

Quelques conseils pour bien préparer votre « sac à manger » !

NOURRITURE

A la dynamo, tout ce qu'on mange, on doit l'apporter le premier jour ! Voici quelques astuces pour limiter le poids, et faciliter la conservation.

FERMES-AUBERGES : Consommez local !

Vous pouvez y prendre repas ou dessert mais aussi y faire vos emplettes : lait , fromage, charcuterie.

Attention : celles ci sont fermées de début novembre à début Avril sauf le Hilsen et le Rothenbrunnen,

CUEILLETTE : Des produits 100 % bio !

La nature, selon les saisons, peut vous offrir de quoi vous sustenter, mais attention rien n'est garanti et à vous de cueillir! En été, fraises des bois, myrtilles, framboises, mûres, mûrissent dans cet ordre

Par temps humide, les champignons se trouvent mais **attention ils faut les connaître ! Ne vous risquez pas à en manger sans avoir une connaissance parfaite de ceux-ci.**

Un nombre important de plantes comestibles poussent dans le massif (salades de pissenlit, soupe d'orties...).

ATTENTION CUISSON : en été, s'il fait très chaud, le fourneau n'est pas allumé, il n'y a donc pas de four. Il vous reste les plaques à gaz et le barbecue.

CONGELATION : la bonne solution !

Congelez les produits frais qui craignent l'absence de frigo : en les mettant au frais dans un sac isotherme à la cave, ils peuvent rester congelés deux-trois jours.

DECHETS

Pensez au fait que nous devons descendre les poubelles : Au chalet nous trions au mieux, et nous partageons la prise en charge vers le bas des poubelles entre gardiens et usagers .

VERRE : Une bonne bouteille, ça pèse, même vide !

Chaque usager redescend tout le verre qu'il a monté. Pour éviter de l'oublier au départ, nous vous conseillons de stocker les emballages en verre vides avec vos affaires.

BIO-DECHETS : Rendons-les à la nature !

Les épluchures iront dans le compost de la forêt et seront mangées par les animaux ou compostées. Les boites sont elles à redescendre.

Alors privilégiez les produits frais !

EMBALLAGES : Un tupp' vaut mieux que deux emballages !

• Déballez les produits chez vous et transportez-les dans des contenants personnels réutilisables. Ceci vous permettra également de conserver des restes là-haut où de les redescendre. On peut ainsi déballer les viandes, fruits et légumes de leurs emballages plastiques.

• Privilégiez les emballages qui se recyclent à ceux qui vont à la poubelle. Il est toujours plus agréable d'avoir une poubelle de recyclage à descendre qu'une poubelle qui coule et ne sent pas très bon (plutôt un paquet de pâtes dans un emballage cartonné que dans un emballage plastique, par exemple).

• Privilégiez les emballages en verre pour les produits non périssables, que vous ramèneriez chacun chez vous. Plusieurs avantages :

- vous pouvez mettre au frais dans la fontaine ;
- si vous ne finissez pas le produit, vous pourrez le laisser aux usagers suivant sans que les habitants permanents (lérots!) ne viennent le grignoter : ceci est particulièrement vrai pour l'huile, le ketchup...
- l'emballage n'encombrera pas la poubelle du chalet !

