



# NOURRIR LIÈGE<sup>2021</sup>

Festival du 6 au 16 mai

Marchés Place Cathédrale . Balades  
Théâtre en plein air . Bons alimentaires  
Repas à emporter . (Visio)conférences . Ateliers

Programme complet : [www.nourrirliège.be](http://www.nourrirliège.be)  
Facebook, Twitter et Instagram : [Nourrir Liège 2021](#)





Sur le site web vous trouverez aussi l'édition mise à jour de la brochure «Se Nourrir Autrement à Liège» qui sera distribuée au QG Place Cathédrale tout au long du festival.

#FestivalNourrirLiege2021

info@nourrirliege.be  
www.nourrirliege.be



Étant donné les conditions sanitaires toujours très incertaines, plusieurs partenaires du festival proposeront une alternative en visio-conférence. Cette option sera indiquée par ce pictogramme.

Couverture  
**Charlotte Blay**  
instagram.com/charlotte.blay

Mise en page intérieure  
**Taste & Visual**  
instagram.com/tasteandvisual



Des journées thématiques auront lieu tout au long du festival. Dès le 4 mai sur la Place Cathédrale, l'équipe du festival, renforcée par les stewards de l'asbl Liège Centre Ville, sera présente sur un QG composé de 5 chalets de producteur.trices et d'une benne-cuisine.

Depuis un an, le contexte dans lequel le *Festival Nourrir Liège* s'insère a fortement changé. La crise sanitaire a profondément impacté nos vies, tout comme la forme et le fond de ce rendez-vous annuel. Pour la forme, nous vous présentons cette année un « Flexival », qui a pour maître mot : l'adaptabilité. En ce qui concerne le contenu, il nous semblait essentiel de consacrer cette édition à un enjeu sociétal grandissant, celui de la précarité, incarné par nos parrains-marraines *Christine Mahy* et *Olivier de Schutter*. Les questionnements relatifs à l'intégration de toutes aux initiatives de transition vers l'alimentation durable ne sont pas nouveaux, mais maintenant plus que jamais, il nous tient à cœur d'éviter l'entre-soi, de lutter contre la précarité des producteurs.ices et d'ouvrir l'accès à une alimentation saine, juste, et qui respecte l'environnement.

*Nourrir Liège 2021* est donc l'occasion de visibiliser les nombreuses initiatives existantes en la matière, et de mettre en avant l'opportunité que constitue la thématique de l'alimentation pour renforcer le tissu social local.

Rendez-vous est pris dès le 4 mai Place Cathédrale où se tiendra notre QG et ses chalets de producteur.trices, rejoignez-nous !

Jeudi 6 mai — page 6

## **Journée Jeunes**

**Marché « Court-Circuit »**

**Grande Conférence**

«Alimentation et Précarité»

par Christine Mahy et Olivier de Schutter

Vendredi 7 mai — page 13

## **Journée Santé**

**Conférence gesticulée**

Faim de Vie ! et table ronde

Samedi 8 mai — page 16

## **Journée Pain**

**Paintathlon**: les boulangeries artisanales  
liégeoises ouvrent la porte de leurs ateliers !

Dimanche 9 mai — page 22

## **Journée Miel**

**Précarité alimentaire étudiante,**

**enjeux & solutions** - La soupe aux sous -

Youth For Climate

Lundi 10 mai — page 26

## **Journée Végétarienne**

**Penser le territoire urbain**

au siècle des limites

**Conférence gesticulée**

Faim de Vie ! et table ronde

Mardi 11 mai — page 29

## **Journée Initiatives Digitales**

**Paysages Nourriciers** : des potagers  
dans l'espace public face à la crise

Mercredi 12 mai — page 33

## **Journée Sols**

**Conférence-échange** : Quels modèles agri-  
coles pour l'avenir? Avec Benoît Biteau

Jeudi 13 mai — page 37

## **Journée Défense des terres**

**Conférence sur « Les Affaires Climat »**

Vendredi 14 mai — page 40

## **Journée Commerce Équitable**

**Nourrir Demain / Spectacle**

«Nourrir l'Humanité - Acte II» de la Cie Adoc

**Conférence d'Arthur Keller**

sur l'effondrement

Samedi 15 mai — page 43

## **Journée des producteurs**

**Forum CATL** :

«Précarité et alimentation durable»

**Banquet Solidaire** avec repas suspendus /

Soirée de clôture du «Flexival»

Dimanche 16 mai — page 47

## **Journée de clôture**

**Randonnée Urbaine**

« Par où ça pousse »

Du 8 au 16 mai

Manège de la Caserne Fonck

## Twice as Bright // Tales of the Green Earth Exposition virtuelle 3D

En partenariat avec le festival Nourrir Liège 2021, Mathieu Loiseau présente son travail d'illustration sur le projet de série TV «Twice as Bright» scénarisé par Arthur Keller, qui raconte l'effondrement de la société américaine, à l'aune de la fin du pétrole et des catastrophes climatiques. L'autre volet de cette exposition est un projet de jeu vidéo narratif, intitulé «Tales of the Green Earth». Le jeu a pour décor l'Europe de la fin du 21<sup>e</sup> siècle et cherche à raconter, à travers des scénarios interactifs, la lutte pour la survie de ses protagonistes et la quête des nouvelles conditions d'existence de la société humaine. Cette exposition sera composée des peintures digitales de Mathieu Loiseau, Jordi Versteeg et Pierre Demet.

En continu durant tout le festival  
avec une conclusion le 16 mai

Départ et retour place cathédrale

Cette randonnée sera guidée et commentée le 16 mai (voir programme).

Infos et inscriptions:  
<https://urbagora.be>

## Randonnée urbaine «par où ça pousse» à la découverte des jardins urbains

En partenariat avec Liège Orbitale, nous proposons une balade balisée ouverte à tout le monde, avec un circuit «Do it Yourself» pour que chacun soit libre de découvrir les différentes initiatives et alternatives des jardins- potagers-comestibles dans Liège qui redéfinissent la place de la nature en ville.

Du lundi au samedi  
De 10h à 18h

Boulevard Raymond Poincaré 103  
Liège

## Livres de seconde-main autour de l'alimentation Venez chiner chez Planète R'

Durant toute la durée du festival, venez découvrir le rayon spécial «Nourrir Liège» où sont regroupés tous les livres de seconde-main autour de l'alimentation : recette, bien-être, agriculture, jardinage, etc. Planète R' est le magasin de seconde-main d'Autre Terre, de Fleur Service Social et Terre asbl, où vous pouvez retrouver des vêtements, des jouets, de la brocante, etc.

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Jeunes

La journée du 6 mai est dédiée aux initiatives des jeunes. Les jeunes s'unissent pour l'avenir! Cette journée fera la part belle aux initiatives des jeunes autour de l'alimentation durable, mais pas que ! Au travers de conférences, d'ateliers et de rencontres, venez découvrir la vision de demain de cette génération engagée. Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : Le Cercle des Végétudiant.e.s de l'Uliège, le Forum des Jeunes, le Friskot, le Pot'ingé, la Brasserie Coopérative Liégeoise...

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège

Jardin Ressources d'Intradel  
Chaussée Verte, 25  
Grâce-Hollogne

Gratuit



## Les poules au jardin

Vous rêvez d'avoir des poules chez vous mais vous ignorez tout de leurs besoins ? Lancez-vous sans hésiter car l'accueil de ces volatiles au jardin ne nécessite pas un long apprentissage. Quelle que soit la taille de votre jardin, et vos moyens, vous trouverez une solution adaptée à votre situation.

De 9h30 à 12h30

La Ferme de la Vache  
113-117 Rue Pierreuse,  
4000 Liège

Gratuit. Infos et inscriptions :  
<https://nourrirliège.be/>

## Parcours alimentation saine

Dans le cadre de l'inauguration de la Maison de l'Alimentation durable et inclusive de Liège, des parcours de découverte du site vous sont proposés sur la thématique de l'alimentation saine et durable. Pour connaître vos attentes vis à vis de la future Maison de l'Alimentation, répondez au sondage en ligne sur [www.alimentation-locale.liege.be](http://www.alimentation-locale.liege.be)

De 9h30 à 12h30

Au CRIE de Liège  
(Jardin botanique)  
Rue Fusch 3 – 4000 Liège

Inscription :  
[malaise@equipespopulaires.be](mailto:malaise@equipespopulaires.be)  
ou au 0474/81.28.92

## Des protéines végétales dans mon assiette Découverte et cuisine de protéines alternatives

Une alimentation saine à petit prix, c'est possible. Découvrons des alternatives aux protéines animales. Les légumineuses et les céréales présentent beaucoup d'avantages et leur mariage constitue un apport intéressant. Tartinade, burger, salades... Curieux ? Venez vous initier à une cuisine de protéines alternatives.

---

Sur Rendez-vous  
De 9h à 16h

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter du lundi au vendredi, soit par téléphone au 04 279 50 58, soit par mail : [evelyne.celdran@clps.be](mailto:evelyne.celdran@clps.be)



---

## Journée Découverte du CLPS

### Venez à la rencontre du CLPS!

---

«Vous êtes un professionnel et vous avez envie de découvrir des outils pédagogiques en lien avec l'alimentation et la promotion de la santé, le CLPS vous invite à un moment de découverte au sein de son centre de documentation.

---

De 9h30 à 12h30

CRIE de Liège - Rue Fusch 3,  
4000 Liège

Gratuit. Inscription par mail :  
[ladinettemobile@gmail.com](mailto:ladinettemobile@gmail.com)  
ou au 0484/51.50.49

---

## Lactofermentation & techniques de conservation

### Atelier découverte et interactif

---

L'atelier commencera par une petite partie théorique pour expliquer les principes fondamentaux de cette technique mais aussi les bienfaits pour la santé et l'environnement de ce moyen de conservation «ancestral». Prenez avec vous, vos bocaux et légumes (les restes du frigo pour éviter le gaspillage par exemple). Vous repartirez avec vos préparations que vous pourrez déguster en famille ou entre amis.

---

De 10h à 13h

Rue du Laveu, 74  
4000 Liège

Max 4 participants avec respect  
des mesures sanitaires.

Atelier réservé aux patients de la  
maison médicale en priorité. Une  
organisation de la maison médicale  
du Laveu.

Inscriptions:  
[loredana@mmlaveu.be](mailto:loredana@mmlaveu.be)

---

## Atelier cuisine

«Recettes faciles, de saison et pas chères»

---

Les participants apportent leurs recettes. On met tout en commun et on en discute avec notre diététicienne. Réalisation d'1 ou 2 préparation(s) qui seront remises dans le frigo solidaire du Laveu à l'issue de l'atelier.

De 10h à 15h

Antenne PSE  
rue Monulphe 3  
B-4000 Liège

Pour les écoles dépendantes du  
PSE Monulphe 3 inscrivez-vous via  
[pse.monulphe3@provincedeliege.be](mailto:pse.monulphe3@provincedeliege.be)  
pour les autres contactez  
[info@catl.be](mailto:info@catl.be)

## Atelier «la nature dans notre assiette»

Pour les classes du secondaire

L'ONG WWF propose l'atelier «la nature dans notre assiette» pour les jeunes de 15-17 ans sur l'impact de notre alimentation sur la planète (principalement sur la biodiversité). Cet atelier comprend 1 heure de présentation avec quiz et vidéo et 1 heure de débat, après quoi, nous, les étudiants aurons la possibilité de passer à l'action seuls ou avec la classe.

De 13h à 13h30

Rue du Laveu, en face de l'épicerie  
Le Temps des Cerises

Bienvenue à tous ! Vos plats préparés  
ou produits frais seront appréciés !

Une organisation de la maison médi-  
cale du Laveu en collaboration avec  
les porteurs du projet et le Temps  
des cerises.

Inscriptions:  
[loredana@mmlaveu.be](mailto:loredana@mmlaveu.be)

## Frigo solidaire du Laveu

Présentation et récolte de produits frais/préparés

Se nourrir devient une préoccupation grandissante pour un nombre important de personnes qui ont du mal à « joindre les deux bouts ». Un groupe d'habitants actifs du quartier a décidé d'apporter son aide à travers la mise en place d'un frigo solidaire. On peut y déposer ou prendre gratuitement des denrées alimentaires. Et par la même occasion on lutte contre le gaspillage et on contribue à plus de solidarité.

