

BIEN MANGER, ENSEMBLE

AGIR FACE AUX INJUSTICES ALIMENTAIRES



AVRIL - AOÛT 2026



AGENDA

AVRIL

- 2 avril – **Ciné-débat La guerre des prix**, 20h30, *Cinéma Le Club*
- 16 avril – **Cueillette et cuisine au printemps**, 9h - 14h
- 16 avril – **Rencontre producteur**, 17h30 - 19h30, *Au Local*
- 22 avril – **Une pause saine et gourmande**, 14h - 17h
- 23 avril – **Rencontre producteur**, 17h30 - 19h30, *Au Local*
- 24, 25, 26 avril – **Festival des 48h de l'agriculture urbaine**

MAI

- 13 mai – **Cuisine et dégustation (ASI)**, 15h - 17h, *La Machinerie*
- 13 mai – **Goûter-Papote au jardin**, 15h, *Jardin Terre Neuve*
- 15 mai – **Atelier équilibre alimentaire**, *Barathym*
- 15 mai – **Café alimentation santé**, 15h - 17h
- 19 mai – **Petit-déjeuner thématique**, 9h - 11h, *MDH Prémol*
- 21 mai – **Rencontre producteur**, 17h30 - 19h30, *Au Local*
- 22 mai – **Café alimentation santé**, 15h - 17h
- 27 mai – **Atelier équilibre alimentaire**, *Barathym*
- 27 mai – **Visite ferme Millefeuilles**, 15h
- 29 mai – **Cuisinons pour les maraudes**, 14h - 17h

JUIN

- 4 juin – **Petit-déjeuner thématique**, 9h - 11h
- 5 juin – **Café alimentation santé**, 15h - 17h
- 10 juin – **Goûter-Papote au jardin**, 15h
- 12 juin – **Café alimentation santé**, 15h - 17h
- 12 juin – **Atelier équilibre alimentaire**, *Barathym*
- 13 juin – **F(ê)tes de l'alimentation**, *Parc Jean Verlhac*
- 13 juin – **Cuisine et dégustation (ASI)**
- 15 juin – **Atelier protéines végétales / "C'est quoi ces graines ?!", 9h - 14h**
- 19 juin – **Café alimentation santé**, 15h - 17h
- 24 juin – **Atelier équilibre alimentaire**, *Barathym*
- 24 juin – **Visite ferme Millefeuilles**, 15h
- 26 juin – **Café alimentation santé**, 15h - 17h
- 26 juin – **Course d'orientation**, *Stade Bachelard*

JUILLET

3 juillet – **Café alimentation santé**, 15h - 17h

8 juillet – **Goûter-Papote au jardin**, 15h

10 juillet – **Café alimentation santé**, 15h - 17h

10 juillet – **Petit-déjeuner thématique**, 9h - 11h, *MDH Le Patio*

14 juillet – **Cuisine et dégustation (ASI)**, 14h - 18h, *Parc Jean Verlhac*

17 juillet – **Café alimentation santé**, 15h - 17h

25 juillet – **Cuisinons pour les maraudes**, 14h - 17h

29 juillet – **Goûter-Papote au jardin**, 15h

AOÛT

22 août – **Cuisinons à la Machinerie**, 14h - 17h

28 août – **Cuisine et dégustation (ASI)**, 15h - 17h, *La Machinerie*

29 août – **Faites / Fête des pains**, toute la journée, *Parc Jean Verlhac*

29 août – **Cuisinons pour les maraudes**, 14h - 17h

UNE ALIMENTATION POUR TOUTES ET TOUS

Solidarité et accès à une alimentation de qualité

**29 MAI,
27 JUIN,
25 JUILLET,
29 AOÛT**

CUISINONS POUR LES MARAUDES

 **14h - 17h**

 **La Machinerie**

Atelier cuisine à base de produits collectés. Les participants cuisinent ensemble des plats qui seront ensuite distribués lors de maraudes auprès de personnes en situation de précarité.


Public : bénévoles, habitants impliqués

Organisateur : Secours Populaire

Partenaires : Régie de Quartier de Grenoble

**TOUS LES
VENDREDIS
MIDI**

REPAS BARATHYM / LES REPAS DU VENDREDI

 **12h - 14h**
(à confirmer selon les semaines)

 **Barathym, 97 Galerie de l'Arlequin,
Grenoble**

Repas complets confectionnés avec les habitants dans un cadre convivial.

Public : tout public

Tarif : participation financière (€)

Organisateur : Barathym

Partenaires : habitants et associations

**JUILLET À
SEPTEMBRE
2026**

STAND FRUITS ET LÉGUMES AFRICAINS



**À préciser selon
les lieux**

*(marché, distributions,
boutique)*



**Marché de la Villeneuve, Episol
ou Au Local**

Stand de valorisation et de vente de fruits et légumes africains, favorisant l'accès à une alimentation diversifiée et culturelle.

