CADETS DE L'AVIATION ROYALE DU CANADA

NIVEAU DE QUALIFICATION UN

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 2

OCOM M190.02 – ENTRETENIR L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL ET AVOIR UNE BONNE HYGIÈNE EN CAMPAGNE

Durée totale : 30 min

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans la publication A-CR-CCP-801/PG-002, *Niveau de qualification un norme de qualification et plan*, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Préparer le sac à dos.

Préparer le matériel pour pratiquer l'hygiène en campagne.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Aucun.

MÉTHODE

L'exposé interactif a été choisi pour cette leçon afin d'initier les cadets au maintien d'une hygiène personnelle et de leur équipement personnel, et de susciter leur intérêt à ce sujet.

INTRODUCTION

RÉVISION

Aucune.

OBJECTIFS

À la fin de la présente leçon, le cadet doit avoir maintenu son équipement personnel et une hygiène personnelle en campagne.

IMPORTANCE

Prendre soin de l'équipement personnel et savoir comment utiliser un couteau de façon sécuritaire permettront d'éviter des blessures. La pratique de principes d'hygiène en campagne contribue à l'exécution réussie d'un exercice de survie pour équipage de vol en permettant d'éviter les maladies et de maintenir un environnement sécuritaire.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PF-002/A-CR-CCP-801-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 1 **Expliquer la façon d'entretenir son équipement personnel.**

Durée : 5 min Méthode : Exposé interactif

ENTRETIEN DE L'ÉQUIPEMENT PERSONNEL

Garder tous les vêtements aussi propres que possible. La saleté peut traverser certains vêtements et atteindre la peau. La transpiration et la saleté peuvent irriter la peau. La saleté peut aussi pénétrer dans les fibres du tissu et détruire leur propriété isolante. Cette perte possible de la propriété isolante constitue la raison pour laquelle il faut changer ses sous-vêtements chaque jour.

Il faut changer de chaussettes fréquemment. Des chaussettes humides ou sales peuvent causer des ampoules et d'autres types d'irritation. Laver les chaussettes dans de l'eau tiède. Bien rincer tout le savon, extraire l'eau et remettre les chaussettes dans leur forme d'origine. Garder les chaussettes en bon état et les raccommoder dès que des trous sont visibles.

Bien entretenir les bottes en les gardant au sec et souples. Ne jamais placer les bottes trop près d'un feu.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS :

Q1. Pourquoi faut-il changer ses sous-vêtements tous les jours?

Q2. Quelles étapes faut-il suivre pour laver des chaussettes?

Q3. Comment faut-il entretenir les bottes?

RÉPONSES ANTICIPÉES :

R1. La saleté peut traverser certains vêtements et atteindre la peau. Combinées à la transpiration, les saletés peuvent causer une irritation importante.

R2. Pour laver des chaussettes, utiliser de l'eau tiède. Bien rincer tout le savon, extraire l'eau et remettre les chaussettes dans leur forme d'origine.

R3. En les gardant au sec et souples, et en ne les plaçant pas trop près d'un feu.

Point d'enseignement 2 **Expliquer les mesures de sécurité relatives aux couteaux en campagne.**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

Entretien des couteaux en campagne

Garder un couteau tranchant et le transporter dans un étui approprié. Le remettre immédiatement dans l'étui après l'avoir utilisé et le laisser à cet endroit quand on ne s'en sert pas. Toujours placer l'étui sur une ceinture à la taille, vers l'arrière de la hanche. Cette position permet d'éviter que le couteau pénètre dans l'aine lors d'une chute. Ne jamais orienter la lame vers une autre personne ou vers soi. Le couteau doit toujours être fermé quand on le passe ou il faut présenter la poignée à la personne à laquelle on le passe. S'assurer que la personne à qui on passe le couteau est prête à le prendre avant de le lâcher. S'assurer que le côté tranchant de la lame est orienté vers le haut quand on passe le couteau. Toujours s'assurer que les couteaux sont rangés de façon sécuritaire.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PF-002/A-CR-CCP-801-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Affûtage

