

Circulaire pour les participants 2B/3B à IKTUS

Considérations pratiques pour le camp de Brigade 2024

Table des matières

1	Intro.....	1
2	Aspects pratiques.....	2
2.1	Terrain et limites	2
2.2	Points d'attention et règlement.....	2
2.3	Responsables	2
2.4	Lieu de RDV.....	2
2.5	Journée anniversaire.....	2
2.6	Retour	2
3	Affaires à prendre.....	3
3.1	Liste d'affaires	3
3.2	Chaussures de marche.....	4
3.3	Sac à dos	5
3.4	Sac de couchage et natte	5
4	Parole et Promesse	6
4.1	Promesse (2B/3B/4B)	6

1 Intro

Bienvenue à toi cher citoyen, chère citoyenne de l'Empire ! Tu as répondu favorablement à l'invitation de l'Empereur Ecleratus et nous te sommes reconnaissants. Nous avons hâte de vivre cette belle aventure ensemble !

Tu fais partie d'une cité appartenant à une des provinces de notre bel Empire romain. Chacune de nos villes et provinces a ses propres traditions, sa propre culture et ses propres spécificités, mais nous sommes tous membres d'un seul et même Empire. Notre empereur, Ecleratus, désire ardemment que ces différences nous permettent de consolider et d'agrandir l'ensemble de l'Empire. Durant tout le camp, tu auras ainsi la possibilité de développer avec tes amis la cité à laquelle tu appartiens, tout en apprenant à connaître d'autres de tes concitoyens venant de contrées lointaines.

Prépare-toi donc à vivre des aventures inoubliables, à visiter des merveilles architecturales et des paysages à couper le souffle ! Tu pourras également rencontrer les premiers apôtres, ces gens passionnés qui sillonnent l'Empire pour annoncer la bonne nouvelle de Jésus ! Mais souviens-toi, en bon scout et citoyen réfléchi, tu te devras d'être toujours prêt ; le danger nous guette...

2 Aspects pratiques

2.1 Terrain et limites

Le terrain se trouve à Rossinière. L'ensemble de la Brigade sera sur le même terrain. Les limites de terrain te seront clairement signalisées. Il est impératif de rester à l'intérieur de ces limites en toutes occasions, sauf indications de tes responsables pour les activités qui sont prévues en dehors ou sur consigne exceptionnelle de la maîtrise de camp.

2.2 Points d'attention et règlement

Le camp et les activités (camp déclaré Jeunesse & Sport) ont été pensés et prévus pour que tu puisses t'amuser et découvrir de nombreux éléments. **Nous aimerions te rappeler que le règlement de camp, que tu as singé lors de ton inscription, fait foi et que tout manquement à ces règles est passible de sanctions.**

2.3 Responsables

Ta responsable d'unité est :

- Reveley, Keshia, Flambeaux Vevey, 078 835 26 66

Les autres responsables de ton unité sont :

- | | | |
|-------------------|---------------------|---------------------|
| - Maxime Ferrari | - Florian Bachmann | - Anaïa Ferrari |
| - Amélie Rouiller | - Matthieu | - Julie Wydner |
| - Line Wickart | Rakotoarijao | - Gaétan Ferrari |
| - Eliot Ferrari | - Gabriel Raymondaz | - Florian Thompson |
| - Jonas Boschung | - Mia Bühlmann | - Jack Aitken-Smith |

2.4 Lieu de RDV

Tes responsables te donnent rendez-vous le **15 juillet** à :

Lieu : Gare de Montreux. Vous aurez le lieu précis de rdv prochainement.

L'horaire espéré est le suivant: 07h00

Une confirmation de l'heure exacte te parviendra environ 1 mois avant le camp, après confirmation des CFF.

2.5 Journée anniversaire

Le **20 juillet** aura lieu notre journée anniversaire, sur le terrain de camp. Une super occasion de célébrer les 60 ans de la Brigade tous ensemble ! Tes parents, famille et amis doivent s'inscrire pour y participer.