Organisateur : *Improdett*

Partenaires : *Episol, Au Local, Ville de Grenoble / placier*

Public : *tout public*

2. CUISINER, PARTAGER, TRANSMETTRE

Ateliers et plaisir de faire ensemble

**Mai - Juin
Août**

CUISINE ET DÉGUSTATION – ASI



Marché de la Villeneuve, Episol ou Au Local

- 13 mai 2026 – 15h - 17h – La Machinerie
- 13 juin 2026 – aux horaires de la fête de quartier – Parc Jean Verlhac
- 14 juillet 2026 – 14h - 18h – Parc Jean Verlhac, allée des Tilleuls
- 28 août 2026 – 15h - 17h – La Machinerie

Découverte de la cuisine sénégalaise, préparation et dégustation de spécialités (jus, fatayas, bouye...) dans un moment convivial et ouvert à toutes et tous.

Organisateur : Association des Sénégalais de l'Isère (ASI)

Partenaires : Régie de Quartier de Grenoble

Public : tout public, familles

Contact : senasi.asso@gmail.com

**Avril
MER 22**

UNE PAUSE SAIN ET GOURMANDE



14h - 17h



MDH des Baladins

Atelier cuisine pour préparer un goûter sain et local à partager en famille.

Organisateur : AGECSA

Partenaires : MDH Baladins

Public : familles, enfants

**15 mai, 13
juin, 11 juillet,
22 août**

CUISINONS À LA MACHINERIE

 **14h - 17h**

 **La Machinerie**

Ateliers cuisine ouverts à toutes et tous pour cuisiner ensemble, partager un repas équilibré, de saison et accessible. Selon les envies des habitants : cuisine anti-gaspillage, recettes du monde, produits locaux et moments conviviaux.

Organisateur : *Secours Populaire*

Partenaires : *Régie de Quartier de Grenoble*

Public : *habitants, bénévoles*

Inscriptions et renseignements : *La Machinerie, 06 30 29 29 40*

**Juin
LUN 15**

ATELIER PROTÉINES VÉGÉTALES / C'EST QUOI CES GRAINES ?!

 **9h - 14h**

 **MDH Baladins**

Atelier cuisine et nutrition pour découvrir les protéines végétales et cuisiner autrement.

Organisateur : *AGECSA*

Partenaires : *MDH Baladins*

Public : *tout public*

Août
SAM 29

FAITES / FÊTE DES PAINS

 **Toute la journée**  **Parc Jean Verlhac, allée des Tilleuls**

Préparation et cuisson de pains du monde entier. Une journée conviviale pour partager des recettes, valoriser les savoir-faire et découvrir les cultures à travers le pain.

Organisateurs : *Pas Sans Nous, Engagées sans frontières, Oyez Média, A Bord Perdu*

Partenaires : *Régie de Quartier de Grenoble, Les Jardins du Verderet*

Public : *tout public*

3. COMPRENDRE ET AGIR SUR NOTRE ALIMENTATION

Des clés pour faire des choix éclairés

Tous les
vendredis

CAFÉ ALIMENTATION SANTÉ

 15h - 17h

 Place des Géants

Stand d'information et d'échange autour de l'alimentation et de la santé en lien avec l'épicerie mobile.

Organisateur : *Episol*

Partenaires : *SERA – Santé Environnement Auvergne Rhône-Alpes*

Public : *habitants*

Dates : 15 mai (orange), 22 mai (radis), 5 juin (asperge), 12 juin (avocat), 19 juin (fraise), 26 juin (courgette), 3 juillet (aubergine), 10 juillet (citron), 17 juillet (tomate)

Mai
MAR 19

PETIT-DÉJEUNER PARTAGÉ : BIEN MANGER AU QUOTIDIEN

 9h - 11h

 MDH Prémol, café sans frontières

Temps d'échange convivial autour des habitudes alimentaires du matin : lecture d'étiquettes, lien entre alimentation, santé et énergie.

Organisateur : *MDH Prémol*

Partenaires : *Café sans frontières, CESF*

Public : *habitants*

Juin
JEU 4

REPENSER NOTRE PETIT- DÉJEUNER : SIMPLE, SAIN ET ACCESSIBLE

 9h - 11h

 **MDH Prémol**

Temps d'échange autour des sucres et des habitudes alimentaires.

Organisateur : MDH Prémol

Partenaires : Régie de Quartier, CESF

Public : habitants

Juillet
VEN 10

PETIT-DÉJEUNER PARTAGÉ : IDÉES SIMPLES POUR BIEN COMMENCER LA JOURNÉE

 9h - 11h

 **MDH Le Patio**

Découverte d'idées de petits-déjeuners simples, équilibrés et accessibles.

