



LES

4 SAISONS

et de **L'AGROÉCOLOGIE**
et de **L'ALIMENTATION
DURABLE**

Édition **HIVER**

28 JANVIER 2023

— AU —

5 FÉVRIER 2023

Samedi 28 JANVIER
Lancement de la Caisse
Alimentaire Commune

Courts-métrages, ateliers, jeux,
buffet festif et musique

16h-22h - Espace Pitot - Montpellier
*et d'autres animations
près de chez vous*



Une trentaine d'événements sur votre territoire :
visites de fermes, balades, ateliers, marchés, dégustations
Programme complet sur montpellier3m.fr/agroecologie



Montpellier
Méditerranée
Métropole



ÉDITO



Mettant à l'honneur la saison hivernale, cette édition des 4 Saisons de l'Agroécologie et de l'Alimentation Durable propose un programme complet avec 32 activités partagées sur un territoire allant de la métropole montpelliéraine au Pays Cœur d'Hérault, en passant par le Pays de l'Or et le Grand Pic St-Loup.

Les premières éditions furent une réussite grâce à votre importante participation et à la mobilisation du secteur associatif. Cet événement est le fruit d'une démarche partenariale entre nos collectivités afin de sensibiliser le grand public aux enjeux d'alimentation durable et de pratiques agricoles vertueuses. Dans la continuité de cette belle dynamique, nous vous

proposons de nous retrouver du 28 janvier au 5 février 2023 pour la saison hivernale des 4 Saisons. Le temps fort de cette édition sera le lancement de la Caisse Alimentaire Commune sur la métropole de Montpellier. Cet outil expérimental, imaginé par des acteurs associatifs, et soutenu par la Métropole et la Ville de Montpellier, doit permettre à un collectif d'habitants de 12 quartiers de gérer ensemble une caisse solidaire, grâce à laquelle chaque adhérent disposera de 100€ en monnaie locale, pour acheter des produits locaux et de qualité.

Pour accroître la résilience des territoires face au changement climatique, la coopération territoriale nous apparaît plus que jamais nécessaire. Impactée par les épisodes climatiques et l'actualité géopolitique, notre agriculture est au centre des attentes : elle doit pouvoir nourrir les mangeurs et faire vivre les producteurs correctement, tout en préservant nos biens communs - ressources naturelles, santé, vivre ensemble.

La souveraineté alimentaire est un idéal vers lequel nous souhaitons aller et les politiques agroécologiques menées sur nos territoires sont une réponse forte apportée à la question de l'alimentation durable. À travers les 4 Saisons, nous soutenons les agriculteurs locaux et nous valorisons les circuits courts de proximité pour permettre à l'agroécologie paysanne de se développer. >>

