

Fiche animation atelier 5 : le garde-manger

 Low-tech Lab Grenoble



https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Fiche_animation_atelier_5:_le_garde-manger

Dernière modification le 18/11/2021

 Difficulté **Moyen**

 Durée **4 heure(s)**

 Coût **30 EUR (€)**

Description

Cette fiche tutorielle propose un format d'ateliers autour de la construction d'un garde-manger et des conseils pour l'animer. Elle s'inscrit dans le cadre de la documentation d'un projet mené par le Low-tech Lab Grenoble. D'autres fiches d'ateliers sont à retrouver, cf notes et références.

Sommaire

Sommaire

Description

Sommaire

Introduction

Étape 1 - PARTIE 1 : Présentation de l'atelier du jour : le garde-manger

Étape 2 - Création des ouvertures des étagères

Étape 3 - Empiler les caquettes et mesurer l'ensemble

Étape 4 - Découper les tasseaux

Étape 5 - Découper les plateaux

Étape 6 - Découpe du trou pour le pot en terre sur le plateau supérieur

Étape 7 - Assembler le meuble

Étape 8 - (Facultatif) Fixation des roulettes

Étape 9 - Clôture de l'atelier

Étape 10 - PARTIE 2 Lancement de l'atelier

Étape 11 - Aménager l'étage de l'ambiance "Ambiant, humide et à vue"

Étape 12 - Tapisser les 2 caquettes du bas avec de la toile de jute

Étape 13 - Fixer le tulle / voile moustiquaire

Étape 14 - Fabriquer / Fixer les rideaux des ouvertures

Étape 15 - Installer l'ambiance "Frais dans le sable"

Étape 16 - (Facultatif) Créer des compartiments intérieurs pour les étages

Étape 17 - Temps d'appropriation du garde-manger

Étape 18 - Célébration et clôture de l'atelier

Étape 19 - Contenu pédagogique à partager

Notes et références

Commentaires

Introduction

Cette fiche tutorielle s'inscrit dans le cadre de la documentation d'une série d'ateliers de construction de différentes low-tech autour de la thématique de la précarité énergétique. Elle vise à partager l'expérience d'animation et de préparation acquise lors de ce projet. Vous pouvez retrouver l'ensemble des informations autour du projet et les autres supports de documentation ici (lien vers le blog du Low-tech Lab).

Un garde-manger est un meuble permettant de mieux conserver les fruits et légumes en leurs offrant des ambiances de conservation adaptées à leurs besoins, le tout sans consommer d'électricité !

La version présentée ici est une conception et adaptation réalisée à partir de différents tutoriels dont celui du Low-tech Lab (cf *Notes et références*).

Cette low-tech demandant un peu de temps de construction, le format d'animation expérimenté a été réparti en deux ateliers de 2 heures. Libre à vous de réadapter ce format en fonction du temps dont vous disposez et du contexte.

Matériaux

- 5 cagettes en bois (nombre à ajuster en fonction des cagettes et des besoins)
- 2 tasseaux
- tulle ou de la moustiquaire
- toile de jute
- 1 baguette en bois (type moulure demi-rond) ou autres morceaux de bois récupérés
- 1 planche en bois
- 1 ou 2 soucoupes plates pour mettre de l'eau (récupérer des couvercles de boîtes)
- de quoi construire un fond de cagette surélevé (fond d'une autre cagette découpée ou autres astuces)
- 1 pot en terre de diamètre environ 21 cm et un sous de pot en terre pour boucher le fond
- sable
- 4 roulettes (facultatif)
- Des fruits et légumes à installer (carottes, pommes de terre, tomates,...)

 Fiche conseils animation

 Fiche_animation_atelier_5_-_le_garde-manger_Fiche_tutorielle_A4_garde-manger_1.pdf

 Fiche_animation_atelier_5_-_le_garde-manger_02_poster_fruits_l_gumes.pdf

Outils

- 1 agrafeuse murale
- 1 paire de ciseaux
- 1 perceuse/visseuse
- vis et forêt bois pour les préperçages
- 1 tenaille pour enlever les agrafes
- papier ponce
- 1 scie égoïne et/ou scie sauteuse
- 1 support de découpe : établi, palette ou porte à faux avec serre-joints sur une grande table
- 1 machine à coudre ou fil et aiguille (pour les rideaux)
- mètre ruban, crayon, équerre, règle
- gants, lunettes & casque de protection

Étape 1 - PARTIE 1 : Présentation de l'atelier du jour : le garde-manger

1. **Lancer un tour des prénoms** et éventuellement un jeu brise glace ou un autre activité de lancement si le temps le permet (cf Fiche 1)
2. **Expliquer la low-tech qui va être abordée aujourd'hui** : à quoi elle sert ? Comment est-ce qu'elle fonctionne ?
Le garde-manger a plusieurs avantages :
 - Il permet de mieux conserver ses légumes et fruits en fonction de leurs besoins et caractéristiques.
 - Il rend visibles les aliments et permet de mieux maîtriser la quantité de denrées achetées et leur conservation.
 - Il est possible d'y conserver à l'abri des insectes d'autres aliments (fromage, charcuterie, gâteau).
 - Il permet de conserver la plupart de ses fruits et légumes sans électricité et ainsi, par exemple, de réduire la taille de son frigo voire de s'en passer complètement.

