



# La Cité Maraîchère de Romainville

## >Participez !

Vous avez des idées innovantes ou des beaux projets autour de l'alimentation durable, du zéro déchet, de l'agriculture urbaine ?

Vous souhaitez vous emparer de l'animation d'un atelier des habitant.e.s ? Vous avez des idées d'exposition pour le hall de la Cité Maraîchère ?

Vous souhaitez participer à l'animation de ce nouveau lieu de vie convivial et solidaire par et pour les habitant.e.s ?

**N'hésitez pas à nous contacter !**  
[contact@lacitemaraichere.com](mailto:contact@lacitemaraichere.com)

## Programme des activités

avril  
juillet 2023



Cité Maraîchère  
6, rue Albert Giry  
93230 Romainville

Jardin CasseDalle  
56, avenue de Verdun  
(entrée par le porche)

[www.lacitemaraichere.com](http://www.lacitemaraichere.com)  
[contact@lacitemaraichere.com](mailto:contact@lacitemaraichere.com)

Accueil, information et inscriptions  
aux ateliers tous les mercredis de 14h à 16h  
dans le hall



## LES SAMEDIS

Sauf indication contraire, **ces événements sont gratuits et organisés à la Cité Maraîchère ou au jardin CasseDalle de 14h à 16h.** Sur inscription à l'adresse suivante : [contact@lacitemaraichere.com](mailto:contact@lacitemaraichere.com)

### AVRIL

#### Samedi 1<sup>er</sup> avril

##### Tamisage du compost mûr au Jardin CasseDalle

Cette opération, au cours de laquelle vous pourrez expérimenter le tamis rotatif, est la dernière étape du compostage : la récolte d'un beau compost à utiliser pour vos cultures. Organisé avec Est Ensemble et les bénévoles des 5 composteurs de quartier de la Ville.

Public : adultes et enfants à partir de 8 ans limité à 15 personnes, rdv au jardin CasseDalle

#### Samedi 8 avril

##### Atelier jardinage – les b.a.ba

Venez apprendre la différence entre semis, bouturage, repiquage. Vous mettrez les mains dans la terre et repartirez avec vos nouvelles plantes.

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans limité à 10 personnes

#### Samedi 15 avril

##### Chantier participatif des murs à pêches

Nous vous proposons de redécouvrir cette culture traditionnelle en espaliers et palissée à l'occasion d'un moment collectif, joyeux et instructif.

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans - limité à 15 personnes ; du 13 au 18 avril, avec un déjeuner en commun le midi ; inscription à la demi-journée

#### Samedi 22 avril

##### Atelier aromathérapie et bien-être avec Souad Koraichi

Ou comment les huiles essentielles peuvent nous accompagner en cas de stress, anxiété, insomnie... Apprenez à les utiliser avec précaution pour votre bien-être au quotidien.

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans limité à 15 personnes

#### Samedi 29 avril

##### 48 heures de l'agriculture urbaine

À l'occasion de cet événement national, visites guidées de la Cité Maraîchère et du Jardin CasseDalle.

Public : adultes et enfants accompagnés limité à 20 personnes par visite

## LE MARCHÉ

Tous les mercredis de 17h à 19h, ventes des produits de la Cité Maraîchère, aux tarifs variables en fonction des quotients familiaux (à faire calculer en Mairie).

Ces moments sont l'occasion d'une visite à 17h30 des espaces de production.

### MAI

#### Samedi 13 mai

##### Atelier d'artistes romainvillois

Dans le cadre des portes ouvertes des ateliers d'artistes + d'infos : [www.ville-romainville.fr](http://www.ville-romainville.fr). Des artistes accueillis à la Cité Maraîchère s'emparent de l'animation des ateliers du samedi.

Public : adultes et enfants à partir de 8 ans limité à 12 personnes

#### Samedi 27 mai

##### Atelier cuisine : couscous maison

Venez apprendre à cuisiner ce plat typique du Maghreb, de la semoule à la cuisson des légumes et de la viande.

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans limité à 10 personnes

## JUIN - JUILLET

#### Samedi 3 juin

##### Atelier cuisine du monde : Napoli !

Venez cuisiner la Sfogliatella, délicieux chausson feuilleté en forme de coquillage garni de semoule, ricotta, agrumes confits et cannelle typique de la Campanie. De quoi se donner des forces avant la fête acoustique et électrique proposée par Lalala Napoli à 18h au Pavillon !

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans limité à 10 personnes

#### Samedi 10 juin

##### Atelier cosmétique maison spécial été

Venez chouchouter et préparer votre peau avant l'été avec la confection de trois recettes : un gommage pour purifier la peau, une lotion hydratante et apaisante après soleil et un masque protecteur pour les cheveux.

