

Fête de la graine à la soupe

Ateliers culinaires
Marché de producteurs
et artisans
Manège et jeux en bois
Musique et spectacle
Election de la plus
grosse cucurbitacée
Vide jardin

GRATUIT

SAINT-FLOUR

Dimanche 19 octobre 2025

Renseignements :
Ville de Saint-Flour
06 85 52 36 43

À Saint-Flour, l'automne a un goût tout particulier... Celui des courges colorées, des potagers généreux et des marmites qui mijotent. La Fête de la Graine à la Soupe s'installe en ville basse pour un rendez-vous gourmand et festif. Entre marché de terroir, ateliers, spectacles et concours de cucurbitacées, cette fête conviviale nous rappelle que de la graine à la soupe, il n'y a qu'un pas : celui du plaisir de partager les bonnes choses.

Démonstration : "Légumes et couleurs d'automne"

Un festival de couleurs et de saveurs

De 10h30 à 12h30

Et si les fruits et légumes du marché se transformaient en compositions originales et colorées ? C'est ce que vous allez découvrir avec cette démonstration de découpe artistique de fruits et légumes, suivie de la réalisation de verrines gourmandes, élaborées sur place avec des saveurs de saison et un zest d'exotisme !



Des ateliers et de pour toute



Atelier de décoration florale

Savoir-faire artisanal et douceur automnale

De 14h30 à 15h30

Jérémy Bonnet, artisan fleuriste de la boutique L'Arum, propose un atelier où le public découvrira l'art de la décoration florale inspirée par les couleurs flamboyantes de la saison. Suivez le guide et mettez votre talent et votre créativité au service de compositions de fleurs et de cucurbitacées qui célébreront l'automne en beauté !

Réservation obligatoire auprès du magasin L'Arum au 04.71.60.63.47 ou par mail à evenementiel@saint-flour.fr – tarif 20€ par personne



Atelier pâtisserie pour les jeunes chefs



Mettre la main à la pâte

De 16h à 16h45

L'équipe du restaurant L'Étape à Saint-Flour invite les plus jeunes à enfiler le tablier pour un atelier ludique et gourmand. Guidés par des professionnels passionnés, les enfants apprendront à réaliser de délicieuses petites pâtisseries de saison, tout en découvrant les saveurs authentiques et le plaisir du « fait maison ».

Gratuit, inscription sur place dans la limite des places disponibles

s démonstrations la famille

🔥 Atelier musical participatif Les bruits et légumes

Saviez-vous que l'on peut faire de la musique avec des courgettes ? Découvrez l'univers des courgettes, courgettes et autres courgettes sur l'espace Musicolo.



🌱 Atelier créatif – Fabrique ta carte à planter

Créer et s'amuser avec la nature : tel est l'esprit de cet atelier original où les enfants découvriront comment fabriquer leur propre carte à planter et des objets déco en 3D. Atelier maquillage en matinée.

Gratuit, inscription sur place dans la limite des places disponibles



🧰 Vide jardin / Vide atelier

Parce que les bonnes idées méritent une seconde vie, la Fête de la Graine à la Soupe accueille cette année un nouveau rendez-vous : le vide-jardin & vide-atelier. Sur simple inscription et en accès gratuit, les exposants viendront proposer toutes sortes d'objets d'occasion autour du jardin, du bricolage, de la nature et de la cuisine.

Le comité des fêtes de Sainte-Christine fait chauffer la marmite ! les bénévoles du comité vous proposent de la soupe à déguster sur place ou à emporter ainsi que des châtaignes grillées.

Pensez à amener gobelets, bols et bouteilles !

🌳 Le village des jeux en bois

Au cœur de la fête, petits et grands pourront s'amuser et se défier dans un espace composé de jeux en bois et de jeux du monde.

🍲 Les mini-soupe - Une belle brochette de légumes !



Création d'un petit bonhomme en légume qui nous racontera la recette de la soupe idéale.

Gratuit, inscription sur place dans la limite des places disponibles.



Emplacement au choix de 2 à 4 m (aucun matériel n'est fourni par l'organisateur).

Mise à disposition gratuite de l'espace de vente
Sur inscription jusqu'au 18 octobre –
06.85.52.36.43

Légumes de saison, productions locales, et créations artisanales ! La fête De la Graine à la Soupe vous invite à découvrir son marché de producteurs et d'artisans. De 10h à 17h00 sur la place de la Liberté.

À retrouver le jour de la fête !

Graines de musique

Déambulation musicale, poétique et interactive

11h30, 14h00, 15h00 et 16h00

Graines de Musique, c'est une balade poétique et sensible, portée par la musique d'un guitariste et d'une clarinettiste-chanteuse où ce sont les visiteurs eux-mêmes qui donnent voix aux poèmes.



Les animateurs du SYTEC (Syndicat des Territoires de l'Est Cantalien)

Partez à la découverte des petites bêtes qui vivent dans le compost avec le SYTEC qui animeront des mini-ateliers avec des jeux de plage et des quizz sur les thèmes du tri, du compostage et de la gestion des déchets.

Dans la cuisine des Nguyen

Le cinéma le Delta s'associe à la fête !

Cinéma le Delta, dimanche 19 octobre à 17h – Tarif unique : 5€

Entre rêve de carrière musicale et obligations familiales, c'est dans le huis-clos de la cuisine d'un restaurant et l'ambiance des recettes traditionnelles qu'une mère et sa fille apprennent à se comprendre et à s'accepter.

Renseignements : Ville de Saint-Flour
06 85 52 36 43 - evenementiel@saint-flour.fr

Moon Bao

Manège et spectacle aérien

Gratuit, dans la limite des places disponibles de 11h à 12h et de 14h à 17h

La compagnie Mlle Hyacinthe & Cie aime inventer et créer des manèges et des mécaniques extraordinaires. Et voilà qu'arrive à Saint-Flour le spectaculaire Moon Bao, forme hybride entre le théâtre, le cirque et le manège Cette structure métallique équipée de 8 nacelles individuelles vous propose un voyage entre ciel et terre.



Pour se restaurer : À l'occasion de la fête, les établissements et commerces de la ville basse vous proposent des produits à déguster et des menus spéciaux composés autour des saveurs de l'automne.

Les associations de la ville basse s'associent à l'événement et seront présentes sur la fête. Vente de boissons originales, crêpes et gâteaux sur leurs stands.

La librairie du faubourg invite les auteurs régionaux. Toute la journée : rencontres, présentation d'ouvrages et dédicaces.

Concours de la plus grosse cucurbitacée !

À l'occasion de la Fête de la Graine à la Soupe, la Ville de Saint-Flour invite tous les jardiniers, confirmés ou en herbe, à participer au « concours de la plus grosse cucurbitacée ». Les participants se présenteront sur la fête le dimanche 19 octobre 2025 avec une citrouille ou une courge de la famille des cucurbitacées, laquelle sera évaluée en fonction de son poids.