

PÉDAGOGIE > ANNÉE/CAMPS > CAMPS

S'adapter à la canicule

L'été commence et avec, les périodes de canicule ! Il y a tout plein d'infos à avoir en tête pour vivre avec cette chaleur en camp et savoir comment réadapter son programme pour veiller au maintien de la sécurité physique, morale et affective de toutes et tous.

La ligne d'urgence et d'accompagnement est présente pour vous aider à prendre les bonnes décisions. N'hésitez pas à la contacter, elle est faite pour ça ! Pour rappel, enregistrez dès maintenant le numéro de la personne qui sera d'astreinte pendant votre camp pour pouvoir la contacter plus facilement en cas de besoin ;)

LES DOCS À CONSULTER :

- [le top départ 2026](#)
- [les recettes sans cuisson](#)
- [les affichages canicule](#) (pour repérer les signes en cas de coup de chaud et savoir comment réagir)
- [interdiction de feu, comment le gérer ?](#)

Le rôle de directeur·Ice en cas de canicule

- Surveiller les arrêtés préfectoraux et municipaux
- S'informer auprès de la DRAJES (Jeunesse et sport)
- Annoncer notre présence auprès de la Gendarmerie
- Suivre les variations de températures
- Former son équipe aux bons réflexes à adopter
- Adapter votre projet pédagogique
- Insister auprès des familles sur les vêtements à avoir (chapeau/casquette, lunette de soleil, crème solaire, gourde, vêtements légers et de couleurs claires)

Recommandations sanitaires / Prévention :

- Éviter l'exposition directe au soleil et les activités physiques aux heures les plus chaudes : 12h/16h et 11h/21h en cas de canicule.
- Organiser des pauses rafraîchissement régulièrement (toutes les heures) pour boire de l'eau
 - avoir des éco cup à côté du jerrican pour donner toujours à boire
 - faire plusieurs service eau à table
 - mettre en place un "service eau" qui veille toujours que les jerricans soient pleins et à portée de main
- Prévoir du temps de vie quot plus grand pour intégrer la crème solaire, l'humidification des foulards, l'eau etc.
- Porter un t-shirt, un chapeau et des lunettes de soleil
- Mettre de la crème solaire toutes les 2 heures

- Se rafraîchir régulièrement
- Humidifier son foulard et le mettre sur sa tête en bandana
- Privilégier les fruits frais et les légumes verts
- Installer des zones d'ombres (avec tissus)
- Préférer les activités sans efforts aux heures les plus chaudes.
- Dormir à la belle étoile plutôt que sous tente ou uniquement sous les doubles toits

Recommandations alimentaires:

- Vérifier que son intendance est bien positionnée à l'ombre
- Avant de faire les courses prendre en compte les conditions de stockages et de préparation
- Utiliser des glacières pour transporter le frais et les fruits et légumes
- Favoriser des produits avec de l'eau :
 - Pastèque
 - Glace à l'eau
 - Melon
 - Concombre, tomates

Activités possibles (à l'ombre) :

- Des jeux :
 - Loup garou
 - Molky
 - Mots croisés
 - Jeu de carte
 - Jeu de décodage
 - Jeu de société
 - Énigmes
 - Land art
 - Observation de petites bêtes
- Lecture, écriture de carte postale
- Débat philo
- Temps de pleine conscience
- Activités manuelles :
 - Bracelets de perles
 - Bracelets brésiliens
 - Pâte auto durcissante
 - Coloriage (coloriage géant, mandala)
 - Pomme de toulaine
 - Origami
 - Herbier
- des activités d'eau pour rafraîchir les corps" mais soyez malin pour utiliser l'eau de manière raisonnée car l'eau est souvent réglementée par temps de canicule!

Moodboard des animations possibles :

