

Les Journées de l'Arbre, de la Plante et du Fruit

27^e édition



GRENADES



HUILES COMESTIBLES



23-24 nov. 2013 St Jean du Gard

CONTACT : 04 66 85 32 18 - www.dimanchesverts.org

P.A.F. : 4€ / 2 JOURS : 6€
RÉDUIT : 2€ / GRATUIT - 12 ANS



Les Journées de l'Arbre, de la Plante et du Fruit

Depuis 1986, notre plus importante manifestation se déroule à St-Jean du Gard le dernier week-end de novembre, pour la Sainte Catherine « où tout prend racine ».

Ces Journées, entièrement dédiées au végétal, ravissent chaque année les amateurs comme les passionnés. Elles s'articulent en trois temps autour des thèmes choisis pour l'année :

Les journées «Scolaires» (une semaine avant) permettent à de nombreux écoliers des communes de la région de pratiquer des activités ludiques et originales sur le thème de l'année : ateliers sensoriels, expression corporelle, activités manuelles, visite des expositions sur le thème et des collections variétales, sensibilisation à leur environnement naturel et à la biodiversité en général. Ateliers animés par des associations locales très compétentes.

La journée « Professionnelle» (le vendredi) offre aux scientifiques, aux professionnels et aux passionnés l'occasion de se rencontrer et de débattre autour d'un thème (en 2001, la valorisation des utilisations du bois de châtaignier; en 2003 « Les plantes dans la construction; en 2005 «Pommes de terre & Pêches»; en 2006 « Fruits oubliés méditerranéens»). Selon les années, ces rencontres revêtent une dimension inter-régionale, voire nationale.

Les journées « Grand public» sont pour le plus grand nombre (5 à 7 000 visiteurs) une véritable invitation à sauvegarder des variétés traditionnelles et des végétaux rares, redécouvrir les savoir-faire de nos anciens, savourer des goûts originaux et partager des passions.

Ces journées proposent des expositions spécifiques, des conférences techniques et grand public, des démonstrations et ateliers didactiques, un marché de pépiniéristes spécialisés, un marché de produits du terroir, des expositions-ventes d'art et d'artisanat inspirés par le végétal, un forum des associations. Le tout est agrémenté d'une scénographie en rapport avec le thème et d'animations diverses.

Nous nous efforçons de les rendre les plus complètes possibles, l'accent étant mis sur l'esprit que doit revêtir et transmettre la manifestation : nous recherchons avant tout la typicité, l'originalité et la qualité des prestations et produits proposés, mais aussi la convivialité et l'authenticité des rencontres.

**LE RENDEZ-VOUS INCONTOURNABLE DES AMOUREUX DE DIVERSITÉ.
ICI, POINT DE NORMES IMPOSÉES, AU CONTRAIRE,
LA RICHESSE NAÎT DE LA DIFFÉRENCE.**

UN EVENEMENT AGRO-TOURISTIQUE DONT LA RENOMMEE S'ETEND BIEN AU-DELA DE LA REGION LANGUEDOC-ROUSSILLON.

Un formidable élan de mobilisation fait de St Jean du Gard le carrefour de la biodiversité et des circuits courts de commercialisation. De nombreux spécialistes répondent présents pour sensibiliser le public à la richesse naturelle (et à sa sauvegarde bien sûr) et aux alternatives de production. Des agriculteurs qui ont fait le pari de la diversité variétale, des chercheurs d'institutions scientifiques, des amateurs passionnés, des associations impliquées... Nombreux sont ceux qui font le déplacement, parfois de l'autre bout de la France, pour transmettre leur expérience, leur savoir-faire, leurs préoccupations et les solutions qu'ils expérimentent.

Ainsi, acteurs locaux, régionaux et nationaux conjuguent leur volonté pour faire vibrer ce beau village le temps d'un week-end. Cela représente un enjeu économique de taille : près de 7 000 personnes convergent vers St Jean du Gard à une saison peu favorable au tourisme.

UNE MANIFESTATION POUR LA PRESERVATION DU PATRIMOINE VEGETAL, AGRICOLE ET CULTUREL MAIS AUSSI POUR LE DEVELOPPEMENT DU TERRITOIRE.

L'association Dimanches Verts vise ainsi 2 objectifs :

- faire découvrir la diversité végétale et sensibiliser le public à sa sauvegarde

Car pour préserver ce patrimoine, il faut commencer par le faire connaître et reconnaître. Des partenariats avec des associations, des structures scientifiques et professionnelles permettent de mettre en place ce moment de rencontres et d'échanges pour réapprendre le goût de la biodiversité à travers des expositions exceptionnelles, des débats passionnants, des démonstrations enrichissantes...