Michaël DELAFOSSE

Maire de Montpellier
Président de Montpellier Méditerranée Métropole

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

Stéphan ROSSIGNOL

Président de l'Agglomération du Pays de l'Or
Maire de la Grande-Motte

Alain BARBE

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

Jean-François SOTO

Président Sydel Pays Cœur d'Hérault
Maire de Gignac



PLUS DE 30 ANIMATIONS PROGRAMMÉES



Animations sur lieu de vente



Expositions et ciné-débats



Ateliers et jeux



Festivités

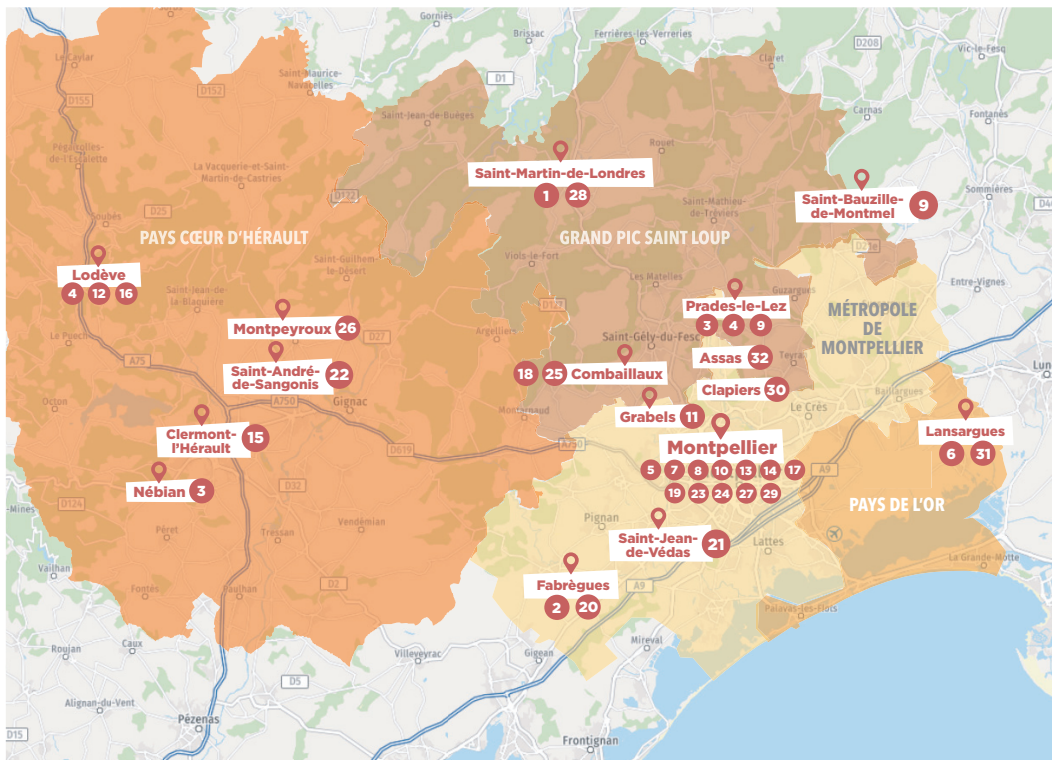


Conférences et tables rondes



Visites de fermes et lieux de production

Retrouvez en un clin d'œil les animations sur nos territoires



1 Samedi 28 JANVIER



Saint-Martin-de-Londres
10h - 16h

Visite du corridor nourricier, projet d'agroécologie citoyen

L'association Pic'Assiette invite le public à découvrir le Corridor Nourricier porté en collaboration avec Lombrichemin. Au cours de la journée, vous pourrez explorer la biodiversité du site, croquer la nature avec Marianne, jouer en famille, partager les joies de jardiner "au naturel", comprendre comment faire de son jardin un refuge LPO et échanger des graines.

Allée du Mille Club, Saint-Martin-de-Londres (derrière l'école au centre du village)

Entrée libre, enfants bienvenus
Plus d'informations auprès de contact@picassiette.org ou au 06 60 54 47 90 en cas de souci pour trouver le lieu

2 Samedi 28 JANVIER



Fabrégues
10h - 13h

Balade à la découverte des plantes sauvages comestibles et médicinales

L'association Nature Comestible propose aux curieux une demi-journée pour apprendre à repérer les plantes sauvages comestibles et médicinales qui poussent, même en hiver, au bord de la rivière du Coulazou, avec Monica Blackhall.

Rendez-vous à 9h50 au parking du plan de fêtes, rue Jeanne d'Arc, Fabrégues

Gratuit, inscription obligatoire sur contact@naturecomestible.fr

3 Samedi 28 JANVIER



Nébian
10h - 16h

Les paysages de l'eau à l'heure du changement climatique : agissons pour l'eau en Pays Cœur d'Hérault !

Alors que l'eau apparaît comme une ressource de plus en plus rare et précieuse, cette journée de rencontre organisée par Humus Pays d'Oc permet de comprendre le cycle de l'eau propre au territoire du Pays Cœur d'Hérault, et de faire émerger des pistes d'actions innovantes pour la préserver.



4 SAISONS

Au programme :

- 10h-12h : Fresque de l'eau pour comprendre le fonctionnement du cycle de l'eau en Pays Cœur d'Hérault.
- 12h-13h30 : Repas possible sur place (présence d'un Food Truck) et échanges informels avec les acteurs présents.
- 13h30-16h : Présentation et discussion autour de différentes actions de gestion intégrée de l'eau.

Visite des jardins partagés de Nébian et leur système de gestion de l'eau collective. Interventions de l'association Larzac Explo sur l'importance du karst dans le cycle de l'eau.

Cette journée sera accompagnée par Arnaud Le Beuze, directeur du pôle eau, environnement et biodiversité à la Communauté de Communes du Lodévois-Larzac, et par des acteurs de l'association Humus Pays d'Oc, ayant expérimenté plusieurs méthodes d'optimisation de la gestion de l'eau pluviale sur des parcelles de production agricole.

Salle Polyvalente, 4 rue Anatole France, Nébian

Gratuit, plus d'informations et inscription via ce QR code



4 Samedi 28 JANVIER



Lodève
10h - 12h

Jeux sur l'alimentation au colimaçon

L'association Terre-Contact vous invite à venir partager un temps ludique en famille sur le thème de l'alimentation durable autour de découvertes et de jeux interactifs.

