

A rustic wooden signpost is mounted on a vertical wooden post. The sign is a horizontal plank of weathered wood with the words "CAMP ÉQUITABLE" carved into it in a simple, blocky font. The background is a lush green forest with many trees and a grassy field visible in the distance.

CAMP ÉQUITABLE

Guide pour un camp de jeunes durable

www.camp-equitable.ch



Nous avons besoin de plus de 3 planètes

Si tout le monde sur Terre vivait comme en Suisse, il nous faudrait plus de 3 planètes.

Mais ne soyons pas pessimistes! Avec ce guide, tu développes des stratégies et des solutions pour modeler ton propre camp de jeunes de manière durable.



Avec l'aide de ce guide, tu vas vite le remarquer – organiser un camp durable est amusant et offre à tes participants plus de diversité. Ce manuel va te permettre d'organiser et de planifier un camp équitable et durable. Il te fournit des tuyaux précieux et concrets.

Tu te demandes pourquoi ton engagement personnel pour un camp durable est important ? Si tous les humains de la planète vivaient comme en Suisse, nous utiliserions les ressources de plus de 3 planètes. Notre consommation se base sur le fait que dans d'autres pays, des gens travaillent dans des conditions injustes et qui détruisent l'environnement. Ce comportement n'a aucun sens à court et à long terme. Nous voulons prendre soin de notre planète!

C'est pourquoi nous nous engageons avec toi pour des camps durables. Ton camp t'offre le cadre parfait pour expérimenter un mode de vie efficace et motiver les autres. Tu peux raconter des histoires captivantes à tes participants pour les sensibiliser à divers aspects et thèmes. Vous êtes directement actifs ensemble pour l'environnement.

Il s'agit de commencer simplement avec une idée que tu pourras trouver dans les pages suivantes. Camp Équitable te souhaite beaucoup de plaisir dans ta réalisation – seuls ta créativité et ton engagement sont requis !



**« PLANIFIE L'AVENIR
PARCE QUE C'EST LÀ QUE
TU VAS PASSER
LE RESTE DE TA VIE. »**

Mark Twain, écrivain

La durabilité dans un camp

Nous cherchons des moyens de vivre heureux, sans utiliser de manière excessive les ressources de notre planète. Afin de permettre aux autres, aujourd'hui et demain, d'avoir une vie meilleure. Cet objectif est appelé durabilité: un développement de la société qui inclut une vision d'avenir écologique, économique et sociale.

DURABILITÉ ÉCOLOGIQUE:

Les ressources naturelles ne sont utilisées que dans la mesure où elles peuvent se régénérer. Dans un camp, cela veut dire concrètement que nous nous soucions de la nature et de l'environnement. Par exemple par des achats à un producteur local ou des repas sains basés sur des aliments bio, régionaux et de saison, ainsi qu'une élimination correcte des déchets.

DURABILITÉ ÉCONOMIQUE:

D'un point de vue économique, une société ne peut pas vivre au-dessus de ses moyens à long terme, sans quoi les générations futures en subiront les conséquences. Dans un camp, cela veut dire concrètement que nous nous servons de notre budget de manière réfléchie et ne dépensons pas plus que ce que nous avons. Grâce à certaines offres à bas prix de produits de la région, nous pouvons épargner l'argent du camp, mais aussi soutenir les petites entreprises locales. Un minimum de produits de luxe, comme la viande et du matériel de bricolage coûteux, et une bonne utilisation des restes ménagent le budget.

DURABILITÉ SOCIALE:

Une société durable garantit que chacun soit respecté, que les droits fondamentaux de tous soient assurés et que tous ensemble, nous encourageons un vécu commun paisible. Dans un camp, cela signifie concrètement que nous faisons en sorte que tous vivent une aventure inoubliable, indépendamment des expériences différentes de chacun. Nous intégrons tous les participants dans notre engagement pour un mode de vie durable et le transmettons de manière ludique et enthousiaste. Nous montrons ainsi qui produit, ce qui est consommé et que nous nous engageons pour des conditions de travail justes et équitables.

« ON N'EST JAMAIS TROP PETIT POUR FAIRE UNE DIFFÉRENCE. »

Greta Thunberg, jeune militante du climat

1^{ère} étape :

Planification, trajet et financement

Bien planifié, c'est à moitié gagné

- Pensez à cela dans vos préparatifs : quelles sont les possibilités d'achats locaux et quels produits seront proposés ? Quelles quantités ? Que peut-on trouver dans les fermes locales ? Comment sera organisée l'élimination des déchets ?
- Soirée des parents : expliquez aux parents les principes de votre camp durable et montrez-leur comment ils peuvent y participer : voyage en transports publics, emballages minimums, subventions financières pour des produits durables (« action bio »), ...
- Discutez au sein de l'équipe responsable de ce que vous mettez en place et de ce qui peut être amélioré. Décidez ensemble de mesures concrètes.
- Intégrez suffisamment tôt l'équipe cuisine.
- Transport du matériel : y a-t-il des choses que vous prenez chaque année, et qui n'est jamais utilisé ? si oui, laissez-les alors à la maison.