De 13h30 à 14h

rue du Laveu, 20  
4000 Liège

Visite assurée durant l'heure de  
fermeture du magasin en compagnie  
d'un membre de l'équipe de l'épice-  
rie. Inscriptions souhaitées jusqu'au  
4 mai au 04/253 69 53.

Une organisation du Temps des ce-  
rises en collaboration avec la maison  
médicale du Laveu.

Inscriptions:  
[loredana@mmlaveu.be](mailto:loredana@mmlaveu.be)

## Manger sain avec peu de moyens

Découverte du label «Sobre et économe»

Manger sain avec peu de moyens, c'est possible ! Produits en vrac, de saison, locaux, bons pour la santé...l'équipe du Temps des cerises nous présente son tout nouveau label sur des produits qui rassemblent ces différents aspects. Nous partirons du concret pour lancer les échanges. Une mine d'or pour tout ceux qui souhaitent allier le « manger sain » avec un petit budget !

De 13h30 à 16h30

CRIE de Liège - Rue Fusch 3,  
4000 Liège

Gratuit. Sur inscription par mail :  
[fermedelavache@cpasdeliege.be](mailto:fermedelavache@cpasdeliege.be)  
par tél : 04/267.61.63.

Le nombre d'inscrits suit les mesures  
covid en place à la date  
de l'atelier.

## Atelier Cuisine sauvage

Redécouvrez les plantes et fruits que nous ne récoltons plus et qui pourtant était la base de la cuisine de nos grands-parents (ou arrières grands-parents). Apprenons à reconnaître quelques plantes de base trouvables très facilement dans nos jardins et dont nous avons oublié leur comestibilité. Apprenons leurs vertus médicinales et découvrons leurs saveurs et intérêts culinaires (ou pas). Un atelier pour apprendre à cuisiner gratuitement et avec l'excuse de devoir aller faire une petite balade dans les champs et forêts près de chez vous.

De 13h30 à 16h30

CRIE de Liège - Rue Fusch 3,  
4000 Liège

Réservation obligatoire via notre site  
internet : <https://www.education-environnement.be>

En cas de problème pour s'inscrire,  
appelez au +32 (0)4 250 75 10.

Pour vous garantir une dégustation  
une fois chez vous, pensez à  
apporter un ou plusieurs récipient(s)  
pouvant contenir une partie de  
ce que vous aurez préparé durant  
l'atelier ;-)

## Zéro déchet en cuisine, de la fane à la racine !

Réalisons ensemble des recettes pour apprendre comment cuisiner des parties de fruits et légumes habituellement jetées, que faire des épluchures, comment accommoder les restes de façon savoureuse... Partageons des astuces anti-gaspillage pour valoriser le maximum de nos aliments !

De 14h30 à 18h30

Place Cathédrale, Liège

## Marché « Court-Circuit »

Le marché « Court-Circuit » s'installe chaque semaine sur la Place Cathédrale avec la présence d'une vingtaine de producteurs locaux qui sont prêts à vous accueillir tous les jeudis à partir du 15 avril et jusqu'au 14 octobre, entre 14h30 et 18h30, pour vous proposer des produits divers et variés issus uniquement de la Province de Liège ou d'un rayon de 50 km autour de Liège.

Le marché fait la part belle aux fruits et légumes de saison, aux produits laitiers, aux pains et pâtisseries, à la viande et à la charcuterie... sans parler des cosmétiques, des alcools locaux et des friandises ou produits issus de la ruche !

De 14h30 à 18h30

Marché «Court-Circuit»  
Place Cathédrale, Liège

Plus d'infos  
[www.nourrirliège.be/programme](http://www.nourrirliège.be/programme)

Présentation en ligne des activités  
du CPFAR via Teams



## Province de Liège - CPFAR

### Présentation de projets

Le Centre Provincial de Formation en Agriculture et Ruralité présentera au grand public lors de ce Marché «Court-Circuit» ses différents projets (Conserverie Solidaire, Miellerie Mobile, etc.) ainsi que son offre de formation.

Nous expliquerons, en toute convivialité, comment le CPFAR développe, en province de Liège, une offre de formations cohérente et étendue à destination du monde agricole, apicole, horticole, rural et éco-citoyen, répondant à des besoins spécifiques des secteurs.

De 15h30 à 17h30

Haute École de la Province de Liège  
– Campus 2000

Avenue Montesquieu, 6, 4101  
Jemeppe-sur-Meuse  
(entrée par la rue de Meuse)

Gratuit, réservation obligatoire à  
l'adresse [helene.damuseau@hepl.be](mailto:helene.damuseau@hepl.be)



## Souveraineté alimentaire et précarité

### Organisé par la Haute École de la Province de Liège

À l'heure où les enjeux climatiques sont au centre de l'attention, comment se nourrir pour alléger notre facture carbone et tout simplement, notre empreinte écologique ? Rien de plus simple, se tourner vers la production locale ! Oui, mais est-ce si simple ? Est-ce accessible pour tous les budgets ? Comment fonctionne notre agriculture ? Quelles en sont les dérives et les perspectives d'avenir ? En quoi nos choix de consommateurs l'influencent-elle ? Et comment, en étant précarisé, peut-on avoir un impact à ce sujet ?

Projection de deux vidéos suivie d'un débat :

- Ne mangez surtout pas de tomate en hiver !
- L'agriculture en Belgique : le champ de bataille en 30 minutes

À 17h

Espace Georges Truffaut  
rue de Lille 5 à 4020 Liège

Réservations obligatoires Arsenic2:  
Séverine Chenoix - 04777778510  
ou [severine@arsenic2.org](mailto:severine@arsenic2.org)

15€: rencontre autour de l'expo  
Nourrir Demain + balade  
+ rencontre autour  
du spectacle «Madame M»

10€: uniquement rencontre autour  
du spectacle «Madame M»  
Dans ce cas, rendez-vous directe-  
ment à 18h au Potager Coin de  
Terre - Rue E.Malvoz à hauteur  
du 63A à 4020 Bressoux

De 17h à 18h

Salle Victor Gothot.  
9, place du 20-Août.  
4000 Liège

Infos supplémentaires sur  
<https://nourrirliège.be/>



## Nourrir Demain

Balade et rencontre artistique

*Vous habitez Liège ? Herstal ?*

Découvrez l'exposition et les balades exploratoires «Nourrir Demain », couplées avec une rencontre avec la Cie «Espèces de» autour de leur spectacle «Madame M».

*L'exposition*

Plus qu'une exposition : une création pluridisciplinaire qui met en lumière les potentiels cachés du territoire pour une alimentation saine pour tous. Des habitants, experts, travailleurs racontent, explorent et agissent...

*Les balades*

Un parcours insolite vous emmène de La Cité Miroir, aux potagers du Coin de Terre à Bressoux en passant par la place Cathédrale à Liège ou la cité Wauters à Herstal...

Nourrir demain est un projet initié dans le cadre du dispositif «Champs des Possibles». Une organisation du Centre d'Action Laïque de la Province de Liège, de l'ASBL Arsenic2 et de la Compagnie Adoc. En partenariat avec La Bobine, le Plan de Cohésion Sociale de Herstal et la Régie des Quartiers de Herstal.

## Ambition alimentaire des jeunes, quels moyens ?

Conférence – échange avec le Forum des Jeunes

Toi aussi tu fais attention à l'impact environnemental de ton alimentation mais tu rencontres encore des obstacles au quotidien ? Les jeunes sont porteurs de changement et incarnent une forme de rupture générationnelle, y compris sur les questions d'alimentation. Le Forum des Jeunes a mené une enquête auprès de 1100 jeunes afin d'identifier les obstacles rencontrés par les personnes souhaitant se nourrir de manière plus durable. Suite à cette enquête, un avis officiel a été publié. A l'occasion de cette conférence, le Forum des Jeunes présentera les grandes lignes de son avis officiel et échangera sur la thématique avec différents acteurs qui mettent déjà en place des alternatives concrètes.

Cet échange sera introduit par un représentant de l'Université d'été ClimACTE

À 18h

Place Cathédrale, Liège

Événement gratuit.  
Consommations à payer.

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>

## Apéro du Val'heureux REBORN

L'apéro du Val'heureux, c'est un moment d'échange privilégié entre les acteurs de la monnaie, les commerçants partenaires et les citoyens de notre belle région. Renforcer les circuits-courts en tissant du lien social et en encourageant des synergies de toutes sortes à prendre corps, telle est notre ambition !

Entre 18h et 19h30

Casa Nicaragua,  
rue Pierreuse, 23, Liège

Passez commandes à  
[platssolidaires@migrationslibres.be](mailto:platssolidaires@migrationslibres.be)  
ou par sms (avec votre nom)  
au 0478 301838 pour le mardi 4 mai  
à 18h au plus tard.

## Plats solidaires et bio à emporter

Pour soutenir dans un même geste, sans-papiers et producteurs locaux, commandez vos plats solidaires et bio, à retirer le jeudi 6 mai entre 18h et 19h30. Au menu, au choix : potage de saison (2€), couscous végétarien (8€), boulets à la liégeoise (9€), basboussa - gâteau de semoule algérien (2€). Une initiative soutenue par la Casa Nicaragua et le collectif Migrations Libres, collectif d'hébergement de personnes exilées en transit et de lutte pour le droit politique à migrer librement.

À 20h

Cathédrale Saint-Paul,  
Place Cathédrale 6,  
4000 Liège

Entrée libre



## Grande Conférence «Alimentation et Précarité»

par Christine Mahy et Olivier de Schutter

La crise de la COVID-19 a démontré de manière flagrante l'importance des circuits courts et celle d'apporter la juste information pour s'alimenter de manière durable et à prix démocratique au quotidien. En région wallonne, elle a mis en évidence les inégalités, y compris dans l'accès à une alimentation de qualité. Christine Mahy (Secrétaire Générale et Politique du Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté, Docteur honoris causa de l'ULiège) et Olivier De Schutter (Rapporteur spécial des Nations Unies sur l'extrême pauvreté et les droits de l'Homme et ancien Rapporteur spécial sur le droit à l'alimentation) échangeront sur ce sujet en apportant leur point de vue pour la mise en place de politiques publiques efficaces.

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Santé

En partenariat avec l'Inter groupe  
des Maisons Médicales Liégeoises

La journée du 7 mai est dédiée à la santé. Pour l'occasion, vous trouverez dans les chalets Place Cathédrale :

- Un stand smoothie - eau aromatisée à faire sur place avec les fruits et légumes de saison.
- Un stand informatif pour partager des alternatives peu coûteuses (GAC, potager partagé...) lorsqu'on veut manger sainement
- Un stand semis et plants à donner
- La productrice des Prés En Bulles d'Halleux vous proposera ses tisanes, sirops et pétillants et vous renseignera sur les plantes aromatiques, médicinales et comestibles
- L'asbl Liège Ville Santé vous proposera une animation «vélo-smoothie» : création de smoothies aux fruits et/ou légumes en pédalant sur un vélo mixeur et donnera des conseils de cuisine santé.
- Un stand huiles végétales wallonnes par Floral'ine

Cette journée est organisée avec la participation des Maisons médicales (MM) MM Herma, MM Saint Léonard, MM La passelle, MM Rive Droixhe, MM du Laveu

Sur Rendez-vous  
De 9h à 16h

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter du lundi au vendredi, soit par téléphone au 04 279 50 58, soit par mail : [evelyne.celdran@clps.be](mailto:evelyne.celdran@clps.be)



## Journée Découverte du CLPS

Venez à la rencontre du CLPS!

«Vous êtes un professionnel et vous avez envie de découvrir des outils pédagogiques en lien avec l'alimentation et la promotion de la santé, le CLPS vous invite à un moment de découverte au sein de son centre de documentation.

---

De 10h à 11h

Benne-cuisine du QG Nourrir  
Place Cathédrale, Liège

Gratuit, réservation obligatoire  
sur <https://nourrirliège.be/>

---

## Atelier «les huiles wallonnes végétales»

---

Floral'ine vous emmène à la découverte des huiles bonnes pour votre peau et votre santé.

---

De 12h à 18h

Site de l'École d'Horticulture  
de la Ville de Liège -  
Rue de l'Espérance 62

Le magasin de l'École d'Horticulture  
est également ouvert le mardi et le  
vendredi de 14h à 16h30 durant les  
périodes scolaires.