Remarques / conseils : Il est utile d'avoir un support visuel explicatif du garde-manger pour cette étape et tout au long de l'atelier. Le poster explicatif des différentes ambiances de conservation de ce garde-manger peut être utilisé dans cette optique et / ou être adapté au format du garde-manger qui sera conçu (support à télécharger, cf étape 19).

De façon plus générale, cette low-tech cristallise plein de choses autour de l'alimentation et peut-être un bon support pour aborder plusieurs sujets : quelles sont nos/les habitudes alimentaires de chacun-e ? Comment peut-on éviter et limiter le gaspillage alimentaire ? Tout comme le partage de recettes ou idées de conservation etc.

Ces sous-thèmes peuvent être abordés plus largement dans d'autres temps d'ateliers et/ou par exemple en consacrant un cycle d'atelier autour de l'alimentation.

3. Point infos sécurité

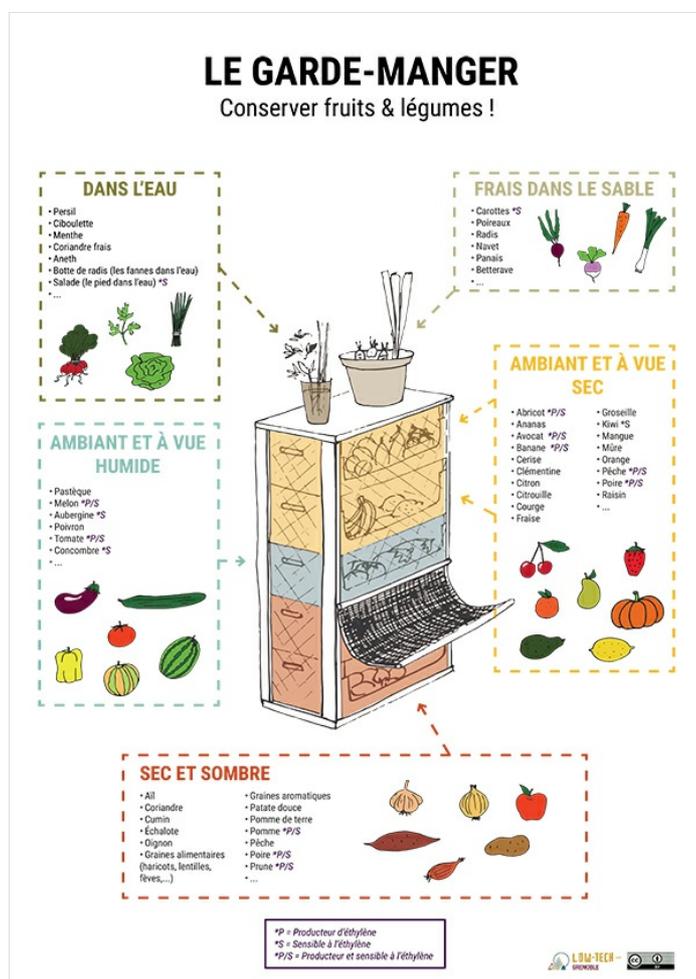
Avant de commencer à bricoler, il est primordial de bien expliquer les règles de sécurité et les risques éventuels de se blesser en bricolant aux participant.es. Pensez à prévoir des EPI (équipement de protection individuel) en nombre et taille suffisante : gants, lunettes et casques ou bouchons d'oreille. Prendre un temps au début de l'atelier lorsque tout le monde est réuni permet de captiver l'attention et de veiller à ce que chaque personne s'équipe. Une bonne écoute, attention et communication au sein du groupe tout au long de l'atelier permettront d'éviter des accidents. La sécurité se pense dès la conception du déroulé de l'atelier : pensez à l'organisation de l'espace, anticipez les supports et zones de découpe (par exemple une boîte à onglets permettra des découpes plus en sécurité pour un public apprenant à scier), etc. La vigilance aux points de sécurité est de mise tout au long de l'atelier. Si vous êtes plusieurs animateur-ice-s, pensez à vous faire un petit check en amont de l'atelier pour partager les informations autour de l'utilisation des outils et des réflexes de sécurité. Si possible, n'hésitez pas à partager cette vigilance lors de l'atelier avec l'équipe encadrante de la structure. (Ex : demander aux bénévoles de veiller à ce que les enfants autour n'aillent pas vers les machines)

4. Point organisation avant le lancement de l'atelier

En fonction du nombre de participant.e-s à l'atelier, il peut être intéressant de prévoir en amont de se répartir en binômes ou trinômes sur certaines tâches pour avancer en parallèle (cela permet aussi de "gagner du temps" dans le format d'atelier). Si vous prévoyez une organisation de la sorte : l'annoncer dès le début de l'atelier pour permettre la constitution des équipes en présentant les tâches qui vont être faites (et ainsi un choix par intérêt), se répartir l'encadrement des équipes entre animateur-ice-s.