ALP Pasteur Fleury, square Georges Auric, Lodève

Pour les enfants de 0 à 18 ans et leur famille
Plus d'informations auprès de l'Association Terre-Contact : contact@terre-contact.com ou 04 67 57 38 16

LANCEMENT DE LA CAISSE ALIMENTAIRE COMMUNE, EXPÉRIMENTATION CITOYENNE DE SOLIDARITÉ ALIMENTAIRE

5 Samedi 28 JANVIER



**Montpellier
16h - 22h**

Depuis l'été 2021, une vingtaine d'organisations du territoire montpelliérain et des citoyens de divers horizons se sont regroupés au sein du collectif Territoires à VivreS, avec l'objectif de faire vivre une dynamique démocratique locale autour de l'alimentation. Au fil des mois, ils ont cherché à faire émerger ensemble un dispositif permettant de lutter contre la précarité alimentaire mais aussi de favoriser l'accès de toutes et tous à une alimentation de qualité, tout en contribuant au développement d'un système alimentaire territorial plus durable.

Un an et demi plus tard, ce rêve devient concret, avec l'inauguration de la Caisse Alimentaire Commune. Territoires à VivreS vous propose de découvrir le projet en compagnie des membres du collectif et des habitants composant le comité citoyen de l'alimentation, et, pourquoi pas, de vous engager dans cette aventure expérimentale de transformation sociale, agricole et alimentaire.

La Caisse Alimentaire Commune, késako ?

La Caisse est un budget collectif issu de fonds publics et privés ainsi que de contributions citoyennes. Son utilisation est définie par un comité citoyen de l'alimentation, composé d'une cinquantaine d'habitants et d'habitantes de 12 quartiers de la ville de Montpellier. Le comité se réunit depuis le mois d'octobre pour lancer la Monnaie Alimentaire Commune, une monnaie numérique permettant de faire des achats dans un circuit alimentaire conventionné par le comité selon des

critères de qualité. Dans le cadre de l'expérimentation, les habitants participants pourront dépenser chaque mois 100€ dans ce circuit, pendant un an, en ayant cotisé à la Caisse en fonction de leurs moyens.

Le collectif souhaite ainsi expérimenter de nouvelles formes de solidarités autour de l'alimentation, fondées sur le droit à l'alimentation et basées sur la mise en cohérence des enjeux des consommateurs, des producteurs et autres acteurs du système alimentaire.



Au programme de cette rencontre : interventions et témoignages, projection de courts-métrages, ateliers, jeux, buffet festif et musique.

16H

Ateliers et jeux de société sur l'alimentation. Découverte du jeu de société « La marmite, la solidarité alimentaire à la carte »

17H

Projection de courts-métrages issus du projet de vidéo participative « Manger »

18H

Présentation du projet par le Comité Citoyen de l'Alimentation, avec la participation de paysans, d'associations, de chercheurs et d'élus

19H30

Buffet paysan offert

20H30

Concert surprise



L'après-midi et la soirée réservent d'autres surprises ! Retrouvez le programme complet via le QR code ci-contre



Salle Guillaume-de-Nogaret, Espace Pitot, Place du Professeur Mirouze, Montpellier (entre le Jardin des Plantes et l'esplanade du Peyrou). Accès en tram Ligne 4 (Arrêt Peyrou-Arc de Triomphe)

Entrée libre, enfants bienvenus

Plus d'informations sur le projet : <https://tav-montpellier.xyz/?Experimentation>



6 Samedi 28 JANVIER



**Lansargues
9h - 16h**

Journée de plantation collective d'arbres dans les vignes

Le Domaine Enclos de la Croix propose aux plus motivés d'aller planter des arbres dans les vignes à Lansargues. Les animateurs de cette journée expliqueront l'intérêt environnemental de l'agroforesterie en l'intégrant à part entière dans l'exploitation du domaine. Ils remettront un document aux participants, attestant la variété de l'arbre qu'ils auront planté et sa géolocalisation afin qu'il devienne "le leur".

Domaine Enclos de la Croix, 2 avenue Marius Alès, Lansargues

Gratuit

Réservation par mail à agathe@enclosdelacroix.com
Enfants bienvenus. Les participants doivent amener leur pique-nique, le vin et les boissons sont offerts.

