



Édito

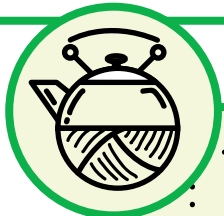
L'abeille est une toute petite bête. C'est pourtant de son bourdonnement que dépend la survie de l'humanité car en transportant le pollen d'une fleur à l'autre en butinant, elles permettent la reproduction des plantes florales.

Le battement d'aile d'un papillon pourrait engendrer un ouragan à l'autre bout de la planète... La véracité scientifique de ce principe n'est pas ici notre propos, mais retenons-en que nos actes peuvent toujours avoir une conséquence que l'on n'avait pas mesurée avant.

Le ver à soie produit un fil dans son cocon qui peut mesurer jusqu'à 1,5 km ! Une toute petite bête peut accomplir des choses bien plus grandes qu'elle.

A Citémômes, nous chérissons nos petites mains, aussi précieusement que les petites bêtes. Les petites mains des enfants, avec qui nous réfléchissons et nous créons au fil de nos ateliers. Celles aussi de nos tricoteuses, qui de la simple maille, du petit carré, assemblé les uns aux autres, nous a permis et nous permet encore, de voir naître des oeuvres géantes de tricot.

Pour le printemps, les petites bêtes sont à l'honneur et nous montrent l'exemple, suivons leur voie et inspirons-nous d'elles !



..... *le tricothé*
de 18h à 20h
Mercredi 4, 11 et 18 avril

..... atelier « tricot & cie »
de 14h à 16h

- Les jeudis 5, 12 et 19 avril
- Les vendredis 6, 13 et 20 avril

N'oubliez pas de réserver votre atelier :
par téléphone au 02 76 08 72 67
par mail à
associationcitemomes@gmail.com
ou sur notre site internet.

Agenda

Les p'tits ateliers
de 14h à 15h30

Mercredi 4 et samedi 7 avril
"Mes petits animaux de Pâques"

Mercredi 11 et samedi 14 avril
"Vêtements légers tout en papier"

Mercredi 18 avril
"Motifs textiles tamponnés"

Les p'tits ateliers des grands
de 16h30 à 18h

Mercredi 25 avril
«scrapbooking»

Ateliers des tout-petits
de 9h30 à 10h30 et de 11h à 12h

Mercredi 4, 11 et 18 avril

Les ateliers des vacances

Les p'tits ateliers
de 14h30 à 16h

Mercredi 25 avril et 2 mai
et samedi 5 mai

"Le monde des petites bêtes"
de 14h30 à 16h ou 16h30 à 18h
Judi 26 avril et 3 mai

"La nature en argile - atelier de modelage"

Atelier Baz'art
de 10h30 à 12h

Judi 26 avril et 3 mai
Vendredi 27 avril et 4 mai

Croque ton musée
de 14h30 à 16h30
Vendredi 27 et 4 mai

Ateliers des tout-petits
9h30 à 10h30 et 11h à 12h
Mercredi 25 avril et 2 mai

Attention !
La semaine du 7 au 13 mai,
l'association sera fermée ! Venez nous
rendre visite au Créativa Deauville,
et prendre un bol d'air iodé !

Citémômes : 11 rue du Moulinet Rouen (76)

