

Camper par tous les temps

SOLEIL ET CHALEUR

« Évitez de sortir aux heures les plus chaudes et de pratiquer une activité physique. Maintenez votre logement frais. »

Cette recommandation de bon sens pour temps de canicule vaut aussi pour les camps : aux heures les plus chaudes, il vaut mieux éviter le soleil et se tenir tranquille...et maintenir la tente fraîche : installée à l'abri du soleil et aérée régulièrement.

- **Bien choisir le lieu de camp** : espaces ombragés, fraîcheur, eau potable accessible, cours d'eau à proximité...
 - **Planter correctement les tentes** (endroits frais, à l'ombre une partie de la journée) et les aérer aux périodes les moins chaudes de la journée (le matin au lever et le soir avant la veillée)
 - **Créer des espaces ombragés et aérés** : au dessus de la table d'unité, des coins d'équipe, les bâches ou les vieux double-toits peuvent rendre bien des services ! comme sous une tente touareg, l'air doit circuler partout, assurant une fraîcheur salubre même en cas de température extrême.
 - **Pas d'activité physique entre 12 et 16 heures** : activités calmes, repas, sieste, conseils, jeux de société... à l'abri sous les bâches, pas forcément sous les tentes.
 - **En cas d'exposition au soleil** : se protéger la tête (chapeaux, casquettes, foulards...); garder tee-shirts ou chemise pour se protéger des rayons du soleil sur la peau. Mettre de la crème solaire. On sera particulièrement vigilant en début de camp.
 - **S'hydrater régulièrement et abondamment** : pour compenser les pertes en eau il faut boire entre 2 et 3 litres par jour (en fonction de la chaleur et de l'activité) ! On prévoira de l'eau à volonté pendant les repas (y compris au petit déjeuner et au goûter).
- Suggestion : mettre de la soupe au menu des jours de grande chaleur.** C'est ce qu'il y a de mieux pour apporter des sels minéraux en même temps que du liquide : quand on transpire, on perd de l'eau, mais aussi du sel, indispensable au bon fonctionnement de l'organisme.

Si une chaleur caniculaire s'installe, employer les grands moyens :

- **Attribuer le matin à chaque jeune deux bouteilles d'eau fraîche** d'un litre et demi, qu'il doit avoir consommé avant le coucher. La gestion des bouteilles d'eau peut être confiée à un jeune de chaque équipe.
- **S'humidifier régulièrement** : douches, jeux d'eau, baignades si on en a la possibilité. Une fois mouillé, sécher à l'air sans s'essuyer pour que le corps s'hydrate mieux.
- **Adapter le programme du camp** : parfois vital ! la maîtrise doit faire preuve de bon sens, modifier les horaires (lever plus tôt, période calme plus longue en milieu de journée...) et parfois repousser à plus tard certaines activités trop coûteuses en énergie.
- **Faire de la lutte contre le chaud une mission d'intérêt public** : autant que la pluie, une période de canicule prolongée peut compromettre la réussite d'un camp. La chaleur, ça fatigue : le plan B proposé par la maîtrise doit être composé d'activités plus calmes mais néanmoins enthousiasmantes !

PLUIE

- **Bien choisir le lieu de camp** : éviter les emplacements trop humides, les terrains marécageux (mais parfois secs au printemps lors de la reconnaissance...); éviter la proximité d'un torrent; avoir un lieu de repli possible en cas de forte pluie (8-11 ans notamment).
 - **Prévoir un matériel adapté** : tentes en état, marabout éventuel, bâches ou vieux doubles toits, matériel d'activités calmes (quelques livres, BD, jeux de société...)
- **Veiller à l'équipement personnel de chaque jeune** (vêtements de pluie, chaussures, de quoi se changer...)

En cas de journées pluvieuses à répétition, la lutte contre la pluie doit être une priorité :

- **Organiser le séchage** : cordes d'étendage sous les bâches, près du feu, dans chaque coin d'équipe... La maîtrise doit aider chaque équipe à se prendre en charge avant que tout ne soit mouillé...
- **Faire naître un esprit de groupe** : la maîtrise se motive pour rester modélisante, car le comportement des chefs face aux intempéries conditionne celui des enfants. Le groupe entier doit se mobiliser contre la pluie, d'une manière ludique si possible (imaginaire, chansons, rituels...).
- **Adapter le programme prévu, mais rester actif** : au moins une activité dynamisante par jour, éventuellement sous la pluie (mais après, on se sèche et on se change, on se réchauffe avec des boissons chaudes...)

Imaginer des occupations calmes et les « organiser » : les jeunes ne restent pas sous les tentes toute la journée, mais dans des espaces collectifs abrités; sous des bâches, un préau, une grange...

On peut jouer à des jeux de société mais pas à 4 dans son coin, on les organise (tournois etc...)

- **Ne pas jouer les héros** : si la situation devient trop critique (tentes inondées, affaires trempées, plus de linge de rechange, moral qui flanche) envisager à temps des solutions de repli (dormir une nuit dans une maison pour récupérer, raccourcir le camp d'un jour ou deux...)

ORAGE

La survenue d'un orage est souvent une situation stressante, notamment avec les plus jeunes. Le risque de prendre la foudre, même limité, existe.

Les recommandations de l'Association Protection Foudre sont les suivantes :

- **Éviter toute situation d'exposition directe** à la foudre : pas d'activité sous les arbres, en plein champ, surtout pas de baignade ou d'activité avec de l'eau (très conductrice).
- **En espace ouvert, éviter de courir, de rester debout jambes écartées** (risque de propagation de la foudre depuis un impact à travers la terre), **et ne porter aucun objet au dessus de soi** (notamment métallique; et pas de parapluie !)
- **En espace ouvert, la position de moindre risque est de s'allonger à terre**, jambes repliées, idéalement sur un vêtement isolant (vêtement de pluie par exemple)
- **En groupe, prendre ses distances** (pour éviter le risque d'un éclair latéral entre 2 personnes).
- **Se mettre à distance des arbres isolés**, et de toutes structures métalliques : pylônes, clôtures...
- **En pleine forêt, s'écarter le plus possible des troncs et des branches basses** limite les risques.
- **Ne jamais téléphoner d'une cabine** téléphonique (avec un téléphone mobile, c'est possible)
- **Une automobile fermée est une bonne protection** (penser à replier l'antenne radio)
- **Éviter de s'abriter dans un hangar avec toit de tôle...**
- **Sous la tente, mettre à distance tous les objets métalliques** potentiellement conducteurs (bonbonnes de gaz, gamelles, piquets de tente...)