Affûter un couteau dès que la lame devient émoussée. Utiliser une pierre d'affûtage de qualité et la lubrifier tel qu'indiqué. Pour modifier la forme d'une bordure, se servir d'une pierre d'affûtage à 400 grains. Une pierre d'affûtage à 1 000 grains et plus permet d'affûter une bordure. Une pierre d'aiguisage sert à polir le tranchant et doit généralement comprendre plus de 2 000 grains. Pour polir une lame tachée, utiliser de la cendre de bois pour ne pas abîmer la lame. Effectuer les étapes suivantes quand on affûte un couteau avec une pierre d'affûtage :

1. Appliquer une mince couche d'huile sur la pierre (s'il s'agit d'une pierre d'aiguisage ou à huile) pour lubrifier et protéger la surface. L'huile aide à garder les étincelles de pierre et d'acier (appelées boues) sur la surface de la pierre. Les boues aident la coupe de la pierre. Les pierres en céramique et en diamant peuvent être utilisées sèches ou mouillées avec de l'eau.

2. Si une pierre combinée est utilisée, commencer avec le côté ayant des grains les plus rudes.



Une lame biconcave doit être affûtée seulement à la bordure coupante à un angle combiné de 20 à 30 degrés.

3. Pour affûter une lame biconcave, tenir le couteau avec la bordure arrière du couteau éloigné de la pierre d'affûtage à un angle de 10 à 15 degrés.

4. Pour affûter une lame plate, placer le biseau à plat sur la pierre. Cela permettra de placer la lame à l'angle approprié pour l'affûtage.

5. Commencer où la lame touche la poignée et déplacer la lame de la pierre sur toute sa longueur en déplaçant la lame d'une extrémité de la pierre à l'autre. Appliquer une pression stable. Recommencer cette étape huit fois de chaque côté.

6. Recommencer le processus en utilisant le côté à grains fins de la pierre d'affûtage.

7. En utilisant une pierre d'aiguisage et de l'huile d'affûtage, affûter la lame huit fois en alternant chaque coup avec le côté opposé de la lame et en maintenant toujours le même angle.

8. Si une arête coupante se forme (un fil d'acier mince directement sur le bord de la lame), refaire le même mouvement sur un morceau de carton ou une pierre d'aiguisage jusqu'à ce que l'arête tombe.

9. Vérifier le tranchant en coupant quelque chose ou en regardant le bord de la lame afin de déceler une réflexion causée par les zones non affûtées, et non en passant les doigts d'un bout à l'autre de la lame.

10. Nettoyer et sécher la pierre en suivant les instructions du fabricant.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS :

Q1. Comment doit-on garder et ranger un couteau?

Q2. Pourquoi l'étui est-il positionné sur une ceinture à la taille, vers l'arrière de la hanche?

Q3. Lorsqu'on passe un couteau à une autre personne, dans quelle direction faut-il orienter la lame?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PF-002/A-CR-CCP-801-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RÉPONSES ANTICIPÉES :

R1. Il faut garder un couteau tranchant et le transporter dans un étui approprié.

R2. Cette position permet d'éviter que le couteau pénètre dans l'aine lors d'une chute.

R3. Vers le haut.

Point d'enseignement 3 **Expliquer la façon d'avoir une bonne hygiène personnelle en campagne.**

Durée : 10 min Méthode : Exposé interactif

EXIGENCES D'UNE BONNE HYGIÈNE EN CAMPAGNE

Demeurer en santé est important pour survivre en campagne. Il faut maintenir des pratiques d'hygiène rigoureuses pour soi-même et sur le site de survie. Il faut garder les déchets et les latrines loin du site pour éviter les menaces que représentent les insectes et les maladies. Des pratiques d'hygiène appropriées permettent aussi de s'assurer que l'eau potable n'est pas contaminée.