Public : adultes - limité à 12 personnes

#### Samedi 17 juin

##### Découverte de l'apiculture

Deux ruches ont été installées au printemps au jardin CasseDalle. Rejoignez le collectif piloté par Slimane des Ruchers de Romainville !

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans limité à 15 personnes - rdv au jardin CasseDalle

#### Samedi 24 juin - Fête du sport

##### Atelier cuisine - recette sportive

Une recette équilibrée, végétarienne et protéinée pour les grands et petits sportifs !

Public : adultes et enfants à partir de 10 ans limité à 10 personnes

#### Samedi 1<sup>er</sup> juillet

##### Week-end des Transitions #8 :

##### jardins nourriciers du monde

##### Découverte du pain et du levain

Avec Christelle Tessier, venez découvrir les blés, la transformation des grains, les différents types de farine. Il sera question de temps et de sensations car faire du pain au levain c'est aussi une affaire de patience...

Public : adultes et enfants à partir de 8 ans limité à 10 personnes

## LES CHEFFES FONT LEUR PROGRAMMATION !

En plus de leur carte savoureuse, locale, de saison et à prix accessibles, les Cheffes du café-cantine vous préparent une programmation culturelle en lien avec les activités de la Cité Maraîchère :

**Samedis Festinomie** mettent en lumière un.e artiste (musique, stand'up, slam, poésie...)

**Brunchs thématiques** : des moments conviviaux en partenariat avec la Cité Maraîchère pour s'ouvrir l'esprit autant que les papilles.

> **Dimanche 14 mai** : brunch artistique

> **Samedi 24 juin** : brunch & massages

> **Dimanche 2 juillet** : weekend des transitions #8 : brunch des engagé.e.s

### NOUVEAUTÉ

#### Résidences du dimanche

Désormais, le café-cantine ouvre ses portes le dimanche pour des résidences à des porteurs de projets culinaires accompagnés par l'incubateur Baluchon. On commence avec la Guinguette créole d'Afropolitaine : les dimanches 16, 23 et 30 avril de 11h à 16h ; lancement de la résidence le 14 avril à 18h30, avec dégustation créole sur ambiance Dj set rétro Compa tropical.

#### Horaires d'ouverture :

mardi : 9h30/17h - mercredi : 9h30/19h  
jeudi : 9h30/17h - vendredi et samedi : 9h30/23h - dimanche : 11h/16h (ponctuellement) - fermeture le lundi.

Contact : [cheffes.restaurant@gmail.com](mailto:cheffes.restaurant@gmail.com) et 01.49.15.56.24



## PERMANENCES DE COMPOST

Vous souhaitez composter vos biodéchets ? Des composteurs de quartier installés sur le parvis de la Cité Maraîchère et au jardin CasseDalle recueillent les déchets organiques des habitants.

> parvis de la Cité Maraîchère :

tous les samedis de 10h à 12h

> jardin CasseDalle :

tous les vendredis de 10h à 12h30

Avis aux intéressé.e.s :

[compost.citemaraichere@ville-romainville.fr](mailto:compost.citemaraichere@ville-romainville.fr)

## JARDIN CASSEDALLE



Ce nouveau jardin nourricier constitue un lieu de nature associant culture maraîchère, poulailler, ruchers, moments de convivialité, concerts... Vous souhaitez y développer un nouveau projet ou rejoindre les collectifs existants ?

Rejoignez-nous : [contact@lacitemaraichere.com](mailto:contact@lacitemaraichere.com)

### Quelques moments clés ce trimestre :

> tous les vendredis de 10h à 12h30 : jardin ouvert à toutes, venez jardinez avec l'équipe !

> du 13 au 18 avril : rénovation du mur à pêches en chantier participatif ouvert à toutes, en partenariat avec la Fédération Eco-construire et ASVR – inscription à la demi-journée : [contact@lacitemaraichere.com](mailto:contact@lacitemaraichere.com)

> samedi 17 juin, 14h : lancement du groupe apiculture avec les Ruchers de Romainville

> mercredi 21 juin, 18h : solstice d'été en musique avec le Conservatoire Nina Simone

> vendredi 30 juin de 10h à 12h30 : le jardin au quotidien avec wagon landscaping - atelier début de l'été. Cette 1<sup>er</sup> année, les concepteurs du jardin nous accompagnent au fil des saisons pour l'entretien des jeunes plantations.



## FESTIVITÉS

### Les 48 heures de l'agriculture urbaine

#### Samedi 29 avril

À l'occasion de cet événement national, visites guidées de la Cité Maraîchère et du jardin CasseDalle (départs à 10h, 14h et 16h) et ventes de plants de 11h à 13h.