- contribuer au maintien de l'activité en milieu rural en favorisant la vente directe

Près de 140 exposants (pépiniéristes, producteurs, artisans...) sélectionnés pour leur savoir-faire, informent, conseillent et incitent à contribuer à la sauvegarde de la Diversité avec un grand « D » : des végétaux, des types de production, des mode de vie... Car c'est l'affaire de tous. En plantant un arbre ou en consommant ces délices cévenols, chacun peut intervenir.

Pour rassembler tous ces acteurs et donner à cette manifestation l'âme qu'on lui connaît, le budget est lourd pour notre petite structure.

C'est pourquoi, bien que soutenue par les institutions, l'association a besoin de l'implication de chacun. De nombreux bénévoles apportent une aide précieuse pour régler les inévitables imprévus et accueillir le public avec chaleur. Nous sollicitons également le public en faisant payer un droit d'entrée, mais aussi les exposants à travers le paiement de leur emplacement, à un tarif néanmoins accessible.

LA RICHESSE DES INFORMATIONS, LA QUALITE DES PLANTS ET DES PRODUITS ET LA PERSONNALITE DES EXPOSANTS FONT L'AME DE CETTE FETE, ORIGINALE A BIEN DES EGARDS.

27^E JOURNÉES DE L'ARBRE, DE LA PLANTE ET DU FRUIT

Grenade & Huiles comestibles

Même comparée au vin rouge et aux myrtilles, **la grenade (Punica granatum)** dispose d'un grand nombre de polyphénols particulièrement efficaces auxquels on peut vraisemblablement attribuer des effets bénéfiques pour la santé.

Utilisée depuis des siècles pour différents usages, la grenade et le jus de fruits entiers sont consommés dans le monde entier. Pour sa teneur en flavonoïdes, antioxydants puissants, la grenade est un aliment idéal à intégrer à notre alimentation quotidienne.

En effet, elle protège des troubles neurologiques, réduit votre taux de cholestérol, régule les œstrogènes, facilite la circulation sanguine, renforce le système immunitaire... A cela s'ajoutent les effets anti-inflammatoires de ses flavonoïdes et les actions antibactériennes et antivirales des tanins dont elle regorge ! En très bref, la grenade est une alliée pour votre santé cardio-vasculaire, elle aide aussi à lutter contre le cancer et elle aurait même des effets stimulants sur la libido...

Alors que l'on compte au moins **une cinquantaine de végétaux oléagineux**, seulement six espèces végétales assurent plus de 90 % de la production

mondiale d'huile pour la consommation humaine: palme, soja, colza, tournesol, arachide, coton. Ce manque de biodiversité dans nos huiles comestibles constitue un risque certain pour notre avenir alimentaire.

La cameline (l'une des plus anciennes plantes oléagineuses connues.), les algues, la moutarde, la graine de courge, le blé, l'arachide, le pavot, sans oublier les fruits tels que la figue de Barbarie, l'abricot, la noix de coco... autant d'oléagineux dont l'existence et les bienfaits sont encore trop méconnus.

Chacune a ses vertus et ses usages : l'huile de carthame aide à lutter contre la constipation et facilite les sécrétions biliaires, celle d'oeillette (pavot cultivé) assouplit les vaisseaux sanguins et a une action anti-cholestérol.

Les huiles riches en acides gras saturés (coco, arachide...) sont plus adaptées à la friture que les huiles insaturées de colza ou de tournesol tandis que celle de noix ou de pépins de courges ne supportent pas la chaleur.

Encore une preuve, s'il en fallait, que la diversité végétale est un trésor. Alors venez vous pencher sur ces deux thèmes, vous avez tout à y gagner !

vendredi 22 novembre 2013

de 10h à 17h : RÉFLEXIONS « Alicaments : la grenade, une filière à développer »

Entrée libre - Salle du Mt Brion - Inscription souhaitée - pas d'exposition-vente

20h30 : PROJECTION « La voix du vent », Semences de Transition

un documentaire de Carlos Pons d'après un voyage avec Jean Luc Daneyrolles.

Témoignages d'un mouvement qui prend de l'ampleur : les alternatives rurales dans l'Espagne d'aujourd'hui. Présentation par Jean Luc Daneyrolles et des acteurs du film.

Entrée libre - Salle Stevenson

sam. 23 et dim. 24 nov. 2013 - 9h30 à 19h

**COLLECTIONS VARIÉTALES, ATELIERS / CONFÉRENCES,
DÉMONSTRATIONS, EXPOSITIONS, PROJECTIONS, DÉGUSTATIONS**
sur la diversité variétale, la sauvegarde des variétés anciennes et locales, les techniques culturales, la multiplication, la libre circulation des semences, la transformation et la gastronomie.

PLUS DE 150 EXPOSANTS (UNIQUEMENT SAMEDI ET DIMANCHE)

Pépinières spécialisées, producteurs, transformateurs, artisans, artistes, associations sur l'environnement et l'agriculture paysanne, librairie spécialisée, restauration, animations enfants.

