

Découvertes & apprentissages

des savoir-faire
liés au patrimoine
alimentaire et agricole
du Pays de Grasse

PROGRAMME
D'ANIMATIONS
2026
2027





édito

Jérôme VIAUD

Maire de Grasse
Président de la Communauté d'Agglomération du Pays de Grasse
Vice-président du Conseil départemental des Alpes-Maritimes



« Dis-moi ce que tu manges, je te dirai ce que tu es. »

Jean Anthelme Brillat-Savarin, dans *Physiologie du goût* (1825)

Cette phrase résonne encore aujourd'hui avec une grande justesse.

Car cuisiner ne se résume pas à préparer un repas. C'est un acte du quotidien qui touche à l'essentiel : notre santé, notre rapport aux autres, et notre lien au territoire. Lorsqu'on cuisine soi-même, on reprend la main sur ce que l'on mange. On choisit ses ingrédients, on limite le sel, le sucre, les matières grasses. On comprend mieux ce que l'on met dans son assiette, et l'on fait, tout simplement, des choix plus éclairés. C'est aussi, souvent, une manière de maîtriser son budget, en privilégiant des produits bruts, en cuisinant en plus grande quantité, en valorisant les restes. Mais au-delà de l'aspect économique, cuisiner, c'est aussi faire des choix responsables : moins d'emballages, des produits de saison, de préférence locaux, et une attention portée au gaspillage alimentaire.

Ces gestes, simples en apparence, ont un impact direct sur notre environnement. Cuisiner, c'est aussi partager. Partager un moment, un savoir-faire, une recette. En famille, entre amis, autour d'une table, se créent des souvenirs, se transmettent des traditions, se tissent des liens. C'est enfin un temps pour soi. Un moment de plaisir, de créativité où l'on expérimente, où l'on prend le temps. Et où l'on retrouve, dans la simplicité d'un plat préparé, une forme de satisfaction très concrète. Au fond, « faire la cuisine », c'est à la fois une nécessité et un plaisir. En Pays de Grasse, cette dimension prend une résonance particulière. Notre territoire porte une histoire, des produits, des gestes, des savoir-faire qui font partie de notre identité. C'est ce que nous avons souhaité transmettre à travers l'ouvrage *Le Patrimoine Alimentaire et Culinaire du Pays de Grasse*. Et c'est dans cet esprit que nous vous proposons aujourd'hui ce programme d'animations : pour donner envie de cuisiner, de partager, et de redécouvrir, tout simplement, le plaisir de faire.



Autour du livre sur le patrimoine alimentaire du Pays de Grasse

Conférence « Courge rouge et fleur d'oranger : cultiver et manger en Pays de Grasse avant l'ère industrielle »

Vendredi 25 septembre 2026, 18h30

📍 Médiathèque Charles Negres - Grasse

Par Pauline Mayer de Boigeslin, ethnobotaniste et historienne

Explorons l'héritage culinaire et agricole laissé par les générations passées pour repenser une alimentation plus saine, simple et respectueuse de l'environnement. Rencontrez l'auteur du livre consacré au patrimoine alimentaire et agricole du territoire et découvrez les pratiques du Pays de Grasse entre les années 1800 et 1950.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant : www.paysdegrasse.fr



Comprendre l'agrosystème du Pays de Grasse et les savoirs associés

Visite guidée « Grasse en Provence » suivie d'une dégustation

Samedi 5 septembre 2026, 11h00-13h00

📍 Maison du Patrimoine - Grasse

Ville d'art et d'histoire

Lors de ce parcours sera abordée la Provence au travers de son patrimoine, de ses traditions agricoles et alimentaires. La découverte se prolongera avec une dégustation de produits du terroir offrant un aperçu gourmand de la gastronomie locale. Un moment privilégié pour saisir comment la Provence se raconte aussi... dans l'assiette. Vous pourrez prolonger ce moment par une visite libre de l'espace cuisine du musée d'art et d'histoire de Provence. Visite par un guide conférencier Villes et Pays d'art et d'histoire, offerte par la CAPG.

Réservation obligatoire (jusqu'à la veille 16h) : 04 97 05 58 70



Théâtre « Nourrir l'humanité, c'est un métier »

Dimanche 11 octobre 2026

📍 Saint-Cézaire-sur-Siagne

Le Plongeur

Cette pièce de théâtre aborde avec humour et pédagogie les enjeux de l'agriculture contemporaine. À travers les témoignages d'agriculteurs et d'agricultrices confrontés aux réalités économiques, sociales et environnementales de leur métier, elle interroge notre manière de produire et de consommer la nourriture.