Une bonne organisation a besoin d'être pensée en amont lors de la préparation de l'atelier :

- Prévoir le déroulé détaillé avec en tête la répartition en équipe, le matériel nécessaire et à disposition, le temps de chaque étape, permettra d'éviter les temps de flottement. Il est parfois difficile d'anticiper le temps de chaque étape (varie en fonction du public et des connaissances et compétences en bricolage de chacun-e etc.) mais cette précision s'acquiert en faisant des ateliers, en affinant ses propres compétences et en connaissant son public. Quoiqu'il en soit : savoir être flexible, savoir rebondir et réorganiser le déroulé prévu sur place en fonction des aléas de temps etc.



- Prévoir précisément les espaces/postes de bricolage. (table + serre-joints pour découpe et/ou établi pliable, etc.) Ces derniers sont à installer en amont de l'atelier. Pour gagner du temps, bien organiser vos sacs de matériel par catégories et les installer une fois sur place sur des espaces différents de stockage (un peu hauteur idéalement s'il y a des enfants) : par exemple une table avec tous les EPI, un coin pour le matériel de découpe, etc. Une fois que les outils ne sont plus utilisés sur leur poste de bricolage ils peuvent y être rangés.

Étape 2 - Création des ouvertures des étagères

En fonction des cagettes récupérées, de l'orientation (face avant sur la largeur ou longueur) et de la hauteur du meuble voulu (nombre de cageots) :

Cageot haut : enlever une latte supérieure à chaque cagette à l'aide d'un tournevis ou d'une pince tenaille.

Cageot simple : tracer et découper dans les lattes les espaces pour passer la main à l'aide de la scie sauteuse. Poncer les ouvertures.

 faire attention à enlever les agrafes si usage de la scie sauteuse

Pour l'étagé de l'ambiance "Ambiant, humide et à vue", prendre en compte la hauteur du plateau second fond sous lequel seront glissées les coupelles d'eau, afin de laisser un rebord suffisamment haut pour retenir un peu les légumes.

Ex de réadaptation du déroulé in situ : dans notre cas nous n'avions pas de cageots hauts et la découpe des ouvertures d'étagère n'a pas pu être réalisée sur place par manque de temps, de matériel et surtout d'un cadre de sécurité suffisant pour la découpe. L'étape a été expliquée à partir d'une cagette déjà découpée et le meuble a été assemblé sans les cagettes découpées, ces dernières ont été découpées entre les deux ateliers.

Remarques / conseils :

Pour gagner du temps, les tracés des découpes peuvent être réalisés en amont de l'atelier.

Étape 3 - Empiler les cagettes et mesurer l'ensemble

Mesurer la largeur et longueur des cagettes, ainsi que la hauteur de l'ensemble créé.

Étape 4 - Découper les tasseaux

En sciant à l'aide de la scie manuelle et de la boîte à onglets, découper les tasseaux pour obtenir 4 montants de la hauteur de la pile des cagettes.

Remarques / conseils :

Pour gagner du temps, les tracés des découpes peuvent être réalisés en amont de l'atelier.



Étape 5 - Découper les plateaux

1. Sur la planche, reporter la longueur des cagettes mesurée à l'étape 3 en y ajoutant 2 fois l'épaisseur des tasseaux (de sorte qu'une fois dessus la planche les recouvre).
2. Reporter ensuite la largeur mesurée à l'étape 3 en formant un rectangle, à l'aide d'une règle, d'une équerre et d'un crayon de papier.
3. Scier à l'aide de la scie sauteuse ou scie manuelle en fixant la planche sur une table ou un établi avec des serre-joints.
4. Découper un second plateau du même format.
5. Poncer les découpes à l'aide de papier à poncer.

Remarques / conseils :

Pour gagner du temps, les tracés des découpes peuvent être réalisés en amont de l'atelier.

Dans notre cas, l'encadrement de la découpe à la scie sauteuse pour les planches a pris plus de temps que nous l'avions estimé. Il aurait été idéal d'avoir un temps plus long pour cela et de faire des tests sur des chutes de bois pour mettre en confiance les participantes avant de découper la pièce finale.



