

ET DANS LES AUTRES COMMUNES CITTASLOW BELGIUM

A MAASEIK

KNAPKOEKFEEST

DIMANCHE 01.09

MARKT Z/N
3680 Maaseik

DE 13H À 18H

Tarif : accès gratuit

Informations sur
<https://www.visitmaaseik.be>



Pendant la «knapkoekfeest», un knapkoek géant est cuit dans un four à bois mobile sous la surveillance de notre maître-boulangier. Le gâteau a un diamètre d'environ trois mètres et est cuit sous l'œil vigilant des maîtres boulangers de Maaseik. Après la cuisson, le gâteau est brisé en petits morceaux et distribué à la population par le groupe folklorique «Knapkoekers».

Ce jour-là, vous pourrez visiter le marché des produits régionaux et de l'artisanat. Le divertissement sera bien sûr assuré !

A JURBISE

MARCHÉ

« Les Virées du Terroir »

JEUDI 05.09

PARC COMMUNAL ET SALLE CULTURELLE « JACQUES GALANT »
Rue du Moustier 8, 7050 Jurbise

DE 17H À 20H

Tarif : accès gratuit



L'objectif de ce marché artisanal mensuel est de favoriser la consommation en circuit-court et de mettre en avant les commerçants locaux. Au menu : confiseries, pains, épices, saucissons, légumes bio, bières, olives, fromages, tapenades, confitures, miel, chocolat, plats « maison », quiches, jus de fruits, ail... Mais aussi articles de décoration, savons et cosmétiques naturels, bijoux et bien d'autres encore.

Dans le cadre de la Cittaslow Week, la diététicienne communale vous fera déguster des recettes saines et faciles à reproduire, réalisées à base de produits issus du marché.

CONFÉRENCE-ATELIER

pour une alimentation saine

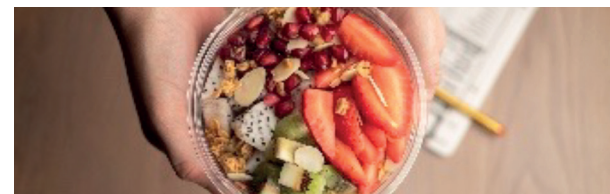
MARDI 17.09

DANS L'ORANGERIE DE LA SALLE « JACQUES GALANT »
Rue du Moustier, 7050 Jurbise

18H30

Tarif : accès gratuit

Inscriptions auprès du service Diététique au 0495/14.40.50 (idéalement par SMS) ou via elise.leurident@commune-jurbise.be



Il n'existe pas de recette ni de régime alimentaire miracle pour bien manger. Avant tout, cela revient à adopter une alimentation variée et équilibrée.

La responsable de Viasano et la diététicienne communale vous partageront leurs trucs et astuces pour allier santé et plaisir dans l'assiette: lecture d'étiquettes, propositions d'alternatives et recettes rapides à reproduire chez soi...

BALADE GUIDÉE

sur le thème des plantes sauvages comestibles

MERCREDI 18.09

PARC COMMUNAL
Rue du Moustier 8, 7050 Jurbise

DE 14H À 16H30

Tarif : Gratuit

Inscriptions auprès du département Animations-Projets au 065/37.74.31 ou via christophe.leblond@commune-jurbise.be



Saviez-vous que certaines plantes appelées à tort « mauvaises herbes » sont en fait comestibles, saines et savoureuses ?

Au cours d'une balade ludique et interactive guidée par l'ASBL Cuisine Sauvage, apprenez à reconnaître et utiliser les plantes sauvages qui nous entourent! Ces nouvelles connaissances modifieront votre autonomie alimentaire et votre regard sur la nature.

ATELIER

« Mangeons bien, mangeons jurbisien »
sur le thème des pickels, tartinades et kimchi

JEUDI 19.09

SALLE « LA VACRESSOISE »
D'HERCHIES
Rue Valère Letot 16, 7050 Jurbise

DE 10H À 13H

Tarif : 5€/pers.
(payables en liquide sur place)

Inscriptions auprès de la diététicienne communale au 0495/14.40.50 (idéalement par SMS) ou via elise.leurident@commune-jurbise.be.



Coraline Laurent de Myum! vous apprendra comment mettre en bocaux, mieux conserver et aromatiser les légumes locaux et de saison.

