

Au plus **pré**
de votre
assiette

Semaine de
l'alimentation
durable

Du **18** au
26 juin
2022

Animations, ateliers,
ciné débat,
conférences,
expositions, visites...

GRATUIT

Le Sicoval et l'association Pro-portion sont heureux de vous convier à une **semaine qui célèbre l'alimentation durable**. Venez à la rencontre des acteurs du territoire qui agissent, chaque jour, en faveur d'une alimentation saine, de qualité et issue de filières locales. De nombreuses animations, pour les grands comme pour les petits, vous permettront d'en apprendre davantage sur les enjeux liés à l'alimentation.

Tous les ateliers, visites et animations proposés sont gratuits !

SAMEDI 18 JUIN

Café citoyen sur l'alimentation locale et durable  **Castanet-Tolosan**

À 20h

Débat animé par Slow Food, le Mouvement pour une alimentation bonne, propre et juste.

 35 places. Réservation en ligne sur www.legrenier.cafe ou au 07 77 04 96 29

Le Grenier - 16 bis avenue de Toulouse - 31320 Castanet-Tolosan

SAMEDI 18 JUIN et DIMANCHE 19 JUIN

Bienvenue à la ferme

Les fermes du réseau **Bienvenue à la ferme** vous ouvrent leurs portes durant tout le week-end. Venez à leur rencontre sur le Circuit Lauragais :

- Ferme de la Bouriette à Revel
- Ferme de Cabriole à St-Félix Lauragais
- Les Moulins de Perrine à Auriac sur Vendinelle
- Les jardins de Saint-Sernin à Villenouvelle
- Grenier bio d'Emberbail à Nailloux
- La Basse-cour du Bois gourmand à Fourquevaux

 www.bienvenue-a-la-ferme.com/haute-garonne
<https://hautegaronne.chambre-agriculture.fr>

Visite du Musée agricole « La Ferme d'Autrefois »  **Montlaur**

Plongez dans la vie paysanne locale de 1890 à 1950 à travers une visite guidée d'un lieu de vie reconstitué avec son mobilier d'époque et la découverte de plus de 2 430 outils de travail (charrues, charrettes, vendange, dépiquage).

 Visites guidées : départ à 9h30 et 16h (durée 2 h).

Sans réservation. Parking sur place. Prévoir de quoi se protéger du soleil.

 Accès PMR sur tout le site. WC sur place (également accessible PMR).

Ferme d'Autrefois - 440 Route de Potié - 31450 Montlaur

MARDI 21 JUIN et VENDREDI 24 JUIN :

Animation « Faire son marché... pour manger quoi ? »

 **Castanet-Tolosan**

Le mardi de 9h à 12h et le vendredi de 16h à 19h

 Tout public - *marché sous la Halle Lauragaise*



MERCREDI 22 JUIN

Portes ouvertes à l'Earl de la Maisou Rebigue

De 14h à 16h

Exploitation de vaches laitières avec vente de lait cru en circuit-court.

-  Maximum 60 personnes. Réservation en ligne sur cocolagarde31@orange.fr
43 le Castel Biel - 31320 Rebigue

Ateliers animés par le 100^e Singe Castanet-Tolosan

- > **Atelier production « Mon jardin-potager adapté au changement climatique »** : expérimentation et explication des différentes techniques pour garder l'eau, stocker du carbone, fertiliser naturellement directement dans le jardin.
2 créneaux : de 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h
- > **Atelier réflexion « Alimentation locale et adaptation au changement climatique »** : comprendre les liens entre alimentation et changement climatique pour pouvoir penser l'adaptation sans anxiété. Apport de la méthode AgriAdapt (Solagro).
2 créneaux : de 17h à 18h30 et de 18h30 à 20h
-  20 pers. maximum par créneau. Inscription par mail à informations@le100esinge.com
100^e Singe - Route de Rebigue - 31320 Castanet-Tolosan

JEUDI 23 JUIN

Ateliers pour apprendre à réaliser un baume avec des plantes sauvages (macérat huileux) Ramonville St-Agne

À 17h30 et 18h30 (durée 30 min)

Conférence sur le gaspillage alimentaire Ramonville St-Agne

À 20h (durée 30min)

-  Par l'association Lavidalocale. Nombre de place limité.
Inscription par mail à pauline.fabre@mairie-ramonville.fr ou au 07 50 65 83 24
Salle de l'écoquartier du Midi (métro de Ramonville)
Mail Françoise Dolto - 31520 Ramonville-St-Agne

VENREDI 24 JUIN

Portes ouvertes à l'Earl de la Maisou Rebigue

De 14h à 16h

Exploitation de vaches laitières avec vente de lait cru en circuit-court

-  Maximum 60 personnes. Réservation en ligne sur cocolagarde31@orange.fr
43 le Castel Biel - 31320 Rebigue

Projection-débat avec l'association Graines de demain Auzielle

À 21h

Projection du film « Les petites mains » de T. Silberstein et M. Conejero, 2022.