7 Dimanche 29 JANVIER



**Montpellier
11h - 13h30**

Ciné-brunch autour du documentaire Mission Régénération

Le Cinéma Utopia projette le documentaire *Mission Régénération*, un film sur le rôle clé des sols dans la lutte contre le changement climatique et la restauration des écosystèmes. La séance sera suivie d'un débat en salle avec des intervenants du monde paysan et de la recherche, puis d'un brunch partagé pour une conclusion conviviale.

*Cinéma Utopia Sainte Bernadette
5 avenue du Dr Pezet, Montpellier.
Accès en tram Ligne 1 (arrêt Saint-Éloi)*

Entrée 4€, café et jus offerts et dégustation de produits paysans

8 Dimanche 29 JANVIER



**Montpellier
10h - 18h**

Journée portes ouvertes à la ferme collaborative Oasis Citadine

Une journée pour découvrir l'Oasis Citadine avec des visites guidées ainsi que des ateliers pratiques et théoriques sur l'agroécologie pour les petits et les grands. La Pépinière Petit Climax fera découvrir plus de 15 espèces locales d'arbres et arbustes. Elle proposera de construire, collectivement, des "armes de création massive" : les bombes de graines ! Les participants repartiront avec elles pour les disséminer localement.

Rue de la Mogère, Montpellier.

Appeler le numéro sur le portail vert pour ouvrir

Gratuit/sur donation. Plus d'informations sur contact@oasiscitadine.fr

9 Dimanche 29 JANVIER



**Saint-Bauzille-de-Montmel
14h - 17h**

Fresque de l'alimentation

L'association Agir invite le public à participer à la Fresque de l'alimentation, un atelier d'intelligence collective inspiré de la pédagogie de la Fresque du Climat. Elle permet d'avoir une vision globale des conséquences de notre alimentation sur l'être humain et l'environnement pour ainsi mieux définir les principes d'une alimentation saine et durable.

*Chai du domaine, rue du plan Vincent,
Saint-Bauzille-de-Montmel. Se garer au parking
de la place de la mairie*

Gratuit, réservation obligatoire par mail : contact@fresquealimentation.org
ou de préférence via ce QR code



10 Lundi 30 JANVIER



**Montpellier
19h45 - 22h30**

Projection-débat : Le Potager de mon grand-père

L'association Veg Nature, propose la projection du documentaire *Le Potager de mon grand-père* : au fil des saisons, un grand-père transmet ses méthodes acquises de génération en génération à son petit-fils pour cultiver son potager en autonomie, sans utilisation de produit chimique.

De la graine à la récolte, ses principes sont empreints de biodynamie et de permaculture. La projection sera suivie d'une discussion entre les spectateurs et le réseau des Semeurs de Jardins.

*Cinéma Diagonal, 5 rue Verdun, Montpellier
Accès en tram Ligne 1 et 2 (station Comédie)*

Entrée 7,50€

**11 Mardi 31 JANVIER
& jeudi 2 FÉVRIER**



**Grabels
8h30 - 10h30**

Visite : les coulisses de la cuisine centrale du CHU de Montpellier

Produire plus de 10 000 repas chaque jour tout en priorisant la qualité, tel est le défi de la Cuisine Centrale du CHU de Montpellier. Privilégier les produits locaux, le « fait maison », la réduction des plastiques et le tri des bio-déchets, autant de démarches engagées depuis plusieurs années vers plus de durabilité, que le CHU propose de découvrir au travers de cette visite.

569 rue du Caducée, Grabels

Places limitées, inscription sur dlt-sec-dir@chu-montpellier.fr ou 04 67 33 20 13



**12 Mardi 31 JANVIER
& jeudi 2 FÉVRIER**



**Lodève
14h - 17h**

Jardinons ensemble

Terre en partage offre un atelier de jardinage pour adultes, pour participer à la dynamique d'un potager collectif où la création de liens est tout aussi importante que la production de légumes.

Jardin des Berges, 13 avenue de Fumel, Lodève

Entrée libre, possibilité de participer à une partie ou à l'entièreté de l'atelier, plus d'informations à amelie.bodson@terre-en-partage.org

13 Mardi 31 JANVIER



**Montpellier
17h - 19h30**

Secours Catholique - Atelier cuisine : bien manger à petit budget sans gaspiller, c'est possible !

Cet atelier de cuisine anti-gaspi, offert par La Cantina, embarque les participants pour un processus allant de la théorie à la pratique : élaboration de recettes d'hiver végétariennes (pesto, pickles, terrines végétales etc...) pour composer des apéros sains et magnifier les assiettes de multiples saveurs. Le tout, en alliant équilibre alimentaire et petit budget.