---

## Marché de producteurs locaux

---

Ouvert à tous

Légumes, miel, pains, sirops, jus de fruits, bières, vins, fromages... dégustations pour tous sans inscription. Venez découvrir de bons produits locaux pour réaliser des collations saines pour toute la famille.

---

À 13h / À 14h30 / À 16h

Site de l'École d'Horticulture  
de la Ville de Liège -  
Rue de l'Espérance 62

Ouvert à tous

---

## Ateliers bacs potager

---

Partenariat avec les « incroyables comestibles »

- 13h : Comment construire un sol vivant
- 14h : Quels végétaux choisir pour un bac urbain
- 16h : Comment maintenir la vie dans son bac urbain

---

Projection à 18h30 et à 20h30

Place Saint-Christophe 8  
4000 Liège

Activité gratuite. Réservation:  
[asbl.labicoque@gmail.com](mailto:asbl.labicoque@gmail.com)

---

## Projection: «Our Blue Home»

---

Projection en plein air suivie d'un échange

«Durant l'été 2019, dix membres de la Maison de jeunes La Bicoque sont parti.es à Montréal pour échanger avec d'autres jeunes sur la question des enjeux environnementaux et découvrir des alternatives alimentaires. De ce projet est né un reportage: «Our Blue Home».

La projection sera suivie d'un échange avec les jeunes du projet, le public et des associations proposant des alternatives alimentaires à Liège.

---

À 17h

Espace Georges Truffaut  
rue de Lille 5 à 4020 Liège

Réservations obligatoires Arsenic2:  
Séverine Chenois - 0477/778510  
ou [severine@arsenic2.org](mailto:severine@arsenic2.org)

15€: rencontre autour de l'expo  
Nourrir Demain + balade  
+ rencontre autour  
du spectacle «Madame M»

10€: uniquement rencontre autour  
du spectacle «Madame M»  
Dans ce cas, rendez-vous directe-  
ment à 18h au Potager Coin de  
Terre - Rue E.Malvoz à hauteur  
du 63A à 4020 Bressoux

---

## Nourrir Demain

Balade et rencontre artistique

---

*Vous habitez Liège ? Herstal ?*

Découvrez l'exposition et les balades exploratoires «Nourrir Demain », couplées avec une rencontre avec la Cie «Espèces de» autour de leur spectacle «Madame M».

*L'exposition*

Plus qu'une exposition : une création pluridisciplinaire qui met en lumière les potentiels cachés du territoire pour une alimentation saine pour tous. Des habitants, experts, travailleurs racontent, explorent et agissent...

*Les balades*

Un parcours insolite vous emmène de La Cité Miroir, aux potagers du Coin de Terre à Bressoux en passant par la place Cathédrale à Liège ou la cité Wauters à Herstal...

Nourrir demain est un projet initié dans le cadre du dispositif «Champs des Possibles». Une organisation du Centre d'Action Laïque de la Province de Liège, de l'ASBL Arsenic2 et de la Compagnie Adoc. En partenariat avec La Bobine, le Plan de Cohésion Sociale de Herstal et la Régie des Quartiers de Herstal.

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Pain

Co-organisé avec Imagine Demain Le Monde et Liège Gestion Centre-Ville ASBL

La journée du 8 mai est dédiée au pain. Faire un bon pain, c'est tout un art et on l'oublie souvent ! À l'occasion de cette journée, venez découvrir les artisans boulangers et acteurs de la filière qui font vibrer la Cité ardente. Au programme : visites d'ateliers, conférences, ateliers pratiques et marché qui combleront tant votre curiosité intellectuelle que gustative ! Alors, pour découvrir ce qui fait croustiller votre pain artisanal, on se donne rendez-vous le samedi 8 mai !

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : Chez Dolci's, la librairie Silex, la boulangerie l'Alternative, la boulangerie Champain, Un Pain C'est Tout, les Grands Blés, Epis d'Hesbaye, Moulin du Val Dieu et la Brasserie Coopérative Liégeoise.

De 6h à 12h

Départ Place Cathédrale, Liège

Réservation obligatoire car nous partirons par petits groupes, infos à venir

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>

## Paintathlon ! Les boulangeries artisanales liégeoises ouvrent la porte de leurs ateliers !

«Dès l'aube, quatre artisans-boulangers de Liège ouvriront les portes de leurs ateliers au public : L'Amicale des boulangers, Au Four et au Jardin, Un Pain C'est Tout et Une Gaufrette Saperlipopette. Possibilité de voir ces professionnels au travail, d'échanger et de goûter leurs fabrications entre 6h00 et 12h00. Adresses du jour :

- L'Amicale des boulangers, rue Saint Léonard 221, 4000 Liège
- Au Four et au Jardin, rue Lamarck 57, 4000 Liège
- Un Pain C'est Tout, rue de la Loi 20, 4020 Liège (dès 9h00)
- Boulangerie L'Écureuil Rue de la Belle Jardinière 469, 4031 - Liège Sart Tilman

6  
mai

7  
mai

**8  
mai**

9  
mai

10  
mai

11  
mai

12  
mai

13  
mai

14  
mai

15  
mai

16  
mai

De 9h à 13h

Rue Haute Froidmont 4  
4684 Haccourt

Réservation obligatoire :  
[laurie@cynorhodon.be](mailto:laurie@cynorhodon.be)  
avant le 1/05.

Prix : 20 euros (Incluant un panier  
de légumes bio et locaux par  
participant)

## Atelier KreaVert sur la Traction Animale

Découvrir les bases de la traction animale asine

L'asbl Cynorhodon (formation en maraichage et agriculture biologique; gestion écologique d'espaces verts) vous ouvre ses portes le temps d'une initiation à la traction animale. L'occasion rêvée de découvrir les bases théoriques et pratiques de cette technique moderne et durable de maraichage biologique. Au programme : présentation de l'animal, découverte des outils, des techniques d'attelage et de guidage des ânes, et spécificité des cultures sur buttes. L'atelier sera dispensé par des maraichers de l'asbl.

De 9h à 13h

Départ Place Cathédrale, Liège

Réservation obligatoire car nous  
partirons par petits groupes,  
infos à venir

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>

## La balade vélo du Paintathlon !

Balade à vélo dans la Ville de Liège

Circuit dans Liège qui nous mènera au Sart-Tilman et le long de l'ancien canal de l'Ourthe en passant par les boulangeries artisanales :

- L'Amicale des boulangers
- Un Pain C'est Tout - ASBL Sans Patron
- Au Four et au Jardin
- Boulangerie l'Écureuil

De 9h30 à 15h30

Départ au parc de la Citadelle  
(Allée de l'Absent)  
en face du CHR de la Citadelle

Inscription obligatoire :  
[alan.watterman@autreterre.org](mailto:alan.watterman@autreterre.org)  
ou au 0471 71 16 56.

Repas du midi à prix libre  
Plus d'info [www.autreterre.org](http://www.autreterre.org)

## Balade à vélo d'Autre Terre

À la rencontre des initiatives durables

Enfourchons nos vélos pour une vingtaine de kilomètres, à la rencontre de personnes qui se mobilisent pour notre souveraineté alimentaire ! Entre deux coups de pédales, nous écouterons le témoignage inspirant de maraicher-ères et visiterons leur champ, nous découvrirons des terres agricoles en danger et rencontrerons des collectifs qui sont là pour les protéger, nous ferons le lien entre le local et le global. Un programme riche en perspective !

Rendez-vous à 9h30. Pause de midi chez Autre Terre (Zoning d'Herstal), où un casse-croute est prévu. Possibilité d'écouter la balade à partir de 12h30. Retour prévu vers 15h30 au même endroit qu'au départ.

De 10h30 à 13h

Bibliothèque Saint Léonard  
place Vivignis, 46  
4000 Liège

Gratuit, amenez vos graines et plants

Inscriptions sur  
[www.nourrirliège.be/programme](http://www.nourrirliège.be/programme)

## À vos graines citoyennes et citoyens! Troc de semences et de plants

Les FPS en partenariat avec la bibliothèque de Saint Léonard organisent un troc de semences et de plants en plein air animé par Los Ninos de Gaia. Les FPS offriront le petit recueil de recettes maison à base de plantes réalisé récemment avec les participants et participantes à leurs activités. Il y aura quelques plants d'Artémisia que vous pourrez cultiver et renvoyer à Luebo sur Ourthe : « Cette plante permet de lutter contre le paludisme là où il n'y a pas d'autres moyens de se soigner ». Les plantes récoltées seront envoyées à Luebo en République démocratique du Congo. La bibliothèque Saint Léonard vous accueillera et présentera des livres sur le jardinage, permaculture ainsi que des albums jeunesse sur la thématique (pas de prêt possible ce jour-là) .

De 11h à 12h

Benne-Cuisine  
de la Place Cathédrale, Liège

Infos et inscriptions  
<https://nourrirliège.be/>

## Que faire avec du vieux pain ?

Ne pas jeter du pain de qualité, même séché !

Vous avez acheté un pain de qualité, bio, au levain, fait farines locales, pétrit par les mains d'un boulanger passionné? Vous avez fait votre pain vous même? S'il vous en reste, même sec, il y a mille et une utilisations possibles aussi délicieuses les unes que les autres : Cela va du classique pain perdu à la composition de pâtisseries originales en passant par des gratins ou pâtés. Autant de recettes sucrées comme salées. Cet atelier vous permettra de ne plus rien jeter !

De 11h à 16h

Rue Close 12,  
4217 Héron

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>

## Le pain au levain, ça vous goûte ?

La boulangerie du Moulin de Ferrières vous propose de partager un moment festif dédié au pain au levain. Au programme: dégustations, grand quiz sur le pain, distribution de souches de levain avec explications et recettes, vente de pains, petite restauration... Dans la cour extérieure du Moulin. (Activité sous réserve des mesures sanitaires en vigueur.)

6  
mai

7  
mai

**8  
mai**

9  
mai

10  
mai

11  
mai

12  
mai

13  
mai

14  
mai

15  
mai

16  
mai

De 12h à 13h

Place Cathédrale, Liège

## Distribution de soupe et de pain !

De la soupe et du pain seront proposés gratuitement aux visiteurs sur la Place Cathédrale au chalet de la Brasserie Coopérative Liégeoise

De 12h à 18h

Site de l'École d'Horticulture  
de la Ville de Liège -  
Rue de l'Espérance 62

Le magasin de l'École d'Horticulture est également ouvert le mardi et le vendredi de 14h à 16h30 durant les périodes scolaires.

## Marché de producteurs locaux

Ouvert à tous

Légumes, miel, pains, sirops, jus de fruits, bières, vins, fromages... dégustations pour tous sans inscription. Venez découvrir de bons produits locaux pour réaliser des collations saines pour toute la famille.

À 13h

Espace Georges Truffaut  
rue de Lille 5 à 4020 Liège

Réservations obligatoires Arsenic2:  
Séverine Chenoix - 0477/778510  
ou [severine@arsenic2.org](mailto:severine@arsenic2.org)

15€: rencontre autour de l'expo  
Nourrir Demain + balade  
+ rencontre autour  
du spectacle «Madame M»

10€: uniquement rencontre autour  
du spectacle «Madame M»  
Dans ce cas, rendez-vous directement à 18h au Potager Coin de Terre - Rue E.Malvoz à hauteur du 63A à 4020 Bressoux

## Nourrir Demain

Balade et rencontre artistique

*Vous habitez Liège ? Herstal ?*

Découvrez l'exposition et les balades exploratoires «Nourrir Demain», couplées avec une rencontre avec la Cie «Espèces de» autour de leur spectacle «Madame M».

*L'exposition*

Plus qu'une exposition : une création pluridisciplinaire qui met en lumière les potentiels cachés du territoire pour une alimentation saine pour tous. Des habitants, experts, travailleurs racontent, explorent et agissent...

*Les balades*

Un parcours insolite vous emmène de La Cité Miroir, aux potagers du Coin de Terre à Bressoux en passant par la place Cathédrale à Liège ou la cité Wauters à Herstal...

