



Hello à tout.es !

2026 sera une année marquante pour nos territoires de montagnes ! Dans quelques semaines, les municipales 2026 seront là, l'occasion de faire des choix pour nos villes, nos communes, nos montagnes. Dans cette newsletter de février, nous vous partageons **10 mesures indispensables pour une montagne, inclusive, responsable et engagée**, adressées aux futur.es élu.es de la montagne. Découvrez aussi des événements pour aller à la rencontre du vivant, pour faire du recyclage un art original et notre coin culture pour des moments hors du temps. En bonus, ce mois-ci une recette réconfortante pour l'hiver, le Dahl des montagnes 🍷

Nos actus



Et si Mountain Riders devenait maire ?

Il y a des rendez-vous qui peuvent changer le cours de l'histoire, et les municipales en est un !

Convaincu que nos élu.es locaux ont un rôle essentiel pour construire le monde demain, c'est de notre responsabilité de leur soumettre des pistes d'actions concrètes et constructives afin de soutenir l'accélération de la transition de nos territoires de montagnes.

Selon nous, être un maire responsable qui s'engage pour l'avenir de son territoire dans une démarche de transition c'est intégrer ces 4 piliers dans son programme :

1. **Éduquer les futures générations**
2. **Garantir une montagne vivante et habitée**
3. **Fédérer l'ensemble des acteurs locaux**
4. **Encourager la coopération à toutes les échelles**

10 PROPOSITIONS pour les élections municipales 2026

- 1 En tant que maire, je soutiens et encourage les acteurs de l'éducation de ma commune à faire école dehors au moins ½ journée par semaine.
- 2 En tant que maire, je mets en place un conseil municipal des jeunes.
- 3 En tant que maire, j'informe et je sensibilise mes concitoyens sur les enjeux de mon territoire (eau, risque naturels, biodiversité...).
- 4 En tant que maire, je porte une politique mobilité ambitieuse.
- 5 En tant que maire, j'offre un accueil digne et inconditionnel à toutes les populations.
- 6 En tant que maire, je permets aux socio-professionnels d'être acteurs de la transition en offrant des opportunités d'échanges, de ressources et de formation.
- 7 En tant que maire, j'engage ma commune et ses acteurs dans l'objectif Montagne Zéro Déchet Sauvage en 2030.
- 8 En tant que maire, je partage un diagnostic environnemental et socio-économique des actions réalisées avec les services et parties prenantes de la collectivité.
- 9 En tant que maire, je structure et je valorise ma transition en m'engageant dans la démarche labellisante Flocon Vert.
- 10 En tant que maire, j'installe une démarche de dialogue pérenne avec la population locale afin de partager de l'information et d'instaurer de la coopération.

👉 Découvrir l'ensemble de propositions ici

Les rendez-vous incontournables



♻️ Un Pixel Can géant pour sensibiliser au recyclage des canettes !

Chaque année, c'est environ **1 600 canettes** que nous retrouvons lors des ramassages en montagne.

Le 3 mars prochain, à l'occasion du festival **Street Art du Val D'Arly**, un PixelCan sera lancé ! Une animation originale qui **consiste à créer une œuvre monumentale**, participative et éphémère, réalisée uniquement à partir de canettes peintes. Chaque canette représentera ainsi un des pixels d'une fresque géante. Une fois toutes assemblées, les participant.es découvrent un visuel inédit autour du thème de l'environnement.

Cette initiative s'inscrit dans le programme national, « **Chaque Canette Compte** ». En 13 ans, il a permis de sensibiliser plus de 36,5 millions de Français à la collecte des canettes hors domicile et de recycler plus de 139 millions de canettes consommées hors foyer.



🦅 À la rencontre du Faucon pèlerin !

Chez Mountain Riders, nous aimons vous partager des événements, des activités, des moments qui vous relient avec le vivant. Une manière de mieux le comprendre, pour mieux le protéger !

Comme chaque année, le Parc naturel régional du Massif des Bauges repart sur le terrain pour surveiller de près la nidification du Faucon pèlerin, aux côtés de la LPO Auvergne Rhône-Alpes.