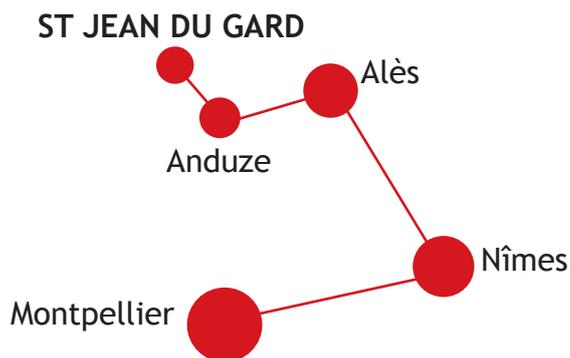
ST JEAN DU GARD (30) Espace Paulhan

AVEC LE SOUTIEN de la Mairie de St Jean du Gard, de la Communauté d'agglomération du Grand Alès, de l'Agence de Développement et de Réservation Touristiques du Gard, du Conseil Général du Gard, du Conseil Régional Languedoc-Roussillon et du Parc National des Cévennes.

EN BREF ...

LIEU	Saint-Jean du Gard, Espace Paulhan (face gare TVC). Parcours fléché depuis l'entrée du village. Espace couvert aux 2/3
DATE	23 et 24 novembre 2013
HORAIRES	9h30 à 18h
THEMES	Grenades et Huiles comestibles
TARIFS	P.A.F. : 4€ / Pass 2 jours : 6€ / GRATUIT pour les - de 12 ans.
EXPOSANTS	25 à 30 pépiniéristes 45 à 50 producteurs et transformateurs 30 à 35 artistes et artisans s'inspirant du végétal 30 à 35 associations (environnement, nature, patrimoine)

Parkings gratuits. Hôtels, gîtes et restaurants à proximité. Of. tourisme : 04 66 85 32 11
ou Centrale de Réservation - Loisirs Accueil Gard (04 66 36 96 30 ou sur le site www.tourismegard.com.)
ou encore Gîtes de France (04 66 27 94 94 ou www.gites-de-france-gard.fr)
Liaison SNCF Nîmes-Alès ou en car : www.edgard-transport.fr ou 0810 33 42 73



RENSEIGNEMENTS : Association « Les Dimanches Verts »
4 avenue de la résistance 30270 St Jean du Gard
TEL : 04 66 85 32 18 - MAIL : dimanches.verts@wanadoo.fr
SITE : www.dimanchesverts.org

REVUE DE PRESSE

NOVEMBRE 2007 : St Jean du Gard. Le coing mis en vedette ce week-end

« ... Le rendez-vous incontournable des amoureux de diversité. Ici, point de normes imposées, au contraire, la richesse naît de la différence. La preuve avec la présentation de plus de 200 variétés de légumineuses... » in Midi Libre - jeudi 22 nov. 2007



« Automne. La saison des plantations est celle choisie Par Fruits Oubliés pour tenir à St Jean du Gard ses traditionnelles journées de l'arbre, de la plante et du fruit. Une pépinière de passionnés. » in La Marseillaise - dimanche 25 novembre 2007

« Les plantes oubliées pour goûter une autre agriculture. » in Midi Loisirs - 23 novembre 2007

NOVEMBRE 2006 : 20 ans ! Fruits oubliés Méditerranéens

« *Un anniversaire, c'est souvent l'occasion de faire le bilan* » soulignent les membres de l'association Dimanches Verts. Un bilan en l'occurrence élogieux avec un public conquis au fil des ans. » in Journal d'information du Grand Alès, nov. 2006

« Trois jours concoctés comme une ode au végétal. Un rassemblement «païen» autour d'une nature nourricière. Un pôle de

vigilance pour toutes les espèces traditionnelle menacées. Un esprit festif aussi.»

in Midi Loisirs, supplément au Midi Libre - 24 nov. 2006

« Les Journées de l'Arbre, à St Jean du Gard, offrent toujours autant de découvertes. [...] c'est l'occasion également de rencontrer les empêcheurs de tourner en rond, ceux qui n'ont pas forcément une vision productiviste de notre environnement. » in Midi Libre - lundi 27 nov. 2006

NOVEMBRE 2005 : Pommes de terre et Pêches

« Car c'est aussi ça la magie de cette manifestation, assouvir sa gourmandise tout en s'instruisant in Midi Libre - jeudi 24 nov. 2005

« Gageons que cette journée fera grandir les passions et que de nombreux jardiniers et gourmets attendront avec impatience le vingtième anniversaire qui promet de nombreuses surprises. » in La Marseillaise - dim. 27 nov. 2005

NOVEMBRE 2004 : Prunes et Céréales

« Un manifeste à la nature, sous le signe de la diversité » in Midi Libre - dim. 28 nov. 2004