ATELIER

« Débuter le zéro-déchet sans prise de tête »

JEUDI 19.09

SALLE « GUY CAULIER » DE MASNUY
SAINT-JEAN
Rue des Déportés 18, 7050 Jurbise

DE 18H30 À 20H30

Tarif : Gratuit

Inscriptions auprès du service Projets au 065/37.74.60 ou via info@jurbise.be



Envie de passer à un mode de vie plus responsable ? La Commune de Jurbise et Hygea organisent un atelier gratuit dédié au mouvement zéro-déchet.

Au programme : conseils, petites habitudes à changer pour faire ses courses, recettes de base pour nettoyer la maison ou fabriquer ses cosmétiques... Vous gagnerez de la place dans vos armoires, dans vos poubelles et dans votre portefeuille ! Les participants repartiront avec un dentifrice et un carnet de recettes.

A CHAUFONTAINE

BALADE DES SAVEURS

SAMEDI 21.09

DIMANCHE 22.09

DÉPART DU DOMAINE BELLUM FAGETUM
Aux Grands Champs 47, 4052
Chaufontaine

LE SAMEDI DE 16H30 À 18H30
ET
LE DIMANCHE DE 10H À 13H30

Tarif : 51€ pour le menu 7 services avec une boisson/étape comprise

Réservation obligatoire sur
<https://visitchaufontaine.be/evnement>



Cette année, Visit Chauffontaine vous propose une nouvelle édition de sa Balade Gourmande, alliant nature et plaisirs du vin !

Au programme, de belles découvertes: cette 11^{ème} édition vous emmènera sur les plus beaux sentiers de balade dans les environs de Beaufays, entre sentiers boisés, chemins à travers champs et quartiers calmes. Chauffontaine possède deux vignobles sur la commune et cette année, le départ de la balade et l'apéro se feront au Domaine Bellum Fagetum dans un magnifique écrin de nature. Le parcours fera également étape à la nouvelle Académie de Golf de Beaufays, de quoi découvrir des lieux inédits de la commune.

Venez goûtez à l'ambiance conviviale de cet événement due aux sympathiques participants mais aussi aux partenaires gourmands. Ces derniers éveilleront vos papilles en concoctant un menu décliné autour du vin.

A BEAUVECHAIN

DRING DRINK

DIMANCHE 15.09

PLACE COMMUNALE DE
BEAUVECHAIN

DE 10H À 17H

Tarif : accès gratuit

Informations sur www.beauvechain.be ou auprès de Tessa Maet mobilité@beauvechain.be – 010/86.83.16



Participez à cette journée alliant mobilité douce et commerce local!

Au programme: une bourse aux vêtements, une bourse aux vélos, un apéro en musique, un atelier testing de vélos, un atelier vélo pour les enfants, des foodtrucks locaux dont le foodtruck Slow Food et Cittaslow.

BALADE MÉDITATIVE

LUNDI 16.09

BOIS DE MEERDAEL

15H

Tarif : Gratuit

Informations et inscriptions auprès de Sylvie Degimbe - pcs@beauvechain.be - 010/86.83.24



Découvrez le bois de Meerdael autrement grâce à cette balade méditative organisée en collaboration avec le Gal culturalité.

BALADE À VÉLO

DIMANCHE 22.09

DÉPART DEPUIS LA PLACE COMMUNALE DE BEAUVECHAIN

DÉPART À 9H

Tarif : Gratuit

Informations sur www.beauvechain.be ou auprès de Tessa Maet mobilité@beauvechain.be – 010/868316



Participez à cette balade découverte à travers la commune de Beauvechain, encadrée par le Guidon St-Martin.

Un verre de l'amitié vous attendra à votre retour.

ESTINNES

MARCHÉ DU TERROIR

DIMANCHE 06.10

PLACE DU CENTENAIRE

DE 10 À 17H

Tarif : Accès gratuit

Plus d'informations sur www.estinnes.be



Le village de Fauroeux vous attend pour son marché du terroir. Venez à la rencontre des producteurs de l'entité estinoise et de la région.

Au programme: animation musicale de 11h30 à 14h, petite restauration, dégustation de produits du terroir, animation pour enfants (châteaux gonflables, jeux en bois, ferme pédagogique, ...)