Public : adultes et enfants accompagnés limité à 20 personnes par visite

### Portes ouvertes des ateliers d'artistes

#### Samedi 13 et dimanche 14 mai

Faites étape à la Cité Maraîchère pour rencontrer une dizaine d'artistes qui y présentent leurs œuvres tout le week-end (10h-17h)

### Fête du Sport - Samedi 24 juin

La Cité Maraîchère participe aux festivités du weekend avec un brunch-massage chez les Cheffes (11h-14h) un atelier yoga parent-enfant avec Nour Yoga (16h30-17h30), un cours de danse afro hip-hop (18h-19h) et des ateliers pour réaliser des plats gourmands pour grands et petits sportifs.

### Week-end des Transitions #8 :

### jardins nourriciers du monde

#### Samedi 1<sup>er</sup> et 2 juillet

Créoles, ouvriers, partagés, de curé, planétaire... si les jardins nourriciers révèlent la diversité et la richesse de cultures locales aux 4 coins du monde, les points communs – partage, lien social, résilience, transmission de savoirs-faires... – sont aussi nombreux. Expérimentons et goûtons les ensemble le temps d'un weekend, tant il est urgent de cultiver son jardin !

## CLUB MARAÎCHAGE

Tous les samedis de 11h à 12h, des ateliers pour les enfants de 5 à 10 ans, accompagnés ou non de leurs parents (6 enfants et 6 adultes maximum).

Depuis septembre : certains samedis réservés aux enfants de 2 à 5 ans accompagnés d'un parent vigilant.

● 1<sup>er</sup> avril : atelier cuisine – poisson d'avril !

● 8 avril : chasse aux œufs au Jardin CasseDalle

● 15 avril : atelier artistique – monotype végétal (technique d'impression à partir de textures naturelles) avec Elise Voggels

● 22 avril : Spécial petite enfance

atelier nature – les 5 sens au jardin

● 29 avril : les 48 heures de l'agriculture urbaine – escape game au Jardin CasseDalle

● 13 mai : Portes ouvertes des ateliers d'artistes – Spécial petite enfance art végétal pour les tout petits

● 27 mai : atelier artistique cyanotype (technique d'impression naturelle grâce à la lumière et au soleil).

● 3 juin : atelier nature au jardin à CasseDalle : jardinage dans les bacs pédagogiques, rencontre avec les poules et découverte du compost

● 10 juin : Spécial petite enfance atelier nature – mes premiers pas au jardin

● 17 juin : Fête de fin d'année

● 24 juin : Fête du sport dans la Ville Vélo smoothie et boules d'énergie

● 1<sup>er</sup> juillet – Week-end des transitions #8 : jardins nourriciers du monde – petit tour engagé et gourmand des légumes du monde

Sur inscription : [contact@lacitemaraichere.com](mailto:contact@lacitemaraichere.com)

Tarifs : en fonction des quotients familiaux, par personne :

● Quotients 9 ou + ou sans quotient (tarif A) : 3 €

● Quotients 7 et 8 (tarif B) : 2 €

● Quotients 5 et 6 (tarif C) : 1 €

● Quotients 1 à 4 et minimas sociaux (tarif D) : 0,50 €

## ET AUSSI...

> Les mardis de 19h à 20h, la Cité Maraîchère accueille la Ruche qui dit Oui et l'AMAP Chou Rave Party.

> Yoga parent-enfant 1 samedi par mois de 16h30 à 17h30, avec Nour, association de yoga solidaire et inclusif. Ce trimestre : les samedis 15 avril, 6 mai et 24 juin.

Inscriptions : <https://nour-yoga.com/cours-paris/>

> Pendant le marché, cours de cuisine solidaire ouverts à toutes. Le 3<sup>e</sup> mercredi du mois de 17h à 19h avec Dans Ma Petite Cuisine. Ce trimestre : les mercredis 19 avril, 17 mai et 21 juin.

10 personnes maximum, dès 3 ans (accompagné).

Inscriptions : [dmpetitecuisine@gmail.com](mailto:dmpetitecuisine@gmail.com) / 06.61.72.15.94

> Fresque du Climat : le 4<sup>e</sup> samedi du mois de 10h à 13h. Un atelier simple et convivial pour découvrir ou approfondir ses connaissances sur le dérèglement climatique. Ce trimestre : les samedis 22 avril, 27 mai et 24 juin.

À partir de 16 ans, 8 personnes maximum.

Inscriptions : [plantsdaction@gmail.com](mailto:plantsdaction@gmail.com) / 06.59.84.93.76

### > Consultations aromathérapie

### et olfactothérapie avec Rahmarôm

deux jeudis par mois de 16h à 18h, les 6 et 10 avril, 4 et 18 mai et 1<sup>er</sup> et 22 juin.

Inscriptions : [skoraichi@hotmail.fr](mailto:skoraichi@hotmail.fr) / 06.22.93.28.18

> « Terre Toxique ? » du 17 mai au 26 juin : une exposition réalisée par les lycéen.nes de terminale du Lycée Liberté.