NOVEMBRE 2003 : D'autres usages des plantes

« Jusqu'à ce soir, pénétrer dans l'espace Paulhan de St Jean du



Gard, c'est plonger dans l'univers du végétal. Entre collections variétales et plantes plus ou moins rares, on va de surprises en découvertes. [...] Chapeau vert ! » in Midi Libre - dim. 30 nov. 2003



« Depuis 1986, l'association Les Dimanches Verts fait le bonheur des amateurs d'arbres et de fruits. Aujourd'hui et demain encore, St Jean du Gard ne faillira pas à la tradition et présentera au grand public une palette végétale généreuses en couleurs. » in La Marseillaise - sam. 29 nov. 2003

NOVEMBRE 2002 : Fruits tropicaux et Plantes mellifères

« Il y a des dimanches qui ne s'oublient pas.[...]. Malgré la pluie, le public, nom-



breux, est emballé. Il faut dire que les stands sont très divers [...] »
in La Gazette de Nîmes - La gazette y était - 29 nov. au 5 déc. 2002

« En bref, des journées qui ont tenu toutes leurs promesses, et que les butineurs de savoirs et connaissance que nous sommes, ne sont pas prêts d'oublier. »
In Gard Gazette N° 36 - Déc. 2002

NOVEMBRE 2001 : Agrumes et Bois de châtaignier

« Hier matin, dans les parfums subtils de l'automne, un soleil resplendissant accueillait les nombreux visiteurs venus profiter de ces journées exceptionnelles [...]». Des centaines d'essences, de plantes et de fruits parfois mystérieux, composaient une harmonie de couleurs et d'odeurs à nulle autre pareilles.



Ambiance feutrée et détendue, pour une manifestation attachante et pleine des subtilités que seule la nature peut nous proposer.»
In La Marseillaise - lundi 26 nov. 2001

NOVEMBRE 2000 : Vigne et raisin

« [...] associer ces compétences, créer des lieux de rencontres et de dialogue entre producteurs et consommateurs et réapprendre le goût des produits de cette biodiversité, tisser des liens



avec une approche culturelle et artistique du monde végétal ; tels sont les objectifs ambitieux des Dimanches Verts. »
in Cévennes Magazine N° 1062 - 18 nov. 2000

« Une fois encore, la quatorzième édition des Journées de l'arbre, de la plante et du fruit, organisée par « Les Dimanches Verts », a été un grand succès. Plus de 5 000 entrées ont été enregistrées. »
in Midi Libre- 07 déc. 2000

« Une fête au cœur du terroir. »
« Une manifestation « où l'on se sent bien et où l'on est bien accueilli [...]» (une exposante).

« Les exposants affirment très tranquillement leurs origines et leur façon de procéder. Sans chichi ni tape à l'œil mais avec la ferme assurance de celle ou celui qui sait ce qu'il soumet à sa clientèle. » in La Marseillaise du Gard - 27 nov. 2000

NOVEMBRE 1999 : Petits fruits et baies sauvages

« Sur place, l'amateur du tout végétal, l'ami des fruits ou le défenseur des arbres pourra rencontrer érudits et spécialistes de la botanique. » in La semaine de Nîmes - 25 nov. 1999

« [...] au bout de treize ans, les «Journées de l'arbre, de la plante et du fruit » n'ont rien perdu de leur vitalité. [...] »

NOVEMBRE 1998 : Châtaigniers et Vanneries

« Succès confirmé pour les Journées de l'arbre, de la plante et du fruit » in Midi Libre - 7 déc. 1998

NOVEMBRE 1997 : Fruits secs

« Poursuivant ainsi son objectif qui est d'aborder le plus concrètement possible des notions encore peu connues du grand public (biodiversité, culture à échelle humaine), en lui faisant prendre conscience du patrimoine commun construit à partir d'échanges et de voyages, l'association s'efforce de signifier à ses interlocuteurs que des actions sont possibles, aussi bien individuelles que collectives. »
in Midi Libre - 30 nov. 1997

NOVEMBRE 1995 : La Châtaigne

« A St Jean du Gard, toutes les bonnes volontés se mobilisent, et ce à tous les niveaux, afin d'offrir aux visiteurs, locaux ou lointains, le meilleur accueil, afin qu'ils repartent [...]heureux d'avoir passé une si agréable journée dans un si beau pays. Le succès de ces journées est dû aussi en grande partie au délicat travail de sélection réalisé par l'équipe des Dimanches Verts [...] afin que tout ce qui vous sera proposé pendant ces deux jours soit de la meilleure qualité. »
in Midi Libre - 23 nov. 1995

NOVEMBRE 1990 : Légumes oubliés « L'hymne au terroir vaut son pesant d'or. » in Midi Libre - 25 nov. 1990