Étape 6 - Découpe du trou pour le pot en terre sur le plateau supérieur

1. Retourner le pot en terre à l'envers à l'endroit du plateau où il sera installé. Tracer un cercle au crayon de papier en suivant le rebord.
2. À l'intérieur du cercle obtenu, tracer un second cercle plus petit en ôtant 2 à 4 cm de diamètre. (En fonction du niveau auquel vous voulez que votre pot s'emboîte sur le plateau). Gommer le premier cercle.
3. Faire un trou à l'intérieur du cercle à découper avec la visseuse perceuse de sorte à pouvoir passer la lame de la scie sauteuse dedans.
4. Percer le trou en suivant le tracé du cercle.

Remarques / conseils :

Pour gagner du temps, les tracés des découpes peuvent être réalisés en amont de l'atelier.

Lié au manque de temps, nous avons choisi de réaliser par nos soins cette découpe entre les deux ateliers pour permettre de finir d'assembler le meuble avant la fin de l'atelier.



Étape 7 - Assembler le meuble

1. Visser à l'aide des vis à bois deux tasseaux à la planchette basse. Avant de visser, préperforer le trou avec un foret pour ne pas abîmer la planche.
2. Positionner toutes les cagettes empilées sur la planche contre les tasseaux puis visser la planchette supérieure au tasseau.
3. Relever l'ensemble, ajuster bien les cagettes les unes sur les autres et visser les 2 tasseaux avant aux planchettes basses et hautes.



Étape 8 - (Facultatif) Fixation des roulettes

Si vous souhaitez que votre meuble soit plus facilement déplaçable, vous pouvez choisir de fixer dessous des roulettes.

⚠ pensez alors à prendre en compte la hauteur des roulettes dans la hauteur totale du meuble si vous souhaitez une hauteur précise

1. Tracer l'emplacement des roulettes sous la planche du dessous à quelques centimètres du bord, aux 4 angles, de sorte qu'elles ne dépassent pas.
2. Préperforer puis visser chaque roulette à l'aide de la visseuse et de vis suffisamment petites pour qu'elles ne traversent pas la planche entièrement.

Remarques / conseils :

Idéalement laisser les participant-e-s choisir s'ils veulent mettre des roulettes ou non. En fonction du contexte, l'idée peut être abordée lors d'un temps de réflexion / d'échange collectif sur l'emplacement et l'usage du meuble consacré plus tôt dans l'atelier voire en amont.

Étape 9 - Clôture de l'atelier

- Proposer un temps de célébration du travail accompli pendant l'atelier : par exemple prendre une photo du groupe avec le garde-manger
- Remerciements pour la participation.
- Tour de table des ressentis et questions à l'aide d'une adaptation des chapeaux de Bono (si temps suffisant). → cf fiche animation atelier 1. Ou prendre le temps d'échanger de façon informelle avec les participant-e-s.



Étape 10 - PARTIE 2 Lancement de l'atelier

1. **Se présenter, se saluer, s'accueillir** les un-e-s les autres (jeu brise glace, discussion autour d'une tasse de thé en attendant que tout le monde arrive etc.)
2. **Accueillir les nouvelles personnes** s'il y en a. Proposer à une personne présente au précédent atelier d'expliquer ce qui a été construit la dernière fois, à quoi sert le garde-manger etc.
3. **Présenter les objectifs du jour** : ce qu'il reste à construire, le déroulé de l'atelier, comment le groupe va s'organiser (répartition en équipe etc.).
4. **Rappel du point infos sécurité** (cf étape 1) Inviter chaque participant-e-s à s'équiper avec les Équipements de Protection Individuels pour bricoler.

Remarques / conseils :

Afficher un support visuel explicatif du garde-manger permettra d'expliquer ce qui a été réalisé la dernière fois, ce qui reste à faire et sera un bon support pour échanger et répondre aux questions/idées tout au long de l'atelier. Les participant-e-s auront aussi le temps de le consulter quand ils le souhaiteront au cours de l'atelier.

Étape 11 - Aménager l'étage de l'ambiance "Ambiant, humide et à vue"

1. Démontez le meuble par le dessous en dévissant la planche.
2. Récupérez l'étage 3 (cagette avec le rebord le plus haut).
3. Concevoir le fond surélevé soit en récupérant un fond d'un plus petit cageot, soit en le construisant à partir de quelques planches de cagettes en les agrafant sur des montants de bois un peu épais et haut. S'assurer et tester que les coupelles passent dessous.
4. Installer le fond surélevé au fond du tiroir avec dessous les 2 coupelles d'eau (sans les remplir encore).
5. Remonter le meuble avec les cagettes dans l'ordre et en récupérant les deux dernières du bas.



Remarques / conseils :

Réfléchir en amont de l'atelier la conception du fond surélevé en fonction des cageots qui auront pu être récupérés.

L'étage finalisé dans la version construite est visible dans la photo jointe (cagette du dessous contenant la tomate).