Un roadtrip à travers la Charente à la rencontre des habitants qui œuvrent à la transition écologique avec l'espoir de transmettre un monde plus sain aux générations futures. Avec la participation d'associations. Buffet à base de produits locaux.

-  **Cinéma Studio 7 - 3 Chemin des Écoliers - 31650 Auzielle**



SAMEDI 25 JUIN

Fêtons l'alimentation, pas le gaspillage ! Baziège

De 9h à 16h

Animations et ateliers à proximité du marché de Baziège :

› **Atelier « Création d'infusions » : à la découverte des plantes aromatiques & médicinales**

Découvrez le rôle et les bienfaits naturels de plusieurs variétés de plantes, le processus de séchage, et créez vos propres tisanes ! Et de quoi déguster pour les gourmands...

Animé par Les Jardins Urbains. Tout public, dès 6 ans.

› **Atelier « Savourez le parfum des fleurs » : dégustation de fleurs comestibles**

Des fleurs dans son assiette ? Venez reconnaître et apprendre à consommer plusieurs fleurs sauvages comestibles. Créations culinaires (bruschetta, décoration dessert...) et dégustations proposées.

Animé par Les Jardins Urbains. Tout public, dès 6 ans.

› **Atelier « Dans tous les sens »**

Animations, jeux autour des sens, mini ateliers du goût avec des produits locaux et de saison.

Animé par Slow Food, le Mouvement pour une alimentation bonne, propre et juste. Tout public, dès 3 ans.

› **Disco-soupe et vélo-smoothie**

Jusqu'à 14h

Venez cuisiner ensemble, en musique et au rythme du vélo smoothie ! A base de rebus et d'inventus du marché, nous élaborerons soupes, salades, jus de fruits ou smoothies pour les distribuer ensuite à tous gratuitement.

Animé par Pro-portion. Tout public, dès 6 ans.

› **Atelier « Les agités du bocal » : réalisez des recettes simples à base de restes de légumes**

À partir de 10h.

Découvrez et réalisez une recette simple et rapide valorisant des restes de légumes souvent considérés comme déchets. Recettes gourmandes et accessibles à tous !

Animé par Pro-portion. Tout public, dès 6 ans.

› **Atelier « Une fresque du gaspillage alimentaire » : découvrez l'évolution de nos modes de consommation**

Recomposons les liens méconnus entre notre alimentation et le gaspillage alimentaire. De manière ludique et sans connaissance préalable, vous découvrirez l'évolution de nos modes de consommation, du système agro-alimentaire, et de notre rapport à l'alimentation.

Animé par Pro-portion. Tout public, dès 8 ans.

> Jeu géant « La Gaspi'rale' »

Seul ou en équipe, essayez d'atteindre l'arrivée du plateau en relevant les défis du gaspillage alimentaire dans un format très ludique et convivial.

Animé par Pro-portion. Tout public, dès 6 ans.

> Atelier « Ma terre, mon assiette » : mesurez l'empreinte carbone de votre alimentation

Au fil de différents jeux, reconstituez votre assiette quotidienne, mesurez l'empreinte carbone de votre alimentation... et découvrez des pistes d'action pour soulager la planète, tout en vous faisant plaisir ! Découvrez en parallèle l'exposition « Le gaspillage alimentaire pèse lourd sur le Climat ».

Animé par Pro-portion. Tout public, dès 6 ans.

> Escape Game « Les oubliés du frigo »

Membre de la SAGA, la Section Anti Gaspillage Alimentaire, vous êtes appelé en urgence dans une cuisine. Le frigo est plein, le propriétaire est parti en vacances en coupant l'électricité, les aliments sont en train de se perdre... Travaillez en équipe dans un temps limité pour relever tous les défis du gaspillage alimentaire !

Durée : 30 minutes. Animé par Pro-portion. Tout public, dès 6 ans.

Randonnée animée

« Boucle de Sainte Colombe », 8,5 km au départ de la Halle.

i Départ libre de 9h à 16h.



Visites à la Fermaquatic Belberaud

Production en aquaponie, maraîchage agro-écologique de pleine terre et hors sol, agroforesterie.