DAMME

DA'SMAKT

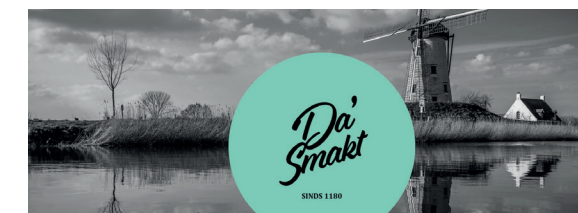
DIMANCHE 06.10

KERKSTRAAT 1, 8340 DAMME

10H À 19H

Tarif : Gratuit

Plus d'informations sur <https://www.visitdamme.be/Aanbod/index/42/dasmakt>



Da'Smakt, anciennement connu sous le nom de Damme Culinaire, est le festival des produits régionaux de l'Ommeland brugeois et du Zwinstreek. Il célébrera sa 20^{ème} édition cette année.

Pendant Da'Smakt, vous pourrez déguster un large éventail de produits locaux de Damme, du Zwinstreek et du Brugse Ommeland, les délices préparés par les associations de Damme et les créations de certains chefs de Damme.

SEMAINE SLOW FOOD & CITTASLOW WEEK

DU 14 AU 22 SEPTEMBRE



EDITO



La galaxie Slow conjugue ses efforts pour vous proposer une panoplie d'activités durant le mois de septembre autour du thème « Bien vivre et bien manger ».

La Semaine Slow Food et Cittaslow Week à Silly sera le moteur de la dynamique. D'autres communes du réseau Cittaslow Belgium y participeront également, une belle occasion de découvrir nos communes sœurs du mouvement Slow : Beauvechain, Chaudfontaine, Damme, Estinnes, Jurbise et Maaseik.

Les producteurs locaux et le patrimoine seront bien mis en valeur. Des conférences thématiques nous éclaireront sur les méthodes agricoles alternatives et sur des sujets de société comme la santé et le bien manger. Soyez nombreux à y participer ! La vie slow, c'est notre devise.

Christian Leclercq

Christian Leclercq

Bourgmestre de Silly - Président du Cittaslow Belgium



Cette semaine Slow Food & Cittaslow week nous présentera les différentes facettes complémentaires des philosophies «Slow». Mais qu'entend-on par ce terme? Slow veut bien dire «lent» mais nous emporte dans une réflexion positive! Positive par rapport à nos choix de vie et nos choix alimentaires. Ces choix, personnels, sont orientés par différents facteurs de notre environnement et de nos convictions.

Le programme proposé par cette semaine nous permettra d'améliorer encore notre qualité de vie. A vos agendas!

Cordialement Slow

S. Storme

Sabine Storme

Présidente du Convivium Slow Food « Les Saveurs de Silly »,
Coordinatrice de Cittaslow Belgium

A SILLY

LES LÉGUMES DE SAISON

Atelier culinaire chez Frédéric Devaux



«Passionné.e par la cuisine? Vous aimez explorer de nouvelles saveurs tout en respectant la nature et ses cycles? Alors, ne manquez pas notre atelier spécial « légumes de saison ».

Pour Fred, la cuisine est bien plus qu'une passion, c'est un héritage. Il vous ouvre les portes de son univers gourmand dans lequel vous découvrirez :

- Les 1001 manières d'accommoder les légumes de saison. Vous apprendrez à sublimer chaque saveur, chaque texture pour émerveiller vos papilles.
- Les principes de conservation des légumes : apprenez à prolonger le plaisir en conservant au mieux vos trésors de saison. Astuces et conseils pour que vos légumes gardent toute leur fraîcheur et leurs bienfaits nutritionnels.

Une occasion unique de vous reconnecter à la nature à travers la gastronomie.

SAMEDI 14.09

CHEZ FRED
Rue Pont Couwez 3, 7830 Bassilly

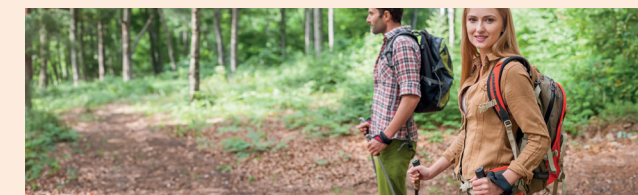
DE 10H30 À 14H30

Tarif : 40€ (atelier + repas) à payer à l'inscription sur le compte du Centre culturel BE43 068 24044 10 01

Inscription obligatoire : 068/552723 - carole@ccsilly.be

Une organisation du Centre culturel de Silly en collaboration avec le Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly ».