Étape 12 - Tapisser les 2 cagettes du bas avec de la toile de jute

1. Découper les 2 patrons en toile de jute à l'aide des ciseaux.
2. Les fixer dans les 2 cagettes du bas à l'aide d'une agrafeuse murale. Expliquer comment fonctionne l'agrafeuse murale, l'importance de mettre des lunettes et de l'utiliser toujours bien en appuie sur le support et pas dans le vide ou vers soi. Pour mettre en confiance prévoir un morceau de bois martyr sur lequel les participant-e-s peuvent s'entraîner et tester l'outil.



Remarques / conseils :

Pour gagner du temps, les patrons sont ici conçus en amont de sorte à ce qu'il ne soit plus qu'à découper et fixer. Ils sont réalisés en fonction de la taille des cagettes en relevant la/les hauteurs des bords et la longueur et largeur du fond, puis ils sont tracés sur la toile de jute à l'aide d'un feutre / marker.

Si vous avez réalisé un test de tapissage dans une cagette, même imparfait, il pourra être utile de l'utiliser comme support lors des explications.

Étape 13 - Fixer le tulle / voile moustiquaire

Cette étape va consister en l'habillage de la tour de cagette d'un voile de moustiquaire de sorte que les insectes évitent de rentrer dans le meuble. Le voile de tulle va être fixé sur les trois faces (pas celle de l'ouverture) du meuble.

1. Retirer le premier tasseau, un des deux qui encadrent l'ouverture du meuble.
2. Commencer à agraffer le tulle sur les cagettes le long de l'emplacement du tasseau.
3. Revisser le tasseau, puis dévisser le suivant.
4. Bien tendre le voile pour qu'il soit plaqué (mais pas trop non plus car il peut se déchirer et se déformer) avant de l'agrafer le long de l'emplacement du second tasseau.
5. Agraffer le voile aussi en haut et en bas du meuble sous les plateaux.
6. Répéter les étapes 3,4,5 de sorte à habiller les trois faces.
7. Si du tulle dépasse à la fin, raccourcir le voile en découpe avec des ciseaux une fois qu'il est agrafé avant de remettre le dernier tasseau.
8. Il est possible de faire une finition plus jolie pour le haut et bas du meuble en masquant les agrafes avec une petite planche de bois récupérée et/ou découpée sur une autre cagette.

Remarques / conseils :

Pour gagner du temps, le voile de tulle a été découpé au bon format en amont de l'atelier.



Étape 14 - Fabriquer / Fixer les rideaux des ouvertures

Rideau en tulle

1. Mesurer la largeur du meuble et découper 1 baguette de cette même largeur.
2. Mesure la largeur du meuble en ne comptant pas les tasseaux qui encadrent les cagettes. Mesurer la hauteur des cagettes à recouvrir avec le rideau.
3. Ajouter à cette hauteur un peu plus de 2 fois la largeur de la baguette de sorte à pouvoir entourer à une extrémité du tulle la baguette avec en gardant une longueur suffisante.
4. Découper un rectangle de tulle à l'aide de ces mesures.
5. Coudre le repli du tulle autour de la baguette à l'aide d'une machine à coudre ou à la main : épingler le bon niveau de sorte à ce que la baguette puisse être insérée et enlevée facilement, ôter la baguette puis coudre.
6. Glisser à nouveau la baguette dans l'ourlet du rideau, bien la positionner au centre et la fixer à l'arrière à l'aide de l'agrafeuse murale de sorte à ce qu'elle soit solidarisée avec le rideau
7. Installer le rideau en agrafant le haut du tulle sur l'épaisseur du plateau.
8. Une baguette peut être agrafée par-dessus pour masquer le bord agrafé.