2.6 Retour

Le retour aura lieu le jeudi 25 juillet à Montreux à 18h10

La gare de Montreux étant petite, nous vous redirons quelques semaines avant le camp la place pour venir récupérer votre enfant à la fin du camp.

A nouveau, une confirmation de l'heure exacte te parviendra environ 1 mois avant le camp, après confirmation des CFF.

3 Affaires à prendre

Merci de prendre des vêtements pas dommages et de veiller à ce que les vêtements pour la pluie et les chaussures soient imperméables (important !). **Merci d'identifier un maximum tes affaires afin de diminuer les objets trouvés (nom-prénom, initiales, fil de couleur).**

Tu auras l'occasion de partir en raid durant le camp. Il faut donc prévoir un sac adapté à un week-end de bivouac complet. Tes affaires seront stockées dans ta tente le temps de ton raid. Il serait donc judicieux de faire des plus petits sacs à l'intérieur de ton sac à dos (avec des sacs poubelles par exemple, 1 pour les sous-vêtements, 1 pour les pulls/tshirts, etc).

Il est évident que tu dois être capable de porter tout-e seul-e tes affaires. Tes affaires doivent tenir dans **1 seul sac à dos** de randonnée **avec ceinture ventrale**.

Attention à tout ce qui dépasse du sac ou qui est attaché en plus. Comme les trajets se font en train, il ne faudrait pas perdre un article en chemin.

3.1 Liste d'affaires

Voici une liste d'affaires à prendre, liste exhaustive, merci de ne prendre **ni plus, ni moins**.

- Chemise et Foulard
- PACCIF (Papier, Allumettes (briquet), Couteau, Crayon, Imperdables, Ficelle)
- 1 veste chaude ou veste polaire
- Chaussures de marche
- 2ème paire de chaussures (selon météo, bottes ou baskets)
- 1 imperméable (kway)
- 1 pantalon de pluie
- 1 pantalon (+ 1 sur toi)
- 1 training
- 3 shorts,
- 6 t-shirts
- 1 pull chaud
- 11 paires de chaussettes,
- 10 sous-vêtements
- 1 ensemble pour dormir
- Affaires de toilette dans une trousse :
 - o Brosse à dents
 - o Dentifrice
 - o Brosse à cheveux et élastiques (cheveux longs)
 - o Produits de douche
 - o Crème solaire biodégradable
 - o Produits anti-tiques/moustiques

- Autres produits d'hygiène personnels
- Médicaments personnels (une infirmerie tenue par des pro sera sur place)
- Maillot de bain
- Linge
- 1 paire de chaussures d'eau (à porter dans l'eau)
- 1 matelas isolant/natte de sol
- 1 sac de couchage (température de confort conseillée 5°C)
- 1 chapeau ou casquette
- Lunettes de soleil (facultatif)
- Mouchoirs
- Lampe de poche ou lampe frontale
- Un journal en papier
- Optionnel : un bonnet (environ 30% de la chaleur corporelle s'échappe par la tête, en cas de nuit froide, un bonnet est appréciable)
- Sac en tissu pour le linge sale
- Gamelle/vaisselle incassable dans un sac en tissu (assiette et services)
- Linge à vaisselle
- Une boîte à goûter/boîte à pic-nic (à fermeture hermétique) pour les repas lors des excursions
- Un petit sac à dos pour les excursions
- Une bible si tu en as une
- De l'argent de poche (facultatif et pas de gros montant)
- Un pique-nique avec une gourde d'eau (au moins 0.8l, pas de bouteille PET) remplie pour le premier jour

3.2 Chaussures de marche

Pour que tu passes un bon camp, il est important que tes chaussures soient en bon état et imperméables (résistantes à l'eau). C'est mieux si elles sont montantes, car ainsi, elles protègent tes chevilles et tu risques moins d'entorses.

Si tu viens d'acheter tes chaussures, portes-les pendant plusieurs heures avant le camp afin qu'elles prennent la forme de tes pieds et ainsi tu éviteras au maximum les cloques.

Les chaussures ouvertes type sandales sont **fortement déconseillées**. Sur un terrain de camp, il y a des outils et des sardines, tu risques de te blesser.