120 MINUTES D'ÉVASION... en mode Slow travel



« 120 minutes d'évasion... en mode Slow travel »
Le tourisme lent, à pied ou à vélo, et hors des sentiers battus vous intéresse? Ne manquez pas cette rencontre avec des spécialistes du sujet!

Au programme :

- Présentation des sentiers de grande randonnée par l'asbl Sentiers de GR
- Témoignage d'un voyageur lent - Welcome to my garden
- Préparer son itinéraire à vélo
- Verre de l'amitié
- Salon d'inspiration sur les itinéraires lents (livres de la BiblioLudothèque et des asbl présentes)

DIMANCHE 15.09

MAISON DE NORMANDIE
Place communale 22, 7830 Silly

DE 15H À 17H

Tarif : 3 € - 2 € membres SIS et Amis de l'Europe

Réservation souhaitée : 068/331606 - tourisme@silly.be

Une organisation du Syndicat d'initiative de Silly, en partenariat avec Cittaslow Belgium et le le Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly ».

CONFÉRENCE

« L'importance de la méditation zen dans notre monde actuel ».
Par Konrad Maquestiau



Curieux.ses de découvrir la pratique de la méditation zen et ses bienfaits ?

Joignez-vous à nous pour écouter et échanger avec le moine zen Konrad Kosan Maquestiau. Moine depuis 1995 et responsable du Shodo dojo de Halle depuis 2005, il est convaincu que c'est par le biais d'un véritable changement spirituel que nous pourrions trouver des solutions aux questions auxquelles nous sommes confrontés. Lors de cette conférence, il espère vous faire découvrir sa pratique de la méditation, celle issue de la tradition zen Sôto, et vous montrer combien, plus encore qu'une technique de bien-être, elle nous invite à modifier notre regard sur nous-mêmes et sur le monde.

LUNDI 16.09

MAISON DE NORMANDIE
Place communale 22, 7830 Silly

DE 19H-20H30

Tarif : Gratuit

Réservation souhaitée : 068/270566 - cittaslow@silly.be

Une organisation de Cittaslow Belgium et du Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly ».

CONFÉRENCE

« Santé et environnement. Quels sont les impacts de l'environnement sur la santé? »
Par le docteur Jean-François Simon.
PRIX HAINAUT HORIZON 2023



MARDI 17.09

MAISON DE NORMANDIE
Place communale 22, 7830 Silly

DE 19H30-21H30

Tarif : Gratuit

Réservation souhaitée : 068/552723 - carole@ccsilly.be

Une organisation du Centre culturel de Silly et du Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly ».

Venez écouter le docteur Simon, chef de Service de Gynécologie-Obstétrique CHU Ambroise Paré Mons, responsable de la Clinique de Fertilité de Mons

Depuis de nombreuses années, les preuves scientifiques de l'impact de l'environnement sur la santé sont connues. L'objectif de la conférence sera de partir des constatations de l'exposition de certains animaux à des substances chimiques de leur environnement pour cerner l'impact de ces substances chimiques, de ces polluants, de ces perturbateurs endocriniens sur la santé de l'Homme. Nous verrons comment, en pratique, nous pouvons mettre en place des programmes de soins, conscients de ces enjeux. Ce sera aussi l'occasion de repartir avec quelques « bons » réflexes pour améliorer votre santé environnementale.

CONFÉRENCE

« L'agroécologie, une réponse aux attentes des agriculteurs et des citoyens »

VENDREDI 20.09

SALON DE GRATY
Place de Graty 4, 7830 Graty

19H30 À 21H

Tarif : 3€

Réservation souhaitée : 068/250537 - slowfood@silly.be

Une organisation du Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly » et de Silly Environnement.



Vous êtes agriculteur et souhaitez en savoir plus sur l'agroécologie? Ne manquez pas cette intervention du professeur Alain Peeters, le spécialiste du sujet!

Agroécologiste, il a enseigné à l'UCLouvain pendant plus de 20 ans. Il a une large connaissance théorique et de terrain en agronomie et en écologie. Il a géré lui-même deux fermes. Il est directeur de l'association Terres Vivantes et Vice-Président de l'association européenne pour l'Agroécologie, Agroecology Europe. Pour cette conférence, il sera accompagné par Etienne Allard de la Ferme de Warelles.

