

ATELIERS CUISINE, MARCHÉ PAYSAN, SPECTACLE, TABLE-RONDE,
GRAND GOÛTER, BALADES NATURE, EXPO



festival GOURMAND'ici

LE FESTIVAL DE L'ALIMENTATION DURABLE,
DE LA CUISINE EN FAMILLE ET DES PRODUITS D'ICI

SAMEDI 26 SEPTEMBRE 2026

LA FOUILLADE CENTRE-BOURG

9H30 - 18H30 / GRATUIT



PROGRAMME DU FESTIVAL GOURMAND'ici



Samedi 26 septembre, à la Fouillade (12), le festival Gourmand'ici revient pour la cinquième édition. Celle-ci sera organisée autour du thème « **Animal et Végétal** », dans le cadre du Projet Alimentaire Territorial de Ouest Aveyron Communauté.

Cette journée dédiée aux acteurs du territoire, paysans, artisans, associations, cuisiniers indépendants et cuisiniers de restauration collective... permettra de découvrir ou d'approfondir les liens étroits entre cultures, élevages, biodiversité, paysages, ressources, cuisine et alimentation durable.

Dans une ambiance festive, la journée sera rythmée par de nombreuses animations : expositions, spectacle, ateliers participatifs, débats, balades et marché de producteurs locaux pour avancer ensemble sous le signe du partage, de la gourmandise et de la convivialité.

TOUTE LA JOURNÉE, 9H30 - 18H30 : FORUM DE L'ALIMENTATION DURABLE

Vélo smoothie, jeux sur l'agriculture et l'alimentation, cuisine anti gaspi, découverte des plantes sauvages, rucher pédagogique, compostage, cuisine lowtech, découverte du mode d'élevage durable, exploration des légumineuses, décryptage de l'alimentation ultra transformée, Stand de l'atelier technologique du Lycée Beauregard, boissons aux plantes, stand sur la nutrition, sérigraphie, stand sur la biodiversité, jeux en bois...

Stand de vente de livres sur l'agriculture et l'alimentation de la Librairie La Folle Avoine

Buvette proposée par les producteurs d'Aux près d'ici.

LES TEMPS FORTS



10H-16H : PORTES OUVERTES DE LA CHOCOLATERIE

à la Chocolaterie du nouveau monde, La Fouillade.

Artisan chocolatier, de la fève à la tablette. Visite des ateliers et dégustations.

12H-14H : MARCHÉ GOURMAND

avec les producteurs du magasin Aux Près d'ici de La Fouillade

14H30 : TABLE RONDE « LÉGUMINEUSES : COMMENT LES LENTILLES, POIS CHICHES ET AUTRES HARICOTS RÉVOLUTIONNENT-ILS DISCRÈTEMENT NOTRE ASSIETTE ET NOS CHAMPS ? »

avec l'Association des producteurs bio d'Aveyron, des techniciens agricoles, Vanessa Vialette, productrice de légumineuses, Aurélie Cailhol cheffe cuisinière et formatrice en alimentation durable. Durée 1h.

15H30 : VERNISSAGE DE L'EXPOSITION

"Portraits d'agriculteurs, portrait d'un territoire" de Amandine Diaz, Photographe et découverte des "Miam-miam masques" réalisés par les écoles du territoire et l'artiste Sarah Tricoire.

16H : GRAND GOÛTER LOCAL ET DURABLE

avec les cheffes Oriane Journeau et Juliette Léveillé.
Médiathèque.





17H30 : SPECTACLE "AUX JARDINS DE LA RIVIÈRE", CIE CUIDADO, DURÉE 1H. TOUT PUBLIC, ÂGE CONSEILLÉ : À PARTIR DE 8 ANS

A l'occasion d'une résidence de territoire agri-culturelle initiée par Ouest Aveyron Communauté, les artistes Léa Anaïs Machado et Pierre-Antoine Naline, en lien avec les collégiens de La Fouillade, ont construit en dessin et en musique, un portrait poétique de Marie-Lucile Breton, maraîchère bio œuvrant aux Jardins de la rivière à Najac. À travers ses pratiques agricoles durables et encrées, elle nous raconte l'importance de chaque espèce pour préserver l'équilibre d'un écosystème.

LES ATELIERS CUISINE EN FAMILLE



SUR INSCRIPTION

Ouvert aux enfants, à tout âge, accompagnés des parents

9H45 / 11H / 14H30 : TROIS SESSIONS D'ATELIER DE FABRICATION DE PAIN

Pain sportif avec Du pain aux grains. Durée 1h. Forum.

10H : ATELIER CUISINE "EMPANADAS LOCALES"

avec Frederico Melon et Stéphane Amalric, chefs cuisiniers de la cantine municipale de La Fouillade. Durée 1h. Cantine municipale.

10H30 : ATELIER CUISINE "PÂTE À TARTINER MAISON ET DÉCOUVERTE DES LÉGUMINEUSES"

avec Aurélie Cailhol, cheffe cuisinière, formatrice en alimentation durable. Durée 1h30. Cantine municipale.

11H / 14H30 : DEUX SESSIONS D'ATELIER NUGGETS

Nuggets de veau d'Aveyron avec l'Interprofession du veau d'Aveyron et du Ségala Label Rouge IGP. Durée 1h. Forum.

11H30 : ATELIER CUISINE "HOUMOUS ET MOUSSE"

au chocolat et tofu soyeux avec Lisou Hall, diététicienne retraitée, pédagogie autour des légumineuses et céréales. Dès 12 ans. Durée 1h. Médiathèque.