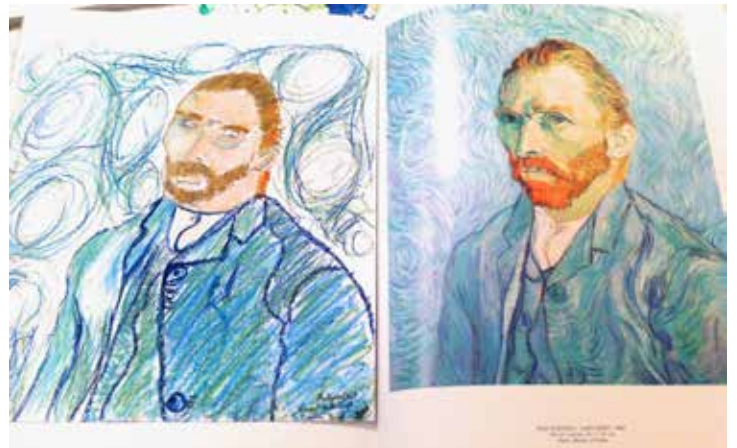
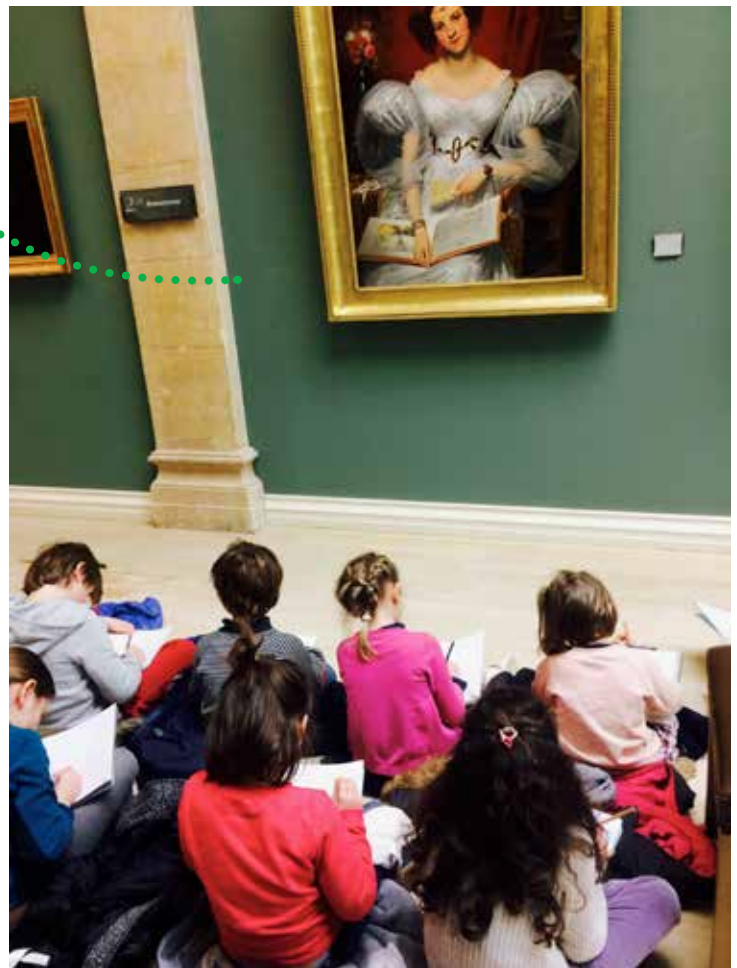
Zoom sur ...

Les ateliers des vacances

Cette année les vacances de Pâques sont curieusement organisées... Mais chez Citémômes, on sait s'adapter ! Nous avons mis à l'honneur nos best-sellers "Croque ton musée" et nos ateliers "Do It Yourself", pour de nouvelles visites au musée et un atelier autour du modelage de l'argile. Ces vacances promettent donc d'être très artistiques, avec les ateliers "Baz'art" et la reproduction d'oeuvres de grands artistes, interprétées par les enfants, et "Croque ton musée", où les enfants pourront apprendre à dessiner un paysage en esquissant au musée.

Seulement trois "P'tits ateliers" pour ces vacances, avec pour thème les insectes, ces petites bêtes fascinantes...! Et toujours au programme, les "ateliers d'éveil culturel des tout-petits", les mercredis matins, pour bien démarrer la journée !

Les réservations se font sur notre site internet : citemomes.fr ou par téléphone au 02 76 08 72 67.



Le coin de demain

Dans ce petit coin, nous allons parler nature. A l'occasion du printemps, nous vous proposons de (re)découvrir la Fête de la nature, du 23 au 27 mai 2018 (à noter dans vos agendas) : des milliers de manifestations dans toute la France, autour d'une date clé, le 22 mai, journée internationale de la biodiversité.

Mais la nature n'est pas seulement une fête, c'est aussi une philosophie et un savoir-vivre avec elle. Nous sommes parfois trop habitués à nos villes ; pour comprendre la nature et pourquoi il faut la préserver, il faut se détacher de tout ce béton. Plusieurs initiatives ont été mises en place par des experts du vert. Par exemple, pour renouer avec la nature, vous pouvez pratiquer une Escapade nature sans voiture qui, "propose de vivre l'expérience des Grands Sites à travers celle de Pierre, passionné de voyages et de beaux paysages, parti depuis chez lui sans voiture pour aller les explorer..." à vélo ou à pieds, c'est une expérience à vivre, seul ou en famille, idéal pour vos prochaines vacances de Pâques !