Nourrir demain est un projet initié dans le cadre du dispositif «Champs des Possibles». Une organisation du Centre d'Action Laïque de la Province de Liège, de l'ASBL Arsenic2 et de la Compagnie Adoc. En partenariat avec La Bobine, le Plan de Cohésion Sociale de Herstal et la Régie des Quartiers de Herstal.

À 13 h

Place Sainte Walburge, 1  
4000 Liège

Gratuit mais sous réservations



## Symphonie des projets citoyens

« Passons à l'action » : stands et ateliers de projets citoyens  
« Transition ET éducation permanente : qu'est-ce que nous (y) gagnons ? », conférence participative.

de 10h à 14h (durée 2h)

Un lieu de départ sera communiqué ultérieurement

Gratuit, inscription nécessaire  
(20 participants max)



## Balades sur l'économie du Donut

Découvrir la Théorie du Donut tout en se baladant en famille ou ami·es dans les rues de Liège ? Oxfam-Magasins du monde vous propose une visite guidée à travers la ville, avec Daisy Croquette, autour de ce concept d'économie plus inclusive et durable.

De 13 h à 14 h

Point Culture  
Rue de l'Official 1-5  
4000 Liège

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>



## Échange: Avec et sans gluten ?

Coeliaque et sensibilité au gluten non coeliaque

Discernement sur deux affections digestives dues au gluten. L'alternative sans gluten, ses normes et le choix des ingrédients. L'évolution du gluten « moderne » formaté par l'intensification et la congélation de la panification. Un échange animé par Marc Dewalque (Li Mestère) et Pierre Hennen (Boulangerie l'Alternative)

À 13h / À 14h30 / À 16h

Site de l'École d'Horticulture  
de la Ville de Liège -  
Rue de l'Espérance 62

Ouvert à tous



## Ateliers bacs potager

Partenariat avec les « incroyables comestibles »

- 13h : Comment construire un sol vivant ?
- 14h30 : Quels végétaux choisir pour un bac urbain ?
- 16h : Comment maintenir la vie dans son bac urbain ?

De 14h à 15h30

en visio-conférence

Gratuit et ouvert à tous !  
Chapiteau du QG Place Cathédrale

À 15h30 / À 16h30 / À 17h30

Site de l'École d'Horticulture  
de la Ville de Liège -  
Rue de l'Espérance 62

Ouvert à tous



De 16h à 17h30

en visio-conférence

Gratuit - Max 10 personnes  
Sur réservation via mail :  
[aquiloneinfo@gmail.com](mailto:aquiloneinfo@gmail.com)

Infos et inscriptions :  
[aquiloneinfo@gmail.com](mailto:aquiloneinfo@gmail.com)



## AGORA PAIN

### échanges autour du pain

Débat animé par Hugues Dorzée, rédacteur en chef de Imagine, autour de la question «Qu'est ce qu'un bon pain ?» articulé en quatre thèmes : la qualité nutritionnelle, l'empreinte écologique, la rentabilité économique et la question sociale. Des intervenant de différents niveaux de la filière pain seront présents pour répondre et débattre autour de cette question.

## Conférences de l'École d'Horticulture

### Ouvert à tous

- 15h30 : Le maraichage biologique
- 16h30 : La valorisation des déchets verts
- 17h30 : Présentation des incroyables comestibles et le permis de végétaliser.

## « La main à la Pâte »

### Conseils pour réussir son pain à la maison

L'Aquilone asbl vous propose de se retrouver en ligne pour apprendre les bases de la préparation d'un bon pain bio à la maison. Cet atelier/conférence est destiné à vous apprendre comment choisir la farine la plus adaptée pour la réalisation de votre pain ainsi que la différence entre levure et levain, comment réussir une cuisson dans un four domestique et comment façonner un pain en travaillant la pâte à la main avec des ustensiles simples, que tout le monde a dans sa cuisine. Notre animatrice vous guidera à travers les différentes étapes et répondra à vos questions.

De 17h à 21h

Point Culture  
Rue de l'Official 1-5  
4000 Liège

Inscriptions sur  
[www.nourrirliège.be/programme](http://www.nourrirliège.be/programme)



## Une assiette saine et durable au quotidien

### Dégustation et conférence

Cette soirée vous aidera à mieux comprendre le lien entre votre corps, votre assiette et l'environnement à travers des dégustations et une conférence.

*17h – 18h | Dégustation*

Avec les boissons délicieuses préparées par *BeKombucha* et *L'Ayisyèn* et les fromages végétaux *Prétexte*

*18h – 20h | Conférence & échange*

Linda Gray, auteure du livre « Donnez du goût à votre santé », vous présente les clés d'une hygiène de vie durable. Sa conférence vous permettra de repartir avec une meilleure compréhension de votre assiette santé et de vous sentir capable au quotidien de la mettre en place pour le bien-être de toute la famille.

À 19h

Site de l'École d'Horticulture  
de la Ville de Liège -  
Rue de l'Espérance 62

Ouvert à tous



## Conférence de Fanny Lebrun

### L'enjeu de la semence reproductible

Fanny Lebrun, fondatrice de la coopérative semencière *Cycle en terre*, présente son projet de souveraineté alimentaire par le biais des semences reproductibles. L'ASBL vise à produire des semences biologiques, locales et reproductibles pour fournir des maraichers et des professionnels. L'ASBL a également pour vocation de former à la production de semences.

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Miel

La journée du 9 mai est dédiée au miel. Les abeilles jouent un rôle essentiel dans notre écosystème et particulièrement dans l'agriculture. Lors de cette journée, vous rencontrerez des apiculteurs respectueux de l'environnement, heureux de vous faire découvrir leur passion. Vous aurez également l'occasion de découvrir les bienfaits du miel en passant par la cuisine, la santé, jusqu'à ses effets thérapeutiques.

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : Les p'tites Apicultrices, le Clos des abeilles, le Rucher du Petit Gris, l'apiculteur Frédéric Hallet, Miel Maya, les Cueilleuses de Miel, l'Empoteuse, la Boulangerie l'Alternative, la Brasserie Coopérative liégeoise, Yves de Becco...

De 8h à 14h

Quai de la Batte  
4000 Liège

## Stand sur le marché de la Batte

Retrouvez sur ce marché dominical emblématique, les fruits et légumes du maraicher «Au Fond des Pans», cultivés dans le village de Deigné à 20 km de Liège. Il travaille dans le plus grand respect de la terre et de l'environnement, sans pesticide ni engrais chimique. Sur son étal vous trouverez les brochures gratuites « Se Nourrir Autrement à Liège », la bible de l'alimentation durable à ne pas manquer !

De 9h30 à 11h

Ferme de la Vache  
Rue Pierreuse 113  
4000 Liège

Inscription obligatoire, détails sur  
<https://nourrirliège.be/programme>

## À la découverte du miel

### Visite du rucher de la Ferme de la Vache

Rendez-vous à 9h30 à la Ferme de la Vache pour partir à la découverte du miel le temps d'une matinée. Vous y visiterez un rucher didactique au travers des yeux et de l'expérience d'Amélie Joveneau, apicultrice urbaine, accompagnée de Jean-Marie Remy l'apiculteur de la Ferme de la Vache. Cette visite sera suivie d'un échange (voir page suivante).

À partir de 10h

Site des Piétresses

En pratique: se garer le long de la rue de Beyne à 4020 Jupille à hauteur de la rue Fond du Chat où se trouve le champ.

Inscription obligatoire :

<https://nourrirliège.be/>

## Portes ouvertes du Champ des Possibles

### Tour du champ et explication du modèle CSA

François vous présentera le système d'auto-cueillette et vous fera visiter le champ à 10h et 12h. À midi, un barbecue est organisé sur le champ si la météo le permet. Il y aura également une présentation du projet du verger des Possibles aux Piétresses via l'asbl Terre en Vue, et une présentation du document sur le modèle CSA (vade-mecum pour les porteurs de projet).

De 11h à 13h

Site de la Ferme de la Vache  
Rue Pierreuse, 113 - 117  
4000 Liège

Infos et inscriptions :

<https://nourrirliège.be/>

## Quel prix juste pour le miel?

### Echange-débat à l'air libre

Afin de prendre conscience de la valeur du miel et de comprendre la complexité des écosystèmes qui produisent ce précieux aliment, nous vous proposons un échange autour du prix juste, avec Amélie Jovenaux et Yves le Becco (apiculteurs urbains) ainsi que de Frédéric Yans (apiculteur professionnel) et Benoît Olivier (ASBL Miel Maya). Tous les participants auront l'occasion de questionner et d'apporter leurs points de vue sur la question. À l'issue de cet exercice, nous espérons pouvoir dégager quelques jalons permettant d'orienter le public dans leurs choix de production et de consommation.

Une dégustation sera proposée aux participants.

De 13h30 à 14h30

Rue Curtius 10  
4020 Liège (outremeuse)

Gratuit, 5 personnes maximum !

Sur réservation uniquement :  
envoyer un mail à l'adresse  
[com@oufticoop.be](mailto:com@oufticoop.be)

## Visite du magasin participatif Oufitcoop

### On vous explique tout sur notre modèle Oufitcoop

Le dimanche 09 mai de 13h30 à 14h30, des coopérateurs.trices d'Oufitcoop vous feront découvrir le magasin, vous expliqueront son fonctionnement et répondront à toutes vos questions! Une dégustation de produits sera proposée également!

De 11h à 12h

Benne-Cuisine  
Place de la Cathédrale à Liège

Le nombre de participants dépendra des mesures sanitaires. Pour vous inscrire, merci de bien remplir ce formulaire.

Gratuit

## Échanges autour du miel

Tour du champ et explication du modèle CSA

Jean-Marie Royoux, apiculteur depuis 40 ans, vous présentera (avec son franc-parlé !) les enjeux de la production de miel bio en Wallonie. Il racontera aussi sa relation privilégiée avec les arboriculteurs et producteurs de fraises, chez qui il place ses ruches en transhumance. Vous pourrez ainsi mieux comprendre la nécessité de consommer du miel local produit de manière raisonné !

De 10h à 15h

Allée de la Découverte,  
P32 4000 Sart-Tilman

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>



## Chantiers participatifs

Découverte des potagers universitaires

Les membres des potagers universitaires (potager B11 - Géographie / Pot'Ingé) vous invitent cordialement à venir découvrir leurs terrains sur le campus universitaire du Sart-Tilman. Passez un moment avec nous pour (re)prendre contact avec la terre, explorer nos différentes propositions pour développer une biodiversité riche dans un environnement (semi)-urbain et rencontrer les personnes impliquées dans ces initiatives citoyennes. Au programme:

- Plantations: semis, repotage, mise en terre...
- Construction: structure à haricots, bac en palettes...
- Biodiversité: fabrication de nichoirs, perchoirs à rapace...

De 13h30 à 15h30  
De 16h à 18h

Benne-cuisine, QG Nourrir Liège  
Place Cathédrale  
4000 Liège

Réservation obligatoire  
[rachel@lacooperativeardente.be](mailto:rachel@lacooperativeardente.be)

Prix 12,5€ par personne (la coopérative fournit les légumes mais vous devez apporter deux à trois bocaux type «Le Parfait» (0,5L))

## Ateliers À la découverte de la lacto-fermentation !

Comment conserver et transformer ses légumes ?

Vous souhaitez apprendre à conserver et transformer vos légumes grâce au processus de la lacto-fermentation? Simple, économique et écologique, cette technique ancestrale est aussi excellente pour la santé !

La Coopérative Ardente vous propose, deux ateliers animés par Catherine Dovifat, afin de maîtriser cette super technique. Au plaisir de vous (re)rencontrer !

À 16h

Dôme Arsenic2 aux ACEC  
Rue Pierre Joseph Antoine, 79  
4040 Herstal

Entrée gratuite / Places limitées :  
réservation obligatoire, de préférence  
via le site :  
<https://youthforclimateliege.eu.org>  
ou au 0477 07 32 83



## Précarité alimentaire étudiante, enjeux & solutions - La soupe aux sous - de Youth For Climate

La précarité alimentaire étudiante est au centre de nos préoccupations ! En tant qu'étudiants, nous connaissons tous un ami qui subit la précarité alimentaire.

Nous organisons une conférence qui se déroulera en 2 parties :

1. On posera le problème de la précarité alimentaire étudiante avec une projection et des témoignages d'étudiants ainsi que des informations concrètes sur la précarité étudiante !
2. On poursuivra par une séance débat-Q/R ainsi qu'avec les solutions proposées par nos différents intervenants.