La pièce sera suivie d'un repas partagé. Entrée payante.

Informations à venir : www.paysdegrasse.fr - www.leplongeur-eca500.fr





Cuisine provençale au Musée d'Art et d'Histoire de Provence, Grasse



Visite guidée et atelier « Agriculture et menu provençal »

Toute l'année
Grasse
Musée d'Art et d'Histoire de Provence

Découvrir l'histoire de l'agriculture en Provence, de l'époque romaine jusqu'au début du XX^e siècle, identifier les outils et traditions liés à trois productions emblématiques : le blé, la vigne et l'olive et participer à un atelier culinaire au choix : fabrication de navettes provençales ou réalisation de tapenade.

Entrée payante.
Informations et réservations :
activites.musees@paysdegrasse.fr -
04 97 05 58 14

Cercle des lecteurs disparus : potager vivrier vs potager plaisir

Avril 2027
Grasse
Bibliothèque Villa Saint-Hilaire
et Médiathèque Charles Nègre

Atelier participatif d'arpentage de textes. A partir d'une sélection de textes documentaires et littéraires, interroger les potagers d'hier et d'aujourd'hui et leur imaginaire. Découvertes, échanges et écoute seront au rendez-vous.

Inscriptions :
www.médiathèques.grasse.fr -
bibliothèque@ville-grasse.fr -
04 97 05 58 53

Visite de l'écomusée Célestin Freinet

Toute l'année
Gars
Mairie de Gars

Installé dans un ancien moulin du village, l'écomusée de Gars présente le patrimoine rural du haut-pays grassois à travers une collection d'outils agricoles, d'objets du quotidien et de témoignages sur les pratiques agricoles et alimentaires anciennes. Le lieu évoque également la figure de Célestin Freinet, instituteur né à Gars, dont la pédagogie innovante s'inspire de la vie rurale et de l'observation du territoire.

Informations et réservations :
mairiedegars@nordnet.fr -
04 93 05 80 80

Secrets des vergers : les arbres fruitiers

Les agrumes, fruits d'hier et de demain

Rendez-vous Nature
Samedi 30 mai, 9h30-12h30
Jardins du MIP - Mouans-Sartoux
Bienveillance Végétal

Découvrir le fonctionnement des agrumes, leur évolution historique et les nouvelles variétés comme le yuzu ou le citron caviar. En savoir davantage sur les soins, la taille et les techniques de greffage pour entretenir et valoriser ses arbres.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Plantation et soin des arbres fruitiers

Samedi 21 novembre 2026
14h00-17h00
MEAD de Mouans-Sartoux
Bienveillance Végétale

Tout comprendre sur le fonctionnement des arbres, les schémas de taille des arbres et les protocoles de plantations. Découvrir également les amendements, les soins avec des méthodes naturelles de badigeon à l'ancienne, cataplasme à l'argile... Choisir les variétés et porte-greffes adaptés à votre sol et à votre climat chez les producteurs locaux des Alpes-Maritimes.

Inscriptions ouvertes 1 mois
avant : www.paysdegrasse.fr

Fabriquer votre jus de fruits avec le presseur mobile

Août-septembre 2026
Haut-pays grassois
CUMA de Collongues

Découvrez un presseur mobile de fruits permettant de produire facilement votre propre jus de fruits. Cet atelier de pressage mobile est ouvert à tous et vous permettra de transformer vos fruits à pépins en jus pasteurisé, du lavage à la mise en bouteille. Une belle occasion de valoriser les fruits non consommés et de bénéficier de conseils sur la récolte et les variétés. Même sans fruits à presser, venez découvrir le monde des arbres fruitiers et visitez l'exposition sur les espèces d'arbres fruitiers anciens.

Le lieu et la date seront
précisés en juin :
www.paysdegrasse.fr



Atelier pédagogique et culinaire autour des agrumes

Samedi 12 décembre 2026
9h00-12h00
La Roquette-sur-Siagne
Fourchette & Grélinette
Les ateliers @delapoussealassiette

Exploration sensorielle et créative, en famille, autour de ces arbres ressources de l'hiver. Cet atelier invite à découvrir l'histoire des agrumes, la diversité de leurs fruits dans un panier garni et la création d'une planche botanique. Puis partage d'une limonade maison et échange de recettes patrimoniales.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



L'olivier : trésor de la méditerranée



Cueillettes collectives et participatives des olives

Novembre 2026

Partout sur le territoire, venez participer à des cueillettes d'olives conviviales et ouvertes à tous ! Découvrez les gestes traditionnels de la récolte dans une ambiance chaleureuse et repartez avec une bouteille d'huile d'olive issue de votre cueillette. La journée se prolongera par un moment de partage autour d'un repas convivial.