Trois créneaux de visite : 14h - 15h30 - 17h

i Préinscription recommandée par mail à benjamin.dumas@fermaquatic.com en précisant le créneau souhaité et le nombre de personnes.

9 Chemin de Troy - 31450 Belberaud

Animation : « Faire son marché... pour manger quoi ? »

Castanet-Tolosan

De 9h à 12h

i Tout public - *marché place Argyropoulis*



DIMANCHE 26 JUIN

Portes ouvertes au Jardin Partagé des Fontanelles

 Castanet-Tolosan

Entre 10h et 12h

Venez découvrir le nouveau jardin partagé de Castanet-Tolosan, où poussent des légumes, des liens et de bonnes énergies. Suivi d'un verre de l'amitié.

 Rue Savary - 31520 Castanet-Tolosan

Marché de producteurs à l'Earl de la Maisou Rebigue

De 10h à 12h30

Retrouverez les produits de L'Ami du pain d'Autan, de la Fermaquatic, de la ferme de Cagueloup, de La Lauragaise ou encore les créations « Juste du Papier »

 Earl de la Maisou - 43 le Castel Biel - 31320 Rebigue (se garer sur la place du village)

« Paysages à Croquer » Montbrun-Lauragais

Visite guidée des vergers collectifs à 15h.

Et si les espaces verts communaux devenaient des biens communs et des espaces nourriciers ? A Montbrun-Lauragais, Grains de Pollen crée dans le cadre d'une convention avec la mairie des vergers collectifs et gère un potager collectif. Plus de 200 arbres et arbustes fruitiers ont été plantés en 5 ans sur les espaces communaux et un nouveau lotissement.

 Inscription conseillée à grainsdepollen@gmail.com
RDV Place du marché - 31366 Montbrun-Lauragais

TOUTE L'ANNÉE

Jeu interactif « Le Blé, du champ à l'assiette » Montbrun-Lauragais

Découvrir l'histoire de Montbrun-Lauragais et les secrets de la fabrication du pain.

Munis de votre tablette ou de votre téléphone portable, rendez-vous sur la place du village. Téléchargez l'application E-scapades et à vous de jouer !

 Place du marché de Montbrun

La semaine de l'alimentation durable, c'est aussi :

- **Le défi des chefs du Sud-Est Toulousain** : Tout au long de la semaine, des restaurateurs du territoire relèvent le défi d'une alimentation durable en vous proposant des menus à base de produits locaux. Profitez-en pour découvrir de nouvelles tables ou déjeuner en famille dans votre restaurant préféré.
www.sicoval.fr -  @dessinemoiunrepas
- **Un menu local bio dans les écoles** : le 24 juin, un repas confectionné grâce aux produits des Paysans Bio du Quercy sera servi par le Service commun de restauration du Sicoval aux enfants des 24 communes adhérentes (3 200 repas), grâce à un partenariat avec l'association Dem et Terria.
www.sicoval.fr

Le Projet Alimentaire de Territoire

Elaboré par des acteurs de l'Agglo engagés dans la transition écologique, le Projet Alimentaire de Territoire (PAT) vise à développer des actions en réponse à des enjeux économiques, environnementaux et sociaux. Lutte contre le gaspillage alimentaire, soutien aux filières, production biologique, éducation alimentaire, accessibilité financière, ou encore développement des circuits-courts, autant de sujets sur lesquels l'intercommunalité s'engage.

L'objectif : faciliter l'accès à une alimentation saine et de qualité, issue d'une agriculture locale durable (rémunératrice, créatrice d'emplois, respectueuse de l'environnement...).

Initié en 2020, le projet alimentaire territorial de l'agglo est co-construit avec les acteurs du territoire : agriculteurs, entreprises agroalimentaires, commerçants, partenaires institutionnels, citoyens, communes... Au côté de l'agglo, ils participent à l'élaboration d'un programme d'actions permettant de relocaliser l'agriculture et l'alimentation dans nos communes en créant des conditions favorables à l'installation d'agriculteurs, rendant l'accès aux produits locaux de qualité plus facile au plus grand nombre.

Ce programme d'actions concrètes sera présenté et partagé fin 2022 !

Alimentation durable ? Kézako ?

Selon l'Organisation des Nations Unies, l'alimentation durable peut être définie comme :

« Une alimentation qui protège la biodiversité et les écosystèmes, est acceptable culturellement, accessible, économiquement loyale et réaliste, sûre ; nutritionnellement adéquate et bonne pour la santé, et qui optimise l'usage des ressources naturelles et humaines ».



Pour en savoir plus sur le programme :

www.sicoval.fr



Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux :



En partenariat avec l'Earl de la Maisou et la Ferme d'Autrefois