Organisateur : MDH Le Patio

Partenaires : PAGI, Régie de Quartier

Public : habitants

**16 avril, 23
avril, 21 mai,
28 mai**

CAFÉ ALIMENTATION SANTÉ

 **17h30 - 19h30**  **Au Local, 13 bis rue Marie Reynoard**

Rencontres avec des producteurs locaux, échanges, dégustations et vente directe.

Organisateur : *Au Local*

Public : *tout public*

**24, 25, 26
avril 2026**

FESTIVAL DES 48H DE L'AGRICULTURE URBAINE

 **Voir programme
détaillé en ligne**  **Multi-sites**

Ateliers, visites et événements pour découvrir l'agriculture urbaine.

Organisateur : *Cultivons*

Informations : *www.les48h.com (rubrique Grenoble)*

Public : *tout public*

Juin
VEN 26

COURSE D'ORIENTATION – JOURNÉE SPORT-SANTÉ

 **Toute la journée**  **Stade Bachelard, Grenoble**

Course d'orientation organisée dans le cadre d'une journée sport-santé visant à sensibiliser les jeunes aux bienfaits de l'activité physique et à la prévention des conduites à risques, en lien avec les enjeux de santé et d'alimentation.

Organisateur : E2C / AGECSA

Partenaires : Point Virgule, CDOS, Planning familial, AGECSA

Public : jeunes de l'École de la 2e Chance

4. CULTIVER, PRODUIRE, SE RELIER AU VIVANT

Jardin et agriculture locale

Avril
JEU 16

CUEILLETTE ET CUISINE AU PRINTEMPS

 9h - 14h

 **Rendez-vous à la MDH Baladins, puis départ vers la Frange Verte**

Parcourir les bois pour cueillir des plantes comestibles, puis cuisiner et partager un repas.

Organisateur : AGECSA

Partenaires : MDH Baladins

Public : familles

27 mai et 24
juin 2026

VISITE DE LA FERME MILLEFEUILLES

 15h

 **400 avenue d'Innsbruck, Grenoble**

Visite de la ferme, découverte de l'agriculture urbaine et des pratiques biologiques.

Organisateur : Régie de Quartier de Grenoble

Partenaires : Millepousses

Public : tout public

Informations pratiques : rendez-vous à 14h à La Machinerie pour un départ collectif avec Stéphane (animateur jardin)

Contact : 06 30 29 29 40

**13 mai, 10
juin, 24 juin,
8 juillet, 29
juillet**

GOÛTER-PAPOTE AU JARDIN

 **15h**

 **Jardin Terre Neuve**

Temps convivial pour échanger autour du jardinage et de l'alimentation, partager un goûter et valoriser les savoirs des habitants.

Organisateur : *A Bord Perdu*

Partenaires : *Régie de Quartier de Grenoble*

Public : *habitants, familles*

OÙ MANGER BON ET BIO DANS LE QUARTIER ?

Des solutions concrètes près de chez vous

Ferme Millefeuilles

légumes bio et paniers

Au Local

Coopérative alimentaire locale

Episol

Épicerie solidaire

La Mobile Episol

Épicerie mobile

Les paniers Episol

Barathym

Repas conviviaux

Resto Malap

Restauration locale

Marché de la Villeneuve

Produits frais

AMAP

Paniers producteurs

Stand fruits et légumes africains

Improdett





Régie de quartier Grenoble

VILLENEUVE - VILLAGE OLYMPIQUE - VIGNY MUSSET

Événements co-construits par la Régie de Quartier de Grenoble, les associations et la coordination alimentation du secteur 6.

CONTACT & RENSEIGNEMENTS

La Machinerie,

11 rue des peupliers 38 100 Grenoble

lamachinerie@regiegrenoble.org

06 30 29 29 40

www.lamachinerie-grenoble.fr

Avec la participation active de :

Ville de Grenoble, AGECSA, Au Local, Cultivons, Millepousses / Millefeuilles, Association des Sénégalais de l'Isère (ASI), Episol, A Bord Perdu, Oyez Média, Barathym, Low-tech Lab Grenoble, Improdett, Secours Populaire, PAGI, Les Films de la Villeneuve, VIVE, Pas Sans Nous, Les Jardins du Verderet

Avec la participation de :

MDH Baladins, MDH Prémol, MDH Le Patio, SERA – Santé Environnement Auvergne Rhône-Alpes, Santé Diabète, Secours Catholique, Café sans frontières, CIVAM, Crèches des Frênes et des Géants

Ainsi qu'un réseau de producteurs et d'acteurs locaux mobilisés dans le cadre des 48h de l'agriculture urbaine

Avec le soutien de :