MARCHÉ SLOW FOOD

DIMANCHE 22.09

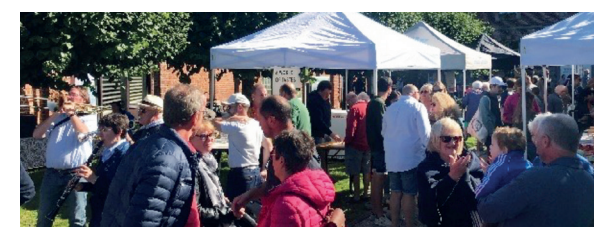
PARC DE LA MAISON COMMUNALE
7830 Silly

9H À 13H

Tarif : accès gratuit

Informations : 068/250537 - slowfood@silly.be

Une organisation du Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly » et de Cittaslow Belgium.



Venez découvrir les saveurs de votre région sur le marché Slow Food, le rendez-vous incontournable pour clôturer cette semaine Slow Food et Cittaslow Week.

Le Food Truck du Convivium Slow Food « Les Saveurs de Silly » vous proposera ses délicieux Slow Burgers, sur les notes entraînant du Tiltje's Band.

INAUGURATION

du Jardin des Simples

PARC DE LA MAISON COMMUNALE
7830 Silly

11H30

Tarif : Gratuit

Informations : 068/250504 - ecoconseiller@silly.be



A l'occasion du marché « Slow Food » qui se déroulera le dimanche 22 septembre prochain, nous vous convions à l'inauguration du « Jardin des Simples », un projet réalisé à l'initiative de la Plateforme de Transition Ecologique et de Propreté Publique en partenariat avec l'asbl « Coup de Pousse » dans le cadre de l'Opération de Développement Rural. Celui-ci a pour objectif de faire découvrir les vertus de certaines plantes sur notre santé. Nous vous donnons rendez-vous à 11h30 pour partager un verre de l'amitié dans le parc communal.

BALADE NATURE

Découverte des champignons

DÉPART DU MAQUISTORY
Chapelle de Saint-Marcoult, Rue Saint-Marcoult, face au 66, 7830 Silly

14H30

Tarif : 5 €/pers - 3€/membres du SIS et -16 ans

Réservation obligatoire sur www.tourisme.silly.be : 068/331606 - tourisme@silly.be

Une organisation du Syndicat d'initiative de Silly, en partenariat avec le Cercle des Naturalistes de Belgique « entre Dendre et Senne », Cittaslow Belgium et le le Convivium Slow Food « Les saveurs de Silly ».



Rejoignez-nous pour cette balade et partez à la découverte des champignons qui poussent dans nos champs et espaces boisés!

EN PLUS À SILLY

SLOW FOOD À L'ÉCOLE

LE SLOW FOOD POUR LES PETITS !

Durant toute la semaine, nous proposons aussi des collations et repas à base de produits locaux dans les 7 écoles de l'entité.

Un régal pour les enfants et l'occasion pour eux de découvrir le concept Slow Food !

ATELIERS D'INITIATION À LA PERMACULTURE ET À L'ALIMENTATION DURABLE À L'ÉCOLE.

La permaculture est une forme d'agriculture qui vise à s'inspirer de la nature pour développer des systèmes agricoles en synergie, basée sur la diversité des cultures, leur résilience et leur productivité naturelle. Françoise Hendrickx, animatrice spécialisée, initiera les élèves à la permaculture au sein despotagers des écoles de notre entité.

Une organisation du Convivium Slow Food « Les Saveurs de Silly »



Semaine Slow Food et Cittaslow Week

CONVIVIAM SLOW FOOD

« LES SAVEURS DE SILLY »

Sabine Storme

Place communale, 18 - 7830 Silly
068/25 05 37

slowfood@silly.be - www.lessaveursdesilly.be

Slow Food Silly

ASBL CITTASLOW BELGIUM

Sabine Storme - Adeline Werry
Place communale, 18 - 7830 Silly

068/25 05 37

cittaslow@silly.be - www.cittaslow.be

Cittaslow Belgium

EDITEUR RESPONSABLE

Sabine Storme - Place communale, 18 - 7830 Silly

