ans.

Organisé par Miamuse.



MONTPELLIER

15H - 17H



Atelier de cuisine anti-gaspi : un goûter fun et équilibré!

Venez découvrir comment préparer un goûter à la fois savoureux et ludique ! Lors de cet atelier, petits et grands apprendront des astuces simples pour limiter le gaspillage alimentaire tout en se régaland avec des créations originales et équilibrées. Dégustation en fin d'atelier.

/// Le quartier Généreux - 2 quai des Tanneurs, 34090 Montpellier

Gratuit sur inscription par mail à : sd.naturo@yahoo.com.

Limité à 12 personnes.

Plus d'informations via le QR code.

Organisé par Sophie Delena Naturopathe.



Mercredi 3 décembre

MONTPELLIER

19H30 - 21H30



67

Le Microbiote Intestinal et l'alimentation Santé : les Facteurs Clés dans la Santé Globale

Explorez l'impact du microbiote intestinal sur votre santé globale. Apprenez comment une alimentation adaptée renforce digestion, immunité et bien-être mental avec les microbiologistes de l'association Les Secrets de la Nature. En fin de conférence, une dégustation de produits lactofermentés et une animation de recette éveilleront vos sens et papilles.

/// Le quartier Généreux - 2 quai des Tanneurs, 34090 Montpellier

Gratuit, inscription possible par tel : 06 52 64 32 21. Limité à 50 pers.

Organisé par Les secrets de la Nature et le quartier généreux.



Jeudi 4 décembre

GRABELS

15H30 - 18H30



68

Atelier de cuisine «Faire ses conserves de légumes maison»

Avant d'enfiler leur tablier, les participants en apprendront plus sur les formes de conservation : lactofermentation, stérilisation, pickles et pesto. Ils élaboreront ensuite des recettes guidées par deux animatrices culinières. L'atelier sera suivi d'une dégustation des recettes, et une discussion sur les astuces et recettes pour faire ses conserves maison.

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

Le restaurant sera ouvert de 12h à 14h en amont de l'atelier.

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

Gratuit, sur inscription par mail à : pauline@lacantina34.fr.

Ouvert aux enfants à partir de 8 ans accompagnés d'un adulte, seuls à partir de 12 ans.

Organisé par La Cantina.



MONTPELLIER

16H30 - 18H



69

Visite de l'atelier et dégustation de pains (et autres produits surprise) au quinoa et certifiés sans gluten

Qualinoa vous ouvre ses portes pour une visite de son atelier de production de pains au quinoa. La visite sera suivie d'une dégustation de pains de quinoa et d'un échange sur l'importance de la biodiversité agricole pour l'agriculture, l'alimentation et la santé.

/// Qualinoa, Pôle REALIS de l'ESS - 710 rue Favre de Saint-Castor, 34080 Montpellier

Gratuit, inscription par mail à : didier.bazile@qualinoa.com

Organisé par Qualinoa.



LATTES

18H30 - 20H



70

L'alimentation Santé et notre environnement

Explorez les secrets d'une alimentation saine et ses liens avec notre environnement lors de notre conférence dédiée à la santé. Rejoignez les microbiologistes de l'association « Les Secrets de la Nature » pour comprendre comment nos choix alimentaires impactent la nature. Terminez en beauté avec une animation culinaire : découvrez une recette à base de produits lactofermentés, suivie d'une dégustation de ces délices naturels et savoureux !

/// Salle des mariages - Av. de Montpellier, 34970 Lattes (derrière l'église St-Laurent)

Gratuit, sans inscription.

Limité à 45 personnes.

Organisé par L'Ecoscope, service d'aide à la transition écologique de la mairie de Lattes et Les secrets de la nature.



Jeudi 4 décembre

MONTAUD

18H30 – 20H



71

Conférence Alimentation-santé

La parole est au médecin nutritionniste Dr. Laurent Chevallier. Praticien attaché au CHU de Montpellier, il dirige le pôle Nutrition de plusieurs cliniques et est l'auteur de nombreux livres sur les liens entre alimentation et santé. Nutrition et rapport qualité-prix seront au cœur de la discussion. La conférence sera suivie d'un buffet, moyennant une petite participation financière.

/// Salle municipale Pierre Combette - Rue de la Clapisse, 34160 Montaud

Gratuit, sans inscription.