 **Rendez-vous le samedi 28 février 2026** pour une journée ouverte à toutes et tous

 Météo capricieuse ? Pas de panique : un plan B est prévu le **dimanche 1er mars**.

Au programme : observer, apprendre et mieux comprendre le cycle de reproduction de ces rapaces impressionnants 🦅. C'est aussi l'occasion de sensibiliser tous les amoureux de la montagne — parapentistes, grimpeur.se.s, pilotes de vol à voile, gestionnaires de lignes électriques, pour une cohabitation plus harmonieuse avec le vivant.

Une journée nature, utile et passionnante... le Faucon compte sur toi !

Inscriptions [ici](#) (nombre de places limitées).

Pas à pas vers une montagne durable



🍲 Recette réconfortante spéciale itinérance : la Dahl des Montagnes

Ce repas est un plaisir après une journée de raquette, ski de rando, ou lors d'un bivouac estival ! Il s'agit du Dalh, plat typique du Népal, idéal pour la vie en altitude.

Le Dalh pour 2 personnes:

🛒 Ingrédients :

- 100g de lentilles corail
- Mix d'épices (Cumin / Curcuma / Graine de coriandre)
- 1 oignon
- Ail & gingembre
- 1 conserve de tomate 250g

🔥 Préparation :

1. Faire suer les oignons avec un peu d'huile d'olive
2. Ajouter les lentilles, l'ail et le gingembre
3. Mouiller à hauteur avec de l'eau
4. Ajouter la conserve de tomate
5. Faire cuire à feu doux jusqu'à ce que les lentilles soient cuites

Accompagné de pain Pita,

🛒 Ingrédients :

Ingrédients:

Farine - 10 cas

Eau - 5cl

Levure chimique - 1 cac

Sel- une pincée

🔥 Préparation :

- 1- Mélanger les ingrédients ensemble
- 2- Pétrir la pâte quelques minutes
- 3- Étaler à la main pour en faire un cercle plat
- 4- Chauffer la poêle, une fois bien chaude déposer le cercle de pâte
- 5- Cuire de chaque côté

🍴 Déguster le pain chaud, à tremper dans le savoureux Dalh. Pour encore plus de recettes gourmandes et pratiques, découvrez le livre de Nicolas [ici !](#)

A méditer

« *La nature n'est pas un spectacle mais une vie partagée* ». La vie des forêts

Rencontre avec



Tu as souvent vu de belles photos valorisant nos événements, nos actions ou nos ramassages en montagne.

Bien souvent, elles viennent de lui : **Nils Louna**

Photographe basé à Grenoble, il accompagne bénévolement Mountain Riders depuis de nombreuses années, avec un regard sensible, juste, toujours au plus près de l'humain et du terrain.

Récemment, il a aussi signé un livre : [Dans les traces d'Enak Gavaggio](#).

Un portrait intime et lumineux d'un skieur libre et rêveur, qui a fait du ski bien plus qu'une discipline : une aventure humaine et une philosophie de vie.

Le coin culture



Comment résister ? (sans se décourager !) - Renverser la table

En 2010, Stéphane Hessel publiait "Indignez-vous!" : un texte bref, mais un appel immense à refuser l'indifférence. Aujourd'hui, comment garder vivante cette flamme de l'indignation ? Un entretien avec Salomé Saqué, journaliste pour le média en ligne, et autrice de deux livres : (Payot, 2023) et (Payot, 2024). Ensemble, nous parlons du rôle du journalisme comme rempart contre la confusion, de la nécessité de s'informer, et de pistes concrètes pour agir et ne pas céder à l'impuissance.