Rideau en jute

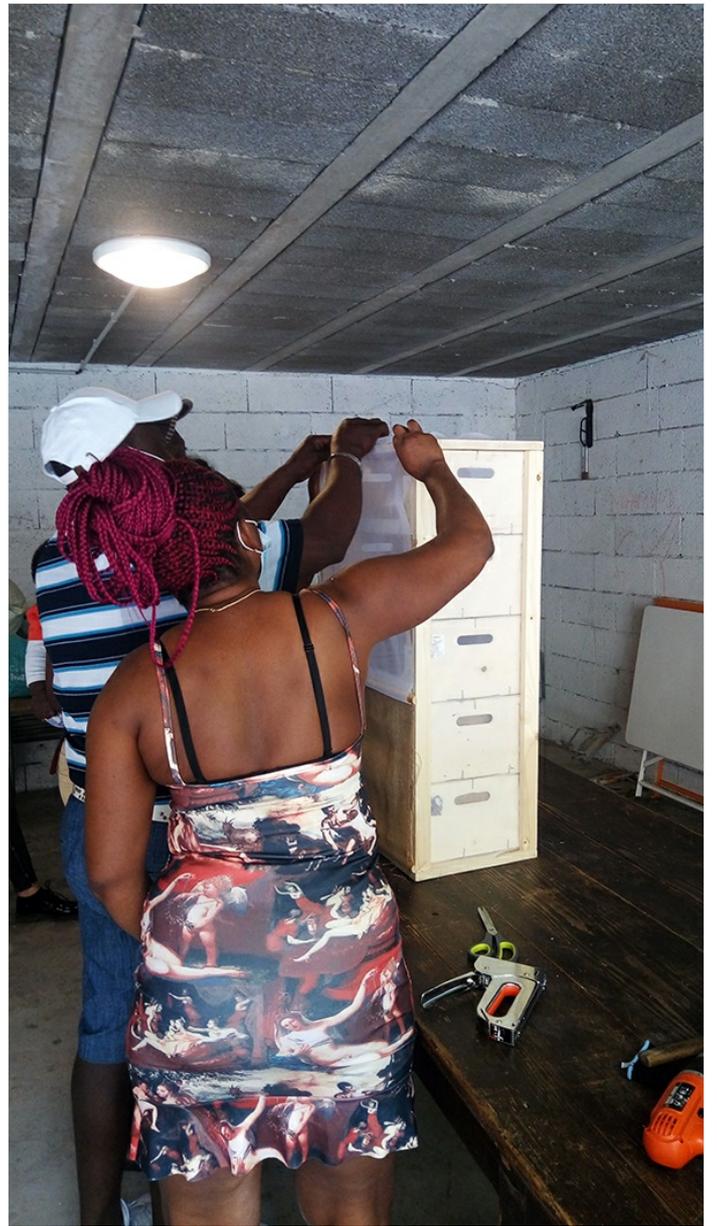
1. Répéter les étapes 1 à 4 précédentes avec la toile de jute en vue de créer le rideau pour les étages de l'ambiance "Sec et sombre".
2. Pour éviter que la toile de jute s'effile, coudre une ligne en points droits le long des côtés du rectangle.
3. Répéter les étapes 5 à 8 pour finaliser et installer le rideau en jute en bas sur la troisième cagette.

Remarques / conseils :

La construction des rideaux avec la couture peut prendre un peu de temps, si vous disposez d'un temps court et d'un nombre limité d'ateliers une bonne partie des rideaux peut être conçue en amont pour ne laisser que les étapes d'assemblage et de fixation lors de l'atelier. C'est ce qui a été le cas dans le format expérimenté de cet atelier.

Les rideaux peuvent être remplacés par une porte, solution à adapter en fonction des envies, besoins, cf tutoriels dans Notes et références.

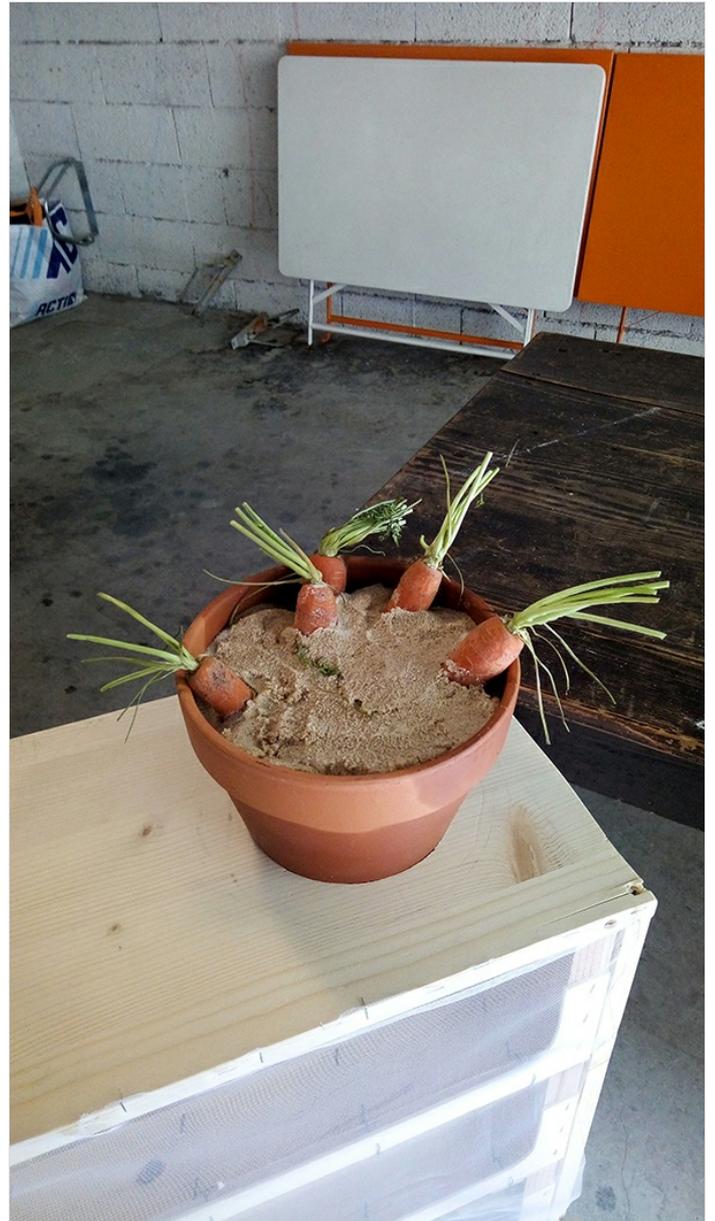




Étape 15 - Installer l'ambiance "Frais dans le sable"