Autre RDV nature, la sortie du film Portraits de paysages, produit par le Réseau des Grands Site de France. Ce film retrace tous les acteurs présents sur les Grands Sites de France, qu'ils y habitent ou y travaillent, leur seul objectif est de protéger la richesse naturelle des sites et faire découvrir ces territoires exceptionnels.

N'hésitez pas à sortir prendre un bol d'air et découvrir la beauté de la nature, c'est aussi l'occasion de se dépolluer les poumons, et l'esprit !

Plus de renseignements : grandsitedefrance.com, escapadenature-sansvoiture.fr, fetedelanature.com/edition-2018



Quizz

Quel est le nom du tableau de Van Gogh que la médiathèque de Conches a décidé de reproduire dans le cadre de notre dispositif « tricote-moi un tableau » ?

Envoyez vos réponse par mail : associationcitemomes@gmail.com avant le 15 mars pour tenter de gagner un atelier !



Insectes et petites bêtes - Questions/Réponses, Amanda O'Neill, éd. Nathan, dès 7 ans (2014)

Pour tous les petits curieux du monde !

À quoi servent les antennes d'un insecte? Les araignées sont-elles des insectes? Qui éclôt dans un vase? Avec des petits dessins très drôles pour compléter les infos, des questions insolites ou inattendues, venues directement des enfants, des gros plans illustrés pour être au coeur du sujet.

Prix indicatif : 6,95€



Une journée avec les poux, Ariane Melazzini et Clémence Sabbagh, éd. Le gâteau sur la cerise, dès 6 ans (2018)

Une journée avec des poux ! Et pourquoi pas ? Un documentaire drôle et illustré pour pénétrer enfin dans le monde secret de ces petites bêtes qui passent leur vie sur nos têtes. Comment vivent-ils ? Pourquoi sont-ils aussi nombreux ? A quoi servent-ils ? Robert le pou te dit tout ! Une plongée avec humour dans l'univers de ces petites et grandes choses qui peuplent le quotidien... pour mieux en rire

Prix indicatif : 9,50€



Petites bêtes à la loupe, avec une loupe ! Maggie Li, éd. Fleurus, dès 6 ans (2015)

Un guide de la nature pas comme les autres ! Avec la loupe offerte dans ce livre, partez à la recherche des détails cachés dans chaque page. Vous découvrirez ainsi tous les secrets des petites bêtes.

Prix indicatif : 8,00€



Les drôles de petites bêtes, Antoon Krings, éd. Gallimard Jeunesse, album éveil

Quoi de mieux pour découvrir le micro peuple de la nature que d'être



accompagné par d'inoubliables amis tels que Mireille l'abeille, Chloé l'araignée ou Hugo l'asticot ! Les petites histoires de M. Krings sont délicieuses à lire et illustrées avec une tendresse infinie. Vos enfants vous en redemanderont toujours plus ! Prix indicatif : 6,20€

L'imagerie des petites bêtes, Bernard Alunni, Emilie Beaumont et Marie-Christine Lemayeur, éd. Fleurus (2009)

Une imagerie très colorée pour tout savoir sur plus de 50 petites bêtes : leurs moeurs, leur reproduction et leur mode d'alimentation.

Des abeilles aux coccinelles, en passant par les grenouilles, les petits lézards, les chauves-souris, les musaraignes, les poux... Des dessins réalistes et des textes simples mais riches en informations.

Prix indicatif : 11,95€



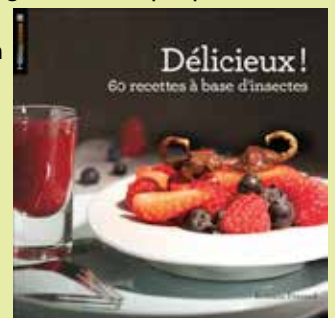
Hôtel à coccinelles et autres insectes, Collectif, éd. Marabout (2016)

