

laisser une empreinte plus douce et contribuer à la sauvegarde de notre planète. Débat avec le réalisateur et les producteurs.rices. Suivi d'une dégustation de produits locaux.
Plus d'infos : mjctrebascurvalle@mailo.com

SAMEDI 14

20 Fête de la pomme et du vivant

14h à 16h 30 / Salle des fêtes de Assac / **Gratuit** / Pour tous
Atelier de cuisine : Confection d'un repas tarnais avec produits locaux, mené par un chef cuisinier !
Inscriptions : mjctrebascurvalle@mailo.com / 05 63 55 93 53 / 06 37 86 19 84

21 Visite de ferme - les Chlorophylliens

14h30 / La Salvetat, Monesties / **Gratuit** / Familles (enfants de + 6 ans)
Découverte de la parcelle maraîchère, visite du fournil et dégustation des produits de la ferme. Covoiturage possible au départ de la CaSa Centre social à Carmaux à 13h15.
Inscription obligatoire auprès de la CaSa centre social : 05 63 36 14 40

22 Table ronde : Du petit potager au jardin forêt ; le plaisir de jardiner

17h30 / Foyer du Ségala, St Martin de Laguëpie / **Gratuit** / Pour tous
Le Tiers Lieu du Ségala se dynamise pour vous offrir des animations autour de l'alimentation toute l'année ! Cette fois, nous parlerons de jardins avec nos deux intervenants tarnais : Jérôme Goust et Rémi Kulik. Leurs expériences complémentaires, à travers le jardin potager et le jardin forêt, nous invitent à observer pour mieux comprendre et prendre soin du vivant. Suivie d'un buffet partagé de produits locaux.
Plus d'infos : contact@tierslieudusegala.fr
Site : tierslieudusegala.fr

23 Visite de ferme : GAEC de la Rigné

À partir de 14h30 / La Rigné, Lamillarié / **Gratuit** / Pour tous
Visite d'un élevage de brebis. Découverte de l'agriculture de conservation des sols et du pâturage tournant dynamique ; des

pratiques agro-écologiques d'avenir ? À partir de 17h, venez assister à la traite. Dégustation des produits de la ferme et invitation à prolonger avec le ciné débat (voir 24)
Inscription : lchanterau@ptab.fr / 05 63 36 87 01

24 Ciné-débat : Paysans du Ciel à la Terre

18h / Salle des fêtes Réalmont / **Gratuit** / Pour tous
Un film enquête entre Ciel et Terre à la rencontre d'agriculteurs qui, chacun à leur façon, travaillent avec la Vie du sol, afin de nourrir la Terre autant qu'elle nourrit les Hommes. Suivi d'une discussion avec un éleveur.
Plus d'infos : lchanterau@ptab.fr / 05 63 36 87 01

DIMANCHE 15

20 Fête de la pomme et du vivant

10h à 16h / Salle des fêtes de Assac / **Gratuit** / Pour tous
Journée festive autour du fruit roi de la saison : la Pomme ! Au programme : pressage de pommes, marchés d'artisans et producteurs, apéro-musical, sieste musicale, théâtre et pour finir, le concours de la meilleure tarte aux pommes. Au repas : bégigot saucisse - crudité !
Inscription au pressage de pomme (avant le 6/10) : 06 28 23 10 25
Plus d'infos : 06 37 86 19 84
Site : mjctrebascurvalle.fr

25 Ciné-échange : Wine Calling

16h / salle des fêtes de Pampelonne / **Gratuit** / Pour tous
Depuis une dizaine d'années, un peu partout en France et plus particulièrement en Occitanie, de joyeux rebelles ont investi nos terroirs pour inventer le vin qu'ils aiment : naturel et sans artifice. Ces nouveaux vigneron.nes, préfigurent une agriculture paysanne solidaire, éthique, festive : une nouvelle utopie émerge de nos coteaux. Suivie d'une discussion avec Marine Leys, vigneronne à Montels et d'une dégustation de vins et produits locaux.
Plus d'infos : 05 63 76 37 92 / mediatheque.pampelonne@orange.fr

*La rando de la Grande Pomme Rouge

Du 9 au 15 octobre, la conteuse et musicienne Eva Hahn marche de fermes en jardins, à la rencontre de productrices et producteurs de la vallée du Tarn. Ils et elles vous proposent six rendez-vous chez eux avec la Grande Pomme rouge, pour éveiller vos papilles et vos oreilles.