1. Installer le sous-pot à l'intérieur du pot en terre de sorte à boucher le trou.
2. Mettre au fond une couche de 5 cm de sable légèrement humide.
3. Y placer ensuite des carottes ou poireaux ou autres légumes racine. Compléter le sable autour. Humidifier un peu la surface.
4. Installer le pot sur le garde-manger finalisé !

Pour l'entretien : ajouter régulièrement de l'eau mais pas trop ! Pas plus d'un demi-verre toutes les 2 ou 3 semaines.



Étape 16 - (Facultatif) Créer des compartiments intérieurs pour les étages

1. Mesurer la largeur et la profondeur des cagettes.
 2. Découper (à l'aide d'une scie) des planchettes récupérées sur des cagettes aux bonnes dimensions.
 3. Les poncer et les installer dans les étages.
-

Étape 17 - Temps d'appropriation du garde-manger

1. Installer le garde-manger à l'emplacement choisi. Mettre de l'eau dans les coupelles.
2. Fixer à côté le poster expliquant son fonctionnement.
3. Ranger quelques fruits et légumes à disposition en trouvant leurs bonnes places.
4. Échanger ensemble sur les pratiques et habitudes de chacun-e-s autour de la conservation des aliments. Si le temps n'est pas suffisant et s'il est possible de prévoir un autre temps d'atelier, reprendre un temps d'échanges pour expliquer et partager des astuces de conservation des fruits et légumes : Quels fruits et légumes ne se conservent pas dans le réfrigérateur ? Ceux qui au contraire s'y conservent ? Expliquer les fruits et légumes sensibles ou produisant de l'éthylène et les différentes combinaisons de conservation à éviter ou conseillées (cf poster), etc.

Remarques / conseils :

Il est idéal d'avoir testé chez soi ou en amont l'utilisation d'un garde-manger pour partager sa propre expérience. À défaut, bien se documenter sur le sujet et toujours garder une posture humble et transparente sur ce que l'on sait.

Étape 18 - Célébration et clôture de l'atelier

- Remerciements pour la participation.
- Tour de table des ressentis et questions à l'aide d'une adaptation des chapeaux de Bono (si temps suffisant). → cf fiche animation atelier 1 (ou à programmer lors d'un autre atelier en même temps que l'approfondissement du fonctionnement du garde-manger)





Étape 19 - Contenu pédagogique à partager

Vous pouvez télécharger les outils pédagogiques créés par le Low-tech Lab Grenoble dans la partie "Fichiers" du tutoriel (onglet au niveau de la section "Outils-Matériaux").

- Poster A3 du garde-manger
- Fiche tutorielle construction d'un garde-manger (format A4 synthétique)

LE GARDE-MANGER

Conserver fruits & légumes !

DANS L'EAU

- Persil
- Ciboulette
- Menthe
- Coriandre frais
- Aneth
- Botte de radis (les fanes dans l'eau)
- Salade (le pied dans l'eau) *S
- ...

FRAIS DANS LE SABLE

- Carottes *S
- Poireaux
- Radis
- Navet
- Panais
- Betterave
- ...

AMBIANT ET À VUE HUMIDE

- Pastèque
- Melon *P/S
- Aubergine *S
- Poivron
- Tomate *P/S
- Concombre *S
- ...

AMBIANT ET À VUE SEC

- Abricot *P/S
- Ananas
- Avocat *P/S
- Banane *P/S
- Cerise
- Clémentine
- Citron
- Citrouille
- Courge
- Fraise
- Groseille
- Kiwi *S
- Mangue
- Mûre
- Orange
- Pêche *P/S
- Poire *P/S
- Raisin
- ...

SEC ET SOMBRE

- All
- Coriandre
- Cumin
- Échalote
- Oignon
- Graines alimentaires (haricots, lentilles, fèves...)
- Graines aromatiques
- Patate douce
- Pomme de terre
- Pomme *P/S
- Plêche
- Prune *P/S
- ...

*P = Producteur d'éthylène
*S = Sensible à l'éthylène
*P/S = Producteur et sensible à l'éthylène

FICHE TUTORIELLE : LE GARDE-MANGER

MON SURNOM : LE GARDE-MANGER

À QUOI JE SERS ?