Conçu comme un abri, cet hôtel en bois naturel abritera coccinelles, abeilles solitaires, bourdons et papillons. Il suffira de l'installer dans un endroit au calme orienté au nord. Laissez venir les insectes, observez-les ! Le petit livre fourni vous apprendra tout ce qu'il faut savoir sur les insectes pollinisateurs et vous donnera quelques conseils de jardinage « bio » sans aucun produit chimique. Prix indicatif : 20,00€



Délicieux ! 60 recettes à base d'insectes, Romain Fessard, éd. Héliopoles

Les insectes comestibles, tout le monde en parle, mais personne ne les mange, à l'exception d'un cercle d'initiés qui, c'est vrai, s'élargit de jour en jour. Pourtant pour beaucoup, les insectes, c'est dégoûtant. Mais pas plus qu'une crevette ou qu'un escargot. Et c'est délicieux (eh oui !), festif, nutritif et parfois surprenant, avec des saveurs de banane, de bacon ou de coquille Saint-Jacques. Le pari de ce livre : faire entrer les insectes comestibles dans nos assiettes avec une cuisine world raffinée et facile à réaliser. Prix indicatif : 19,90€



Retrouvez d'autres coups de coeur sur notre blog !

Vous avez un livre, un film, un événement, un jeu à partager ? N'hésitez pas à nous envoyer un mail (associationcitemomes@gmail.com) pour nous faire découvrir vos coups de coeur !

Cuisine

Brownie à la farine de grillon

UN GÂTEAU PAS SI BÊTE !

Ingédients :

- 3/4 d'une tablette de chocolat noir (soit environ 150g)
- 2 cuillères à soupe d'huile de coco
- 80g de poudre d'amandes
- 20g de farine de grillons (soit environ 2 cuillères)
- 80 de pâtes de dattes (ou 8 dattes mixées)
- 3 oeufs
- 30g de miel
- 1 pincée de sel non raffiné
- une petit poignée de noix ou de baies de goji

- • • • •
1. Faites préchauffer votre four à 200°C.
 2. Cassez la tablette de chocolat en morceaux. Déposez le tout dans un bol, ajoutez-y l'huile de coco. Faites passer le tout au micro-ondes puissance mini pour que le tout fonde.
 3. Une fois le tout fondu, mixez avec la poudre d'amandes, la farine de grillons, les dattes, les oeufs, le miel et le sel. Ajoutez au mélange des noix, des baies de goji ou bien même des raisins selon vos besoins du moment.
 4. Versez la pâte dans un moule à gâteau de forme carrée, étalez puis faites cuire 15 minutes. Surveillez attentivement la cuisson.
 5. La cuisson terminée, coupez le brownie en carrés.



Tuto

Hôtel à insectes

CHAQUE INSECTE A SON NICHOS PRÉFÉRÉ ET, PAR CONSÉQUENT, CHAQUE HÔTEL (OU CHAQUE CHAMBRE) AURA SES PARTICULARITÉS.

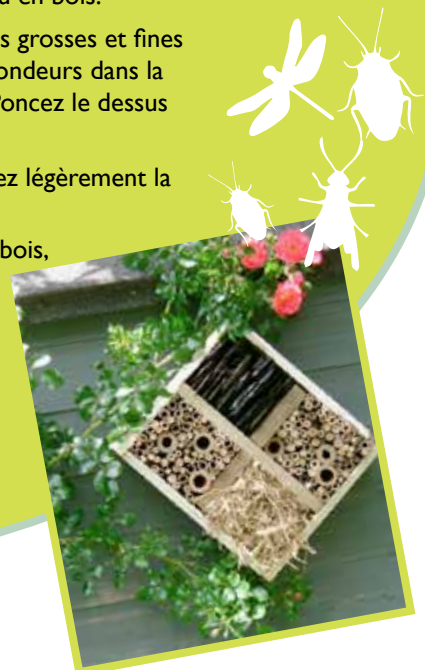
• • • • •

Pour accueillir des abeilles

et des syrphes il te faudra :

- morceaux de bois : grosses ou fines branches dures et tiges à moelle (framboisiers, vignes...)
- perceuse
- papier de verre
- boîte de conserve ou en bois
- couteau
- marteau

1. Pour réaliser des fagots de branches et tiges, coupez les morceaux de bois de la profondeur de la boîte de conserve ou en bois.
2. A l'aide de la perceuse, commencez par percer les grosses et fines branches, en réalisant des trous de différentes profondeurs dans la moelle du bois, assez pour que rentre une abeille. Poncez le dessus avec le papier de verre.
3. Pour les tiges de framboisiers ou de vignes, grattez légèrement la moelle avec le couteau.
4. Mettez les tiges dans la boîte de conserve ou en bois, en les tassant bien, ainsi, enfoncez les dernières à l'aide d'un marteau.
5. Accrochez votre hôtel sur un mur, orienté sud/sud-est, à l'abri du vent, au calme... et observez les nouveaux locataires !





