CADETS ROYAUX DE L'ARMÉE CANADIENNE

ÉTOILE VERTE

GUIDE PÉDAGOGIQUE

SECTION 9

OCOM M121.09 – RESPECTER LA ROUTINE DU SITE DE CAMPEMENT

Durée totale : 60 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-701/PG-001, *Norme de qualification et plan de l'étoile verte*, 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.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

Aucun.

MÉTHODE

Une activité pratique a été choisie pour le PE 1 parce qu'il s'agit d'une façon interactive de permettre aux cadets d'apprendre au sujet de la disposition d'un site de campement et de ses éléments dans un environnement sécuritaire et contrôlé.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2 parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer les bonnes mesures d'hygiène en campagne tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence (pendant l'EEC) sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

Aucune.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, les cadets doivent être en mesure de suivre la routine du site de campement, de reconnaître les éléments d'un site de bivouac et de pratiquer de bonnes habitudes d'hygiène personnelle en campagne.

IMPORTANCE

Les cadets devront participer à de nombreux exercices. Il est primordial qu'ils comprennent la disposition d'un site de bivouac, et les raisons pour lesquelles on s'attend à ce que les cadets pratiquent une bonne hygiène personnelle.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Point d'enseignement 1 **Diriger une visite guidée du site de bivouac en décrivant la disposition de chaque élément et en expliquant leur emplacement.**

Durée : 20 min Méthode : Activité pratique

ÉLÉMENTS D'UN SITE DE BIVOUAC



On doit enseigner ce point d'enseignement en campagne à la suite de l'établissement du site de bivouac, sous forme d'activité détaillée à la fin de ce point d'enseignement.

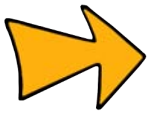
DISPOSITION D'UN SITE DE BIVOUAC

Les éléments d'un site de bivouac doivent comporter les éléments suivants :

Élément	Description
• Quartier général	• Endroit où se trouve l'O Resp, centre de communication.
• Poste de premiers soins	• Point central où se trouve la trousse de premiers soins, la civière, etc.
• Poste d'approvisionnement	• Poste occupé par l'Officier d'approvisionnement/sergent quartier-maître de compagnie. Tout le matériel non-utilisé se trouve ici.
• Toilettes	• Toilettes portatives ou latrines creusées à la main, approuvées.
• Lavabos	• Endroit établi pour le lavage et l'ablution. Il peut y en avoir un pour les hommes et un pour les femmes.
• Mess/aire de repas	• Point central de consommation de nourriture. Aide au contrôle des déchets et des poubelles, particulièrement aux endroits où il y a beaucoup d'animaux.
• Emplacement du feu de camp	• Endroit sécuritaire et sans végétation que le groupe peut utiliser. Il doit être éloigné de l'aire de couchage afin de prévenir les incidents reliés aux étincelles et au feu.
• Poste d'incendie	• Point central et facile d'accès où se trouve l'équipement de lutte contre les incendies.
• Chemin d'entrée et de sortie pour les véhicules de sécurité	• Chemins établis pour contrôler la circulation de véhicules. Ils aident à sécuriser la circulation de véhicules sur le site et préviennent l'usure et la détérioration indues de l'environnement.
• Aire de stationnement des véhicules	• Endroit clairement identifié pour le stationnement de véhicules de soutien à