À 18h

Dôme Arsenic2 aux ACEC  
Rue Pierre Joseph Antoine, 79  
4040 Herstal

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliege.be/>



## De la ruche à la plaie... Apathérapie en soins de plaies

Infirmier de formation pratiquant l'apithérapie depuis 9 ans , je vous propose un exposé et une session de questions réponses dans le cadre d'une présentation initiatique d'apithérapie en soins de plaies. Principe de base, histoire de l'apithérapie, cadre légal, réactions chimiques et réels bénéfices et obstacles à l'utilisation de ce produit de la ruche dans le domaine des soins de plaies complexes ayant un déficit de cicatrisation.

Toute la journée

Place Cathédrale , Liège



## Journée Végétarienne

La journée du 10 mai est dédiée au végétarisme. Cette journée dédiée à ce mouvement a pour vocation de présenter cette cuisine qui sort de l'ordinaire, en passant par la street food et par des ateliers pour apprendre à cuisiner végétarien.

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : Le Cercle des Végétudiant.e.s de l'ULiège, l'ASBL Les Oiseaux s'entêtent, la Dinette Mobile, le Green Burger, la Ferme de la Berwète, la Brasserie Coopérative liégeoise...

De 9h30 à 17h

Lieu à préciser

C'est gratuit! Places limitées à environ 16 personnes pour chaque journée!

Inscriptions obligatoires et infos: envoyez un mail en précisant dans l'objet : «*Inscription Journée Découverte Potentia Nourrir Liège 2021*» à [eric@quinoa.be](mailto:eric@quinoa.be) / 02/893.08.70

Nous privilégierons une seule personne par structure

## Journée d'expérimentation du jeu « Potentia »

La puissance de l'agir collectif et solidaire !

La puissance de l'agir collectif pour favoriser et renforcer les initiatives solidaires dans l'agroécologie : GASAP, activistes anti OGM, épicerie coopérative ou sociale, Ecoteam dans une école... Endossez votre « rôle », relevez les différents défis et découvrez les enjeux liés à votre initiative citoyenne en lien avec les questions sociales ! Quelle sera votre stratégie ? Avec qui allez-vous vous mettre en réseau ? Aurez-vous un impact au niveau local ou global ?... Avec POTENTIA, co-animé par les asbl Rencontre des Continents et Quinoa, redonnons une place aux « alternatives », pour les questionner, se les approprier, les confronter à la réalité du contexte social et sanitaire actuel. Prenons un vrai moment d'animation pour leur consacrer du temps dans nos processus politico-pédagogiques !

De 10h à 12h

Design Station  
Rue Paradis 78  
4000 Liège

Infos et inscriptions :  
[www.nourrirliège.be/programme](http://www.nourrirliège.be/programme)



## Matinée porteurs de projets alimentaires

Tu t'intéresses aux circuits courts, tu as un projet (avancé ou pas) en alimentation durable? Viens rencontrer d'autres porteurs de projet et découvrir une nouvelle offre d'accompagnement 100% dédiée à l'alimentation durable avec la Ceinture Aliment-Terre Liégeoise, Step Entreprendre et Job'In.

De 10h à 12h  
De 14h à 16h

Camion-benne  
Place Cathédrale, Liège

Prix de l'atelier : entre 10 et 15€  
selon le nombre de participants

Inscription indispensable à l'avance  
Le bocal pour reprendre le plat  
cuisiné est compris dans le prix.

Infos et inscriptions :  
<https://nourrirliege.be/>

---

## Mon repas dans un bocal

### Atelier de cuisine végétarienne

---

Il y en a de toutes les formes et tailles pour accueillir vos soupes, salades, pâtes, vinaigrette, yaourt... Le principe est simple, il s'agit de créer d'appétissantes salades composées, colorées, savoureuses et variées dans un bocal pour pouvoir la conserver et la transporter facilement. Recettes, astuces, et vous repartez avec votre bocal pour le déguster à la maison ou au bureau.

---

De 14h à 16h

visioconférence

Réervations sur :  
[https://forms.gle/  
CXaJVwd4VvARZq8HJ6](https://forms.gle/CXaJVwd4VvARZq8HJ6)



---

## Rencontre Maisons de l'Alimentation francophones

---

La Ceinture Aliment-Terre Liégeoise organise une table ronde des Maisons de l'Alimentation Durable francophones. Cet échange sera l'occasion de présenter les projets déjà existants ou en construction et de partager les bonnes pratiques qui permettent de mobiliser les citoyens autour des thématiques de l'alimentation durable.

Venez découvrir et échanger avec la MADin de Liège (Be), la MEAD de Mouans-Sartoux (Fr), Ma-Terre de Genève (Ch) et Madabrest de Brest (Fr)»

---

À 18h

en ligne

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliege.be/>



---

## Présentation du projet Foodarity

### Recherche de partenaires liégeois

---

Foodarity est un projet qui a pour but de rendre l'alimentation saine et durable accessible à tous. Concrètement, et dans le cadre d'une action pilote, à Liège, nous avons mis en place un système d'arrondi solidaire au magasin Le Temps des Cerises dans le Laveu, où les clients peuvent faire des micro-dons. L'ensemble de ces est ensuite distribué à des associations qui travaillent/s'engagent sur les questions d'accès à l'alimentation aux personnes plus précarisées, et qui seraient intéressées de promouvoir une alimentation durable, bio et locale. Notre premier partenaire associatif est actuellement le Friskot, le frigo solidaire du quartier Saint Léonard. Notre objectif est dans les prochains mois de développer le réseau.

---

De 18h30 à 20h

Librairie Livre aux Trésors  
Place Xavier Neujean 27A  
4000 Liège

inscriptions via  
[urbagora.be/agenda](http://urbagora.be/agenda)

---

## Penser le territoire urbain au siècle des limites

### Les éditions Wildproject rencontrent Dérivations

---

Entre urbanisation accélérée et désir de retour à la terre, comment habiter nos territoires? Comment les nourrir et s'en nourrir? Pour tenter de mieux poser ces questions, la librairie Livre aux Trésors et Urbagora invitent Marin Schaffner des éditions Wildproject à explorer les domaines de la pensée écologiste (à laquelle se consacrera la maison d'éditions) et Thomas Bolmain secrétaire de rédaction de la revue liégeoise Dérivations à préciser le thème de « la ville au siècle des limites » (dossier central du dernier numéro). Cette rencontre entre deux projets éditoriaux sera l'occasion de confronter deux tentatives de questionner nos manières actuelles et futures d'habiter un territoire.

---

À 19h

Maxime Renard  
Table conviviale

Rue des Carmes 3  
4000 Liège

Inscription par mail  
[cerclevege.uliege@gmail.com](mailto:cerclevege.uliege@gmail.com)

Prix : 1€ symbolique sur le compte  
du « Cercle des Végétudiant.e.s »  
BE39 0689 3504 0419 avec une  
communication comme cela :  
« LASAGNE-NOM-nb de personnes »  
(Exemple : LASAGNE-SMITH-2).

---

## Démonstration de cuisine végétale

### Préparation d'un apéro et d'un plat convivial !

---

Retrouve le Cercle des Végétudiant.e.s d'ULiège chez Maxime Renard à la Table Conviviale pour découvrir la réalisation d'un apéro simple et de notre généreuse lasagne végétale. Emmène avec toi un contenant afin de goûter nos précieux mets. À bientôt !

À 19h

Dôme Arsenic2 aux ACEC  
Rue Pierre Joseph Antoine, 79  
4040 Herstal

Prix libre. Plus d'info : <https://www.fdess.be/fr/conference-gesticulee-faim-de-vie/>

## Faim de Vie !

### Conférence gesticulée et table ronde

Un spectacle de Brigitte Grisar et Jacques Esnault qui dénonce la faim et remet en question le système de l'aide alimentaire...

En 2021, en Belgique, des milliers de personnes ne mangent pas à leur faim. Comment est-ce possible ? Quelles injustices permettent cela ? Qui est responsable ? On parle de précarité alimentaire, d'aide humanitaire... et nous sommes au 21<sup>e</sup> siècle ! Que s'est-il passé ? Mais, si la faim n'était pas un phénomène naturel, que serait-elle ? Une ineptie ? Un coup monté ? Une volonté des plus forts ? Et si nous avons surtout faim de vie, de liens, de collectifs ?

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Initiatives Digitales

La journée du 11 mai est dédiée aux initiatives digitales. Lier le « digital » et l'alimentation durable, voilà un défi de taille que nos partenaires ont décidé de relever ! Cartes interactives, applications, plateformes et bien d'autres... Le mardi 11 mai, venez découvrir les initiatives digitales qui nous permettront de renouer avec l'agriculture locale et respectueuse du vivant.

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : La Brasserie Coopérative liégeoise, OpenFoodNetwork, La Coopérative Ardente, la Ceinture Aliment-Terre Liégeoise, le projet Digircirco...

À 9h30

CRIE de Liège  
Parc du Jardin Botanique  
3 rue Fusch  
B-4000 Liège

infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>



## Introduction et présentation du jeu SEGAE Concepts et démonstration live

Ce jeu sur l'agroécologie s'adresse à tou.tes les passionné.es des productions agricoles et en particulier ceux et celles qui souhaitent mesurer l'impact d'une transition agroécologique sur leur ferme. Il sera plus particulièrement présenté aux élèves de la HEPL La Reid.

09h30 - 12h30

Lieu à préciser

Gratuit. Inscription obligatoire  
(Max 15 personnes)

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>



## Éducation Populaire, Diversités & Alimentation Durable Quelles ressources, pratiques, posture ?

L'ASBL Rencontre Des Continents vous propose un temps de respiration, d'échanges et de partages où vous serez invité.e.s à explorer ce qu'éduquer aux enjeux alimentaires signifie pour vous en lien avec une pratique d'éducation populaire. Nous partagerons ce qui nous guide en tant qu'éducatrices.eurs en vous présentant quelques unes de nos ressources et balises liées à notre posture éducative. Nous échangerons sur quelques repères liés aux enjeux d'accessibilité en Belgique dans nos réseaux associatifs. Pour clôturer par une réflexion collective sur la manière de créer et agencer des dispositifs éducatifs qui tiennent compte à la fois du contexte d'inégalités croissantes et aussi de diversités sociale et culturelle de nos sociétés.

De 9h30 à 12h

À la jonction de la rue du Laveu et du passage (escaliers) Van den Bergh

Une organisation d'Oriane Martin, habitante du Laveu et membre du réseau des Incroyables Comestibles en collaboration avec la maison médicale du Laveu et l'Institut des Travaux Publics et les bacs des Incroyables Comestibles du Laveu.

Inscriptions:  
[loredana@mmlaveu.be](mailto:loredana@mmlaveu.be)

## **Incroyables comestibles, enfants admis !**

### Construction d'un bac pour enfants

Un bac de plantations embellit le quartier et affiche l'intérêt de rendre accessible une alimentation saine pour tous ! Au Laveu, nous sommes gâtés mais leur appropriation par les habitants reste un gros défi à relever !

La section menuiserie de l'Institut des Travaux Publics nous prête main forte pour l'installation d'un petit bac supplémentaire. Tous les coups de main sont les bienvenus !

9h30-12h

Manège de la Caserne Fonck  
Rue Ransonnet, 2  
4020 Liège

Lien vers le formulaire d'inscription:  
<https://framaforms.org/inscription-pleniere-caaw-110521-1617175258/share>

## **Plénière Concertation**

### Aide Alimentaire Wallonne

Depuis plus de 10 ans, la Concertation Aide Alimentaire rassemble les organisations actives dans l'aide alimentaire en Région bruxelloise et en Wallonie. La plénière, organisée par la FdSS, sera ouverte à toutes les parties intéressées.

De 11h à 12h30

En ligne

## **Rencontre-conférence *LIEGE CREATIVE***

### Rôle alimentation pathologies digestives

Le Professeur Catherine Reenaers vous éclairera sur le rôle de l'alimentation « moderne » et de notre flore intestinale dans l'émergence de pathologies digestives telles les maladies inflammatoires, la maladie coeliaque ou encore les allergies alimentaires. En introduction aux échanges qui suivront, Pauline Minguet abordera le concept de Transition, ici d'un point de vue alimentaire, un retour aux sources bénéfique à la fois pour notre santé et celle de la planète.