Trajet : as du sport ou paresseux ?

- Utilisez les transports publics.
- Faites une partie du trajet à pied et en faire une magnifique première marche.
- Et pourquoi pas un camp d'été à deux roues ou l'aller à vélo ? Une aventure inoubliable garantie.

Finances et réseau

- Négociez des rabais de quantité et intégrez des entreprises qui s'engagent pour un avenir durable.
- Utilisez la durabilité comme atout lors de la recherche de fonds, p. ex. auprès d'une paroisse.

Idée de jeu pour le trajet :

Mimes des déchets et du recyclage

- Tu chuchotes à l'oreille de quelqu'un un terme sur le thème des déchets et du recyclage qui devra être mimé. Les autres doivent deviner. Celui/celle qui arrive à faire deviner en moins de 90 secondes reçoit un point.
- Un terme deviné fait également gagner un point. Quand tout le monde est passé, la personne qui a le plus de points a gagné. (Exemples : bouteille en PET, canette en alu, élimination, poubelle, compost...)



« FAIRE SES COURSES EST
UN ACTE POLITIQUE.
TU VOTES À CHAQUE ACHAT. »

Bono, chanteur de U2

2^{ème} étape :

Acheter et cuisiner

Comment acheter local

- Intégrez la vente à la ferme et la production locale.
- Contactez les boulangeries, fromageries et boucheries locales.
- En fonction du lieu de stockage, il vaut mieux acheter par avance de grandes quantités de produits locaux bio.
- Réduisez les déplacements pour les achats grâce à une bonne organisation et des « règles de transport ».



Ce n'est pas parce que des produits sont vendus dans la région qu'ils sont automatiquement produits dans la région. C'est toujours mieux de se renseigner!


Les pros de l'achat durable

- Règle générale : « bio, régional, de saison ».
- Préférez l'alimentation végétale à l'alimentation animale.
Ce qui veut dire : prévoir des jours végétariens, se baser sur des alternatives végétales et essayer de nouvelles recettes. Le plus souvent possible, cela ménage aussi le budget!
- C'est une évidence : moins il y a d'emballages, mieux c'est. Mais il faut d'abord suivre la règle générale ci-dessus, car l'emballage représente une très petite part de la pollution d'un produit.
- Évitez absolument les produits transportés par avion.
- Prenez garde si possible aux labels bio et Fairtrade pour les aliments comme les bananes et le chocolat.
- Cela vaut la peine d'acheter des marchandises dans une ferme bio du coin. Vous trouvez une carte avec tous les points sur www.camp-equitable.ch.

Recette pour 4 personnes
Hummus

- 250 g de pois chiches trempés et cuits.
- 3 poivrons rouges,
- 2 gousses d'ail,
- 3 CS de jus de citron,
- 1 CS d'huile d'olive,
- 60 ml de pâte de sésame (Tahini),
- 2 pincées de sel,
- 2 pincées de poivre et
- 1/2 CC de cumin réduits en purée au mixer.





« NOUS VIVONS DANS CE
MONDE COMME SI NOUS
EN AVIONS UN SECOND
EN RÉSERVE. »

Jane Fonda, actrice



Il ne s'agit pas de changer du jour au lendemain toutes les habitudes alimentaires et d'achats. Commencez par prendre consciemment certaines mesures, p. ex. des légumes bio, acheter du riz Fairtrade, planifier plusieurs journées végétariennes, ...

Vous êtes perdus ? Vous trouverez un tableau de saison et guide des labels sur www.camp-equitable.ch.

Décidez avant vos achats quels aliments de quelle qualité acheter, conformément à votre budget, afin qu'il ne vous reste pas à la fin de l'argent qui vous aurait permis d'avoir des produits de meilleure qualité et respectueux de l'environnement.

Cuisiner avec succès

- Si vous manquez d'expérience, cherchez des tuyaux et des recettes auprès de cuisiniers expérimentés, Camp Équitable vous aide volontiers.
- Limitez le gaspillage en prévoyant une utilisation des restes dans le plan des menus.
- Ayez des idées créatives pour utiliser les restes, avec la participation des membres du camp.
- Soyez créatifs et préparez vous-mêmes une compote de pommes, du pain, du yoghourt ou du sirop.
- Ne suivez pas aveuglément la date de péremption, mais fiez-vous à votre nez et à votre bouche.

Tous participant

- Les participants amènent leurs propres lunch-box, couverts et assiette.
- N'empaquetez pas les pique-niques individuellement dans des sacs en plastique, mais regroupez les aliments pour un groupe entier. Un pain entier n'a besoin d'aucun emballage – un sandwich oui.
- Planifiez la visite d'une ferme.
- Cuisinez avec tous les participants du camp.
- Faites un grand jeu pour construire une cuisine durable. Vous trouverez des idées sur www.camp-equitable.ch.

