

# les Estivales

du Pays Grenadois

été  
2019



gratuit  
pour tous

Expositions  
Gastronomie  
Activités sportives  
Patrimoine  
Marché de producteurs  
Visite d'entreprise



Programme complet sur [cc-paysgrenadois.fr/tourisme](http://cc-paysgrenadois.fr/tourisme)

# les Estivales 2019



**Mercredi 10 juillet**  
**>10h - 12h**

## SUCCOMBEZ AUX COSMÉTIQUES FAITS MAISON

La composition des cosmétiques vendus dans le commerce est très souvent chimique voire agressive pour la peau. Fabriquer son déodorant ou sa crème soi-même est la solution idéale pour ne prendre aucun risque et connaître l'ensemble des ingrédients les constituant. Venez découvrir des recettes naturelles, faciles à faire, rapides et surtout efficaces !



**Mardi 16 juillet**  
**>14h30 - 16h30**

## LA PÊCHE LES PIEDS DANS L'EAU

Pêche aux poissons blancs avec l'AAPPMA Grenadoise. Matériel prêté.

**Jeudi 11 juillet**  
**et jeudi 22 août**  
**>9h30 - 16h**

## L'ADOUR EN CANOË

Descente de l'Adour au fil de l'eau en compagnie d'une technicienne naturaliste du Conseil Départemental, du SIMAL et de l'association La Grange.



**Lundi 22 juillet**  
**>14h - 16h**

## FANTASTIK EN FOLIE !

Partagez avec Annie Metatidj la réalisation d'un dessert estival qui met en valeur les fruits de saison. Une préparation simple mais très particulière à découvrir.



**Mardi 16 juillet**  
**>17h - 23h**

## JOURNÉE TOURISME EN ESPACE RURAL

Visite d'un élevage de poulets avec Hugo Galaber qui expliquera les temps forts de son activité. Ses volailles, estampillées label rouge, sont élevées en plein air dès le 1<sup>er</sup> jour et jusqu'au 85<sup>ème</sup>. Cet agriculteur local présentera également ses cultures céréalières.

Repas organisé par les jeunes agriculteurs à 20h.



**Jeudi 18 juillet**  
**>10h - 12h**

## ATELIER QI GONG

Initiation à une gymnastique douce et relaxante d'origine chinoise avec Yolande Chauvet.

**Mercredi 24 juillet**  
**>18h - 23h**

## MARCHÉ DE PRODUCTEURS DE PAYS

À Bascons, une quinzaine de producteurs vous permettront de composer des assiettes-repas avec un large choix d'ingrédients issus des circuits courts. Animation musicale garantie par trois groupes locaux, la banda Les Infatigables, la bande à Maé et un duo cordes-vocales.



**Jeudi 25 juillet**  
**>10h - 12h**

## LA BASTIDE DÉVOILÉE

Visité guidée de la Bastide de Grenade sur l'Adour. Autour de la place centrale ornée de cornières et d'arcades, nos regards sont interpellés par de vieilles bâtisses des XIV<sup>ème</sup> et XV<sup>ème</sup> siècle. Du pont de l'Adour, s'offre une vue très pittoresque sur des maisons d'époque aux balcons de bois bordant le fleuve.



**Mardi 23 juillet**  
**>14h30 - 16h30**

## FABRICATION DE PÂTES ARTISANALES

Moment de détente avec Véronique (Le Sicilia) pour tout apprendre sur les pâtes, de la fabrication à base de produits frais à la dégustation.

**Mardi 13 août**  
**>10h - 12h**

## L'HISTOIRE DE LA BASTIDE

La visite commentée par Jeanne-Marie FRITZ, historienne, de la Bastide de Cazères sur l'Adour, vous plongera au cœur de la vie médiévale.



**Mercredi 14 août**  
**>10h - 12h**

## DANS LES COULISSES D'UNE GRAVIÈRE

Visite guidée de la gravière GAÏA (ex GAMA) proposée par Monsieur Chausse, son directeur. Découvrez de quelle manière sont extraits les matériaux naturels destinés au bâtiment, aux travaux publics et la décoration. Une activité à mi-chemin entre industrie et biodiversité.



**Informations**  
**Réservations**

**05 58 45 45 98**