Nombre de carrés :

6 | 4 | 9

(remise des compteurs à zéro début janvier pour les nouveaux projets)

Allez on refait monter le compteur au plus haut niveau

car L'aventure Monet continue...

Bientôt nous vous dévoilerons le tableau choisi

pour la suite de l'aventure "Ensemble nous sommes Monet"!!!

Defis asso

je tricote contre l'endométriose

Ce moi-ci nous vous proposons de relever le défi suivant... Coudre ou tricoter du jaune contre l'endométriose ! Le concept est simple : il vous suffit de créer quelque chose de jaune et pour cela vous avez jusqu'au 8 avril prochain !

Au fond, peu importe ce que vous faites, le but est une fois de plus, faire parler de cette maladie pour faire avancer la recherche et rompre l'isolement de certaines femmes. Cette maladie est souvent mal diagnostiquée car les douleurs sont souvent confondues avec les douleurs menstruelles. Or l'endométriose est une maladie chronique gynécologique et est responsable de très fortes douleurs qui peut même parfois entraîner la stérilité. Cette maladie touche environ une femme sur dix !

Alors pour toutes celles qui souffrent physiquement et psychologiquement, toutes à vos aiguilles et n'hésitez pas à suivre le projet sur les réseaux sociaux pour que la recherche continue d'avancer ! Le mouvement est surtout présent sur les réseaux sociaux comme instagram, vous trouverez les créations des autres participantes grâce au hashtag #jetricotecontrelendométriose ou #jecoudcontrelendométriose ou encore #50nuancesdejaunecontrelendométriose.

Cela vous donnera peut-être des idées ! Vous pouvez partager vos créations, nous sommes pressés de les voir !



Rendez-vous...

Au fil de la manche

Venez découvrir nos œuvres géantes au salon « au fil de la manche »

Rendez-vous le weekend du 28 et 29 Avril au festival « Au fil de la Manche » qui aura lieu au Château de Miromesnil à Tourville sur Arques. C'est dans ce lieu magnifique, où naquit Guy de Maupassant que la laine est à l'honneur sur le territoire du lin ! Une quarantaine d'exposants se réuniront pour cette première



édition, autour du thème de la laine pour partager notre passion : le « fait main » à travers le tricot, le feutrage, le filage, le crochet etc. il y en a pour tous les goûts. Nous serons présents et nous serons fiers de vous présenter nos œuvres géantes en tricot et nos projets en cours ! L'entrée est à 9€ et le billet est gratuit pour les enfants de moins de 12 ans. Il vous est également possible de participer à différents ateliers, le choix est vaste, vous pouvez faire votre choix en vous rendant sur leur site internet lefildelamanche.com. Un beau programme en perspective !

Voici un petit nouveau dans nos projets !

Le projet "Tricote un sourire" est né de ma grand-mère. Elle a animé des ateliers tricot dans notre association pendant 3 ans. Au début, il y avait quelques personnes. Un jour, on a recouvert une fontaine avec du tricot, et après, de nombreux sourires sont apparus, et surtout un grand sur son visage ! Elle avait enfin retrouvé une place dans notre chère société ! Depuis, nous tricotonons pour faire sourire un maximum de personnes... le magie du tricot !

Sur le projet «Ensemble nous sommes Monet», des personnes de 2 à 102 ans ont participé ! Il est difficile de savoir réellement le nombre exact de participants ayant pris part à la confection de ce tableau ne sachant pas combien chaque personne a tricoté et les donations étant anonymes. Au vu de la quantité collectée, il est cependant évident que des milliers de participants ont rejoint notre aventure. Celle-ci a pris en même temps une réelle dimension artistique ! Personne n'avait jamais réalisé d'oeuvre d'art en carrés de tricot, personne n'y croyait, nous l'avons fait ! C'était magique !