Organisé par Coop'Montaud34 et la Mairie de Montaud.

Vendredi 5 décembre

GRABELS

9H – 11H



72

Jeudi Miam

Le CHU de Montpellier vous ouvre les portes de ses cuisines pour une visite exceptionnelle. Venez découvrir entre amis ou en famille l'Unité Centrale de Production Alimentaire (UCPA), où sont produits près de 7500 repas chaque jour !

/// CHU de Montpellier - 569 rue du Caducée, 34790 Grabels

Gratuit, sur réservation par mail à :

dlt-sec-dir@chu-montpellier.fr

Organisé par le CHU de Montpellier.



LES TEMPS FORTS

Vendredi 5 décembre

À Caillens, on mange comme on sème

La Maison pour tous Jean-Pierre Caillens, future Maison de l'Alimentation Solidaire (MAS) de Tournezy, vous propose un événement festif et convivial !
Au programme : ateliers de cuisine d'ici et d'ailleurs, suivis d'un repas partagé, où petits et grands sont les bienvenus.

MONTPELLIER

9H – 14H



9H30 – 12H

Atelier « Cuisine du monde »

L'association L'Étoile des Mères vous propose un voyage culinaire direction la Tunisie avec cet atelier « Cuisine du monde » pour parents et enfants.

10H00 – 14H

Atelier cuisine autour des céréales et légumineuses

Après la présentation et l'identification des différentes légumineuses et céréales locales, les participants découvriront comment les cuisiner à travers des recettes salées et sucrées suivant les recommandations nutritionnelles. L'atelier sera suivi d'une dégustation et d'un temps d'échange. Intérêt du « fait maison » et des protéines végétales, sensibilisation aux additifs et aux aliments ultra transformés seront au cœur de la discussion.

10H30 – 12H

Planche apéritive de Noël

Animé par Lisa Masset, artiste pluridisciplinaire, cet atelier vous donne les clés pour enchanter vos invités avec une planche apéritive de Noël, qui émerveille aussi bien les yeux que les papilles. Les participants apprendront à créer une composition de Noël avec des fromages, des fruits et légumes, des biscuits... et bien sûr des chocolats de Noël. Ils découvriront la technique des dents de loup sur fruits puis celle des emporte-pièces sur différents types de fromages. Vous pourrez ensuite emporter cette composition chez vous pour des fêtes inoubliables, sauf si vous ne pouvez pas résister à la tentation. Il est demandé aux participants d'amener des planches à découper et des couteaux pointus sans dents.

12H – 13H30

Repas partagé

Les différents ateliers seront suivis d'un repas partagé, pour lequel chacun amène un plat, une boisson ou un dessert.

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

Gratuit, en entrée libre. Inscription préférable au 04 48 18 62 12.

Pour toutes les activités, à l'exception du repas partagé, le nombre de places est limité (10 à 15 personnes).

Organisé par la Maison pour tous Jean-Pierre Caillens.

Vendredi 5 décembre



MONTPELLIER

14H - 17H



74

Repenser le Jardin « Sec » avec le changement climatique.

Visite initiatique d'un jardin méditerranéen autonome au cœur de Montpellier (départ 14H30), pour comprendre les principaux leviers et points de vigilances pour réussir la mise en place d'un jardin sec dans le contexte climatique actuel. À la fin de la visite, un atelier « Bouturage » sera proposé et vous partirez avec la bouture de votre choix !

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

Gratuit, inscription obligatoire par mail à :
maykobb17@gmail.com ou par téléphone au :
06 17 77 20 48.

Limité à 12 personnes, accessible aux enfants à
partir de 8 ans.

Organisé par Le Jardin en may et Terre &
Humanisme.

MONTPELLIER

19H - 21H30



75

Atelier des sols vivants

L'Atelier des sols vivants vous propose un atelier de type « fresque » aidant un public large à comprendre le fonctionnement d'un sol et les enjeux qu'il y a autour de cette ressource. À travers 42 cartes, les participants pourront acquérir des connaissances fondamentales sur les sols, la vie qu'ils renferment et les cycles biogéochimiques dont ils sont un élément clé. Vous pourrez aussi en apprendre plus les impacts des pratiques agricoles et serez invité à une discussion fertile sur les actions à mener pour engager la société vers une meilleure gestion de cette ressource finie.

**/// Le quartier Généreux - 2 quai des
Tanneurs, 34090 Montpellier**

Gratuit, inscription via le QR code.

