



**ENSEMBLE**



**MANGER MIEUX,  
GASPILLER MOINS**



**19 > 24  
NOVEMBRE**

**LE MEILLEUR DÉCHET EST CELUI QUE L'ON NE PRODUIT PAS !**

## **CENTRE-VILLE**

Slow Market / Rencontres / Conférences  
Ateliers culinaires et créatifs

**GRATUIT**

Programme détaillé sur [WWW.CAPBRETON.FR](http://WWW.CAPBRETON.FR)

**MARDI 19**

**14<sup>H</sup> > 16<sup>H</sup>30 BALADE COMMENTÉE**

Centre-ville (RDV devant la mairie)  
Partez à la découverte des espaces gourmands et des jardins partagés de la commune à l'occasion d'une visite guidée animée par les services de la Ville.  
Inscriptions sur [www.capbreton.festik.net](http://www.capbreton.festik.net) - 15 places max.

**MERCREDI 20**

**13<sup>H</sup>30 > 14<sup>H</sup>30 MASTER CLASS DE CUISINE**

Restaurant d'application - Lycée Louis Darmané  
Participez à deux ateliers culinaires suivis d'une dégustation et découvrez les bons gestes pour valoriser les aliments délaissés ou pour organiser une réception zéro déchet.  
Inscriptions sur [www.capbreton.festik.net](http://www.capbreton.festik.net) - 12 places max.

**15<sup>H</sup> > 17<sup>H</sup> ATELIER UPCYCLING « VENT ET VOILIERS »**

Médiathèque-ludothèque L'Écume des jours  
Partagez un moment convivial avec l'association « Les Voiles s'en mêlent » en apprenant à bricoler une éolienne éco-conçue.  
Informations au 05 58 72 21 61 - à partir de 7 ans (présence des parents obligatoire)

**19<sup>H</sup> CONFÉRENCE "LA PERMACULTURE À LA PORTÉE DE TOUS"**

Café - librairie Le Vent Délire  
Julie Bernier, auteure de plusieurs ouvrages tels que « Permaculture - Le manuel pour un jardin vivant et productif » aux éditions Solar, partagera ses conseils de jardinage.  
Suivie d'une séance de dédicaces

**SAMEDI 23 & DIMANCHE 24**

**10<sup>H</sup> > 19<sup>H</sup> SLOW MARKET**

Parc municipal des sports  
« Slowly Mag » s'associe à une vingtaine de créateurs et d'acteurs locaux autour de la « slow consommation ».  
L'occasion de découvrir les bonnes pratiques pour consommer moins et mieux !



**PROGRAMME**

**DIMANCHE 24**

**11<sup>H</sup> TABLE RONDE**

Parc municipal des sports  
Laurie Debove, journalisée indépendante et spécialiste des questions écologiques, animera une table ronde thématique « Faire germer le champ des possibles en ville et produire des aliments sains et goûteux ».  
Avec la participation du Jardin Fleur de Vie, de l'Association Landaise pour la Promotion de l'Agriculture Durable (ALPAD), du Domaine de la Pointe et de Végérarien.

**15<sup>H</sup>30 SPECTACLE JEUNE-PUBLIC**

Parc municipal des sports  
« Kyekeyku et Fred » présentera son spectacle intitulé « Manger mieux, gaspiller moins et suivez le petit colibri ». Durée : 30 min - Dès 2 ans.

**TOUTE LA SEMAINE**

**VISITE GUIDÉE DU JARDIN DU PETIT BARTHOT**

Inscriptions obligatoires au 07 49 45 30 10

**SITCOM**

- « Laisse parler ton cœur » : collecte de jouets sur les 22 déchetteries du SITCOM Côte sud des Landes au profit des associations partenaires.
- Journées de sensibilisation aux déchets sur le site de Bénésse-Maremne (sur inscription uniquement).

**EN +**

**DU 4 AU 19 NOVEMBRE CONCOURS DE RECETTES « ANTI-GASPI »**

Participez à ce concours inédit en partageant votre meilleure recette anti-gaspi, à l'écrit ou en vidéo, pour gagner de nombreux lots !  
Règlement en ligne sur [www.capbreton.fr](http://www.capbreton.fr)

>> Remise des prix lors du « Slow Market », le **samedi 23 novembre à 15<sup>H</sup>30.**