13h-16h

Centre culturel Les Chiroux  
8 place des Carmes  
4000 Liège

sur réservation:  
[merland@chiroux.be](mailto:merland@chiroux.be)

## Atelier : droit à une alimentation choisie

### Construction du « repas solidaire » TempoColor

Un atelier-rencontre avec la Concertation Aide Alimentaire, Jonathan Peuch (FIAN), Brigitte Grisar (Fédération des Services Sociaux) pour débattre d'alternatives telles que la sécurité sociale alimentaire ou le chèque alimentation en vue de construire, avec les associations partenaires, une mobilisation commune autour du « repas solidaire » du TempoColor 2021. Ce traditionnel rendez-vous tous publics aura lieu le 03 octobre 2021 à Liège. Réalisé à partir de dons, de produits issus de l'agriculture locale ou d'inventus alimentaires, il propose un moment convivial pour rencontrer et défendre des alternatives « pour que chacun.e puisse accéder à une alimentation choisie ».

De 15h à 17h30

CRIE de Liège  
Parc du Jardin Botanique  
3 rue Fusch B-4000 Liège

Gratuit, réservation obligatoire  
& infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>

## Projection-Débat « De la Terre au Système »

Télévision Du Monde (TDM) proposera au CRIE la projection de 4 documentaires TAMTAM en 2 parties :

- 1 — (30') Focus « terre » avec 2 TAMTAM : Amore Bio (sur les origines du mouvement bio) et Rdv en terre fertile (sur le non labour et agriculture de conservation)
- 2 — (30') Focus « système alimentaire » 2 TAMTAM aussi : Belle rencontre Philippe Baret et Diversification agricole (sur la plus-value de se diversifier au sein de l'exploitation)

Chaque partie sera suivie d'un débat animé par TDM accompagnée par des intervenants (à préciser).

De 17h30 à 19h30

Casa Nicaragua  
23 rue Pierreuse, 4000 Liège  
Cuisine bio et locale  
plats entre 8 et 10 euros

Réservations jusqu'au dimanche soir  
au 0485 76 97 50

## Plats solidaires à emporter du mardi

### Cuisine latino: Empanadas et Picadillo végété

En ce temps de confinement, comme tous les mardis, la Casa propose des plats à emporter. Dans le cadre du festival, les légumes proviendront de petits producteurs locaux. Si les conditions sanitaires le permettent, bienvenue pour enfin les partager en présentiel.

De 15h à 17h30

CRIE de Liège  
Parc du Jardin Botanique  
3 rue Fusch B-4000 Liège

Le film sera projeté sur le mur  
du bâtiment du CRIE, au jardin  
botanique.

Prix libre, réservation obligatoire par  
mail [emilie.lejeune@ilesdepaix.org](mailto:emilie.lejeune@ilesdepaix.org)  
ou par téléphone au 0471 71 16 56

## Projection plein-air « Sur Le Champ ! » Rencontre entre Liège et Ouagadougou

« Sur le Champ ! » vous emmène à la rencontre de paysannes et paysans qui, aux quatre coins du monde, nous prouvent qu'une alternative est possible. En marge de l'agrobusiness, ils investissent un autre modèle résilient, qui replace l'humain au centre et qui cohabite de façon plus harmonieuse avec l'environnement. Après la projection, Fulgence Yameogo, en direct depuis le Burkina Faso, et François Sonnet, maraicher liégeois, échangeront sur la réalité du métier des agriculteurs et agricultrices belges et burkinabè et montreront toute la valeur de leur travail.

Événement co-organisé par Autre Terre et Iles de Paix

À 18h

Pour y participer, inscrivez-vous  
auprès de Nancy Hardy :  
[nancy.hardy@peuple-et-culture-we.be](mailto:nancy.hardy@peuple-et-culture-we.be)  
+32 4 368 82 32



## Présentation projet champignon liégeois Lancement d'une production de champignon à Liège

«Vive les Pleurotes! est un nouveau projet de l'asbl Peuple et Culture et du Collectif STOP DIC (dépôt d'immondices clandestins), accompagné par Stephan Hoornaert (biomiméticien et expert en économie circulaire).

Les champignons sont des supers héros de l'écologie, passés maîtres dans l'art de dépolluer les sols et de rendre inoffensives des substances particulièrement toxiques.

6  
mai

7  
mai

8  
mai

9  
mai

10  
mai

**11  
mai**

12  
mai

13  
mai

14  
mai

15  
mai

16  
mai

À 19h30

Dôme Arsenic2 aux ACEC  
Rue Pierre Joseph Antoine, 79  
4040 Herstal

Réservation obligatoire :  
[info@beaumur.org](mailto:info@beaumur.org)



À 20h

Cinéma Le Parc  
22, rue Paul-Joseph Carpay  
4020 Liège-Droixhe

Tarif normal 7,00 €  
(5,40 € - de 21 ans)

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>

## **Paysages Nourriciers, une rencontre avec Nantes** Des potagers dans l'espace public face à la crise

«Paysages Nourriciers» est un projet mené par la Ville de Nantes depuis mars 2020. Il consiste à cultiver des légumes dans l'espace public pour répondre à la crise. Un an après le lancement, ce sera l'occasion de faire le bilan de cette première saison et de s'en inspirer!

## **Film documentaire Douce France aux Grignoux** Projection suivie d'un débat

Venez découvrir un documentaire inspirant de Geoffrey Couanon sur la jeunesse face à la bétonisation des terres, en avant-première au cinéma Le Parc des Grignoux asbl.

Trois lycéens en banlieue parisienne se lancent avec leur classe dans une enquête inattendue sur un gigantesque projet de parc de loisirs qui implique d'urbaniser les terres agricoles proches de chez eux.

Cette projection, suivi d'un débat en présence du collectif Défendons Le Terrain est proposée en collaboration avec Le Smart City Institute, Le Centre de Recherches en Agriculture Urbaine & La Ceinture Aliment-Terre Liégeoise.

De 13h à 17h

Boulangerie Au Four et au Jardin  
rue Lamarck 57  
4000 Liège

Atelier limité à 10 personnes.  
Apporte 2 bocaux en verre pour  
reprendre tes levains ainsi qu'un  
tablier et repars avec tes pains.

Infos et réservation au 0499/82.63.97  
par téléphone ou sms. L'atelier est à  
30 euros à payer sur place ou sur le  
compte de l'ASBL *Viens !*  
BE07 1431 0533 8566

## Viens faire ton pain et ton levain naturel

Viens apprendre à faire ton levain naturel et ton pain au sein d'une boulangerie artisanale. Notions théoriques et mise en pratique. Comparaisons- intérêts des différents types de fermentations (levure sèche, levure fraîche, levain naturel) et applications au quotidien.

De 10h à 13h

CRIE de Liège  
rue Fusch 3  
4000 Liège

Infos et inscriptions :  
<https://nourrirliège.be/>

## Les différents types de miel

Comprendre les origines et la valeur du miel

Le miel est un produit précieux préparé par les abeilles à partir du nectar des fleurs. Cet atelier a pour but d'apporter des informations permettant de prendre conscience de la valeur de ce produit et de comprendre les différentes qualités proposées aux consommateurs. Les questions relatives à la vie des abeilles seront effleurées afin de prendre en compte la production de miel dans sa globalité et sa complexité. Cela permettra d'ouvrir les débats sur des questions de biodiversité, de santé, de phénomènes physico-chimiques propres aux miels. Une dégustation de plusieurs types de miels est prévue au cours de l'atelier.

À 19h

Salle de la Grande Main  
Théâtre de Liège  
Place du 20 Août 16  
4000 Liège

Entrée libre

## Conférence-échange

Quels modèles agricoles pour l'avenir?

Nos systèmes agricoles doivent effectuer une transition vers plus de durabilité, ce qui n'est pas simple au vu de la diminution inexorable du nombre d'agriculteur.trices et de leurs revenus. Pour imaginer les modèles alimentaires de demain, le festival a réuni le paysan et agronome français Benoît Biteau (député au parlement européen), avec des représentant.es de la Fédération des Jeunes Agriculteurs (FJA) et du Prix Juste Producteur (Socopro).



6  
mai

7  
mai

8  
mai

9  
mai

10  
mai

11  
mai

**12  
mai**

13  
mai

14  
mai

15  
mai

16  
mai

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



De 9h à 11h — Conférence  
Toute la journée — Stand informatif

CRIE de Liège  
Jardin Botanique  
Rue Fusch, 3  
4000 Liège

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>



13h-16h

Passerelle Mativa  
Quai de la Dérivation  
4020 Liège

À partir de 15 ans ; 5 euros par  
personne ; inscription obligatoire  
sur <https://pointculture.be/>

Seul le paiement en ligne confirme  
votre inscription ; Limité à 10  
personnes ; Si vous possédez une  
loupe de naturaliste, n'hésitez pas  
à l'emporter

Guide du jour :  
Pierre-Charles Offergeld

## Journée Sols

La journée du 12 mai est dédiée aux sols. Entre analyses de terre, compostage et potagers, apprenez-en davantage sur le sol qui est essentiel pour la culture de vos fruits et légumes, et une alimentation saine et durable en général !

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : La Brasserie Coopérative liégeoise, ASBL Vaincre la Pauvreté, Lombriville...

## Stand et conférence sur les analyses de terre

### Analyser votre terre pour un sol équilibré

Stand informatif sur les analyses de terre effectuées par la Station Provinciale d'Analyses Agricoles, conseils et suivi.

## Balade végétale de PointCulture Liège

### À la rencontre des plantes sauvages urbaines

Les berges du quai de la Dérivation sous la Passerelle Mativa sont pleines de fleurs mellifères pour peu qu'elles ne soient pas fauchées précocement. Apprenons à distinguer les espèces, leurs familles, les milieux différents qu'elles affectionnent et soyons attentifs aux butineurs du jour... Fauchage très tardif souhaité ! Accès PMR.

À 12h30

Espace Georges Truffaut  
rue de Lille 5 à 4020 Liège

Réservations obligatoires Arsenic2:  
Séverine Chenoix - 0477/778510  
ou [severine@arsenic2.org](mailto:severine@arsenic2.org)

15€: rencontre autour de l'exposition Nourrir Demain + balade + rencontre autour du spectacle «Nourrir l'Humanité - Acte II»

10€: uniquement rencontre autour du spectacle «Nourrir l'Humanité - Acte II»  
Dans ce cas, rendez-vous directement à 13h30 au Potager Coin de Terre - Rue E.Malvoz à hauteur du 63A à 4020 Bressoux

## Nourrir Demain

Balade et rencontre artistique

*Vous habitez Liège ? Herstal ?*

Découvrez l'exposition et les balades exploratoires «Nourrir Demain », couplées avec une rencontre avec la Cie Adoc autour de leur spectacle «Nourrir l'Humanité - Acte II».

*L'exposition*

Plus qu'une exposition : une création pluridisciplinaire qui met en lumière les potentiels cachés du territoire pour une alimentation saine pour tous. Des habitants, experts, travailleurs racontent, explorent et agissent...

*Les balades*

Un parcours insolite vous emmène de La Cité Miroir, aux potagers du Coin de Terre à Bressoux en passant par la place Cathédrale à Liège ou la cité Wauters à Herstal...

Nourrir demain est un projet initié dans le cadre du dispositif «Champs des Possibles». Une organisation du Centre d'Action Laïque de la Province de Liège, de l'ASBL Arsenic2 et de la Compagnie Adoc. En partenariat avec La Bobine, le Plan de Cohésion Sociale de Herstal et la Régie des Quartiers de Herstal.

De 14h à 16h

HELMo Campus Guillemins  
35 rue de Harlez  
4000 Liège

Inscription :  
<https://nourrirliège.be/>



## Table ronde : Cantines Durables

La possibilité d'instaurer des cantines durables dans nos écoles est un enjeu fondamental de nos jours. D'ailleurs, HELMo Campus Guillemins a officiellement ouvert sa cantine durable en mars 2019. Ainsi, les 3000 étudiants du campus ont désormais la possibilité de manger local, sain et savoureux lors de leurs pauses de midi. En partenariat avec Influences Végétales, la Ceinture Aliment-Terre Liégeoise, Jefar asbl et HELMo en transition, ce projet pilote, financé en partie par la Région wallonne, se veut un véritable laboratoire de changement pour une alimentation durable dans les collectivités. À l'occasion de cette table ronde centrée sur les cantines durables, différents intervenants interviendront : CDCD / ISOSL / Devenirs / Manger Demain / Proxial / TCO / Ville de Montpellier.