Organisé par L'Atelier des Sols Vivants.



Samedi 6 décembre

MONTFERRIER-SUR-LEZ

9H30 - 12H30



76

L'agroécologie, partout et pour tous

Découvrez les techniques d'agroécologie inspirées du cycle de la nature, avec au programme : démonstrations, jeux et animation ! Participez notamment à la réalisation d'une butte de culture dite « lasagne » à base de matière organique, découvrez les principes d'un sol vivant, les outils, les graines et les bonnes pratiques. Jeux et contes sur les habitants du jardin pour les plus jeunes !

**/// Place des Grèses,
34980 Montferrier-sur-Lez**

Gratuit, sans inscription. Ouvert à tous.
Organisé par Les Ecolosaures.



MONTPELLIER

10H - 11H



77

Visite de l'Oasis Citadine

L'Oasis Citadine, la première ferme urbaine permacole de Montpellier, vous ouvre ses portes pour une visite guidée qui vous dévoilera les secrets d'un écosystème nourricier, ingénieux et durable, en plein cœur de la ville. Un lieu atypique où la nature reprend ses droits et vous inspire à cultiver autrement. Venez explorer une oasis de biodiversité en pleine ville !

/// 87-69 Rue de la Mogere, 34000 Montpellier

Gratuit, sur inscription via le QR Code.

Organisé par l'Oasis Citadine.



Samedi 6 décembre

SAINT-JEAN-DE-VÉDAS

10H - 17H



78

De la graine à l'assiette

Cet atelier relie l'acte de semer à celui de se nourrir, en mettant en lumière le cycle de la terre à l'assiette. Idéal pour éveiller la conscience, écologique et alimentaire. Il inclut une balade, la cueillette de plantes sauvages et la réalisation d'une infusion.

/// Parc du Terral - 1 allée Joseph Cambon, 34430 Saint-Jean-de-Védas

Gratuit sur inscription, par mail à : n.harbi@saintjeandevedas.fr

Limité à 12 personnes, prévoir un repas tiré du sac.

Organisé par la Maison de la nature, Mairie de Saint-Jean-de-Védas.

MONTPELLIER

12H15 - 15H15



79

Atelier de cuisine gourmand et écolo spécial Alimentation Vivante

L'association Veg Nature organise un Atelier de cuisine Spécial gourmand et écolo, animé par Marc, spécialisé en Alimentation Vivante (végétale et crue). Venez découvrir comment préparer des plats simples et délicieux avec des produits frais, bio et de saison aux nombreuses vertus pour la santé.

L'atelier se clôturera par la dégustation des plats préparée par vos soins.

Soyez au rendez-vous de cet événement gourmand !

/// Maison pour tous Voltaire - 3 square Jean-Monnet, 34070 Montpellier

Tarifs : 12€ non adhérents, 10€ adhérents.

Inscription au 06 10 88 29 06.

Organisé par Veg Nature.

SAINT-JEAN-DE-VÉDAS

14H - 17H



80

La panification au levain

Entretenir un levain pour faire du pain, c'est comme s'occuper d'un petit animal de compagnie à nourrir et à choyer. Dans cet atelier, vous apprendrez tout ce qu'il faut savoir pour répondre aux besoins des micro-organismes domestiques qui composent le levain, et comment en faire du bon pain. Les participants repartiront avec un petit pot de levain prêt à l'emploi.

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

Gratuit, inscription sur place, par téléphone au : 04 67 15 47 57 ; ou par mail à : mediatheque.verne@montpellier.fr

Organisé par la Médiathèque Jules Verne et l'association Les Myxonautes.



SAINT-JEAN-DE-CORNIES

15H30 - 17H30

Mangez-moi !

Un spectacle hybride et immersif ! Un music-hall version sixties, un vrai cabaret à hauteur d'enfants ! Un concert interactif pour enfant conçu et interprété par Georges Nounou, musicien-auteur-compositeur et Danièle Temstet, comédienne chanteuse, avec un répertoire de chansons sur le thème des légumes et des fruits, des chansons à tiroirs pour chanter avec les musiciens, de la manipulation, fabrication et dégustation de jus de fruits et de légumes insolites, fabriqués par les enfants sous l'œil vigilant de Ghislain Wilczenty, diététicien et naturopathe, accompagné de ses machines sensationnelles : extracteurs, centrifugeuse, mixeur, blender.