- 📍 Saint-Cézaire-sur-Siagne, cueillette organisée par la mairie,
- 📍 Spéracèdes, cueillette organisée avec le Sillon,
- 📍 Grasse, cueillette organisée avec l'Atelier du Zéro Six,

Informations et inscriptions :

Ces événements auront lieu sous réserve d'une production suffisante d'olives, confirmation en septembre 2026 sur www.paysdegrasse.fr

L'olivier, le temps des récoltes

Rendez-vous Nature
Samedi 12 septembre, 9h30-16h30

- 📍 Jardin de la princesse Pauline - Grasse
Nicolas Prin

Aborder le cycle de vie de l'olivier et les variétés locales, ainsi que les techniques de récolte et le matériel associé. Maîtriser le stockage et la transformation des olives en huile ou en olive de table, l'art de la conservation de l'huile, ainsi que les pratiques de fertilisation et d'entretien de l'arbre.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Potagers, bocaux et petit élevage



Bourse, troc et don d'outils anciens et contemporains pour le jardin

Samedi 23 mai 2026
📍 Sur le marché de Saint-Cézaire-sur-Siagne
Associations Ratatouille
et le SEL

Venez échanger, offrir, recevoir et réveiller vos souvenirs autour des outils anciens et contemporains ! L'occasion de faire se rencontrer curieux et passionnés, d'échanger savoir-faire, techniques et anecdotes. Ouvert à tous, avec une attention toute particulière aux aînés, gardiens précieux de notre patrimoine.

Réserver votre place :
par WhatsApp - 06 20 48 09 79

Fête des jardins à Briançonnet

6 et 7 juin 2026
📍 Briançonnet
Association « Du jardin au territoire »

Le rendez-vous annuel consacré à l'environnement et au jardin ! Ateliers, présentations du potager pédagogique et du verger communal, ciné-débat et expositions, activités artistiques et moments conviviaux permettent de découvrir la faune, la flore, les pratiques de jardinage et d'alimentation saine. Venez découvrir les enjeux liés à l'eau, tout en partageant une journée festive au cœur du village.

Programme et informations :
dujardinauterritoire@gmail.com
- Facebook Association Du Jardin Au Territoire

Faire un potager d'hiver

Samedi 19 septembre 2026
9h30-12h30
📍 Peymeinade
Les ateliers agroécologiques

Planifier et entretenir un potager productif même en hiver ! Cet atelier vous guide pour choisir vos légumes, préparer vos sols et organiser vos plantations pour des récoltes optimales.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Récolter ses semences à l'ancienne

Rendez-vous Nature
Samedi 26 septembre 2026
9h30-12h30

📍 Jardin des amis du bon marché - Grasse
Bienveillance Végétal

Apprendre à produire ses propres semences, en abordant la pollinisation, l'isolement des plantes et la récolte des graines. Les participants s'essaieront aussi aux techniques traditionnelles d'égrainage et repartiront avec leurs graines.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Apprendre à faire ses conserves soi-même

Samedi 10 octobre 2026
11h00-12h30 et 14h00-15h30

📍 Saint-Vallier-de-Thiery
Association l'économ

Apprenez à transformer fruits et légumes en surplus en délicieuses conserves maison ! Lors de cet atelier anti-gaspi, vous découvrirez des techniques simples pour conserver vos produits tout en réduisant le gaspillage alimentaire. Repartez avec vos propres bocaux préparés et repartez avec de nouvelles astuces pour cuisiner malin.