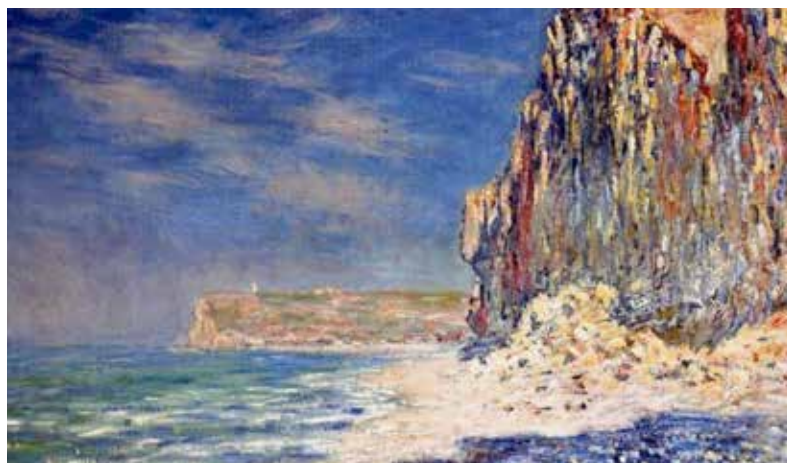
Grâce aux réseaux sociaux, le projet a été relayé et vu des centaines de milliers de fois dans le monde entier. Grâce à cette viralité, nous avons été contactés par le magazine Vogue Knitting pour venir exposer la toile à New-York dans le cadre de leur salon Vogue Knitting Live. La magie a continué...

En choisissant une oeuvre de Monet, nous assurons au projet un caractère universel. Nous nous apercevons aujourd'hui, que c'est l'art en général, qui procure ces émotions et cette universalité.

L'opération « Ensemble nous sommes Monet » a demandé le déploiement d'une sacrée ingénierie et nous avons mis à profit toute l'expérience que nous avons acquis au sein de notre association Citémômes où depuis presque dix ans, nous réalisons de nombreux ateliers créatifs et artistiques.

Aujourd'hui, cette magie, nous avons envie de la partager plus largement ! La magie de voir un tableau naître, cette dynamique qui crée du lien et surtout des sourires... Élargir cette « communauté » de tricoteurs et essaimer ce mélange d'art et de textile qui ensemble créent un dialogue universel qui n'a pas de frontières et qui passe le plus beau des messages « Ensemble, nous sommes plus forts » et "l'art n'a pas de frontières" !

Plus concrètement, l'origine de ce dispositif est né en deux temps. En 2016, nous avons mené un projet avec la ville du Havre et le MuMa dans le cadre du festival "Normandie impressionniste" en réalisant un détail d'une oeuvre de Boudin qui était exposée au musée à ce moment là. L'objectif était de fédérer des habitants autour d'une réalisation plus petite, plus accessible sur plusieurs temps forts liés à la mer (fête de la pêche, journée de la mer...) Ce fût une première expérience très agréable ce qui nous a permis de réfléchir en plus petit ! Ensuite, lors de la présentation de « Suzanne » dans des salons, les visiteurs étaient sensible au travail accompli mais aussi curieux et motivé pour faire « la leur » ! C'est là que nous nous sommes dit que c'était l'occasion de partager encore davantage cette magie qui s'était développée autour de cette opération. Nous avons donc commencé à réfléchir aux différentes formules pour que ce projet soit une réussite, et surtout, reproductible avec notre accompagnement tout en gardant la démarche artistique et les valeurs initiales du projet. Aujourd'hui, déjà 2 projets de tableaux sont en cours : "La nuit étoilée" de Van Gogh à la médiathèque de Conches-en-Ouche dans l'Eure et "Les falaises de Fécamp" de Monet par les collégiens de Valmont en Seine-Maritime. Vous êtes une collectivité, une association, une école, une bibliothèque, vous souhaitez participer à cette aventure, n'hésitez pas à nous contacter !



Idées pour le mois de avril



Pleins d'autres bonnes idées sur...



