



Régie de quartier Grenoble
VILLENUEVE - VILLAGE OLYMPIQUE - VIGNY MUSSET

*Cet événement est coordonné par La Régie de Quartier et
Financé par GAM dans le cadre du Fast.*

CONTACT & RENSEIGNEMENTS

La Machinerie,

11 rue des peupliers 38 100 Grenoble

lamachinerie@regiegrenoble.org

06 30 29 29 40

www.lamachinerie-grenoble.fr

En partenariat avec :

MADRE, MDH des Baladins, A bord Perdu, Episol, PAGI, Cultivons !, Low-Tech Lab Grenoble, Les HABLES, V.I.V.E, Les Centres de Santé de l'AGESCA, Association des Sénégalais de l'Isère, Média Oyez, Ville de Grenoble, Les Films de la Villeneuve, Le Parlement de la Rivière Isère, Aequitaz, La Fresque Agri'Alim, Au Local, MDH Le Patio, Le Barathym

Avec le soutien de :



POUR UNE ALIMENTATION DANS TOUS SES SENS

ENSEMBLE, CULTIVONS DES HABITUDES
ALIMENTAIRES DURABLES ET SOLIDAIRES !



AVRIL - JUIN 2025



POUR UNE ALIMENTATION DANS TOUS SES SENS

Ensemble, cultivons des habitudes alimentaires durables et solidaires !

L'alimentation est **au cœur de notre quotidien** et l'objet de nombreux enjeux : environnementaux, sociaux et économiques. À travers le programme **"Pour une alimentation dans tous ses sens"**, nous proposons une série **d'actions collectives, d'ateliers pratiques, de rencontres** et de **réflexions** pour **imaginer ensemble des solutions concrètes et accessibles à toutes et tous**.

Que vous soyez **habitant·e, acteur·rice associatif·ve, curieux·se ou engagé·e**, ce programme est une invitation à **explorer, expérimenter et partager** autour d'une **alimentation de qualité, accessible à tou·te·s**, de la **lutte contre le gaspillage**, et des **multiples cultures culinaires**.

Tout au long de l'année 2025, nous vous donnons rendez-vous pour **cuisiner, débattre, apprendre, créer et célébrer** la richesse de nos pratiques alimentaires. De la découverte des recettes sénégalaises aux ateliers anti-gaspi, en passant par des conférences inspirantes et des moments conviviaux, **chaque événement est une occasion d'agir ensemble pour une alimentation plus juste et plus durable**.

Ce programme est rendu possible grâce à la **mobilisation d'acteur·rice·s locaux·ales** qui s'engagent à rendre ces initiatives ouvertes au plus grand nombre. **Un immense merci à nos partenaires et à toutes les personnes qui contribueront, de près ou de loin, à cette belle aventure**.

Retrouvez l'ensemble du programme détaillé et suivez nos actualités sur nos réseaux et ceux de nos partenaires !

Avril
MAR 15
16H - 18H

GOÛTER PHILO MANGER



La Machinerie



Expérimentation

Des besoins ou un plaisir ? Cet atelier invite à réfléchir ensemble sur notre rapport à l'alimentation. À partir de discussions ouvertes, partagez vos ressentis et vos idées, et terminez par un goûter anti-gaspi préparé avec soin. Un moment convivial pour penser autrement notre manière de manger !

Événement organisé par A bord perdu.

Avril
VEN 18
15H - 17H30

NOS VOISINAGES ALIMENTAIRES



Place des géants



Sensibilisation

Où faisons-nous nos courses ? Ce projet photographique explore les lieux d'achats alimentaires des habitant(e)s du quartier pour documenter et valoriser leurs pratiques. Une immersion dans le quotidien pour mieux comprendre nos choix alimentaires. Où pourrions-nous aller faire nos courses ? Diaporamas et promenades pour découvrir des points de vente méconnus de produits accessibles et durables

Événement organisé par média oYez, association "Et si nous mangions mieux ?"

Avril
MAR 22
8H45 - 14H

PROMENONS-NOUS DANS LES BOIS ... POUR REMPLIR NOS ASSIETTES



MDH des Baladins



Expérimentation

Sortie nature à la frange verte pour découvrir les plantes comestibles du printemps et apprendre à les cuisiner ensemble. Se régaler et partager un moment convivial.

Organisé par les Centres de Santé de l'AGESCA.

Avril
MAR 22
14H - 16H

ATELIER DES SENS ÉVEILLENZ VOS 5 SENS !



La Machinerie



Sensibilisation

Cet atelier ludique vous invite à explorer l'alimentation autrement. À travers des jeux sensoriels en équipe, découvrez de nouvelles saveurs, textures et odeurs. Une expérience conviviale pour petits et grands curieux.

Événement organisé par Episol. Accessible aux familles.

Avril
MAR 22
17H30 - 19H

INVENTONS NOS VIES BAS CARBONE- ALIMENTATION

 **La Machinerie**  Sensibilisation

Nos choix alimentaires ont un impact environnemental ! Cet atelier interactif vous invite à imaginer des actions concrètes pour une alimentation plus responsable. À partir d'un jeu visuel et intuitif, explorez les ordres de grandeur liés à notre alimentation et réfléchissez ensemble aux solutions désirables pour préserver le vivant.