Inscriptions :
madd@mairie-saintvallierdethiery.fr
04 92 60 32 00



Démarrer son poulailler

Samedi 5 juin 2027
13h30-16h30

📍 Escragnolles
Ferme Courgettes et Compagnie

Comprendre les besoins nécessaires aux volailles, acquérir les connaissances techniques, réglementaires et sanitaires de base pour mettre en place un poulailler chez soi. Découvrir et réfléchir à l'organisation pour l'installation d'un poulailler et un parcours adapté. Visite de la ferme et étude des projets des participants.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Devenir autonome dans la production de ses plans de légumes

Samedi 22 mai 2027, 9h00-12h00

📍 Mouans-Sartoux
Jardin Valeurs Solidaire

Apprenez à produire vos propres plants bio ! De la planification aux techniques de semis et repiquage, cet atelier pratique vous donne toutes les clés pour obtenir des jeunes plants vigoureux et sains. Maîtrisez l'arrosage, la protection contre les ravageurs et les maladies pour des plants réussis toute l'année !

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Se réappropriier les légumineuses

Connaître et conserver ses légumineuses

Rendez-vous Nature
Samedi 7 novembre 2026
9h30-16h30

📍 Maison de l'Alimentation et du Développement Durable - Saint-Vallier-de-Thiery
Nicolas Prin

Mise en lumière du rôle essentiel des légumineuses pour la fertilité des sols et leur intérêt pour l'alimentation. Présentation des différentes variétés, ainsi que les bases de conservation des semences, de la mise en culture, de l'entretien et de la récolte.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Savoir cuisiner les légumineuses

Samedi 13 mars 2027
14h00-16h30

📍 Cabris
Les Nutritives

Longtemps au cœur de l'alimentation méditerranéenne, les légumineuses ont nourri des générations entières. Associées aux jours maigres, elles ont parfois souffert d'une image austère. Aujourd'hui, elles reviennent sur le devant de la scène : économiques, nutritives et durables, elles offrent une incroyable richesse de saveurs et de textures. Comment se les réapproprier pour en faire des plats gourmands, modernes et savoureux ? Cet atelier vous propose de redécouvrir les légumineuses à travers des recettes simples, des associations pleines de goût et des astuces pour les sublimer au quotidien.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Découverte et conseils de culture des légumineuses

Samedi 3 avril 2027
14h00-16h30

📍 Valderoure
Association Le Sillon

Découvrez les atouts nutritionnels et environnementaux des légumineuses et apprenez à choisir des variétés adaptées aux sols secs et calcaires de Provence. De la plantation à la récolte, maîtrisez les techniques de culture et intégrez facilement ces plantes au jardin pour des productions durables et bénéfiques.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr





Le pastoralisme richesse des territoires d'altitude

Le retour du troupeau : participez à une transhumance

- Octobre 2026, journée
Saint-Auban/Le Mas
Parc naturel régional des Préalpes d'Azur

Participez à une balade pastorale et rencontrez un éleveur et son troupeau à l'occasion de la transhumance de retour. Découvrez les caractéristiques d'un paysage pastoral, les mille et un métiers qui se cachent derrière les métiers d'éleveur et de berger et comprenez les enjeux actuels du pastoralisme.

Le lieu et la date seront à préciser selon l'itinéraire emprunté par le troupeau.

Informations et inscriptions obligatoires :
www.paysdegrasse.fr
www.parc-prealpesdazur.fr

2026
est l'année internationale
du pastoralisme. Elle
célèbre les éleveurs qui
gèrent durablement les
pâturages et contribuent
à la biodiversité, à la
production alimentaire et
à la vie des communautés
rurales.

Récolte participative des semences de sainfoin et repas paysan

- Juillet 2026, 17h00-19h00
Saint-Auban
Association des agriculteurs du PNR des Préalpes d'Azur - GIEE L'Esparcette : Prairies résilientes.

Participez à la récolte des semences de sainfoin local aux côtés des agriculteurs, tout en découvrant les techniques de cueillette et l'importance de cette plante pour les éleveurs. Cette légumineuse locale, riche en protéines et facile à digérer, nourrit le bétail tout en améliorant la santé des sols grâce à sa capacité à fixer l'azote. Résistante à la sécheresse et favorable à la biodiversité, elle contribue à des prairies durables et à une agriculture locale autonome.
Récolte suivie d'un repas paysan offert.

Le lieu et la date seront précisés fin juin.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

La ruche et les abeilles

Visite du musée de l'Abeille

De juillet à août 2026
Du mardi au vendredi de 11h00 à 15h00

- Chapelle Saint-Esprit - Saint-Vallier-de-Thiery
Mairie de Saint-Vallier-de-Thiery

Tout l'été, la chapelle Saint-Esprit ouvre ses portes pour plonger les visiteurs au cœur du monde fascinant des abeilles. À l'intérieur, les ruches s'animent et dévoilent leurs secrets. Petits et grands écoutent, observent et s'émerveillent. Le temps d'une visite, chacun découvre ces gardiennes silencieuses de nos fleurs et de nos saveurs.