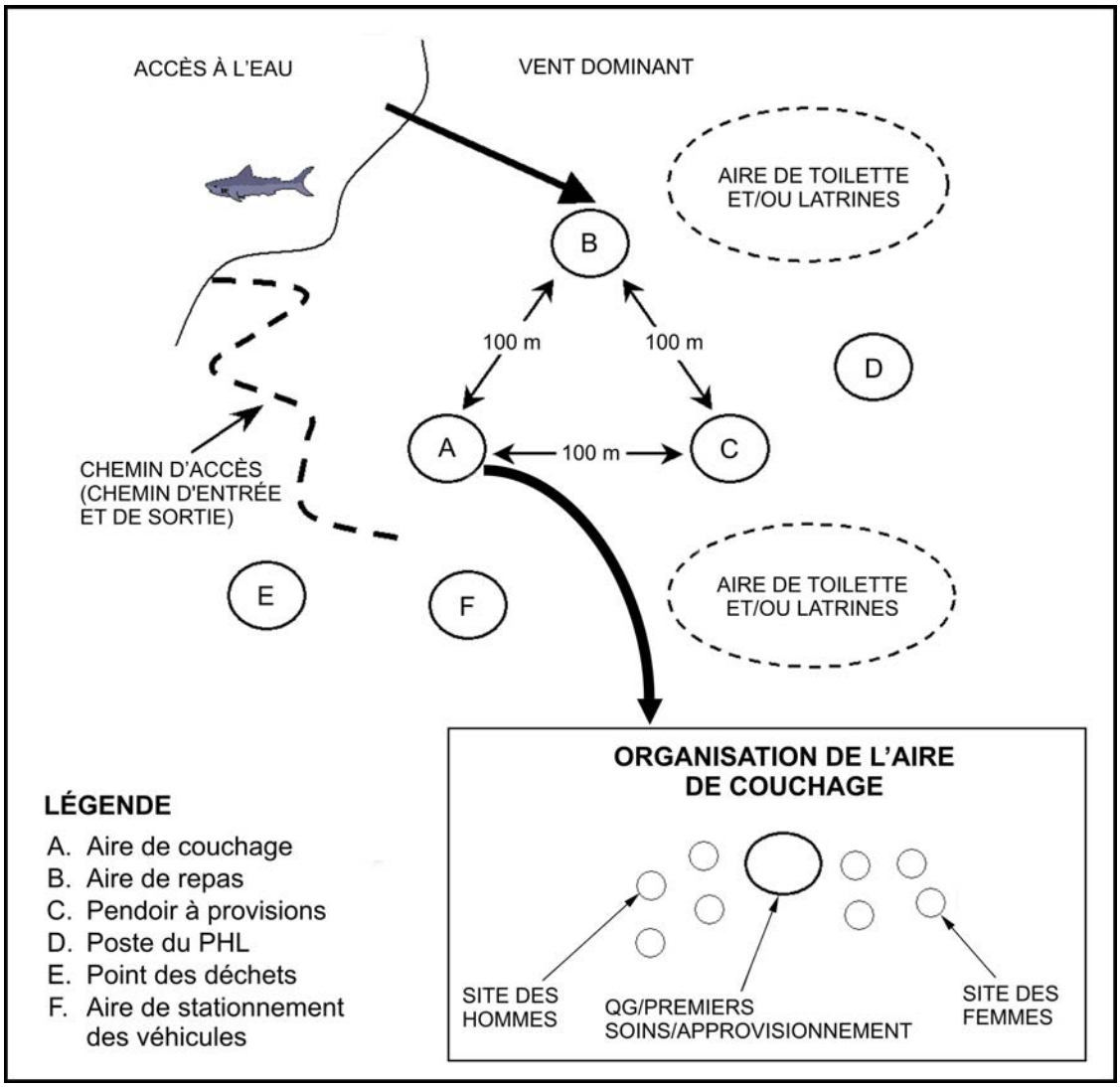
Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

Élément	Description
	l'exercice. À cet endroit, il devrait y avoir des plateaux d'égouttement à placer sous les moteurs.
• Point d'eau potable	• Endroit d'entreposage et de puisage de l'eau potable.
• Point des produits pétroliers, huiles et lubrifiants (PHL)	• Entrepôt clairement identifié pour les combustibles.
• Quartiers des femmes et des hommes	• Aires de couchage.
• Point des déchets	• Point central de collecte et d'entreposage de déchets.



Une fois qu'on a parlé des aspects énumérés ci-dessus du site de bivouac, les cadets visiteront le site avec l'instructeur qui décrira la disposition de chaque élément et expliquera pourquoi ils sont situés à l'endroit où ils sont. On peut également discuter du principe du camping écologique de l'OCOM M121.08 (section 8) pour améliorer la visite.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.



Livre de référence des Cadets de l'Armée

Figure 1 Exemple d'un site de bivouac

ACTIVITY

Durée : 20 min

OBJECTIF

Familiariser les cadets aux éléments et à la disposition d'un site de bivouac.

RESSOURCES

Éléments du site de bivouac :

- Aire de couchage.
- Aire de repas/Mess.
- Pendoir à provisions (s'il y a lieu).
- QG, premiers soins et approvisionnement.
- Site des hommes.
- Site des femmes.
- Point des PHL.
- Point des déchets (protégé des animaux).

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- L'activité doit avoir lieu lorsque les cadets séniors ont terminé d'aménager le site de bivouac. Les éléments du bivouac doivent être clairement identifiés pour les cadets de l'étoile verte.
- Avant la visite, l'instructeur prend un moment pour réviser avec les cadets ce qu'ils vont voir sur le site.
- Dans une rotation ordonnée, guider les cadets dans le bivouac en expliquant chaque élément et son utilisation.
- On alloue une période de vingt minutes pour cette visite guidée. À la fin de la visite, s'assurer de poser des questions aux cadets sur les éléments du site de bivouac.

MESURES DE SÉCURITÉ

Il s'agit d'une leçon supervisée. Il est fortement recommandé que du personnel supplémentaire accompagne les cadets lors de cette visite.

DIRECTIVES À L'INSTRUCTEUR

Pendant la visite guidée, l'instructeur est tenu de superviser les cadets tout en expliquant chaque élément du site de bivouac. Il doit également saisir les occasions de faire un lien avec les principes du camping écologique de l'OCOM M121.08 (section 8).

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

La visite sert de confirmation au point d'enseignement.

Point d'enseignement 2 — **Expliquer et démontrer, lorsque possible, les soins d'hygiène personnelle en campagne.**

Durée : 30 min — Méthode : Démonstration et exécution



Les points suivants servent de renseignements de base que l'instructeur peut utiliser lors du déroulement de l'activité pour ce point d'enseignement.