RETROUVEZ LES ÉVÉNEMENTS PRÈS DE CHEZ VOUS

PENSEZ À VOUS INSCRIRE

ATELIER
SPECTACLE
CONFÉRENCE / CINÉ
VISITE

ET BIEN D'AUTRES ÉVÉNEMENTS ORGANISÉS SUR LA SEMAINE

- Atelier burger local avec le Club Ado des Monts d'Alban et du Villefranchois
- Cueillette et dégustations sauvages pour les centres de loisirs organisées par le CIVAM Cordais
- Atelier de cuisine créative avec le centre de loisir et les bénévoles de l'EVS Escalé



ORGANISÉ EN PARTENARIAT AVEC



Programme actualisé sur pays-albigeois-bastides.fr

ITINÉRAIRES GOURMANDS À LA DÉCOUVERTE DE L'AGRICULTURE LOCALE

7>15 OCTOBRE 2023

Gouïtons NOS CAMPAGNES

VISITES
DÉGUSTATIONS
ATELIERS
RANDONNÉES GOURMANDES
SPECTACLES
CINÉS-DÉBATS



Programme actualisé sur pays-albigeois-bastides.fr



SAMEDI 7

1 Réalmont – Journée autour de l'agroforesterie et animations au jardin du CPIE

Le Festival D'agroforesterie Occi'Tarnaise

De 10h à 22h / Place du Foirail /

Gratuit / Pour tous

La 1^{ère} édition du Festival d'Agroforesterie Occi'Tarnaise s'invite à Réalmont pour régaler vos neurones et vos papilles ! Venez découvrir l'agroforesterie

grâce à nos animations (expositions, jeux, conférences), et notre marché gourmand. Soirée dînatoire et concerts clôtureront la journée !

Plus d'infos : Page facebook de Envol vert Occitanie / apma@envol-vert.org

Portes ouvertes du CPIE Pays Tarnais

De 10h à 16h30 / Rue René Lencou /

Gratuit / Pour tous

Venez découvrir, au travers de nombreuses animations sur la biodiversité, l'agroécologie et l'alimentation, comment notre jardin maraîcher en insertion s'adapte aux changements climatiques. Agroforesterie, permaculture, semences paysannes, une mine d'idées et de ressources pour toutes et tous !

2 Fête de la pomme

À partir de 8h / Penne, place de la salle des fêtes / Pour tous

Amenez vos pommes et apprenez à faire votre propre jus ! Le week-end est ponctué de pique-niques partagés, de joie et de bonne humeur ! En amont : proposition de journées cueillettes organisées le samedi 30 sept et mercredi 4 oct. Prix passage – pasteurisation : 0,85 €/L, avec bouteilles : 1,40€/L.

Inscription : 06 51 64 48 28 / info@famillesruralesducausse.org



ATELIER
SPECTACLE
CONFÉRENCE / CINÉ
VISITE

3 Spectacle : Les Divines Biquettes et banquet local

À partir de 18h30 / La Crouzié, Tanus / Adultes

Récits agroalimentaires sur contrebasse loopée. Ce spectacle tragi-comique nous parle d'aujourd'hui, de l'hyper-industrialisation du vivant, du lien entre les femmes et la nature, d'un monde absurde où tout est mécanisé. Il y a là quelque chose de la « Ferme aux animaux » d'Orwell vu du côté femelle. Prix : 8 € ou tarif aux dés. Suivie d'un banquet local. Prix sur place. Réservation : 06 69 18 67 86 / debutlesyeux@gmail.com

DIMANCHE 8

4 Randonnée Gourmande à la Ferme

Demi-journée / Mairie de Teillet / Gratuit / Pour tous

Venez vous promener le long du sentier de randonnée « La vallée de la Blaze », des agriculteurs vous recevront et partageront leur métier et leurs produits lors d'un repas offert pour l'occasion. Inscription : economie@ccmav.fr (l'heure vous sera communiqué à ce moment) Prévoir bouteille d'eau, chaussures et tenue adaptées. Sentier facile. Dénivelé 260 m.