Local du Secours Catholique, 5 rue du général Campredon, Montpellier. Accès en tram Ligne 3 (Arrêt Saint-Denis)

Places limitées, inscription obligatoire à contact@lacantina34.fr ou 07 83 32 41 28

14 Mardi 31 JANVIER



Montpellier
18h - 20h

Le Champ du Local entre idéal et réalité : installer des maraîchers sur une friche communale pour alimenter la restauration collective et créer de l'emploi

De plus en plus, les collectivités s'emparent de la question de l'agriculture et l'alimentation sur leur territoire. Pas si simple quand il s'agit de bousculer le modèle agricole et alimentaire dominant qui s'est imposé au fil du temps et remplit nos assiettes d'aliments à faible coût, peu importants les modes de production, les saisons et les distances parcourues. Castries, commune proche de Montpellier, a relevé le défi, et acheté une friche de 8 hectares pour y développer une production maraîchère agroécologique, approvisionnant sa restauration collective et créant de l'emploi.

À qui confier le terrain, pour produire quoi, où, quand, comment, à quelles conditions ? Pour résoudre cette énigme, la commune a fait appel à 30 étudiants agronomes spécialisés dans le développement agricole. La projection d'un court-métrage issu de ce projet sera suivie d'un débat avec des représentants du monde agricole et des élus.

Événement organisé dans le cadre des conférences-débats les CultureScience, de l'Institut Agro Montpellier.

Amphithéâtre Philippe Lamour, Institut Agro Montpellier, Campus la Gaillarde, 2 place Pierre Viala, Montpellier

Gratuit, plus d'informations et inscription via ce QR code



15 Mercredi 1^{ER} FÉVRIER



Clermont-l'Hérault
9h30 - 13h

Le PAT fait son marché !

Le Conseil de Développement du Pays Coeur d'Hérault invite les curieux sur le marché de Clermont-l'Hérault. Ils pourront s'y réchauffer autour d'une boisson chaude tout en partageant leurs recettes de cuisine et d'approvisionnement. Ce sera aussi l'occasion de découvrir le Projet Alimentaire du Territoire (PAT).

5-1 allée Roger Salengro, Clermont-l'Hérault

16 Mercredi 1^{ER} FÉVRIER



Lodève
10h - 12h

Familles au jardin : le plaisir de faire pousser

Terre en partage propose de partager en famille le plaisir de faire pousser des fruits et légumes « au naturel », puis d'échanger entre parents avec une professionnelle de la relation éducative pendant que les enfants sont engagés dans des activités et jeux.

Jardin des Berges, 13 avenue de Fumel, Lodève

Entrée libre, plus d'informations à amelie.bodson @terre-en-partage.org ou au 06 46 21 64 19



17 Mercredi 1^{ER} FÉVRIER



Montpellier
11h - 18h

La Discosoupe du Petit Bard

Que faire des invendus du marché qui pourrissent dans les poubelles ? Comment se réchauffer en ville en plein hiver ? Et comment rencontrer de nouvelles personnes dans son quartier ? À l'APIEU, nous avons la solution : la Discosoupe ! Joignez-vous à nous le temps d'une journée pour aller rencontrer les maraîchers du marché de Celleneuve et réaliser une énorme soupe collective, qui sera distribuée au sein du quartier Petit Bard une fois bien mijotée.

Rendez-vous à 11h au local Pergola, 893 rue d'Alco, Montpellier, pour se rendre ensemble aux Halles des 4 Saisons

Enfants bienvenus, plus d'informations à ambre.berteau @cpie-apieumontpellier.fr ou 06 51 41 14 53

18 Mercredi 1^{ER} FÉVRIER



Combaillaux
14h30 - 16h

Visite guidée dans une oliveraie : lumière sur les pratiques agroécologiques

Voyager sur le chemin de L'Or de mon grand-père, de l'origine du Domaine de l'Oulivie jusqu'à nos jours, de la récolte d'olives de table, à celle d'olives à huile... Le public est invité à découvrir le travail des oliverons. La visite sera suivie d'une dégustation.

Domaine de l'Oulivie, mas de Fourques, Combaillaux

Payant - 6€/adulte et 4€/enfant (6-12 ans), réservation obligatoire au 04 67 67 07 80



4 SAISONS

19 Mercredi 1^{ER} FÉVRIER



Montpellier
16h - 19h

Fêter la chandeleur sur le marché paysan des Aubes

Le marché paysan des Aubes revisite la Chandeleur avec un atelier participatif offert par l'Association Marchés Paysans et Labartassière. Petits et grands mettront la main à la pâte (à crêpes) avec Nathalie Barthe, productrice et cuisinière spécialiste des plantes sauvages, pour élaborer et bien sûr déguster ensemble de savoureuses crêpes sucrées et salées qui permettront de découvrir et redécouvrir les produits paysans présents sur le marché.