/// **Salle des cornouillers - Route de Saint-Drézéry - 34160 Saint-Jean-de-Cornies**

Gratuit, sur inscription par mail à : createf@free.fr ou par téléphone au 09 80 77 46 71 (messagerie vocale).

Limité à 25 enfants, entre 3 et 8 ans.

Organisé par Createf - Théâtre en flammes.



81

MONTPELLIER

15H30 - 17H30



82

Atelier de découverte sensorielle du miel

Chaque miel présente des caractéristiques organoleptiques propres, liées aux fleurs butinées par les abeilles. À l'aide de la roue des arômes, « l'abeille du pic » anime un atelier pour déguster et découvrir les miels récoltés en Occitanie dans une ambiance conviviale.

/// **Le quartier Généreux - 2 quai des Tanneurs, 34090 Montpellier**

Gratuit, inscription possible, par mail à : labeilledupic@gmail.com. Limité à 6 personnes par groupe, pour une animation d'une durée de 20 minutes.

Organisé par L'abeille du Pic.

MONTPELLIER

18H - 23H



83

Conférence Animal, ma nourriture, mon outil, mon ami : la question du véganisme

La question n'est pas « être ou ne pas être végétarien », ni chercher une distinction sociale, mais de savoir quelle relation nous souhaitons avoir avec les animaux. Les exploiter sans ménagement ? Les considérer comme nos égaux ? Les utiliser le plus humainement possible ? À l'heure de la dégradation généralisée du vivant et d'un rapport au monde de plus en plus virtuel et imaginaire, quelles réponses le véganisme apporte-t-il ?

Suivie d'un repas partagé végétarien et convivial : chacun apporte un plat ou une boisson végétarien, ainsi que son assiette, son verre et ses couverts. Un beau moment d'échanges et de partage pour prolonger la conférence ensemble.

/// **Maison pour tous Frédéric Chopin - 1 rue du Marché aux Bestiaux, 34000 Montpellier**

Gratuit, sans inscription. Conférence : 18h-20h. Repas partagé : 20h-23h.

Organisé par Veg Nature.



Dimanche 7 décembre



MONTPELLIER

10H45 - 13H45



84

Atelier de cuisine - Noëls du monde

Dans le cadre du Marché de Noël de la Halle Tropisme, Blablacooks vous donne rendez-vous pour apprendre à préparer un plat traditionnel de Noël « d'ailleurs ».

/// Cuisine du co-working de la Halle Tropisme - 121 rue de Fontcouverte, 34000 Montpellier. Rendez-vous devant la grande porte du parking à 10h45

Durée : 3h.

Tarifs : Spécial Festival 20 euros,
Réduit 15 euros, Enfants ados 10 euros
+ Adhésion si première fois : 6 euros,
Réduit 2 euros, enfants et ados 1 euro.
Inscription via le QR code.

Pensez à prendre des chaussures fermées, un carnet pour prendre des notes sur la recette si vous le souhaitez, un élastique si vous avez les cheveux longs, un tupperware si vous ne dégustez pas tout sur place.

Organisé par Blablacooks.



MONTPELLIER

14H - 15H30



85

Visite d'une ferme urbaine

Culturôtoits est une ferme urbaine, qui cultive fruits, légumes et plantes aromatiques en circuit court, dont la production va des classiques (tomates, fraises, herbes...) à des variétés rares comme l'huître végétale. Venez découvrir la culture maraîchère en hydroponie au cœur de Montpellier.

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

Gratuit, inscription possible par mail à :
culturotoits@gmail.com.

Limité à 15 personnes.

Organisé par la Ferme urbaine Culturôtoits.



LES TEMPS FORTS

Dimanche 7 décembre

Après-midi festive et nature au domaine de Lavalette

Venez découvrir le domaine de Lavalette au bord du lez, vous immerger dans ce site de nature et venez en apprendre plus sur les arbres remarquables tout en vous amusant.



MONTPELLIER
14H - 19H



86

Au programme :

- Inauguration du parcours sonore,
- Visite guidée du site,
- Rencontres et échanges,
- Jeu de piste,
- Parcours sensoriel,
- Animations pour petits et grands,
- Goûter et encas salé à partager sur place.