Informations :
madd@mairie-saintvallierdethiery.fr
04 92 60 32 00

Visite de la miellerie et atelier pain d'épice

- Samedi 14 novembre 2026
9h30-12h00
Escagnolles
Natur'Abelha

Partez à la découverte du monde fascinant des abeilles au cœur de la miellerie Natur'Abelha. Cette visite immersive vous invite à comprendre le rôle essentiel des abeilles, le fonctionnement de la ruche et le quotidien de l'apiculteur, dans un lieu dédié à la sensibilisation à la biodiversité. Prolongez l'expérience avec un atelier gourmand autour de la fabrication de pain d'épice. Vous pouvez prendre votre pique-nique pour manger sur place à l'issue de l'animation.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Visite de la miellerie et atelier douceurs au miel

- Janvier 2027
Grasse
Marc Rebuffo

Découvrez les coulisses d'une miellerie artisanale aux côtés de l'apiculteur Marc Rebuffo. Lors de cette visite, plongez dans l'univers des abeilles, de la production du miel aux savoir-faire liés à l'apiculture, avant de savourer un atelier de confection de douceurs au miel (nougats, bonbons ou autres spécialités). Une expérience gourmande et pédagogique pour petits et grands, au plus près du travail des producteurs.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Les plantes aromatiques et médicinales locales

Epices et aromates au jardin : donner du goût à sa cuisine !

Rendez-vous Nature

Samedi 27 juin, 9h30-12h30

📍 Jardin des Canebiers - Mouans-Sartoux
Les Nutritives

S'initier à sentir, toucher, goûter et cuisiner les épices et aromates au cœur du jardin. Exploration sensorielle ludique pour savoir relever vos plats naturellement, réduire le sel et le sucre et redonner du goût à une cuisine simple, saine et durable.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Tout comprendre aux plantes comestibles, aromatiques et médicinales

Samedi 25 juillet 2026
9h00-12h00

📍 Le Mas
Association Senteurs sauvages

Partez à la découverte d'un jardin riche en plantes comestibles, aromatiques et médicinales. Apprenez à les reconnaître, les cueillir et les utiliser au quotidien, tout en redécouvrant des savoir-faire ancestraux. Une immersion sensorielle autour des eaux florales, des sirops, des tisanes pour tendre vers une alimentation plus naturelle et locale.

Après la visite, l'Auberge et l'épicerie du village vous permettront de manger sur place.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Balade découverte des plantes médicinales et comestibles

Dimanche 18 octobre 2026
14h00-16h00

📍 Mouans-Sartoux
Nathalie Dubus

Balade d'observation et découverte du biotope, des plantes et arbustes comestibles et médicinales : savoir reconnaître quelques espèces de son territoire pour les cuisiner et améliorer son bien-être.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant : www.paysdegrasse.fr

Le rituel de la tisane : comment la préparer dans les règles de l'art

Samedi 16 janvier 2027
14h00-16h00

📍 Auribeau-sur-Siagne
Ecole Plantes & Santé Naturelle

Comprendre la différence entre infusion, décoction et macération, utiliser ses 5 sens, transmettre les règles de base pour réaliser une tisane, connaître les propriétés de quelques plantes médicinales, coordonner un travail d'équipe pour un choix participatif d'une tisane, mettre en pratique, connaître la posologie pour l'utiliser dans un cadre préventif.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant : www.paysdegrasse.fr

Balade arbustive et arboricole

Samedi 20 mars 2027
9h30-12h00

📍 Auribeau-sur-Siagne
Comme un charme

Partez en balade à la découverte des arbres et arbustes comestibles ou médicinaux du territoire. Apprenez à reconnaître les espèces et découvrez leur histoire. Selon les saisons, découvrez les cueillettes possibles et les bonnes pratiques.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant : www.paysdegrasse.fr



Les savoir-faire culinaires : les tours de main du quotidien



Apprendre à faire les gnocchis

Mardi 9 juin 2026
10h00-15h00

📍 Saint-Auban
Sud Lab des Monts d'Azur

Mettez la main à la pâte et apprenez à réaliser des gnocchis maison, simples et savoureux, lors de cet atelier Toque-Chef proposé par le Sud Lab. Un moment convivial pour cuisiner ensemble et partager un repas à l'issue de l'atelier.

