



Le Festival Équilibre et Gourmandise revient du 10 au 12 juin 2021 à Brides-les-Bains

La cuisine, c'est de l'art !

10 11 12
JUN 2021

21^{ÈME} ÉDITION

- Démonstrations culinaires
- Conférence
- Ateliers & soirées
- Dîner de gala

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS
À l'Office de Tourisme
04 79 55 20 64
BRIDES-LES-BAINS.COM



Après vingt éditions couronnées de succès, le festival Équilibre et Gourmandise revient du 10 au 12 juin 2021 à Brides-les-Bains. Pendant trois jours, la gastronomie et l'art culinaire investissent la station thermale avec des temps forts exceptionnels. Démonstrations, expositions, ateliers, masterclass et enfin gala de clôture permettront aux visiteurs de découvrir les astuces et secrets d'une cuisine saine mais gourmande, le tout orchestré par les acteurs locaux de Brides mais aussi par des diététiciens et des chefs de la nouvelle scène culinaire française.

[REVIVEZ LES ÉDITIONS PRÉCÉDENTES](#)



Le Festival Équilibre et Gourmandise : un ancrage au plus profond de Brides-les-Bains

Perdre du poids et adopter de nouvelles habitudes de vie est un véritable challenge. Brides-les-Bains s'est donné pour mission d'accompagner ses curistes dans un processus global d'amaigrissement et de remise en forme. Le sport et l'alimentation sont deux des piliers complémentaires à ces efforts. Dans cette démarche, la station thermale a développé son offre culinaire au travers de différentes verticales. En plus de son Label Diététique, la station a créé, il y a 20 ans le Festival Équilibre et Gourmandise pour accompagner curistes mais aussi visiteurs dans leur découverte du "manger bien" et du "manger mieux". Véritablement ancré dans l'ADN de Brides-les-Bains, le festival se réinvente chaque année pour rendre la gastronomie accessible à tous mais aussi pour apprendre à concilier gourmandise et équilibre au quotidien.



En entrée libre tout au long de ces trois jours, dans un esprit de fête et de convivialité avec des instants de démonstrations, d'ateliers ou encore de masterclass, le festival Équilibre et Gourmandise **promeut une alimentation saine, locale, de saison et durable** en se basant sur des circuits courts et une agriculture responsable. Découvrez le goût des bonnes choses à Brides-les-Bains du 10 au 12 juin 2021 !

[DÉCOUVREZ LE LABEL DIÉTÉTIQUE](#)

[ICI](#)



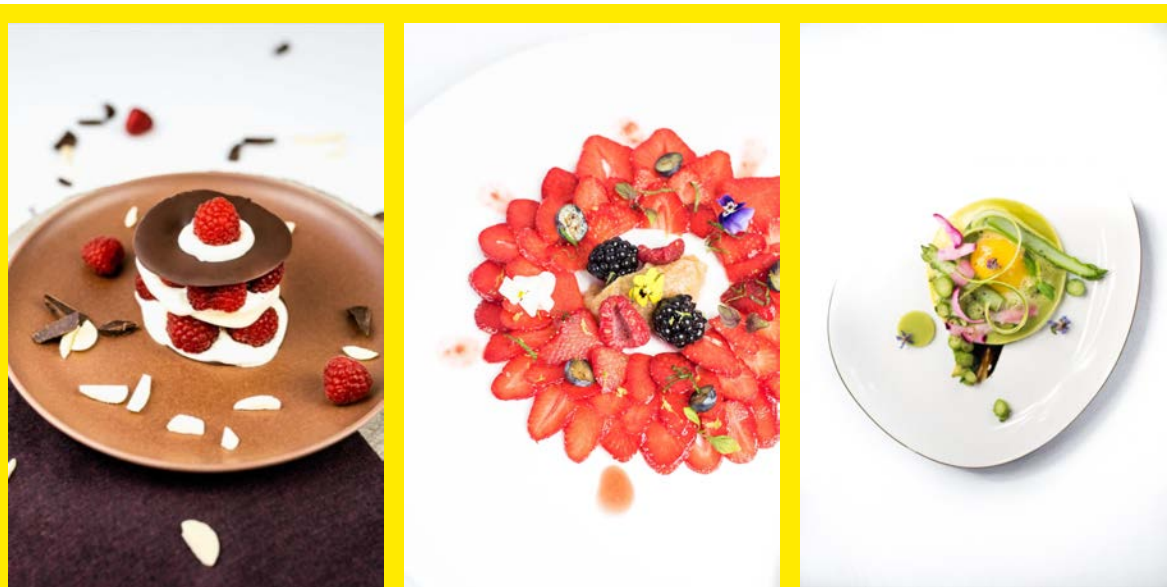
2021 placé sous le signe de l'art !

Moyen de créativité et d'expression, la cuisine a pris aujourd'hui un virage à 180° dans notre culture. La sophistication de la cuisine a évolué au fil des ans et cela s'est traduit par des créations toujours plus innovantes et artistiques. Une tendance qui s'affirme d'autant plus de nos jours à travers les réseaux sociaux et les publications "Food" très étudiées et travaillées. C'est dans cette optique que le festival a choisi pour thématique annuelle "La cuisine c'est de l'art !". Pendant le festival, participez aux ateliers de dressage d'assiette et dépassez-vous dans l'art de sublimer vos repas du quotidien.



Parrain de l'édition 2021

Figures emblématiques du festival, les parrains/marraines des éditions précédentes ont chacun apporté leur expertise en relevant le challenge de s'adapter aux codes de la cuisine diététique. Cette année, la station aura comme parrain une personnalité qui excelle dans l'art de sublimer les plats au quotidien.



! Nouveauté 2021 ! Un dîner de gala pour clôturer le festival

Samedi 12 juin 2021, les portes du festival se refermeront à l'issue du dîner de gala, préparé avec le plus grand soin par les chefs et restaurateurs de Brides. Un instant de partage, de convivialité et d'échanges avec les chefs qui viendra remplacer la traditionnelle garden party du dimanche.

Lancement de la saison thermale

Arrivée du Printemps et des beaux jours mais aussi lancement de la saison thermale à Brides-les-Bains ! Le 5 avril 2021 marquera l'ouverture des Thermes, du Grand Spa Thermal et des cures conventionnées dans la station (sous réserve des décisions gouvernementales). Une occasion unique pour curistes et visiteurs de profiter du bon air de la montagne dans un cadre somptueux, au pied des 3 Vallées. L'établissement renouvellera les mesures prises la saison passée pour assurer la sécurité de ses curistes.



[VISUELS À TÉLÉCHARGER](#)

[ICI](#)

À PROPOS DE BRIDES-LES-BAINS

À Brides-les-Bains, tout est mis en œuvre pour accompagner les curistes dans leur démarche d'amaigrissement et dans la réussite de leur séjour. Pléthore d'activités sportives et de bien-être sont proposées chaque jour par l'Office de Tourisme afin de leur faire découvrir de nouvelles pratiques : des activités qui cassent leur quotidien et qui leur permettent d'adopter un nouveau rythme de vie, plus sain. Apprendre à prendre soin de soi en toute sérénité, voici la mission que s'est donnée Brides-les-Bains. 80 activités par semaine sont proposées et 84h d'animation. 50% sont gratuites et l'autre moitié dispensée par des prestataires externes.

Contact Presse

Laetitia Foureur
Agence RevolutionR
lfoureur@revolutionr.com
Ligne Directe: +33 (0)1 47 10 08 41
Portable: 06 49 28 70 23

Changed your mind? [Unsubscribe](#)