---

De 14h à 16h

CRIE de Liège  
Parc du Jardin Botanique  
3 rue Fusch - 4000 Liège

Gratuit, sur réservation  
<https://nourrirliege.be/>



---

## Atelier «Je crée mon Potager Bio»

### Dans le cadre du Projet Interreg Noé/Noah

---

Pour découvrir de manière concrète les étapes de la création d'un potager bio et son écosystème avec Stéphanne Mostenne, chargé des formations des services agricoles de la Province de Liège.

---

De 10h à 18h

rue d'Amercoeur 60/17  
4020 Liège

Gratuit

Réservation obligatoire  
<https://nourrirliege.be/>

---

## Bac potagers avec l'asbl Vaincre La Pauvreté

---

«Présentation de l'ASBL Vaincre La Pauvreté et de ses activités, notamment les ateliers «bacs potagers» qui se tiennent dans les jardins des locaux en Amercoeur (présentation d'une maquette des bacs). Un quiz axé sur l'alimentation sera proposé et les gagnants recevront un bon d'alimentation saine et locale !

Une soupe (chaude ou froide) et/ou une petite douceur fabriquée dans les ateliers sera offerte.»

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Défense des terres

La journée du 13 mai est dédiée aux initiatives de défense des terres. Lors de cette journée, de nombreux collectifs qui défendent des territoires seront présents pour parler de leur expérience et leur lutte. Soutenir ces luttes est important dans le cadre de la transition alimentaire, puisqu'il s'agit de défendre des zones de la bétonisation pour conserver la biodiversité et des espaces à cultiver !

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : Occupons le terrain, le Collectif Nalvaux, le Ry-Ponet, Robin di Bwès, Stop Alibaba & co, Un air de Chartreuse, le groupement CHB, Les Forêts-jardins de Liège, Terre-en-vue et la Brasserie Coopérative liégeoise.

De 14h30 à 17h

Campus de Liège centre-ville  
Bâtiment du 20-Août  
au fond de la cafétéria

## Distribution brochure et bons alimentation locale

Lors de la distribution des paniers solidaires aux étudiants de l'ULiège, les étudiants auront l'occasion de repartir avec une brochure «Se Nourrir Autrement à Liège» ainsi que des bons d'alimentation locale après qu'ils aient remplis un sondage en ligne à propos de la future Maison de l'alimentation liégeoise.

À 14h30 / À 15h30

Place Cathédrale,  
dans le camion aménagé  
de Nourrir Liège

Inscription obligatoire :  
De préférence via ce formulaire :  
<https://framaforms.org/formulaire-dinscription-rencontre-debat-reseau-des-relais-de-stop-alibaba-le-jeudi-13-mai-2021>

Ou bien par téléphone à Léo  
au 0496 454 770

## Rencontre «Réseau des relais de Stop Alibaba & co »

Le “Réseau des relais de Stop Alibaba & co” rassemble des citoyens et citoyennes qui souhaitent s’engager dans le combat contre Alibaba et l’extension de l’aéroport de Liège.

Nous vous attendons, autour d’un bon verre de jus de pomme local, à notre chalet d’information pour de riches échanges.

Nous organisons également deux séances de rencontre-débat (sur inscription) dans le camion aménagé de Nourrir Liège. Elles permettront de débattre des enjeux de la lutte contre Alibaba et l’extension de Liège Airport et d’échanger sur les moyens d’information et de mobilisation proposés et à élaborer.

De 10h à 11h

Benne cuisine, QG Nourrir Liège,  
Place Cathédrale

Cette conférence sera sonorisée

Infos et inscriptions sur :  
<https://nourrirliege.be/programme/>



## Biodiversité urbaine et sciences citoyennes

Conférence ouverte à l’air libre autour des sciences citoyennes et des problématiques de biodiversité urbaine. Exemple d’un laboratoire collaboratif citoyen en région liégeoise visant à développer des projets scientifiques ancrés localement et construits sur base d’intelligence collective autour de thématiques telles que l’écologie et la biodiversité en milieu urbain (maillage écologique, conservation, etc.), la restauration écologique des sols ou encore les problématiques de production (permaculture, etc.) et de consommation (recyclage, sobriété) individuelles et collectives. Focus sur le premier «bioblitz» organisé le 6 juin prochain à la Chartreuse.

18h30

Gratuit, réservation obligatoire.

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliege.be/>



## En-JEUX : L’agriculture paysanne et le «SPG» Découverte du système participatif de garantie

Introduction ludique aux enjeux de l’agriculture paysanne et des labels... Découverte du SPG (système participatif de garantie) sous forme de jeu.

De 15h à 17h

Dôme Arsenic2 aux ACEC  
Rue Pierre Joseph Antoine, 79  
4040 Herstal

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/programme/>



## Conférence sur «Les Affaires Climat»

La Commission environnement du barreau de Liège vous propose une conférence sur le contentieux climatique. Plusieurs affaires emblématiques seront abordées par leurs représentants.e.s. et expert.e.s. Une occasion de découvrir des procédures qui visent à mettre les Etats face à leurs responsabilités en matière de climat. Une thématique essentielle dès lors que l'agriculture et notre alimentation industrielle représentent 30% des émissions de gaz à effet de serre.

De 10h30 à 12h30

Rue du bâneux 75  
4000 Liège

Prix libre à payer à la fin de l'activité;  
via [joffrey@lacitesinvente.be](mailto:joffrey@lacitesinvente.be)  
ou au 0498 20 36 13

chaussures de marche, équipement  
de pluie si nécessaire et carnet de  
notes pour ceux qui le désirent

## Balade gourmande sur nos terres

Des plantes sauvages dans l'assiette

Partons à la découverte des plantes sauvages comestibles qui poussent sur nos terres. Tout au long de la balade, nous éveillerons nos sens grâce à différentes approches ludiques et didactiques. Une manière originale de se réapproprier notre environnement proche !

Attention, la balade comporte du dénivelé.  
Une activité proposée par l'asbl La Cité S'Invente

À 14h

Rdv sur la passerelle au dessus  
de la gare Palais/Saint Lambert

Inscription obligatoire par mail  
[info@beaumur.org](mailto:info@beaumur.org)

## Balade Incroyables Comestibles

Entre Pierreuse, les coteaux et Saint Léonard

Une balade dédiée au projet des Incroyables Comestibles/Permis de Végétaliser. A la découverte de la dynamique dans le quartier Pierreuse, bol d'air dans les coteaux pour arriver en Saint Léonard et ses nombreux bacs!

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée Commerce Équitable

La journée du 14 mai est dédiée au commerce équitable. Cette journée va accueillir des artisans qui travaillent en commerce équitable, un atelier chocolat, des animations sur la thématique et bien d'autres...

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : Belgian Fair Trade Federation - BFTF, Bean to Bar, la Brasserie Coopérative liégeoise, Miel Maya Honing, Ethiquable, Millésime Chocolat, Café Chorti et la Brasserie de la Lesse.

De 9h30 à 16h

Rue Fond du Chat  
4020 Jupille  
(se garer le long de la rue Beyne)

Inscription obligatoire sur  
<https://brigadesactions paysannes.be>

5 personnes participantes maximum

## Chantier collectif au champ des Possibles avec les Brigades d'Actions Paysannes

Le Champ des Possibles est un projet de maraichage diversifié en CSA (Agriculture Soutenue par la Communauté) et en auto-cueillette, sur les hauteurs de Jupille. Venez soutenir François Sonnet en mettant les mains dans la terre : désherbage, buttage pomme de terre, etc. Pique-nique prévu.

À 11h

Benne-Cuisine  
Place Cathédrale

Prix : 15€  
(1h - kit de 3 chocolats compris)

Infos et réservation par email  
[info@bean-to-bar.be](mailto:info@bean-to-bar.be)

En cas de visio-conférence, les participants devront aller récupérer leur kit de dégustation dans un point de vente partenaire liégeois à définir



## Initiation à la dégustation de chocolat

Les enjeux de la filière cacao

Découverte des terroirs du chocolat, de Madagascar au Vietnam en passant par le Pérou. Un moment ludique et didactique pour s'initier à la dégustation de chocolat «bean-to-bar» tout en s'attardant sur les enjeux écologiques et humains de la filière cacao.

À 16h

benne-cuisine du QG  
Place Cathédrale, Liège

Infos supplémentaires :  
<https://nourrirliège.be/>



## Millésime Chocolat : un chocolat équitable

### Conférence

Conférence sur l'histoire et l'élaboration du Chocolat Millésime - manufacture bio et équitable de la fève à la tablette (bean-to-bar).

À 17h

Espace Georges Truffaut  
rue de Lille 5 à 4020 Liège

Réservations obligatoires Arsenic2:  
Séverine.Chenoix - 0477/778510  
ou [severine@arsenic2.org](mailto:severine@arsenic2.org)

15€: rencontre autour de l'exposition Nourrir Demain + balade  
+ rencontre autour du spectacle  
«Nourrir l'Humanité - Acte II»

10€: uniquement rencontre  
autour du spectacle «Nourrir l'Humanité - Acte II»  
Dans ce cas, rendez-vous directement à 13h30 au Potager Coin de Terre - Rue E.Malvoz à hauteur du 63A à 4020 Bressoux

## Nourrir Demain

### Balade et rencontre artistique

*Vous habitez Liège ? Herstal ?*

Découvrez l'exposition et les balades exploratoires «Nourrir Demain », couplées avec une rencontre avec la Cie Adoc autour de leur spectacle «Nourrir l'Humanité - Acte II».

*L'exposition*

Plus qu'une exposition : une création pluridisciplinaire qui met en lumière les potentiels cachés du territoire pour une alimentation saine pour tous. Des habitants, experts, travailleurs racontent, explorent et agissent...

*Les balades*

Un parcours insolite vous emmène de La Cité Miroir, aux potagers du Coin de Terre à Bressoux en passant par la place Cathédrale à Liège ou la cité Wauters à Herstal...

Nourrir demain est un projet initié dans le cadre du dispositif «Champs des Possibles». Une organisation du Centre d'Action Laïque de la Province de Liège, de l'ASBL Arsenic2 et la Compagnie Adoc. En partenariat avec La Bobine, le Plan de Cohésion Sociale de Herstal et la Régie des Quartiers de Herstal.

---

À 19h

Manège de la Caserne Fonck

Pour réserver vos places, veuillez  
contacter Mathilde Compas:  
[mathilde@catl.be](mailto:mathilde@catl.be)

Ne tardez pas !



---

## Conférence d'Arthur Keller

---

Arthur Keller, auteur-conférencier sur les questions d'énergie, de climat et de transition écologique vient rencontrer le public liégeois pour une conférence en lien avec l'exposition de Mathieu Loiseau. Cette exposition «Twice as Bright» (vernissage le 8 mai au Manège Fonck) présente une série de dessins scénarisés par Arthur Keller ayant pour thème l'effondrement de la société américaine du fait de catastrophes climatiques et de la fin du pétrole. L'occasion pour explorer et mieux appréhender les vulnérabilités de notre société mais aussi les pistes de résilience, en particulier sur le plan alimentaire.

---

À 19h

Centre Liégeois du Beau-Mur ASBL  
Rue du Beau-Mur, 48  
4030 Liège (Grivegnée)

infos supplémentaires :  
<https://nourrirliege.be/>



---

## Diffusion du film: Il était une fois dans nos sols

---

### Un film réalisé par Greenotec asbl

---

Érosion des sols, changement climatique, protection de la biodiversité... Les enjeux sont énormes pour le secteur agricole. Aujourd'hui, le sol ne peut plus être considéré uniquement comme une surface de production à rentabiliser, mais comme un allié, une ressource à protéger. Avec le documentaire « Il était une fois dans nos sols », Greenotec veut mettre en lumière les actions d'agriculteurs passionnés et le rôle positif des techniques de l'agriculture de conservation des sols (ACS) sur nos sols wallons et sur la biodiversité. Il présente notamment cette agriculture comme une des solutions au problème du réchauffement climatique. La diffusion du film sera suivie d'un débat avec des intervenants de Greenotec et des agriculteurs liégeois.