3.3 Sac à dos

Le sac à dos est essentiel pour un camp. Qui n'a pas plaint le nouveau qui traînait son sac de voyage durant la marche ? Puisque tu vas transporter une partie de ta maison sur le dos, autant ne pas emporter l'inutile et le superflu, et savoir ranger le maximum dans un espace minimum. Il ne devra pas être trop grand, maximum 50 litres, car la tentation de le remplir est forte et un gros sac sera très vite trop lourd pour toi.

Remplissage : Lorsque tu remplis ton sac, aligne d'abord sur le tapis de ton salon l'ensemble des vêtements, objets et accessoires que tu souhaites emporter. Suivant la largeur de ton sac, privilégie la constitution de colonnes afin que ton sac soit plat et haut. Place tout ce qui est lourd le long du dos dans le premier tiers du sac à dos, légèrement au-dessus des reins. Voici un remplissage type de sac à dos en commençant par le bas : le sac de couchage, puis les vêtements que tu ne porteras pas dans la journée, rangés dans des sacs imperméables respectifs. Puis, les affaires plus lourdes et les affaires de toilette. Tout ce qui vient au-dessus du sac ainsi que dans les poches latérales est susceptible d'être utilisé rapidement. A savoir : le pique-nique, le paccif, lunettes, couteau suisse, gourde, coupe-vent, vêtements imperméables, pull chaud, protection solaire, stylo, chapeau... Les objets le plus fréquemment utilisés devant se trouver dans les poches, qui peuvent être ouvertes par un compagnon de randonnée sans avoir à « tomber » le sac. Un sac trop épais t'obligera à te pencher en avant pour amener le centre de gravité au-dessus du niveau des hanches. N'oublie pas que durant une phase de descente il faut desserrer les bretelles de sorte que le sac soit un peu incliné vers l'arrière.

Contenance : Sache que le poids idéal du sac à dos ne doit pas représenter plus de 20 % du poids total de celui qui le porte. Ce système de calcul de charge permet néanmoins de comprendre qu'un enfant de 10 ans peut être gêné par un sac dépassant 5 ou 6 kg. Dans tous les cas, ne pas dépasser un tiers du poids de l'enfant à moins qu'il ne soit d'une famille de sherpas de 5 générations au moins. Plus un sac est grand, plus tu auras tendance à le remplir de choses inutiles. Un sac de 15/20 litres suffit pour une randonnée d'une journée (pull-over, imperméable, pique-nique, eau, crème solaire, couteau...). Un sac de 50 litres est destiné aux randonnées d'une semaine ou camp de deux semaines. N'hésite pas à prévoir des sacs imperméables rangés à l'intérieur du sac pour tout ce qui est fragile, vêtements pour la journée, objets personnels... Des sacs poubelles feront très bien l'affaire.

3.4 Sac de couchage et natte

Un bon sac de couchage et une natte performante sont essentiels pour avoir un sommeil de qualité.

Les sacs de couchage typiques enfants ne sont souvent pas fait pour dormir dehors et pas adaptés à des températures en dessous de 15°C (en coton). De plus, un sac trop grand (taille adulte) induit des pertes de chaleur importantes. Nous conseillons vivement de prendre un sac de couchage qui ait une température de confort de 5°C et qui soit adapté à la taille.

La natte est ton isolant entre le sol et toi. Il est conseillé de prévoir une natte qui te donne une isolation confortable avec une valeur R entre 2 et 3. Evite les tapis de gym en mousse.

4 Parole et Promesse

La Parole (1B) et la Promesse (2B/3B/4B) sont des choix personnels, vécus durant un camp en principe. Durant le camp, tu pourras choisir ton chef accompagnant pour ce moment (parrain/marraine).

4.1 Promesse (2B/3B/4B)

En deuxième, troisième et quatrième branche, tu peux montrer ton engagement envers Dieu en passant ta promesse en fin de semaine. Il te faut avoir vécu au moins une soirée promesse dans un camp précédent pour pouvoir passer la tienne.