Rue des Cailles, à proximité du Parc Rimbaud, Montpellier. Accès en tram Ligne 4 (les Aubes) et Ligne 1 (Corum)

20 Jeudi 2 FÉVRIER



Fabrègues
14h - 16h

Visite du domaine agroécologique de Mirabeau

Les Jardins de Cocagne proposent au public une découverte du Domaine de Mirabeau, un espace de plus de 200 hectares de nature sauvage et productive sur le massif de la Gardiole. Maraîchage et vigne en insertion, élevage de cochons, chèvres et brebis, apiculture : telles sont les activités développées sur le site tout en préservant la nature avec le Conservatoire d'Espaces Naturels. Les participants traverseront le site jusqu'à la serre bioclimatique en ossature bois pour appréhender les techniques d'agriculture régénérative et d'agroforesterie mises en œuvre par les Jardins de Cocagne Mirabeau avec les salariés en insertion. La visite sera suivie d'une présentation des paniers de fruits et légumes bio produits sur place.

Domaine de Mirabeau, route départementale D114 entre Fabrègues et Vic-la-Gardiole.

Plus d'informations sur : jardinsmirabeau.fr

21 Jeudi 2 FÉVRIER



Saint-Jean-de-Védas
10h30 - 12h

Trois, deux, un : Papote jardin

Conseils, discussion et découverte : La médiathèque Jules Verne présente un atelier "Papote Jardin". Des discussions qui aident le public à entretenir les jardins et potagers, à prendre soin des plantes ou simplement se lancer dans le jardinage !

Médiathèque Jules Verne,
21 rue Auguste Renoir, Saint-Jean-de-Védas.
Proche du terminus tram 2

Entrée libre



24 Vendredi 3 FÉVRIER



Montpellier
13h30 - 16h

Balade à la découverte des plantes sauvages au parc Montcalm

Le cycle de la nature se répète au fil des saisons, même en hiver. Solène Passemard de la Mauve (Terracoopa), passionnée de plantes sauvages et experte en chimie botanique, propose de partir à la découverte de ces plantes comestibles et médicinales qui poussent autour en ville. Les promeneurs utiliseront tous leurs sens pour s'approprier les plantes.

Prendre de quoi se rafraîchir, des chaussures fermées, de petits sacs en papier et un petit carnet de notes accompagné d'un stylo.

Rendez-vous à 13h30 au parking du parc Montcalm (entrée rue des Chasseurs)

Entrée libre, pour plus d'informations : 06 63 70 66 50 ou solene.passemard@gmail.com. Enfants bienvenus à partir de 6 ans

22 Vendredi 3 FÉVRIER



Saint-André-de-Sangonis
9h30 - 13h

Le PAT fait son marché !

Le Conseil de Développement du Pays Coeur d'Hérault invite les curieux sur le marché de Saint-André-de-Sangonis. Ils pourront s'y réchauffer autour d'une boisson chaude tout en partageant leurs recettes de cuisine et d'approvisionnement. Ce sera aussi l'occasion de découvrir le Projet Alimentaire du Territoire (PAT).

Cour de la Liberté, Saint-André-de-Sangonis

23 Vendredi 3 FÉVRIER



Montpellier
9h - 17h

12^{ème} Colloque de la Chaire UNESCO Alimentations du monde

Lors de cette journée sur la dimension sociale de la durabilité des systèmes alimentaires, la Chaire UNESCO Alimentations du monde interrogera le travail dans les systèmes agricoles et alimentaires sous différents angles : pénibilité et dévalorisation du travail, savoir-faire, nouvelles formes de travail, ou encore genre.

Institut Agro, Place Pierre Vialla, Montpellier

Gratuit, inscription obligatoire via ce QR code



25 Vendredi 3 FÉVRIER



Combaillaux
14h30 - 16h

Balade en tracteur dans une oliveraie aux pratiques agroécologiques

Voyager sur le chemin de « L'Or de mon grand-père », de l'origine du Domaine de l'Oulivie jusqu'à nos jours, de la récolte d'olives de table, à celle d'olives à huile... Le public est invité à découvrir, en tracteur, le travail des oliverons. La visite sera suivie d'une dégustation.