HYGIÈNE

Il est important d'avoir des normes élevées d'hygiène personnelle en campagne car elles aident à se protéger contre la maladie et favorisent une bonne santé. Les vêtements et l'équipement de même que le corps doivent être propres et secs. Il faut changer régulièrement de vêtements, surtout les bas et les sous-vêtements. Éviter les savons et les shampoings parfumés ou très odorants puisqu'ils attirent les animaux et les insectes. Une bonne hygiène personnelle procure non seulement un bien-être personnel, les paires l'apprécieront aussi.

- **Lavage.** Doit se faire quotidiennement avec de l'eau propre ou de la neige. Se laver les mains soigneusement avec de l'eau et du savon après un travail salissant ou après avoir utilisé les toilettes et avant de faire la cuisine ou de manger. Lorsque l'eau ou l'intimité est limité, laver au moins les parties du corps qui suent le plus : le visage, le cou, les pieds, les aisselles et l'aine (les débarbouillettes humides sont rapides et pratiques pour laver le corps en campagne).
- **Cheveux.** Garder les cheveux propres et les laver avec du savon ou du shampoing au moins une fois par semaine.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

- **Dents.** Se brosser les dents et utiliser de la soie dentaire au moins deux fois par jour. On peut prendre du sel de table ou du bicarbonate de soude comme substitut au dentifrice. Si on n'a pas de brosse à dents, mâcher une brindille verte jusqu'à consistance pulpeuse fera l'affaire de même que de se frotter les dents avec une gaze. Se rincer la bouche après chaque repas.
- **Les pieds.** Utiliser de la poudre pour les pieds et de la poudre pour le corps à l'aine pour aider à prévenir l'irritation par temps chauds. La gelée de pétrole aidera également à protéger contre la friction, surtout aux endroits sensibles.
- **Selles régulières.** Il est très important d'aller aux toilettes régulièrement. Aller à la selle tous les jours pour que le système fonctionne adéquatement. Tout changement dans les activités et la diète pourrait apporter un stress supplémentaire sur le système digestif, il est important de maintenir une bonne alimentation et de boire beaucoup de liquide. Il ne faut pas se retenir quand on doit aller aux toilettes, particulièrement la nuit car cela entraînera une perte de sommeil et rendra la personne inconfortable.
- **Soigner les blessures.** (Infections, coupures et ecchymoses mineures). Même les blessures mineures peuvent possiblement s'aggraver si elles s'infectent. Traiter adéquatement chaque coupure, entorse ou ecchymose.
- **Rasage.** Lorsque possible, les cadets doivent se raser quotidiennement. Parce que le rasage enlève des huiles essentielles de la peau, il est préférable, dans un climat froid, de le faire avant de se coucher.

ACTIVITÉ

Durée : 30 min

OBJECTIF

Expliquer et démontrer l'importance d'une bonne hygiène en campagne.

RESSOURCES

Trousse d'hygiène complète.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

- Pour cette activité, l'instructeur a besoin d'une trousse d'hygiène et, si possible, d'un poste d'hygiène où on peut étaler et présenter les articles de la trousse d'hygiène à tous les cadets.
- L'objectif est d'expliquer et de démontrer comment maintenir une bonne hygiène personnelle en campagne. Dans la mesure du possible, les démonstrations peuvent être des exemples ou des imitations de vraies habitudes.
- Si le temps le permet durant l'activité, demander aux cadets de se brosser les dents et se vérifier les pieds.

MESURES DE SÉCURITÉ

Il s'agit d'une activité supervisée.

DIRECTIVES À L'INSTRUCTEUR

L'instructeur est responsable de la conduite des cadets.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

QUESTIONS

Q1. À quelle fréquence une personne doit-elle se laver les cheveux en campagne?

Q2. Par quoi peut-on remplacer le dentifrice?

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

RÉPONSES PRÉVUES

R1. Au moins une fois par semaine.

R2. Du sel ou du bicarbonate de soude.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La confirmation de l'apprentissage de cette leçon se déroulera durant les activités et tout au long de l'EEC et l'instructeur donnera des conseils et fera des corrections si nécessaire.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

Les cadets doivent maintenir une bonne hygiène personnelle lors d'un EEC et s'assurer de faire leurs soins d'hygiène personnelle avant d'aller se coucher chaque soir.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

Aucune.

OBSERVATIONS FINALES

Les activités en plein air font partie intégrante du programme des cadets de l'Armée. Pour plusieurs cadets, la nature est un environnement qui leur est étranger et leur corps n'a peut-être pas l'habitude d'être confronté aux divers contaminants naturels de la nature. Pratiquer une bonne routine d'hygiène quotidienne est une façon de se protéger des blessures et des maladies. Pratiquer une bonne hygiène personnelle assure non seulement le bien-être du cadet mais aussi celui de tout le groupe.

COMMENTAIRES/REMARQUES POUR L'INSTRUCTEUR

Cette leçon peut avoir lieu pendant l'EEC en bivouac.

DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book.* Green Valley, Ontario, Paul Tawrell.

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

Unofficial convenience copy of A-CR-CCP-701/PF-002, cached 2026-11-08 from https://app.cadets.gc.ca/cadet-publications/A-CR-CCP-701-PF-002/A-CR-CCP-701-PF-002.pdf.
Verify against the official publication.