LAVAGE

Pour demeurer propre, utiliser du savon et de l'eau en campagne. Porter une attention particulière à l'aine, au cuir chevelu et à la partie entre les orteils. Ces parties sont vulnérables aux rougeurs et aux mycoses cutanées. L'idéal, c'est de prendre une douche à l'eau chaude en utilisant du savon tous les jours. S'il n'est pas possible de prendre une douche, garder les mains le plus propre possible. Il faut se laver et sécher le visage, les aisselles, l'aine et les pieds au moins une fois par jour. Si du savon n'est pas disponible, on peut utiliser des cendres de bois comme solution de rechange. En se lavant tous les jours, on peut prévenir la croissance et la propagation des microbes.

SOINS DENTAIRES

Se laver les dents avec une brosse à dents et du dentifrice après chaque repas et avant de se coucher. Le sel ou le bicarbonate de soude peuvent remplacer le dentifrice. Si on ne dispose pas de brosse à dents, on peut mâcher des brindilles vertes jusqu'à ce qu'elles soient pulpeuses. Se rincer la bouche avec de l'eau après chaque repas.

ÉLIMINATION DES DÉCHETS

Il est important de bien gérer les déchets. Placer les déchets humides et les déchets secs dans des contenants séparés et scellés. Placer ces contenants dans le sens du vent et à une distance appropriée du site. L'eau utilisée pour laver la vaisselle et les vêtements, ou pour se laver le corps ou les dents est appelée eaux ménagères. Éliminer cette eau en la plaçant dans des contenants situés près des tables de toilette ou des latrines. Les déchets solides doivent être stockés hors du site. Les produits apportés doivent être rapportés. Il incombe à chaque membre de ne laisser aucune trace de déchets.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PF-002/A-CR-CCP-801-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Dans la mesure du possible, l'instructeur doit indiquer l'emplacement des éléments associés au présent point d'enseignement. Ils comprennent les emplacements suivants, sans toutefois s'y limiter :

- table de toilette;
- latrines;
- toilettes portatives;
- emplacement d'élimination des eaux ménagères;
- emplacement d'élimination des déchets humides et secs.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

QUESTIONS :

Q1. S'il n'est pas possible de prendre une douche, quelles parties du corps doit-on s'assurer de laver?

Q2. Par quoi peut-on remplacer le dentifrice?

Q3. Que sont les eaux ménagères?

RÉPONSES ANTICIPÉES :

R1. Les mains, le visage, les aisselles, l'aine et les pieds.

R2. Du sel ou du bicarbonate de soude.

R3. De l'eau utilisée pour laver les vêtements, la vaisselle, les dents, le corps, etc.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

QUESTIONS :

Q1. Quelle est la bonne façon d'affûter un couteau?

Q2. Dans quelle direction faut-il éviter d'orienter la lame d'un couteau?

Q3. Que sont les eaux ménagères?

RÉPONSES ANTICIPÉES :

R1. Placer la lame sur la pierre et la tirer vers le corps dans un mouvement circulaire. Répéter cette action plusieurs fois. S'assurer de faire ce mouvement le même nombre de fois des deux côtés.

R2. Vers une autre personne ou vers soi.

R3. De l'eau utilisée pour laver les vêtements, la vaisselle, les dents, le corps, etc.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Aucun.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PF-002/A-CR-CCP-801-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

Aucune.

OBSERVATIONS FINALES

Les cadets ont appris comment entretenir leur équipement personnel, utiliser un couteau et avoir une bonne hygiène en campagne. Il est extrêmement important d'entretenir l'équipement personnel et d'utiliser un couteau de façon sécuritaire en campagne.

COMMENTAIRES/REMARQUES POUR L'INSTRUCTEUR

La présente leçon doit être présentée à l'escadron, la soirée d'instruction précédant la fin de semaine de l'exercice de survie pour équipage de vol.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C3-003 ISBN 1-896713-00-9 Tawrell, P. (1996). *Camping and wilderness survival: The ultimate outdoors book*. Green Valley, Ontario, Auteur.

C3-021 ISBN 0-7715-9035-0 McManners, H. (1994). *The complete wilderness survival manual*. Toronto, Ontario, McMillan Canada.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-801/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-801-PF-002/A-CR-CCP-801-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.