Domaine de l'Oulivie, mas de Fourques, Combaillaux

Payant - 6€/adulte et 4€/enfant (6-12 ans)
Réservation obligatoire au 04 67 67 07 80

26 Vendredi 3 FÉVRIER



Montpeyroux
16h - 18h

Visite d'une cave viticole engagée

Le Sydel du Pays Cœur d'Hérault et Castelbarry proposent une visite de la cave coopérative artisanale de Montpeyroux. Elle sera suivie d'une discussion ouverte avec des acteurs du territoire sur les démarches de transition en viticulture.

Castelbarry, Coopérative artisanale,
5 Place François Villon, Montpeyroux

Gratuit, inscription à juliette.sermage@coeur-herault.fr

27 Samedi 4 FÉVRIER



Montpellier
10h - 12h30

Balade à la découverte des plantes sauvages à la Mosson

Aux côtés de Nathalie Barthe de La Bartassière, spécialiste des plantes sauvages de notre région, le public apprendra à reconnaître les plantes locales et observer ce que la nature peut offrir en ville. Cette sortie sera aussi l'occasion d'explorer un coin de rivière à proximité du quartier de la Mosson.

Rendez-vous à 9h45 devant la Maison Pour Tous Léo Lagrange, 155 rue de Bologne, Montpellier
Accès en tram Ligne 1 (Halles de la Paillade)

Gratuit, plus d'informations au 06 09 49 32 91

28 Samedi 4 FÉVRIER



Saint-Martin-de-Londres
10h30 - 13h

Atelier de la graine au pain : découvrir les secrets de la fabrication du pain

Visite du Mas 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, Saint-Martin-de-Londres

Gratuit, sur inscription à christelle.queutier34@gmail.com ou 06 65 06 90 84



29 Samedi 4 FÉVRIER



Montpellier
14h - 18h

Atelier cuisine : mon menu sain, bon et à petit budget

Manger sain, de manière éco-responsable, tout en alliant saveurs et budget minuscule, c'est possible. À condition de s'organiser ! Cet atelier de cuisine proposé par la chef Sarah du restaurant Hakko offrira de partager des stratégies et des pratiques pour planifier et réaliser des menus simples et rapides qui plairont à toute la famille. Atelier savoureux et convivial garanti, avec la dégustation finale des recettes élaborées en commun.

Restaurant Hakko, 20 rue Jacques Coeur, Montpellier. Accès en tram Ligne 1 (station Comédie)

Gratuit, places limitées. Inscription par mail cardamomecatering@gmail.com

30 Samedi 4 FÉVRIER



Clapiers
16h30 - 19h30

Projection-débat : une alimentation accessible et durable grâce à l'initiative citoyenne

L'épicerie collaborative La Crèmerie de Clapiers invite le public à une projection-débat pour réfléchir ensemble aux inégalités d'accès à l'alimentation et aux initiatives citoyennes qui permettent d'y remédier.

Au programme de cette soirée :

- 16h30 : Projection du documentaire *La Part des Autres*, qui donne à voir l'appauvrissement tant des producteurs que des consommateurs et interroge les conditions d'un accès digne pour tous à une alimentation de qualité et durable.
- 17h30 : Présentation et échange sur le modèle de La Crèmerie : une initiative citoyenne basée sur l'implication de ses membres, l'intelligence collective et la confiance, qui permet d'offrir un accès équitable et durable à des aliments de qualité en liant directement les producteurs et les consommateurs.
- 18h30 : Visite suivie d'un apéro convivial.

Salle de Cinéma Jean Malige, espace culturel Jean Penso, Place Max Leenhardt, Clapiers

Gratuit, plus d'informations sur lacremerie-coop.fr contact@lacremerie-coop.fr ou 06 02 15 99 43



31 Dimanche 5 FÉVRIER



Lansargues
9h30 - 12h30

Plantation de haies participative : l'agroforesterie en pratique

En famille, seul ou entre amis, les plus courageux sont invités à participer au chantier de plantation d'une haie, pour attirer la biodiversité au sein d'une exploitation maraîchère bio. Au programme de cette demi-journée organisée par la Chambre d'Agriculture de l'Hérault et le maraîcher Guillaume Duez : présentation de cette démarche agroforestière, explication du rôle de l'arbre dans les systèmes agricoles et partage de techniques de plantation d'arbustes. À la fin, si les participants ont bien planté, ils obtiendront leur diplôme de planteur d'arbres !