Je permets de mieux conserver les fruits et légumes en leurs offrant des ambiances de conservation adaptées à leurs besoins, le tout sans consommer d'électricité !

MATÉRIAUX :

- 5 cagettes en bois (nombre à ajuster en fonction des cagettes et des besoins)
- 2 tasseaux
- tulle ou de la moustiquaire
- toile de jute
- 1 planche en bois
- 1 ou 2 soucoupes plates pour mettre de l'eau
- de quoi construire un fond de cagette surélevé (fond d'une autre cagette découpé ou autres astuces)
- 1 pot en terre de diamètre environ 21 cm et un sous de pot en terre pour boucher le fond
- sable

OUTILS :

- 1 agrafeuse murale
- 1 paire de ciseaux
- 1 perceuse/visseuse
- Vis et forêt bois pour les préperçages
- 1 tenaille pour enlever les agrafes
- papier ponce
- 1 scie égoïne et/ou scie sauteuse
- 1 support de découpe : établi, palette ou porte à faux avec serre-joints sur la grande table
- mètre ruban, crayon, équerre, règle
- gants, lunettes & casque de protection

INFOS / ASTUCES / CONSEILS :

- Le garde-manger rend visible et permet de mieux maîtriser la quantité de denrées achetée.
- La moustiquaire protège les produits des insectes.
- Il peut se placer dans la cuisine ou sur une véranda protégée des grands froids, du soleil et des grosses chaleurs.
- Cette version reproduit 5 ambiances de conservation : frais dans le sable, dans l'eau, ambiant et à vue sec, ambiant et à vue humide, sec et sombre. Une 6^{ème} ambiance correspondant au réfrigérateur (froid, humide et sombre) pourrait être par exemple remplacé par un zeer pot (frigo du désert), à expérimenter !

COMMENT ON ME CONSTRUIT ?

- 1- Démontez une latte de cagette ou découpez et ponchez une partie pour créer les ouvertures des étagères.
- 2- Empiler les cagettes et mesurer l'ensemble.
- 3- Découper les tasseaux pour obtenir 4 montants de la hauteur de la pile des cagettes.
- 4- Tracer et découper les 2 planches à partir des dimensions l et L des cagettes et en ajoutant sur un des 2 côtés (ici sur L) 2 fois la largeur des tasseaux pour permettre que la planche les recouvre.
- 5- Découper un cercle pour fixer le pot en terre sur la planche du dessus.
- 6- Assembler le meuble en vissant les planches dans les tasseaux en maintenant les cagettes en place.
- 7- Aménager l'étagère de l'ambiance «Ambiant, humide et à vue».
- 8- Fixer le tulle à l'extérieur du meuble.
- 9- Créer puis fixer les rideaux des ouvertures.
- 10- Mettre le sous-pot dans le pot en terre puis verser le sable, en l'humidifiant un peu.
- 11- Installer et s'approprier le garde-manger !

SOURCES :

- Collectif BAM, biceps cultivatus, Kitchen B
- Tutoriel «Garde-manger» sur le wiki du Low-tech Lab <https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Garde-Manger>
- Tutoriels garde-manger en cagette : <https://www.18h39.fr/articles/tuto-fabriquez-un-garde-manger-en-cagettes-pour-apprendre-a-vivre-sans-frigo.html> et <https://debobrico.com/2020/05/15/tuto-le-garde-manger-100-recup/>

Notes et références

Les tutoriels qui ont servi pour la conception du garde-manger :

- Collectif BAM, biceps cultivatus, Kitchen B : <https://frenchfutureacademy.com/design-thinking-developpement-durable/>
<https://www.dropbox.com/sh/o6160toa624gfv5/AAAAGMz8vmEVX5-WYWI4-Nz0a?dl=0&fbclid=IwAR0OOp0rklls24llkDdsefcK5m67jVs-H0jtblqLqYqS6Dxa1ML-wkCuYTPU>
- Tutoriel «Garde-manger» sur le wiki du Low-tech Lab <https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Garde-Manger>
- Tutoriels garde-manger en cagette : <https://www.18h39.fr/articles/tuto-fabriquez-un-garde-manger-en-cagettes-pour-apprendre-a-vivre-sans-frigo.html> et <https://debobrico.com/2020/05/15/tuto-le-garde-manger-100-recup/>

D'autres sites consultés autour de la thématique :

- <https://www.permaculture-mania.com/conservation-ses-legumes-en-hiver/>
- <http://www.savefoodfromthefridge.com/p/verticality-of-root-vegetables.html>
- https://wiki.lowtechlab.org/wiki/Frigo_du_d%C3%A9sert#%C3%89tape_6_-_Utilisation
- <https://monjardinmamaison.maison-travaux.fr/mon-jardin-ma-maison/plantes-par-type/potager-legumes/fruits-et-legumes/fruits-legumes-a-ne-mettre-frigo-256786.html#item=1>