14H30 : ATELIER PÂTISSERIE

gâteau au chocolat fondant (aux haricots rouges) avec Claire Bergon, cheffe cuisinière, Association La Récré martelloise. Durée 1h. Cantine municipale.

LES BALADES NATURE



SUR INSCRIPTION

10H : BALADE CUEILLETTE SAUVAGE

avec l'association E'SéME. 1h

11H : BALADE "DÉCOUVERTE DE LA HAIE : UN POU MON VERT POUR L'AGRICULTURE"

avec Anthony Vieillard. 1h

LES ATELIERS DÉCOUVERTE

SUR INSCRIPTION

9H30 : ATELIER "SUR LA ROUTE DES ÉPICES"

avec Tambouille et Gribouille. Atelier de découverte des épices, leur histoire, la botanique, leur application en cuisine, les alternatives locales. Activité sensorielle, dégustations, papotages. Durée : 2h. Médiathèque.

14H : ATELIER "LES SENS EN ÉVEIL"

avec Céline Reisdorf, formée en naturopathie, passionnée de l'alimentation : Cet atelier propose un voyage sensoriel guidé pour explorer l'alimentation à travers les sens en conscience. Durée : 1h. Médiathèque.



LES EXPOSITIONS



EXPOSITION PÉDAGOGIQUE “MON ASSIETTE, MA PLANÈTE”

Comment nourrir dans le futur près de 10 milliards de terriens sans impacter de façon irréversible notre planète ? Proposée par l'IRD, Institut de Recherche pour le Développement. Médiathèque. Du 1er au 26 septembre.

EXPOSITION PHOTOS “PORTRAITS D'AGRICULTEURS, PORTRAITS D'UN TERRITOIRE”

de Amandine Diaz, Photographe locale. Médiathèque. Du 1er au 26 septembre.

EXPOSITION ARTISTIQUE “AFFICHES SÉCURITÉ SOCIALE DE L'ALIMENTATION”

réalisée par la classe de BP Laboratoire Contrôle Qualité du Lycée Beauregard, avec les artistes Julie Caty et Igor Boyer de l'imprimerie Hors Cadre. Forum.

EXPOSITION SCIENTIFIQUE “LES VULNÉRABILITÉS ALIMENTAIRES DE L'OUEST AVEYRON”

réalisée par Julien Rossignole, Professeur associé à l'Université de technologie de Troie. Forum.

MICRO EXPOSITION DES “MIAM-MIAM MASQUES”

façon “Arcimboldo” réalisés par les classes des écoles de La Fouillade, Sanvensa, Lunac, Najac, St-André-de-Najac et l'artiste Sarah Tricoire. Médiathèque.

TOUTE LA SEMAINE SUR LE TERRITOIRE

VENDREDI 18 SEPTEMBRE, MARCHÉ GOURMAND DE PRODUCTEURS

à partir de 18h, Ehpad Le Paginet à Lunac

SAMEDI 19 SEPTEMBRE, PROJECTION DU FILM “LA BRIGADE”

réalisé par Louis-Julien Petit, 2022, durée 1h37, gratuit
20h30, Médiathèque de La Fouillade

JEUDI 24 SEPTEMBRE, CONFÉRENCE DÉBAT

«Rupture de stock - Les vulnérabilités du système alimentaire Ouest Aveyronnais et son adaptation» avec Julien Rossignole, Professeur associé à l'Université de technologie de Troie, 19h, GAEC du Marigot, La Fouillade

JEUDI 24 SEPTEMBRE, “MENU GOURMAND'ICI”

Le restaurant d'application propose un menu aux saveurs locales, réalisé par les élèves
19h30, Lycée hôtelier St Joseph, Villefranche de Rouergue

Les partenaires du festival :

Mairie de La Fouillade, Médiathèque municipale de La Fouillade, Restaurant collectif municipal de La Fouillade, Chambre d'agriculture de l'Aveyron, APABA, OAC - Réseau des médiathèques, OAC - service prévention et gestion des déchets, E'sème, Hors Cadre, Rev12 Rucher école Villefrancois, Anais Gay diététicienne, Mar Bordanova diététicienne, Chocolaterie du Nouveau Monde, Magasin Aux Prés d'ici, Les petits jardins de Martiel, Arbres Haies Paysages d'Aveyron, Interprofession du Veau d'Aveyron et du Ségala, Ces gars là régalaient, Association Famille Laïque, Ateliers de la Fontaine, Du pain aux grains, Librairie La Folle Avoine, lycée Saint Joseph, Lycée Beauregard, Lycée R. Savignac, EREA de Laurière, Les lieux communs, La Récré martelloise, CPIE du Rouergue, OAC - service aménagement et transition écologique, GAEC du Marigot, EHPAD de Lunac, crèche de La Fouillade, Vulgaris Terra, Tambouille et Gribouille, La Ferme de Vanessa, Aurélie Cailhol, Oriane Journeau, Juliette Lévéillé, cuisinières indépendantes, CIE Cuidado, Sarah Tricoire artiste.



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

05 36 16 20 00 - Inscription en ligne sur le lien suivant :

<https://www.bastides-gorges-aveyron.fr/agenda/festival-gourmandici-edition-2026/>

Localisation du festival : Terrain de foot, derrière la médiathèque, situé en centre-bourg. Repli en cas de pluie : Salle Omnisports en centre-bourg.

  Festival Gourmand'ici

Événement organisé par Ouest Aveyron Communauté, en partenariat avec l'Office de Tourisme bastides et Gorges de l'Aveyron et la Mairie de La Fouillade.