« UN AIR PUR, DES SOLS PROPRES ET DES ALIMENTS SAINS FONT PARTIE DES DROITS HUMAINS. »

Felipe VI, roi d'Espagne



3^{ème} étape :

Matériel et déchets

La protection de la nature a la priorité

- La couleur et la colle doivent être biodégradables. Informez-vous avant l'achat.
- Le matériel à usage unique, comme par ex. le bois, provient de la scierie locale.
- Ne versez jamais de produit de vaisselle directement dans l'eau et faites la vaisselle en bassine.
- Utilisez des produits de nettoyage et de douche écologiques et biodégradables ou un savon neutre ; lors de la soirée ou la journée des parents, sensibilisez tout le monde avec un super programme sur la protection de l'eau et les micro-plastiques.
- Renoncez si possible au papier d'aluminium et achetez des produits en papier recyclé. Observez les labels 100 % recyclé.



Évitez la pléthore de matériel !

- Réutilisez le matériel de bricolage des dernières années avant d'en acheter du neuf ; organisez une réunion où chacun/e amène une liste du matériel qui traîne chez lui/elle.
- Utilisez du matériel de la nature.
- Utilisez plusieurs fois le matériel (p. ex. ruban-balise) ou utilisez des alternatives réutilisables.

Les futurs pros de l'élimination des déchets et du recyclage

- Construisez avec les participants un centre de tri avec des sacs ou caisses de différentes couleurs à un endroit du camp. Vous connaissez les sites de récupération proches et vous planifiez l'entreposage et l'élimination des déchets. Prés et terrains sont rendus propres (« battues »).
- Compostez les déchets organiques.
- Certains aliments restent à la fin du camp ? Ne les jetez pas, mais distribuez-les aux participants !

Idée de bricolage
en camp d'été:

Radeau de pirate en upcycling

Tu as besoin de pirates motivées et de marins courageux, d'un plan d'eau sur lequel vous pouvez naviguer, de bouteilles de PET vides, de bois, d'un concept de sécurité et d'un plan de montage et de recyclage que tu trouveras sur www.camp-equitable.ch.
Amusez-vous bien!

4^{ème} étape:

Organisation du programme : sensibilisez et soyez actifs !

- Intégrez la durabilité dans le quotidien du camp : que ce soit lors d'un rituel du matin, un atelier, au repas ou lors d'un challenge durant tout le camp – la créativité n'a aucune limite!
- Planifiez une visite dans la ferme bio d'à côté ou un tour avec le garde forestier.
- Engagez-vous ensemble pour l'environnement : organisez p. ex. le nettoyage d'une forêt ou d'un ruisseau, aidez à réhabiliter un chemin...

Jeu, plaisir et durabilité

- Planifiez et réalisez un jeu qui traite de durabilité, dans le cadre d'une activité sportive → idées de jeux sur www.camp-equitable.ch.
- Définissez les règles du jeu afin que toutes les catégories de jeunes présents puissent avoir la possibilité de montrer leurs compétences.
- Commencez un projet d'upcycling ou bricolez avec des objets naturels → il est important que le matériel de votre projet d'upcycling puisse être recyclé!
- Réalisez une activité nature et environnement.
- Réfléchissez et discutez d'un avenir durable lors d'une marche aux chandelles.
- Participez tous ensemble au concours de Camp Équitable.



Vous trouverez des idées de bricolage et de jeux réalisés par des jeunes, eux-mêmes responsables de camps sur www.camp-equitable.ch.



Propositions supplémentaires de Camp Équitable : tu trouveras beaucoup d'autres tuyaux ainsi que des idées d'activités et de jeux sur www.camp-equitable.ch. De plus, il y a chaque année un concours pour tous les camps d'été où tu peux réaliser quelque chose et gagner des super prix!

Veux-tu participer? Envoie-nous tes idées, questions et expériences sur ton camp durable à info@camp-equitable.ch.

Qui est derrière ce projet? La deuxième édition de ce manuel a été remaniée par l'équipe formation de Camp Équitable. Tous les membres sont eux-mêmes actifs dans une association de jeunesse et ont une grande expérience de la gestion de camps. Nous remercions la Fondation Pusch pour son expertise professionnelle. Camp Équitable est soutenu par la Fondation Mercator Suisse, la Fondation Wegweiser, la Fondation Suisse du Scoutisme ainsi que d'autres partenaires.

Un projet de :

Pfadibewegung Schweiz
Mouvement Scout de Suisse
Movimento Scout Svizzero
Moviment Battasendas Svizra




Katholische Kirche
Stadt Luzern


ACTION DE CARÈME

young**CARITAS**


Jungwacht
blauring