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée des producteurs

«La journée du 15 mai est dédiée aux producteurs locaux. Venez découvrir les produits de chez nous, et soutenir les initiatives locales!

Pour l'occasion, retrouvez dans les chalets Place Cathédrale : ASBL Cynorhodon, ASBL Les Millefeuilles, la Ferme de Bergifa, la Brasserie Coopérative liégeoise, Frysa, les Vins de Ludo...

À 9h30

Espace Georges Truffaut  
rue de Lille 5 à 4020 Liège

Réservations obligatoires Arsenic2:  
Séverine Chenoix - 0477/778510  
ou [severine@arsenic2.org](mailto:severine@arsenic2.org)

10€: uniquement rencontre  
autour du spectacle «Nourrir l'Humanité - Acte II»  
Dans ce cas, rendez-vous directement à 13h30 au Potager Coin de Terre - Rue E.Malvoz à hauteur du 63A à 4020 Bressoux

## Nourrir Demain

### Balade et rencontre artistique

Balade exploratoire autour de la cueillette (+/- 3 heures) Droixhe-Bressoux recelle de richesses insoupçonnées. Savez-vous que certaines plantes que nous avons à deux pas de chez nous peuvent être cueillies et cuisinées? A nous les quiches, bonnes soupes et desserts! Nous en profiterons pour découvrir également le patrimoine de ce quartier.

9h30 — Balade au départ de l'Espace Georges Truffaut –  
10 personnes maximum.

12h30 — Dégustation d'une soupe avec la cueillette du  
jour au Potager Coin de Terre à Bressoux en  
suivant la recette de l'animatrice. Dégustation :  
prix libre

14h — Rencontre avec la Cie Adoc autour de leur spectacle « Nourrir l'Humanité-Acte II »

De 9h30 à 17h

Rue d'Angleur, 92  
4130 Tiff

Inscription obligatoire sur  
<https://brigadesactionspaysannes.be>  
Prévoyez votre pique-nique.

15-20 participants maximum

## Chantier participatif chez Vent de Terre avec les Brigades d'Actions Paysannes

Vent de Terre est une coopérative qui travaille en agroécologie: maraichage, pain au levain, fruits et petits fruits, pressage de pommes et de poires, formations et animations, etc. Pendant une journée, allons soutenir leur travail ! Au programme, entretien des aromates, du verger et des petits-fruits puis paillage au BRF. Pour la pause midi, prends ton pique-nique et Vent de Terre prévoit une dégustation de leur jus de fruits maison !

De 10h à 16h

Rue du Plope 4000 Liège,  
le champ en face du terrain  
de football

Inscription obligatoire sur  
<https://brigadesactionspaysannes.be/>

Prévoyez votre pique-nique

## Chantier participatif chez les Pousses Poussent avec les Brigades d'Actions Paysannes

«David, Félicie et Loïc, trois maraichers, vous invitent avec beaucoup de joie à les aider dans leur champ de légumes, là-haut sur la montagne Sainte Walburge. Ils entament leur deuxième saison, en partenariat privilégié avec Les Petits Producteurs, la Ceinture Aliment-Terre Liégeoise et la Ville de Liège. Au programme : plantations, paillage, semis, etc. Venez avec votre pique-nique, qui sera accompagné de la soupe chaude dont David a le secret !

De 13h à 17h

Boulangerie Au Four et au Jardin  
rue Lamarck 57  
4000 Liège

Atelier limité à 10 personnes.  
Apporte 2 bocaux en verre pour  
reprendre tes levains ainsi qu'un  
tablier et repars avec tes pains.

Infos et réservation au 0499/82.63.97  
par téléphone ou sms. L'atelier est à  
30 euros à payer sur place ou sur le  
compte de l'ASBL Viens !  
BE07 1431 0533 8566

## Viens faire ton pain et ton levain naturel

Viens apprendre à faire ton levain naturel et ton pain au sein d'une boulangerie artisanale. Notions théoriques et mise en pratique. Comparaisons- intérêts des différents types de fermentations (levure sèche, levure fraîche, levain naturel) et applications au quotidien.

---

De 13h à 16h15

Manège de la Caserne Fonck  
Rue Ransonnet, 2  
4020 Liège

---

## Forum CATL : «Précarité et alimentation durable»

---

La Ceinture Aliment-terre Liégeoise (CATL) vous propose un Forum consacré à la thématique centrale du festival Nourrir Liège : les liens entre alimentation durable et précarité. Cet événement débutera par une conférence gesticulée de Mathieu Dalmais, agronome et formateur sur la Sécurité Sociale de l'Alimentation. Par la suite, le Forum ouvrira un espace de propositions autour de projets actuellement en construction à Liège et ailleurs.

Outre la co-construction de projets locaux, le Forum est également l'occasion d'échanger des réflexions aux côtés de nos partenaires : le Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté, la Fédération des Services Sociaux, Rencontre des Continents, Agroecology in Action, FIAN, et bien d'autres.

---

De 13h15 à 17h30

Au coin des rues Pouplinet Monulphe  
4000 Liège

à partir de 15 ans ;  
5 euros pour les 2 activités ;

Inscription obligatoire sur  
<https://pointculture.be/>

Seul le paiement en ligne confirme votre inscription ; Limité à 10 personnes ; Si vous possédez une loupe de naturaliste, n'hésitez pas à l'emporter ;

Guides du jour :  
Pierre-Charles Offergeld et Xavier Jadoul.

Attention l'atelier dans la serre aura lieu en fonction des mesures sanitaires officielles.

---

## Activités aux Jardins Suspendus de Jonfosse ! Balade végétale, visite de la serre et semis

---

13h30-15h30 Balade végétale avec Pierre-Charles: les plantes sauvages qui s'invitent au jardin en Mai ne sont pas les mêmes qu'en Mars ? Bien des choses ont changé. Observations, particularités, reconnaissance. Comestibles ? Mellifères ?

15h30-17h30 Visite de la serre du comité de quartier St-Gilles et animation d'un atelier semis par Xavier. Découvrons la serre auto-construite où nous réaliserons quelques semis en discutant de nos pratiques. Si vous avez des graines à échanger, n'hésitez pas. Venez et repartez avec vos pots ensemencés.

---

De 17h à 19h

sur le site de L'ESA Saint-Luc,  
boulevard de la constitution, 41,  
Liège 4020

Pour réserver versez 20 euros  
(10 euros + 10 euros suspendus)  
par repas sur le compte bancaire:  
BE22 0682 4939 8747 avec  
communication structurée  
NOURRIR LIEGE - Nom + prénom

Possibilité de livraison à domicile  
à vélo par la coopérative Rayon9

---

## Banquet Solidaire avec repas suspendus

---

L'asbl Echaffadage s'associe à l'équipe de Nourrir Liège pour vous proposer un repas original bio local et végétarien (sur une idée originale du chef Nicolas Decloedt du restaurant bruxellois Humus & Hortense) Parce qu'il est essentiel de se faire plaisir tout en pensant aux autres, nous vous proposons le système de «repas suspendu» où vous commandez un menu pour vous tout en offrant la possibilité aux bénéficiaires de plusieurs associations liégeoises (Sortons du Bois, Vaincre la Pauvreté, CPAS) mais aussi des artistes et artisans en difficulté (via le CRC) de manger un bon repas. En fonction des conditions sanitaires vous pourrez consommer sur place ou venir chercher votre repas à emporter.

---

À 20h

Manège Fonck Rue Ransonnet 2,  
4020 Liège

entrée prix libre

---

## Soirée de clôture du «Flexival»

---

en fonction des conditions sanitaires

Pour finir sur une touche festive, nous vous proposons Hafid & Luis «los mariachis de la guinguette»: Rock'n'roll cumbia musette fiesta teuf.

Toute la journée

Place Cathédrale, Liège



## Journée de clôture

La journée du 16 mai marque la fin du Flexival Nourrir Liège. Pour l'occasion, profitez-en pour rencontrer de nouveaux producteurs et transformateurs locaux.

Retrouvez dans les chalets Place Cathédrale: ASBL les Mille-feuilles, la Ferme Bergifa, Frysa, la Brasserie Coopérative liégeoise, les Vins de Ludo, Biomilk...

De 8h à 14h

Quai de la Batte  
4000 Liège

## Stand sur le marché de la Batte

Retrouvez sur ce marché dominical emblématique, les fruits et légumes du maraîcher «Au Fond des Pans», cultivés dans le village de Deigné à 20 km de Liège. Il travaille dans le plus grand respect de la terre et de l'environnement, sans pesticide ni engrais chimique. Sur son étal vous trouverez les brochures gratuites « Se Nourrir Autrement à Liège », la bible de l'alimentation durable à ne pas manquer !

À 14h

Rue Lamarck, 57/2,  
4000 Liège

Balade de +/- 6 km,  
1 forte pente

+/- 3h

Inscriptions sur  
[www.nourrirliege.be/programme](http://www.nourrirliege.be/programme)

## Balade découverte des Forêts-jardins de Liège Comment créer un système nourricier à Liège ?

En partant de l'écocentre de la Cité s'invente, découvrons la Forêt-passion - source de systèmes nourriciers alternatifs, puis baladons-nous dans les coteaux au fil des essaimages de cette première forêt-jardin à Liège. Nous passerons par des lieux inspirants - comme le Jardin-poème, et finirons en plein cœur de Saint Léonard, dans le cadre d'une boulangerie atypique, pour comprendre la naissance d'une forêt-jardin même dans les conditions les plus défavorables de la ville.

De 10h à 15h

Départ et Retour au QG Nourrir  
Liège Place Cathédrale

Inscription via  
[www.urbagora.be/agenda](http://www.urbagora.be/agenda)

## Randonnée Urbaine « Par où ça pousse » Liège Orbitale à la rencontre de l'agriculture

« Liège Orbitale » est un parcours de randonnée urbaine qui propose de (re)découvrir Liège sous un jour nouveau. Nous vous invitons à l'arpenter sur le thème de l'agriculture urbaine. Des potagers ouvriers aux récentes forêts-jardins nourricières, nous explorerons les interstices de la ville « par où ça pousse ».

16 mai 2021  
De 10h à 12h30

Rue Chapelle Sainte-Maurice  
Rue Coupée

7,50 euros, réservation par mail  
[info@damind.org](mailto:info@damind.org)

## Balade nature plantes comestibles Se nourrir autrement

Baladons-nous dans la nature pour une soufflée d'air frais à la découverte des plantes comestibles ! Vous l'aurez compris, le sens mis à l'honneur lors de cette balade sera le sens du « goût », donc à vos papilles !

Tout au long de cette balade, nous découvrirons les vertus des plantes rencontrées sur le site des Tawes et nous vous expliquerons comment les utiliser en cuisine... Venez passer un moment convivial et d'échange avec nous dans la nature avec Amandine, notre animatrice nature.

De 13h à 18h

Rue Molinvaux 265 Bte 11  
4000 Liège

Participation gratuite.  
Pas de réservation.

Rendez vous au départ de la ballade/  
rallye au coin de la rue des genets et  
du boulevard Jean-Théodore Radoux

## Ballade / Rallye autour de terres maraîchère Quartier Naniot / Molinvaux

On part pour une promenade de deux heures en famille passant par plusieurs endroits du quartier. Cinq étapes vous attendent avec des jeux pour enfants et adultes. Une surprise récompensera les meilleurs.

De 14h à 15h30

Théâtre Universitaire (Turlg)  
1, Quai Roosevelt  
4000 Liège

Gratuit, réservation obligatoire  
sur <https://nourrirliège.be/>

## Spectacle de Marionnettes - débat

### Sensibilisation à l'agriculture urbaine

ULiège et la Province de Liège vous invitent à une séance de sensibilisation débat, introduite par un spectacle de marionnettes (une activité proposée dans le cadre du Projet Interreg Grande Région NOÉ/NOAH) qui gravite autour de la thématique de l'agriculture et l'écologie urbaines, réalisé par Jamil. La séance commencera par la diffusion du spectacle (pré-enregistré) qui dure une trentaine de minutes, suivi d'un débat animé par l'Université de Liège et l'un de ses conférenciers spécialiste du sujet.