Du 30 mars au 27 mai

La foire du trône

venez faire un tour à la Foire du Trône qui est sans nul doute la plus ancienne des fêtes foraines de France. Petits et grands venez vous amuser sous un soleil printanier et découvrir ou redécouvrir les quelque 350 attractions sur plus de 10 hectares, sur la pelouse de Reuilly. Les gourmands se retrouvent quant à eux devant les stands de barbes à papa, pommes d'amour, crêpes, guimauves et churros. Comme chaque année, ne manquez pas le traditionnel feu d'artifice qui illumine la foire le jour de la Fête du Travail.

Pour plus d'info : foiredutrone.com



Du 15 mars au 18 avril 2018

SPRING, le Festival des nouvelles formes de cirque

Pour la deuxième édition, la Métropole Rouen Normandie accueille sur son territoire SPRING, le plus important festival européen consacré au cirque contemporain. Près de 30 spectacles et 80 représentations essaimeront dans 35 communes (dont 17 de moins de 4500 habitants). Au programme : des mini-tournées, performances dans l'espace public, des parcours sous yourte ou camion-chapiteau ...

pour plus d'info : festival-spring.eu



du 27 mars au 29 avril

Festival terre de parole

Au printemps, le festival fait escale dans une vingtaine de communes en Seine-Maritime et en Normandie. De nombreuses lectures, des spectacles, des performances... Une programmation électrique vous attends et qui vous invite au cœur des campagnes et des villes à la découverte de la création contemporaine.

pour plus d'info : terresdeparoles.com



En salle le 11 avril 2018

Sherlock Gnomes

Sortie : 11 avril 2018 Savez-vous ce que font les nains de jardin quand nous avons le dos tourné ? Ils s'amuse et préparent l'arrivée du Printemps. Lorsqu'ils se mettent à disparaître mystérieusement un par un, il n'y en a qu'un qui peut voler à leur secours : SHERLOCK GNOMES.



Du 27 avril au 08 mai

La foire de Paris

Tous les ans, au printemps, le Parc des Expositions de la Porte de Versailles accueille la Foire de Paris. Venez à ce rendez-vous incontournable, unique en Europe, qui attire des milliers de visiteurs. Elle fait la part belle à la gastronomie et aux cultures du monde, mais également à l'innovation dont un Grand Prix est décerné. Depuis plus de 110 ans, elle ne cesse de nous surprendre en proposant des objets qui facilitent et améliorent le quotidien.

Pour plus d'info : foiredeparis.fr



Du 21 au 29 avril 2018

Festival de l'Oiseau et de la Nature

le Festival de l'Oiseau et de la Nature propose des activités pour toute la famille sur une période de 9 jours : plus de 400 sorties nature guidées pour découvrir le littoral et l'arrière-pays, des projections de documentaires, une vingtaine d'expositions photographiques et d'art animalier, des animations pour les enfants, des soirées-débats et des conférences pour échanger avec des scientifiques ou des professionnels, des stages photo et d'art animalier, des spectacles, des contes, des concerts, ... Mais Le Festival de l'Oiseau et de la Nature, c'est aussi 2 compétitions internationales: Le Concours Photo et le Concours Film, qui sont lancés dès la fin de l'été.

Pour plus d'info : festival-oiseau-nature.com



samedi 14 et dimanche 15 avril

Atelier "poésie mecanphonique" fabrique sonore à la corderie Vallois.

Une fabrique sonore s'est installée au Musée : l'artiste Benoit Poulain, luthier, musciscien chercheur sonore, anime des ateliers collaboratifs ouverts à tous pour participer à la création d'une oeuvre collective. venez avec vos objets recyclés ! Captation du son et sa transformation, construction d'instruments de musique à partir d'objets détournés, arts numériques. Après une mise en commun des réalisations de tous, l'inauguration de la Machine Sonore Monumentale aura lieu en juin avec un concert de clôture lors des journées du patrimoine. Fabrique en famille : samedi 14 et dimanche 15 avril de 14h à 16h Ateliers : 4€

pour plus d'info : Corderievallois.fr



Le coin des sportifs

- Cyclisme PARIS ROUBAIX

Dimanche 8 avril, départ à 11h pour une course mythique qui offre chaque année du beau spectacle. Le Paris-Roubaix 2018 débute de Compiègne au pied du château et l'arrivée se dispute au vélodrome de Roubaix.

- Coupe du monde de la voile

du 22/04 au 29/04/2018 la ville d'Hyères accueille cette année encore La Sailing World Cup (Coupe du monde de la voile).