Inscriptions :
04 93 60 49 47

Apprendre à confectionner l'aïoli

Samedi 3 octobre 2026
10h30-12h00

📍 Grasse
Cercle de l'Aïoli du Pays de Grasse

Apprenez à réaliser un véritable aïoli au mortier, en maîtrisant les gestes et les équilibres qui font toute sa réussite. Découvrez aussi comment choisir et associer légumes et poissons pour composer un plat généreux et authentique. Un atelier convivial pour tout savoir sur cette recette emblématique !

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Faire ses propres boissons avec les plantes

Dimanche 20 septembre 2026
9h30-11h30

📍 Jardins du MIP - Mouans-Sartoux
Amis des Jardins du MIP

Découvrez l'art de créer vos propres boissons naturelles ! Au cours d'une balade dans les jardins du MIP, vous apprendrez à identifier et récolter différentes plantes, puis à les transformer en tisanes, sirops, jus, boissons pétillantes ou liqueurs. Un atelier pratique vous permettra de préparer votre tisane, suivie d'une dégustation conviviale.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

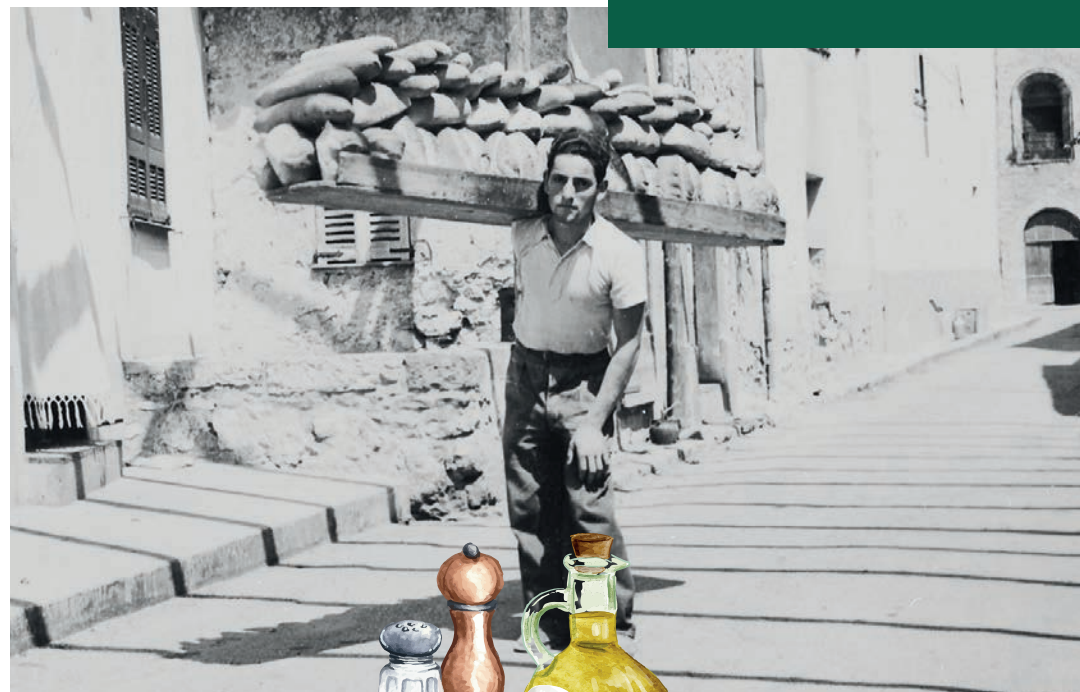
La cuisine italienne du quotidien : la pâte brisée et ses déclinaisons

Samedi 5 décembre 2026
14h00-17h00

📍 Grasse
Mani in Pasta avec Simona

Mettez la main à la pâte et laissez-vous séduire par les saveurs simples et authentiques de la cuisine italienne qui est venue enrichir la cuisine provençale au fil du temps. Apprenez à fabriquer votre beurre fait maison avec lequel réaliser une pâte brisée maison, croustillante et fondante, puis déclinez-la en recettes gourmandes, salées ou sucrées. Découvrez le « babeurre » et apprenez comment l'utiliser. Un atelier convivial pour éveiller les sens et repartir avec des idées faciles à refaire chez soi.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Faire son pain au levain

Samedi 23 janvier 2027
14h00-17h00

📍 Andon
Association Sillon

Apprenez à maîtriser l'art du pain au levain naturel ! Découvrez le rôle de la fermentation, les différences entre farines anciennes et modernes, et explorez les farines locales. Initiez-vous à la préparation complète d'une pâte à pain : autolyse, rabats, façonnage, et repartez avec les compétences pour reproduire la recette chez vous et entretenir votre levain en toute autonomie. Prévoyez un contenant pour repartir avec votre pâton à faire cuire chez vous !