2 Fête de la pomme

À partir de 8h / Penne, place de la salle des fêtes / Pour tous

Amenez vos pommes et apprenez à faire votre propre jus ! Le week-end est ponctué de pique-niques partagés, de joie et de bonne humeur ! En amont : proposition de journées cueillettes organisées le samedi 30 sept et mercredi 4 oct. Prix passage – pasteurisation : 0,85 €/L, avec bouteilles : 1,40€/L. Inscription : 06 51 64 48 28 / info@famillesruralesducausse.org

LUNDI 9

5 Découverte de la Distillerie et du domaine Cazottes

De 9h à 11h30 et 13h30 à 17h / Distillerie Cazottes - le Carlus, Villeneuve sur Vère / Gratuit / Adultes Venez découvrir la Distillerie artisanale et du domaine Cazottes, qui élabore des eaux de vies, des vins et des spiritueux biologiques mettant de l'avant les fruits, céréales et cépages ancestraux de la région. Une dégustation vous sera offerte ! Réservation de la visite obligatoire : 05 63 56 85 39

6 La rando de la Grande Pomme Rouge*

16h à 20h / Au jardin des Ombelles Albigeoises, Bellegarde-Marsal / Pour tous Atelier tartines salées et sucrées et contes du bon miam. Les voisin.es producteur.rices proposent une vente de fruits rouges, vin et légumes bio. Réservation : 06 31 20 97 73

MARDI 10

7 Journée conférences

Cap Découverte, Le Garric / Gratuit / Pour tous

Conférence « Sécurité Alimentaire et Eau : le rôle du microbiote du sol »

De 9h30 à 12h30 / Céline basset, spécialiste dans la microbiologie des sols, vous donnera les clés d'observation et de compréhension de l'état des sols.

Atelier « À la rencontre des micro-organismes de votre sol »

De 14h à 17h30 / Grâce à un microscope mobile, allez à la rencontre des micro-organismes qui composent vos sols. Il est recommandé de suivre la journée entière (9h30 - 17h30). Inscription et infos pour le prélèvement de sol : lchantereau@ptab.fr / 05 63 36 87 01

Conférence « De microbiote du sol au microbiote alimentaire territorial »

18h30 / Terres et territoire : d'un microbiote à l'autre, Stéphane Linou et Céline Basset montrent les liens et l'importance de la diversité. Tout est système et nous devons en prendre soin pour renforcer notre résilience. Suivi d'un buffet de produits locaux. Plus d'infos : lchantereau@ptab.fr / 05 63 36 87 01

8 La rando de la Grande Pomme Rouge*

17h à 21h / la Roseraie, 12 chemin de Pounis, Ambialet / Pour tous Ilona et Gabriel vous accueillent dans la cour de la ferme. Le four à pain est chaud pour les pizzas que chacun peut garnir soi-même, la soupe est prête ! Les enfants reçoivent une boule de pain et une pomme à cuire au bâton sur le feu de camp. Contes et musique viendront prolonger la magie d'une soirée automnale à la campagne. Pizza : 5€ Réservation : 06 79 36 54 25

MERCREDI 11

9 Marche avec les ânes

10h à 11h / la Roseraie, 12 chemin de Pounis, Ambialet / Gratuit / Pour tous On se retrouve à la ferme de la Roseraie pour parcourir un bout du GR36, en direction des jardins des Ondines. Deux ânes nous accompagneront. Plus d'infos : 06 79 36 54 25

10 Nos assiettes à la loupe

De 10h à 12h / 32ter avenue Bouloc Torcatis, Carmaux / Gratuit / Pour tous À partir de manipulations simples et ludiques, partez à la découverte du contenu des plats industriels. Inscription obligatoire auprès de la CaSa centre social : 05 63 36 14 40

11 Atelier cuisine : Courges en folie !

De 14h30 à 16h30 / école Augustin Malroux, Blayes les Mines / Gratuit / Familles (enfant + 6 ans) Atelier cuisine parents-enfants autour de recettes traditionnelles sucrées à base de courge pour un goûter réussi. Dégustations en fin d'atelier. Inscription obligatoire auprès de la CaSa centre social : 05 63 36 14 40

12 Spectacle dégustatif : À portée DEUX MAINS

18h30 / 33 promenade de l'Autan, Les Cabannes / Gratuit / Pour tous Retrouvons-nous pour une dégustation spectacle sur notre rapport à l'alimentation. Elle fera suite à une journée d'échanges avec des producteur.ices et d'ateliers de cuisine créative. Chasseur-cueilleur-paysan-agriculteur... où en sommes-nous et où allons-nous ? L'avenir est à la campagne ! Plus d'infos : EVS L'Escale : 05 31 26 60 33 et Été de Vaour : territoire@etedevaour.org / www.etedevaour.org



