

Fiche outil - CAMP ZERO DECHET



Un projet Zéro Déchet participe à la réalisation des Objectifs de Développement Durable 12 - Consommation et Production Responsables et 13 - Mesures relatives à la lutte contre les changements climatiques. Un camp sans déchet et avec des produits locaux de saison permet de faire vivre aux

jeunes une expérience inspirante pour de futures actions qu'ils pourront mener dans leur quotidien.

Objectifs :

Réaliser un camp sans déchet

Consommer local et de saison

Avant le camp :

Concevoir les menus

- Utiliser des ingrédients disponibles en vrac.
- Penser aux produits frais locaux et de saison. A adapter en fonction du lieu de camp.



Pour équilibrer le budget, la consommation de viande peut être réduite à une fois par jour. Pour remplacer la viande : légumineuses, œufs (attention aux restrictions sur la cuisson).



Les légumineuses en vrac sont des produits secs. Il faudra les faire tremper une journée à l'avance. A prendre en compte dans l'organisation des menus et à inscrire dans le carnet d'intendance.

Trouver les lieux pour réaliser les achats.

- Marchés pour les fruits et légumes, les produits laitiers, les produits animaux (viande, oeufs). Noter les jours et les horaires.
- Magasins en vrac pour les féculents, les céréales, le chocolat, les condiments ...



Les magasins en vrac n'apprécient pas que l'on débarque sans avoir prévenu et que l'on prenne de trop grosses quantités d'un coup. **Il faut anticiper en allant les voir au moins un mois avant !** Et généralement ils apprécient vraiment

la démarche. Le mieux est de leur fournir une liste avec les quantités exactes (attention ça demande un gros temps de préparation) + les contenants (sauf s'ils en ont suffisamment à nous donner → à vérifier avec le magasin).



- Prévoir les contenants nécessaires aux achats.
- Noter les quantités en kilo et par personne pour pouvoir s'adapter en fonction des produits proposés.



Adapter les menus en fonction des jours du marché. Généralement, les marchés à proximité sont une à deux fois par semaine. Privilégier les produits frais qui se conservent moins les jours qui suivent le marché.

Adapter le planning

- Prévoir 1h30 de cuisine pour la préparation des repas au lieu de l'heure habituelle.

Pour le marché, il faut prévoir au moins 2 chef.taine.s pour une unité de 20 personnes. Le prendre en compte dans l'organisation des journées.

Pendant le camp :

- Penser à prendre une balance ! C'est utile quand on a pris du riz pour plusieurs jours mais que tout est dans le même contenant.
- Pas besoin de sopalin.
- Pour la fin du camp s'il reste de la nourriture : prévoir des boîtes hermétiques et réutilisables.

Les courses en vrac pour les produits secs

- Acheter tous les produits secs au début du camp, voire en précamp.
- Tout peut être conservé dans des seaux blancs hermétiques (soit fournis dans le magasin soit à trouver dans des ressourceries, seconde main !).

Il reste seulement les produits frais à prendre pendant le camp ainsi que le pain.

Le marché pour les produits frais



- Partir tôt. L'intendance d'un camp nécessite de grandes quantités. Plus on est tôt, plus on a de chance d'avoir ce que l'on souhaite.
- Il faut être flexible. Il faut facilement pouvoir échanger des nectarines prévues pour des poires fraîchement cueillies.



Privilégier les stands des producteurs locaux et si possible, le même pendant tout le camp. Cela permet d'établir une relation de confiance.

On peut trouver des produits laitiers ou de la viande au marché. Dans le cas contraire :

- Pour l'achat des produits laitiers → aller dans une fromagerie et apporter ses propres contenants (ou privilégier les produits type « C'est qui le patron ? »)
- Pour l'achat de la viande → aller dans une boucherie

Pour aller plus loin :

- Pour l'achat de Jus : privilégier des cubis pour avoir moins de contenant (ou des bouteilles en verres consignées si vous arrivez à en trouver !)
- Faire un compost ! Soit proposé par les propriétaires du lieu de camp soit à enterrer.
- Acheter des savons sans emballage pour les jeunes.
- Fabriquer ses propres produits : liquide vaisselle, shampoing, dentifrice.
- Fabriquer ses tawashis (éponges)
- Fabriquer ses sacs à vracs pour les courses au marché (avec des vieux tee-shirts) et pour le pain (un très grand).
- Si possibilité : faire ses propres yaourts : (demander aux parents pour le prêt).
- Limiter la consommation d'eau : 2 bouteilles par personne pour les doucher, lavage de cheveux 2 fois par semaine maximum, pas de jeu d'eau...
- Ramasser des déchets lors des randonnées