Exploitation Vert'Veine, chemin des canaux, Lansargues. Coordonées GPS Maps 43.637278, 4.064095", Lansargues

Gratuit, inscription à etienne.tison@herault.chambagri.fr ou 06 18 36 83 25. Venez bien équipés contre le froid et la boue. Si possible, ramenez un transplantoir (petite pelle d'environ 15-20cm) ainsi que vos gants de jardinage.

32 Dimanche 5 FÉVRIER



Assas
13h30 - 17h

Marché d'hiver de Nature et Progrès au domaine de Cassagnole

Organisée par Nature et Progrès et Pic'assiette, cette visite du Domaine de Cassagnole permettra de découvrir son système de polyculture : viticulture, élevage et transformation.

Elle sera suivie par un marché de producteurs labellisés Nature et Progrès, l'occasion de déguster de bons produits. Vous pourrez vous familiariser avec la démarche participative d'évaluation garantie par un binôme producteur-consom'acteur sur laquelle repose cette mention de qualité (appelée Système Participatif de Garantie ou SPG).

Chemin de Bellevue, Assas

Plus d'informations à contact@picassiette.org

LA RESTAURATION COLLECTIVE, UNE CLÉ POUR L'ALIMENTATION DURABLE AU PAYS DE L'OR

À l'occasion des 4 Saisons de l'Agroécologie et de l'Alimentation Durable, un programme d'activités à destination des enfants et de leur famille sera proposé pendant les temps périscolaires. Les animateurs emmèneront les enfants à la découverte des légumineuses au travers de jeux et activités manuelles, et dans plusieurs cantines, parents d'élèves, élus et producteurs viendront partager le repas des convives.

Le Comité de pilotage du Projet Alimentaire du Pays de l'Or se réunira également durant cette semaine, et lancera à cette occasion la concertation sur les enjeux alimentaires du territoire.

LE OFF *L'Agroécologie et l'Alimentation Durable seront également au programme des événements suivants :*

Dimanche 15 JANVIER

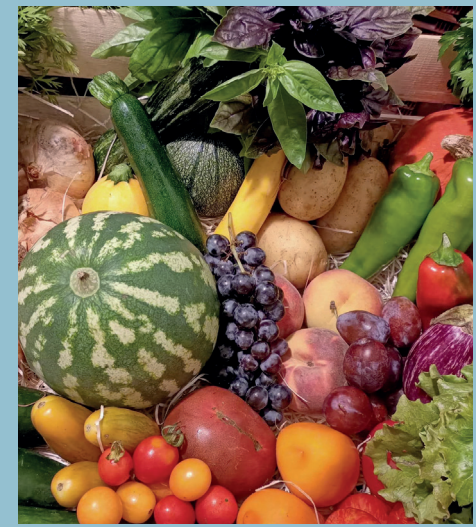
11h - 15h
Cuisine participative : L'Esperluette vous invite à venir cuisiner ensemble, Place Mansart, quartier Celleneuve, Montpellier.

Dimanche 12 FÉVRIER

8h30 - 13h
Marché festif sur la pêche : atelier découverte de l'ostréiculture, dégustations, et conférence de Mr Philippe Cury. Place de la Mairie, Murviel-lès-Montpellier.

Vendredi 27 JANVIER

18h - 20h
Planète Terroirs vous invite à la causerie Diversification agricole et alimentaire dans les Garrigues - CFP MFR des Garrigues du Pic Saint Loup, 377 chemin du Farjou, Claret.



Retrouvons-nous
en 2023 pour notre
prochaine édition
PRINTEMPS

*Nous remercions tous les partenaires qui ont rendu possible l'édition Hiver des 4 Saisons
de l'Agroécologie et de l'Alimentation Durable*



*Restaurant Hakko // Mas de Conquette, le Frouzet
Labartassière // Vert'Veine // Médiathèque Jules Verne*



Le Disaccord - Montpellier Méditerranée Métropole - Direction de la communication - Ne pas jeter sur la voie publique - Photos : ©Stock Images, ©Humus Pays d'Oc, ©Fresque de l'Alimentation, ©Oasis Citadine, ©Martin Espinosa, ©La Cantina, ©Institut agro, ©Terre en Partage, ©Larins de Cagagne Mirabeau, ©Association Marécage de la Mare, ©La Crémère Coopérative de Clapiers, ©Domaine de Cassagnole - Droits réservés à Montpellier Méditerranée Métropole - 12/2022.

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"

montpellier3m.fr/agroecologie
bocal.montpellier3m.fr

