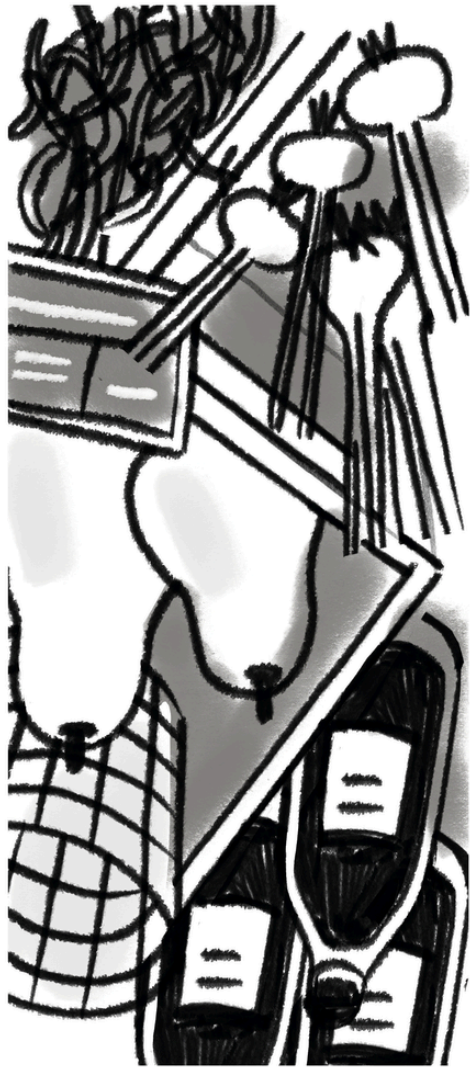


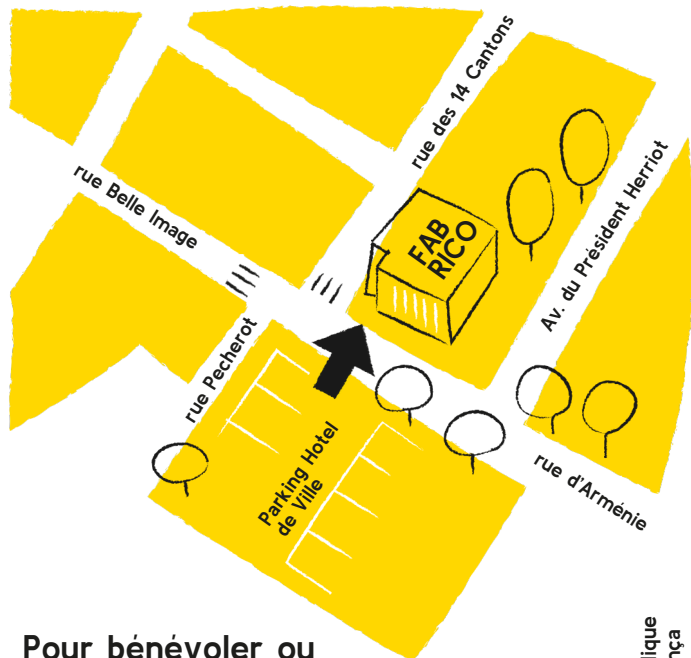


guin-
guettes
concerts,
marchés

Oct.
Nov.
Déc.
2026

le MOULIN URBAIN

Le Moulin Urbain est
un tiers-lieu
nourricier situé à
Valence qui œuvre
pour plus de
démocratie alimentaire.



Porté par des citoyen·nes et des
membres des associations
Parenthèse et l'Accueillette, le
Moulin Urbain œuvre contre la
précarisation des mangeur·euses et
des agriculteur·ices. Il organise
chaque mois une cantine
participative pour cuisiner et
partager un repas convivial ; les
mercredis, un marché à 3 prix de
producteur·ices locaux,
des événements festifs et des
animations pour une alimentation
choisie, saine et de qualité pour
toutes et tous.

Pour bénévoler ou
avoir plus d'infos :

tierslieunourriciervalence@parenthese.org

06 18 34 78 06

lemoulinurbain.fr

Suivez-nous sur Facebook et Instagram
[@lemoulinurbain](https://www.facebook.com/lemoulinurbain)

Le Moulin Urbain

chez FABRICO— 7 rue Belle Image
26000 Valence

Ne pas jeter sur la voie publique
Conception graphique : Anne Balança

OCTOBRE

MARCHÉ&CO



Tous les mercredis

16h > 19h

- Marché de producteurs locaux à 3 prix
- Buvette locale
- Vente à prix libre de légumes glanés par l'Accueille
- Atelier gratuit

Programme des ateliers

- **7 octobre** - Atelier steaks végétaux : de courge ou autres gourmandises
- **14 octobre** - Viens réaliser des criques ardéchoises
- **21 octobre** - Manger bio et local, c'est l'idéal
- **28 octobre** - Atelier pliage : nems et samoussas

Jeudi 15

On aime on participe !

Conférence gesticulée : Qu'est-ce qu'on mange ce soir ?

A La Colline à Montoisson

à 18h45 - prix libre + adhésion

Vendredi 23

DERNIÈRE GUINGUETTE à fabrico



À partir de 17h

- Buvette locale
- 19h : Cantine participative bio et locale
- **Karaoké vivant à partir de 18h30**
- Animation : Un jeu de l'oie revisité : Ramène ta graine !

NOVEMBRE

MARCHÉ&CO



Tous les mercredis

16h > 19h

- Marché de producteurs locaux à 3 prix
- Buvette locale
- Vente à prix libre de légumes glanés par l'Accueille
- Atelier gratuit

Programme des ateliers

- **4 novembre** - Atelier en partenariat avec la crèche Souris Verte sur les légumes d'automne !



Marché à 3 prix



Cantine participative



Évènement festif

- **11 novembre** - pas de marché !
- **18 novembre** - Atelier soupe d'automne ! Pour réchauffer les corps... et les cœurs
- **25 novembre** - Bilan des "Alimations", un parcours citoyen pour mieux comprendre les enjeux agricoles de notre territoire

Vendredi 13 GUINGUETTE



À partir de 17h

- Buvette locale
- 19h : Repas à 3 prix
- **Concert à 18h30 : Chorale La Cavale**
- **Concert à 20h : Fanfare les Canal Chips**

DÉCEMBRE

MARCHÉ&CO



Tous les mercredis

16h > 19h

- Marché de producteurs locaux à 3 prix
- Buvette locale
- Vente à prix libre de légumes glanés par l'Accueille
- Atelier gratuit

Programme des ateliers

- **2 décembre** - Atelier courge sous toutes ses formes !
- **9 décembre** - Poireaux vinaigrette, une recette simple et gourmande !
- **16 décembre** - Noël arrive, viens préparer un bocal ou une déco !
- **23 décembre** - Emmanuel en vacances. Vous avez des idées ? Avis aux bénévoles pour animer un atelier ?
- **30 décembre** - pas de marché !

Vendredi 4 GUINGUETTE



À partir de 17h

- Buvette locale
- Cantine participative bio et locale
- **20h Concert surprise !**
- Animation : Saveurs savantes : viens tester tes sens !

Le Moulin Urbain — tiers-lieu nourricier
chez FABRICO — 7 rue Belle Image, Valence
contact@lemoulinurbain.fr
06 18 34 78 06 - lemoulinurbain.fr

Suivez-nous ! Facebook / Instagram @lemoulinurbain

le MOULIN
URBAIN