**/// Domaine de Lavalette -
Rue Jean François Breton,
34090 Montpellier**

Gratuit. Plus d'informations et réservations
sur le site :

www.agropoleat-festival.com

Organisé par Agropol'Eat.



LE OFF



Mardi 9 décembre

PRADES-LE-LEZ

14H - 16H30



L'agroforesterie m'a dit... Observer, écouter, jouer, comprendre

Sensibilisation itinérante : venez rencontrer les animateurs de la Maison départementale de l'environnement, sur les parcelles agroforestières et échanger autour de cette pratique agricole durable.

/// Domaine de Restinclières - cœur de parc, 34730 Prades-le-Lez

Gratuit, sans inscription. Tout public, les enfants restent sous la responsabilité d'un adulte accompagnateur.

Attention, cet événement reste soumis aux contraintes météo. Annulation en cas de pluie. Plus d'informations via le QR code.

Organisé par le Domaine du département de Restinclières.



Jeudi 18 décembre

MONTPELLIER



Inauguration de la Maison de l'Alimentation Solidaire du CCAS

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Montpellier vous donne rendez-vous pour l'inauguration de sa Maison de l'Alimentation Solidaire (MAS). Suite aux États généraux de la solidarité et en lien avec les politiques sociales du CCAS et la politique alimentaire de la Ville de Montpellier, le CCAS porte une MAS en co-construction avec des structures partenaires et habitants concernés, dans une dynamique de réseau de MAS plus global sur le territoire.

Ce 18 décembre, la MAS du CCAS ouvre ses portes 8 rue Jacques Draparnaud, entre les quartiers Arceaux et Gambetta. Ouvert à tous et toutes, ce tiers-lieu public au service de la démocratie alimentaire et de la solidarité réunira les habitants du quartier autour d'ateliers de cuisine, d'une épicerie solidaire et de distributions de paniers de fruits et légumes frais et locaux.

La Maison de l'Alimentation Solidaire du CCAS sera officiellement ouverte à partir de début janvier 2026.

/// 8 rue Jacques Draparnaud, 34000 Montpellier

Organisé par le CCAS de Montpellier.

Toute l'année

MAUGUIO-CARNON

La grainothèque de Carnon - Échanges de graines

Toute l'année, la grainothèque est à votre disposition à la médiathèque. Vous souhaitez faire des semis au printemps prochain ou faire découvrir vos graines préférées ? Venez fouiller dans les tiroirs, et partagez dès aujourd'hui vos récoltes de l'été ! Sachets, livres et conseils sont disponibles sur place pour accompagner votre expérience.

/// Médiathèque de l'Ancre à Carnon - Centre administratif, 45 rue du Levant, Carnon-Plage, 34130 Mauguio

Gratuit, sur inscription préalable à la médiathèque. Tout public.

Mardi, jeudi, vendredi : 15h-18h

Mercredi : 14h-18h

Samedi : 9h30-12h30, 14h-18h

Organisé par la Médiathèque de l'Ancre à Carnon.





Votre plateforme numérique 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.

À travers sa carte interactive,
retrouvez les producteurs, points
de vente et initiatives alimentaires
durables du territoire.



BOCAL, C'EST :

- Une **carte interactive** répertoriant des producteurs locaux et des points de vente durables.
- Un **point d'information** sur toutes les initiatives et événements autour de l'agriculture et l'alimentation.
- Un **lieu de rencontre virtuel** pour les passionnés de gastronomie et les défenseurs du local, où échanger des recettes et des bons plans dans une ambiance conviviale.

AVEC BOCAL, JE ME RÉGALE...

- Je trouve des **produits de qualité selon mon budget**.
- Je soutiens **l'économie locale**.
- Je contribue à la valorisation du **patrimoine agricole et culinaire** du territoire.
- Je m'engage pour **l'environnement**.
- Je suis l'actualité des initiatives et événements en lien avec **l'agriculture et l'alimentation**.

La communauté BoCal s'unit autour de valeurs communes : le partage et surtout, la convivialité.

Rejoignez-nous aujourd'hui et devenez un acteur du changement.

Habitant ?

Partagez vos adresses de producteurs et d'artisans locaux, de magasins en circuit court, et même vos recettes de saison.

Producteur, artisan ou commerçant ?

Inscrivez-vous sur BoCal pour faire connaître votre activité !

Flashez ce QR code et ajoutez des informations sur 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 ».