13 La rando de la Grande Pomme Rouge*

18h à 22h / Salle des fêtes de Crespinet / Pour tous Découvrez l'association ACDC autour des Contes pour les petites oreilles, d'un apéro partagé, suivi d'un repas champêtre avec les produits locaux et biologiques. Et puis, scène ouverte, en avant la culture locale, à vous de jouer ! Repas : 10 € Réservation repas : 06 12 67 46 23

JEUDI 12

14 Visite de ferme : Domaine Rigaud

De 10h à 12h et 13h30 à 18h / Livers Cazelles / Pour tous

Venez découvrir le domaine viticole et oléicole de Rigaud :

- En visite libre, à l'aide d'un livret (parcours guidé de 1 km pour découvrir les cultures d'olivier, de la vigne et de la truffe) suivie d'une dégustation / Gratuit
- En visite guidée pour les groupes de 8 à 15 pers. Prix : 5 € par personnes.

Inscription obligatoire : contactdomrigaud@gmail.com

15 Carmaux – atelier cuisine et ciné-débat

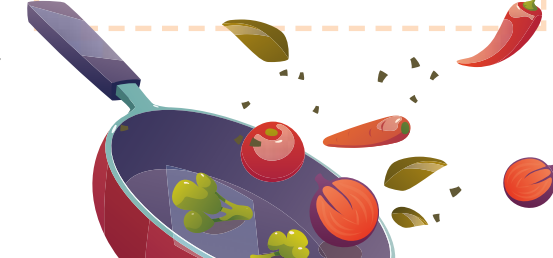
Clap Ciné Carmaux / Gratuit / Pour tous

Atelier : Tous au laminoir !

18h / Venez faire des pâtes fraîches avec un pro de la pâte, muni de son laminoir : Alexandre Ducros, gérant de l'épicerie La Ferme ! à Carmaux. Sur inscription : 06 75 24 97 10

Ciné-débat : Les Agrofrangins

20h / Vous avez dit agroécologie... mais laquelle ? J'ai la chance d'être l'aîné de cinq. Alors lorsque mes deux plus jeunes frères, lancent chacun de leur côté des fermes en maraîchage bio près de Toulouse, je les rejoins. À travers leur vision respective de l'agriculture durable, je découvre les hommes qu'ils sont devenus. Suivi d'une discussion avec le réalisateur et les maraîchers et d'une dégustation de produits locaux. Plus d'infos : Terres Citoyennes Albigeoises contact@terrescitoyennes.org



VENDREDI 13

14 Visite de ferme : Domaine Rigaud

De 10h à 12h et 13h30 à 18h / Livers Cazelles / Pour tous

Venez découvrir le domaine viticole et oléicole de Rigaud :

- En visite libre, à l'aide d'un livret (parcours guidé de 1 km pour découvrir les cultures d'olivier, de la vigne et de la truffe) suivie d'une dégustation / GRATUIT
- En visite guidée pour les groupes de 8 à 15 pers. Prix : 5 € par personnes.

Inscription obligatoire : contactdomrigaud@gmail.com

16 Atelier cuisine : De nos plats industriels vers une cuisine maison

10h / CaSa centre social, Carmaux / Gratuit / Pour parents

Atelier cuisine entre parents avec Olivier Chaput, chef cuisinier et en partenariat avec l'ASEI. À base d'ingrédients locaux et de saison, partons à l'aventure de recettes simples et goûteuses. Suivi d'un repas. Inscription : 05 63 36 14 40

Alimentation et histoire

14h à 21h / Foyer du Ségala, St Martin de Laguépie / Gratuit / Pour tous

Venez découvrir l'évolution de notre alimentation au fil du temps, à travers de nombreuses animations (exposition, conférence, projection). Puis restez déguster les produits locaux de l'épicerie associative Culture en Partage et d'une sélection de vin, grâce à une initiation à l'œnologie. Atelier œnologique payant. Plus d'infos : 06 34 43 09 46 / culturesenpartage@laposte.net

La rando de la Grande Pomme Rouge*

18h à 21h30 / La Grange du Serayol, Lescure d'Albigeois / Pour tous

Contes de sorcières suivie d'un apéro concert avec le Duo Hahn/Bambou ; les producteurs de l'association Le Mangetout vous convient à un repas Burger fermier. Repas payant. Réservation repas : 06 07 82 31 28

Ciné-débat : Bienveillance Paysanne

20h / Salle des fêtes de Assac / Gratuit / Pour tous Rencontre avec des éleveurs et éleveuses adeptes de pratiques vertueuses. Ils et elles ont choisi de replanter les arbres et de développer d'ingénieuses collaborations animales pour