Événement organisé par la MADRE.
Accessible aux familles.

Avril
MER 23
18H - 21H30

FRESQUE AGRI'ALIM

 **La Machinerie**  Sensibilisation

Décortiquons le système agri-alimentaire ! Un jeu collaboratif et créatif pour comprendre les enjeux de l'agriculture et de l'alimentation d'aujourd'hui. Ensemble, identifions les solutions concrètes pour un avenir plus durable.

Organisé par deux animateurs/rices de l'association Agri-Alim.
Public adulte.
Inscription obligatoire (places limitées) :
lamachinerie@regiegrenoble.org

Avril
MAR 29
15H - 16H30

ON SE RÉGALE EN CUISINE !

 **MDH des Baladins**  Expérimentation

Tout le monde met la main à la pâte pour préparer un goûter à base d'aliments bruts, locaux et de saison ! Les grandes comme les petites mains pourront mélanger, éplucher, étaler et ... se régaler !

Atelier ouvert aux enfants accompagnés d'un adulte
Organisé par les Centres de Santé de l'AGESCA

Mai
MAR 6
17H30

BIENNALE DES VILLES EN TRANSITION

 **La Machinerie**  Sensibilisation

Arpentage "L'écologie pirate" Lire ensemble pour mieux comprendre l'écologie populaire ! Participez à un atelier d'arpentage autour du livre "L'écologie pirate, et nous serons libres" de Fatima Ouassak. Lecture collective, échanges et réflexion sur l'écologie sous un angle militant et engagé.

Événement organisé par La Régie de Quartier
en partenariat avec Les films de la Villeneuve

Mai
MER 7
14H - 18H

À LA DÉCOUVERTE DU CEEBU JËN VERSION VEGAN !



**MDH le Patio,
au Barathym**



Sensibilisation

Plantez, cultivez, cuisinez et dégustez ce classique de la gastronomie sénégalaise, inscrit au patrimoine immatériel de l'humanité par l'UNESCO. Un voyage culinaire et pratique à ne pas manquer ! Atelier en 2 étapes :

1. Récupération du kit de culture à la Machinerie, entre le 28 mars et le 2 mai (places limitées).

2. Atelier pratique : Cuisinez le Ceebu Jën avec vos récoltes, le 7 mai au Barathym.

Réservez dès maintenant pour cette expérience unique et développez vos compétences de maraîcher du quotidien en découvrant l'agriculture citoyenne.

Inscription obligatoire : lamachinerie@regiegrenoble.org

Événement organisé par V.I.V.E, en partenariat avec l'association des Sénégalais de l'Isère

Mai
SAM 10
10H

FATIMA OUASSAK – "L'ÉCOLOGIE PIRATE"



La Machinerie



Rencontre

Une écologie populaire et combative ! Rejoignez-nous pour une rencontre avec Fatima Ouassak autour de son livre "L'écologie pirate, et nous serons libres". Une réflexion engagée sur les luttes écologiques portées par les habitants des quartiers populaires.

Inscription obligatoire : lamachinerie@regiegrenoble.org

Événement organisé par la Régie de Quartier, en partenariat avec La Ville de Grenoble.

Mai
MAR 13
18H30 - 20H

BERNARD FRIOT – "LE TRAVAIL AUTREMENT ?"



La Machinerie



Conférence

Et si on repensait le travail ? Dans le cadre de la Biennale des Villes en Transition, explorez les réflexions de Bernard Friot sur l'avenir du travail et ses alternatives possibles. Une conférence inspirante pour questionner le monde du travail d'aujourd'hui et de demain.

Événement organisé par la Régie de Quartier, en partenariat avec La Ville de Grenoble.

Mai
VEN 16
15H - 17H30

NOS VOISINAGES ALIMENTAIRES



Place des géants



Sensibilisation

Où faisons-nous nos courses ? Ce projet photographique explore les lieux d'achats alimentaires des habitant(e)s du quartier pour documenter et valoriser leurs pratiques. Une immersion dans le quotidien pour mieux comprendre nos choix alimentaires. Où pourrions-nous aller faire nos courses ? Diaporamas et promenades pour découvrir des points de vente méconnus de produits accessibles et durables

Événement organisé par média oYez, association "Et si nous mangions mieux ?"

Mai
**16 - 17
& 18**

LES 48H DE L'AGRICULTURE URBAINE

 Sensibilisation

Célébrons l'agriculture en ville ! Trois jours d'ateliers, balades, découvertes et rencontres autour de l'agriculture urbaine. Venez participer à des activités pratiques pour cultiver en ville et comprendre les enjeux de la transition alimentaire.

Voir le programme sur les48h.com

Mai
MAR 20
17H30 - 19H

INVENTONS NOS VIES BAS CARBONE - ALIMENTATION JEU

 **La Machinerie**  Sensibilisation

Nos choix alimentaires ont un impact environnemental ! Cet atelier interactif vous invite à imaginer des actions concrètes pour une alimentation plus responsable. À partir d'un jeu visuel et intuitif, explorez les ordres de grandeur liés à notre alimentation et réfléchissez ensemble aux solutions désirables pour préserver le vivant.

