

Automne Gourmand

En Ternois 7 Vallées



Expositions



Le Miel

- Du 1^{er} au 31 oct. Médiathèque de Frévent

En route vers l'alimentation durable

- Du 1^{er} au 31 oct. Médiathèque d'Eps-Herbeval

L'alimentation durable

- Du 1^{er} au 31 oct. Médiathèque de Pernes

A la soupe !

- Du 1^{er} oct. au 30 nov. Médiathèque d'Auchy-lès-Hesdin

Quiz Visitez les expositions et répondez à des quiz pour tenter de gagner un panier garni.

Rencontres



Diners insolites au Gerموir

Les pieds dans la paille, la tête dans les étoiles : venez vivre un dîner aux lampions dans une serre maraîchère !

- Samedi 25 sept. à 20h Le Gerموir (Ambricourt)
- Dimanche 26 sept. à 12h Le Gerموir (Ambricourt)

📌 Nombre de places limité, prix, informations complémentaires et inscription auprès du Gerموir : le-gerموir@orange.fr

A la découverte des producteurs

- Les Délices du Watelet Mercredi 12 oct. à 17h30 Médiathèque d'Averdoingt (09 78 06 53 53 ou mediatheque-averdoingt@ternoiscom.fr)
- Maxime Dupont (maraîcher bio) Mercredi 13 oct. à 19h Médiathèque de Beauvoir Wavans (03 21 03 90 56 ou mediatheque-beauvoir@ternoiscom.fr)
- Du vrac dans le bocal Jeudi 14 oct. à 18h Médiathèque d'Auxy-le-Château (09 78 06 53 25 ou mediatheque-auxy@ternoiscom.fr)

📌 Nombre de places limité, inscription obligatoire auprès des médiathèques concernées.

Table ronde de l'automne gourmand

Manger local, pourquoi et comment ? Une table ronde pour aborder les circuits alimentaires de proximité en présence de producteurs locaux, de restaurateurs et d'Odile Bazin «La cocotte»

- Samedi 16 oct. à 10h Auchy-lès-Hesdin (lieu indiqué lors de l'inscription)

📌 Inscription obligatoire médiathèque d'Auchy : 03 21 04 10 95 ou bibliotheque.auchy@nordnet.fr



Conférence sur les bienfaits du miel

L'impact des abeilles pour l'environnement et l'homme, présentation des bienfaits du miel et partage de recettes.

• **Mercredi 13 oct. à 10h et 14h30** Médiathèque de Frévent

Nombre de places limité. Inscription obligatoire 03 21 47 18 55 ou mediatheque-frevent@ternoiscom.fr

Histoires gourmandes et médiévales

Lecture autour de l'alimentation durable.

• **Mercredi 13 et 20 oct. de 15h à 16h30** Médiathèque de Pernes

Nombre de places limité, inscription obligatoire au : 09 80 09 26 55 ou mediatheque-pernes@ternoiscom.fr

Histoires, jeu et activités manuelles sur l'alimentation

Qu'est-ce que l'alimentation durable ? Comment moins gaspiller ? Les filières responsables, le végétal et le bien manger ? Découvrez-le par le jeu et les activités manuelles.

• **Mardi 26 oct. de 10h à 12h** Médiathèque d'Eps-Herbeval (pour les enfants de 7 à 11 ans)

• **Jedi 28 oct. de 10h à 12h** Médiathèque d'Eps-Herbeval (pour les enfants de 7 à 11 ans)

Nombre de places limité, inscription obligatoire au : 03 21 41 72 67

Atelier "Il n'y a pas d'âge pour bien manger"

Atelier cuisine intergénérationnel : un temps d'échange rythmé par des lectures, la préparation et la dégustation d'une cuisine locale et de saison.

• **Mardi 26 oct. de 9h30 et 11h30** EPHAD Saint Albert (Auchy-lès-Hesdin) *Sur invitation*

Atelier "Manger, bouger autour d'un goûter presque parfait"

Pour préparer et déguster un goûter presque parfait, se dépenser et échanger en famille.

• **Mardi 26 oct. de 14h à 16h30** Saint-Pol-sur-Ternoise • **Jedi 28 oct. de 14h à 16h30** Pernes

• **Mercredi 3 nov. de 14h à 16h30** Frévent • **Jedi 4 nov. de 14h à 16h30** Anvin

Pour les enfants à partir de 4 ans. Nombre de places limité. Inscription obligatoire au 03 21 47 07 67 ou parentalite@ternoiscom.fr

Défi famille en cuisine



Dans le cadre des ateliers « Manger, bouger autour d'un goûter presque parfait », participez à un défi gourmand en famille en prenant en photos vos réalisations culinaires !



Détails des ateliers dans le programme. Plus d'informations sur le défi au moment de l'inscription aux ateliers par mail : parentalite@ternoiscom.fr ou par téléphone : 03 21 47 07 67

Jeux



Jeux autour de l'alimentation durable

• **Mercredi 27 oct. de 15h à 16h30** Médiathèque de Pernes

(pour les enfants de 6 à 12 ans) Nombre de places limité, inscription obligatoire au : 09 80 09 26 55 ou mediatheque-pernes@ternoiscom.fr

Après-midi activités ludiques

en famille autour de l'alimentation durable

• **Vendredi 29 oct. de 14h à 16h** Médiathèque d'Eps-Herbeval

Nombre de places limité, inscription obligatoire au : 03 21 41 72 67

L'alimentation durable c'est :

Se faire plaisir avec une alimentation saine et variée



Permettre l'accès de tous à une alimentation de qualité



Réduire le gaspillage alimentaire



Privilégier une production locale et peu impactante pour l'environnement



L'ensemble des animations proposées sont gratuites, hormis les diners insolites (le Gerموir). Les animations indiquées dans ce programme sont susceptibles d'être modifiées ou annulées. Animations organisées dans le respect des consignes sanitaires.

Contact : PETR Ternois 7 Vallées - 03 21 04 08 23