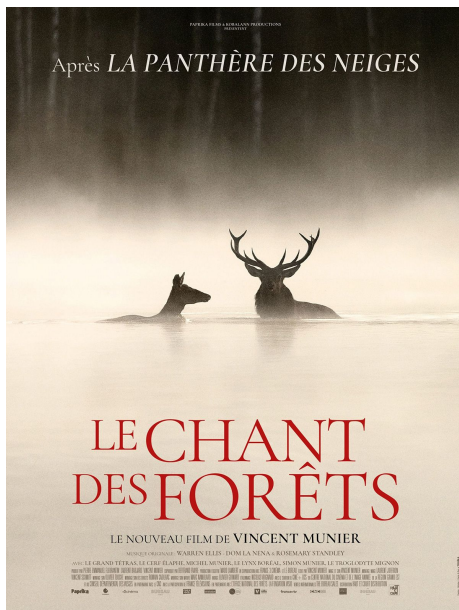
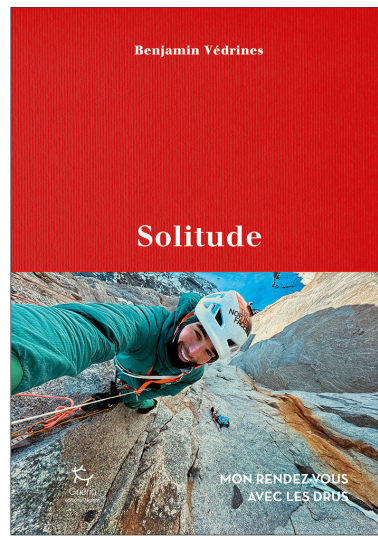
Ecouter le podcast

Solitude - Benjamin Védrières

L'alpiniste le plus talentueux de sa génération raconte cinq jours d'ascension en solo : récit intimiste de Benjamin Védrières.

« Je pars en voyage dans la face sud-ouest des Drus. Je largue les amarres, comme quand je me suis envolé pour le Népal après mon bac, seul et sans prévenir personne. Quinze ans ont passé, je repars une fois de plus à l'aventure, je me déconnecte des émotions qui m'encombrent dans la vallée. Je vais canaliser le tsunami de pensées qui m'épuise. L'alpinisme m'aide à oublier mon hypersensibilité et mon manque de confiance en moi. Là-haut, tout devient beaucoup plus dur et beaucoup plus simple : suivre une ligne, sortir par le haut, ne plus regarder en arrière. »

Découvrir le livre



Le chant des forêts - Vincent Munier

Si tu ne l'as pas encore vu, c'est le moment !

Après La Panthère des neiges, Vincent Munier nous invite au cœur des forêts des Vosges. C'est ici qu'il a tout appris grâce à son père Michel, naturaliste, ayant passé sa vie à l'affut dans les bois. Il est l'heure pour eux de transmettre ce savoir à Simon, le fils de Vincent. Trois regards, trois générations, une même fascination pour la vie sauvage. Nous découvrirons avec eux cerfs, oiseaux rares, renards et lynx... et parfois, le battement d'ailes d'un animal légendaire : le Grand Tétrás.

Voir le film

On parle de nous

"Connaissez vous l'impact environnemental d'un seul mégot jeté dans la neige ?" -

Mon séjour en montagne

👉 [Lire l'article](#)

"Ces stations de ski ont obtenu pour la première fois le label Flocon Vert : ce n'est pas qu'une pancarte"- *Dauphiné Libéré*

👉 [Lire l'article](#)

Pour aller plus loin

Soutenez Mountain Riders !

17 tonnes de déchets sauvages ramassés chaque année, plus de 1000 jeunes sensibilisés, 31 destinations accompagnées à travers le Flocon Vert... Et tout ça, c'est grâce à vous !



**NE RESTE PAS SPECTATEUR.ICE, DEVIENS ACTEUR.ICE
DE LA TRANSITION EN MONTAGNE.**

*ton adhésion, l'accès à des avantages, des infos
privilégiées et la possibilité de participer activement à la
vie de l'association,*

Ensemble pour nos montagnes !

**MOUNTAIN
RIDERS**



**LA MONTAGNE A BESOIN DE
TOI, ADHÈRE À MOUNTAIN
RIDERS !**

ET REJOINS L'AVENTURE D'UNE
COMMUNAUTÉ DE PASSIONNÉS
ENGAGÉS

Je rejoins Mountain Riders !!