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Douceurs et desserts locaux : se faire plaisir, autrement

Samedi 13 février 2027
14h00-16h30

📍 Pégomas
Les Nutritives

Explorez une autre façon de cuisiner le sucré en revisitant les desserts traditionnels et les créations gourmandes à base de produits du terroir : fruits, miel, amandes... mais aussi légumes, légumineuses et plantes aromatiques. Apprenez des techniques simples et des associations originales pour réaliser des desserts savoureux, moins sucrés et plus naturels. Un atelier créatif et sensoriel, suivi d'une dégustation, pour allier plaisir, santé et découverte des saveurs locales.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr

Atelier soupe et repas partagé

3^{ème} week-end d'octobre 2026
📍 Mouans-Sartoux
Nous voulons des coquelicots

Un moment de convivialité et de partage : préparez en collectif une soupe et dégustez-la ensemble.

Inscriptions :
07 83 15 17 72
coquelicots.mouans@outlook.fr

Visites de fermes

Visite de la ferme maraîchère bio de Pierre Koffi-Alanda

Vendredi 22 mai 2026
9h00-12h00

📍 Briançonnet
SudLabs des Monts d'Azur

Plongez dans le quotidien d'une ferme maraîchère de montagne et découvrez les réalités de la production biologique en altitude. Entre itinéraires techniques, adaptation au climat et cultures de saison, cette visite met en lumière les choix et pratiques d'un producteur en milieu montagnard.

Inscriptions :
04 93 60 49 47

Visite de la ferme maraîchère bio « Grasse à la terre » et découverte des AMAP

Samedi 6 juin 2026
10h00-12h30

📍 Grasse
AMAP de Provence

Rencontrez les producteurs et explorez une ferme maraîchère locale tout en découvrant le fonctionnement concret d'une AMAP : une relation privilégiée entre producteurs et consommateurs pour une alimentation de saison, ainsi qu'un débouché sans intermédiaire et solidaire. Exceptionnellement, possibilité d'acheter des paniers sur place.

Visite suivie d'un repas partagé pour celles et ceux qui le souhaitent.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



A la découverte d'un jardin maraîcher avec « Mon Petit Pois m'a dit »

Mercredi 17 juin 2026
9h00-11h00

📍 Le Tignet
Mon Petit Pois m'a dit

Visite ludique du jardin maraîcher avec découverte des légumes, histoires sur la biodiversité, participation aux activités du jardin, découverte des poules et du compost, et du rôle des insectes dans le jardin.

Inscriptions ouvertes 1 mois avant :
www.paysdegrasse.fr



Visite de la safranière bio « Le Safran de Nans »

Lundi 22 juin 2026 et jeudi 15 octobre 2026
9h00-12h00

📍 Saint-Vallier-de-Thiery
Sud Lab des Monts d'Azur

Découvrez une safranière biologique au cœur du Pays de Grasse et plongez dans l'univers fascinant du safran, une épice rare récoltée à la main. Rencontrez Pascale Luiggi, la productrice, observez les cultures de crocus et apprenez les étapes de transformation, de la fleur aux produits safranés.

Inscriptions :
04 93 60 49 47

Visite de la ferme bio « Entre Terre et Miel »

Mercredi 7 octobre 2026
14h00-16h00

📍 Saint-Cézaire-sur-Siagne
Agribio 06

Parcourez une ferme bio à Saint-Cézaire-sur-Siagne et découvrez ses produits locaux : légumes, fruits, œufs et spécialités maison. Apprenez les méthodes respectueuses de l'environnement et soutenez les producteurs locaux autour d'un moment convivial et gourmand !
Échanges sur l'agriculture biologique.