Événement organisé par la MADRE.

Mai
MER 21
13H30-16H30

BALADE ALIMENTAIRE

 **La Machinerie**  Expérimentation

Une balade conviviale pour explorer les lieux où l'on fait ses courses dans le quartier. À partir de différents "styles alimentaires" (budget, proximité, qualité...), on découvre les inégalités d'accès à une alimentation choisie et on échange autour de nos pratiques. Un moment pour observer, réfléchir, et débattre ensemble !

Événement organisé par AequitaZ en partenariat avec la Ville de Grenoble

Mai
VEN 23
15H - 17H30

CRÊPES PARTY DES CRÊPES, MAIS EN VERSION LOW-TECH !

 **Vers la MDH Baladins**  Expérimentation

Participez à une crêpe party où la cuisson se fait avec une billig low-tech. Venez déguster des crêpes à recettes alternatives tout en partageant un moment convivial lors de la fête des Géants.

Événement organisé par Episol en partenariat avec le Low Tech Lab

Juin
MER 4
14H - 18H

ATELIER DE FABRICATION DE MARMITES NORVÉGIENNES



La Machinerie



Expérimentation

Venez construire votre marmite norvégienne !
Fabriquée à la machine à coudre, à partir de laine de mouton et de tissu, elle permet de réduire votre consommation énergétique liée à la cuisson. Pour une cuisson économe et aussi bonne pour la santé !

Inscription obligatoire : contact@lowtechlabgrenoble.org
Événement organisé par le Low-tech Lab Grenoble et Grenoble Alpes Métropole.

Tout au
long de
l'année

PARTAGEONS NOS RECETTES ET ASTUCES POUR BIEN MANGER



En ligne



Sensibilisation

V.I.V.E part à la rencontre des habitant.e.s du secteur 6 pour célébrer les savoirs culinaires de nos quartiers ! Bénéficiaires des paniers solidaires, habitants, jardiniers : suivez nos recettes pour petits budgets, astuces, et partagez vos conseils pour mieux manger, pas cher et bon ! Ensemble, bien manger devient plus facile ! C'est pour cela que nous avons créé cette communauté d'entraide et de partage.

Envie de participer ?

**Rejoignez-nous sur Instagram : @v.i.v.e.association
ou écrivez-nous à vive-association@gmail.com !**

Juin
MER 4
14H-17H

ATELIER LACTO-FERMENTATION



La Machinerie



Expérimentation

Conservez et transformez vos légumes ! Une technique millénaire pour conserver les fruits et légumes, garder leurs vitamines et développer de nouvelles saveurs. Kimchi, choucroute, cornichons... Ça vous parle ? Venez découvrir les bases de cette technique simple, rapide et peu coûteuse !

Événement organisé par Au Local.

Juin
MER 11
14H - 17H

PÉDALER POUR CUISINER !



La Machinerie



Expérimentation

Envie de cuisiner de façon ludique tout en bougeant ? Participez à notre atelier "Pédaler pour cuisiner", une expérience unique et gratuite où petits et grands se retrouvent pour préparer ensemble des recettes savoureuses, locales et de saison, tout en pratiquant une activité physique.

Organisé par les Centres de Santé de l'AGESCA.

Juin
MAR 17
17H30 - 19H

**INVENTONS NOS VIES BAS
CARBONE - ALIMENTATION**

 **La Machinerie**  Sensibilisation

Une écologie populaire et combative ! Rejoignez-nous pour une rencontre avec Fatima Ouassak autour de son livre "L'écologie pirate, et nous serons libres". Une réflexion engagée sur les luttes écologiques portées par les habitants des quartiers populaires.

Événement organisé par la MADRE

Juin
VEN 20
15H - 17H30

**NOS VOISINAGES
ALIMENTAIRES**

 **Place des géants**  Sensibilisation

Où faisons-nous nos courses ? Ce projet photographique explore les lieux d'achats alimentaires des habitant(e)s du quartier pour documenter et valoriser leurs pratiques. Une immersion dans le quotidien pour mieux comprendre nos choix alimentaires. Où pourrions-nous aller faire nos courses ? Diaporamas et promenades pour découvrir des points de vente méconnus de produits accessibles et durables.

**Événement organisé par média oYez,
association "Et si nous mangions mieux ?"**

Juin
SAM 28
18H30 - 20H

**ATELIER CUISINE COLLECTIVE
ANTIGASPI**

 **Parc Jean Verlhac**  Expérimentation

Cuisinons ensemble pour lutter contre le gaspillage ! À partir de légumes issus des paniers solidaires, participez à un atelier de cuisine anti-gaspi avec un cuiseur à bois low-tech. Un moment pratique et convivial suivi d'un repas partagé pour découvrir des recettes simples et responsables.

Fête de quartier
Événement organisé par le Low Tech Lab et Episol.