Inscriptions :
06 29 57 12 66
agribio06@bio-provence.org



Visite de la ferme bio « Terra abelha »

Mercredi 3 février 2027
10h00-12h30

📍 Escagnolles
Agribio 06

Explorez les différentes activités agricoles de la ferme, en retraçant l'activité agricole passée du site et celle d'aujourd'hui. Visite de 2 hectares de verger conservatoire de la miellerie, et des installations de récupération d'eau de pluie et de stockage. *Échanges sur l'agriculture biologique. Possibilité de pique nique sur place à partager.*

Inscriptions : 06 29 57 12 66
agribio06@bio-provence.org



Les fêtes agricoles et alimentaires du Pays de Grasse



« Un été bio » : fête paysanne bio et artisanale

Dimanche 5 juillet 2026
9h30-16h00

📍 Collongues
Agribio 06

Partez à la rencontre des agriculteurs bio du Haut-Pays et découvrez les initiatives locales qui font vivre le territoire. Marché de producteurs, artisans, animations, ateliers et visites de fermes rythment cette journée conviviale et engagée. Un moment festif pour échanger, comprendre et célébrer une agriculture locale, durable et vivante.

Informations :
www.agribio06.wordpress.com

Veillée et contes suivis d'un repas partagé

Vendredi 31 janvier 2027
À partir de 17h00

📍 Saint-Vallier-de-Thiery
Maison de l'Alimentation et du Développement Durable

À la tombée de la nuit, la Maison de l'Alimentation et du Développement Durable s'anime pour une veillée chaleureuse placée sous le signe du partage et de l'imaginaire. Petits et grands se retrouvent pour écouter des contes, bercés par l'ambiance conviviale du lieu. La soirée se prolonge autour d'un repas partagé, où chacun apporte de quoi régaler les autres. Une parenthèse hors du temps, entre histoires et rencontres.

Inscriptions :
madd@mairie-saintvallierdethiery.fr
04 92 60 32 00

Marchés de plein vent



Marché à Cabris

📍 Place de la Mairie
06530 Cabris
Toute l'année, tous les vendredis matins.

Marché à Caille

📍 Village
06750 Caille
Du 01/05 au 30/09, tous les samedis matins.

Marchés à Grasse

> Marché de la Place aux Aires
📍 Place Lieutenant Georges Morel
06130 Grasse
Toute l'année, tous les samedis matins.

> Les Matinales du Cours Honoré Cresp
📍 Cours Honoré Cresp
06130 Grasse
Toute l'année, tous les mercredis de 8h à 13h.

Marchés à La Roquette-sur-Siagne

📍 Place Pallanca et village
06550 La Roquette-sur-Siagne
Toute l'année, tous les mercredis et samedis matins.

Marchés à Mouans-Sartoux

📍 Place de la Mairie et Place Jean Jaurès
06370 Mouans-Sartoux
Toute l'année.
Marché alimentaire : mardi et jeudi matins
Marché des producteurs locaux et bio : mercredi de 16h à 19h.

Marchés à Pégomas

> Marché alimentaire
📍 Place du Logis
06580 Pégomas
Toute l'année, tous les jeudis matins.

> Marché italien

📍 Jardin des Mimosas - Avenue de Grasse
06580 Pégomas
Toute l'année, le 2^{ème} samedi du mois de 9h à 16h.

Marché à Peymeinade

📍 Place du Centenaire
06530 Peymeinade
Toute l'année, tous les lundis matins.

Marché à Saint-Auban

📍 Place du Village
06850 Saint-Auban
Du 13/06 au 19/09, tous les jeudis matins.

Marchés à Saint-Cézaire-sur-Siagne

📍 Place Général de Gaulle
06530 Saint-Cézaire-sur-Siagne
Toute l'année, tous les mardis et samedis matins.

Marché à Saint-Vallier-de-Thiery

📍 Grand Pré
06460 Saint-Vallier-de-Thiery
Toute l'année, tous les dimanches matins.



Retrouvez toutes les fêtes communales :

Fête de la transhumance à Saint-Vallier-de-Thiery,
Fêtes aux ânes à Escragnoles,
Fête du Miel à Mouans-Sartoux...

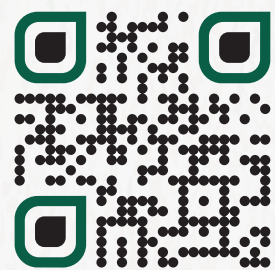
www.paysdegrassetourisme.fr/les-evenements





En savoir +

sur le Programme Alimentaire Territorial du Pays de Grasse



Crédits photos: Unsplash - Otha Tidobtsur Unsplash - Caleb Rankinsur Unsplash - michèle herdelonsur Unsplash - Dan Adkinsur Unsplash - www.frespak.com - Musée d'Art et d'Histoire de Provence - avril 2026.

