

A stylized map of Europe in shades of green and yellow, overlaid on a grid. The map includes several icons: a pack of three dogs in the northwest, a deer in the west, a castle in the south, a bicycle on a path in the southwest, and several tents scattered across the continent. A red line traces a path across the map.

Le guide du scout
Badges de
réalisation personnelle

INTRODUCTION LES SCOUTS

Les badges de réalisation personnelle sont conçus pour permettre aux jeunes d'explorer et de développer des compétences et des connaissances dans les domaines qui les intéressent particulièrement. Sur le Sentier canadien, les badges de réalisation personnelle sont optionnels. Ils ne sont pas un élément central du programme et ne sont pas essentiels à la progression personnelle du jeune. Les badges de réalisation personnelle ne sont pas une exigence pour les prix de section. Il est reconnu que les activités des jeunes à l'extérieur du scoutisme contribuent à leur croissance dans les ÉPICES et à leur progression personnelle. Les scouts arrivent tous avec leur propre bagage. Avec les badges de réalisation personnelle, les scouts peuvent continuer à développer leurs intérêts personnels et leurs compétences puisque ce développement est reconnu comme partie intégrante de leur croissance et de leur progression sur le Sentier canadien.

Voici quelques informations à retenir à propos des badges de réalisation personnelle (RP) du Sentier canadien :

- Il existe 16 badges RP pour chaque section.
- Les jeunes qui choisissent d'intégrer des badges RP à leur parcours personnel y travaillent de façon individuelle. Les badges RP ne font pas partie des programmes de la troupe. Cependant, à la fin d'une aventure de la troupe, un jeune qui veut poursuivre l'exploration d'un sujet lié à cette aventure peut développer une aventure en cinq parties pour l'un des badges RP.
- Les badges RP respectent la méthode planification-action-révision.
- Il n'y a pas d'exigences préétablies pour l'obtention des badges. Chaque badge propose plutôt un objectif, encadré par quelques lignes directrices, ainsi que des idées d'aventures parmi lesquelles les jeunes peuvent choisir. Ils sont également encouragés à utiliser leurs propres idées.
- Les aventures doivent être réalisées expressément en vue d'obtenir le badge. Nous n'accorderons pas de crédit pour des activités effectuées à l'école ou avec un autre groupe. Cependant, un nouveau projet réalisé à la fois pour le badge et à une autre fin pourrait contribuer à l'obtention du badge.
- Un jeune peut obtenir le même badge RP plus d'une fois, tant qu'il élabore chaque fois un nouveau plan pour la nouvelle aventure.
- Plus important encore, les aventures pour l'obtention du badge doivent être excitantes, amusantes et stimulantes pour le jeune!

En tant qu'animateur, votre rôle est d'aider le jeune à établir des exigences sécuritaires et réalistes. La nature de ces exigences peut varier d'un scout à l'autre, selon les intérêts et les habiletés propres à chacun. Aidez le jeune à établir des exigences stimulantes, mais tout de même accessibles, accompagnées d'un plan bien réfléchi. Discutez avec le jeune de temps en temps pour évaluer son progrès et lui donner quelques conseils pour surmonter les obstacles.

Les badges de réalisation personnelle des scouts

Air : Tout ce qui a rapport avec l'atmosphère y compris l'exploration, l'environnement, les loisirs, les expériences, etc.

Arts : Découvrir sa propre expression créative et celle des autres

Canada : Découvrir comment faire une différence positive pour le pays en tant que citoyen

Communauté : Explorer comment être un membre actif d'un quartier et d'une municipalité et faire sa part

Terre : Tout ce qui a rapport avec le sol et la géologie de notre planète y compris l'exploration, l'environnement, les loisirs, les expériences, etc.

Ingénierie : Concevoir, planifier et construire des articles fonctionnels d'une façon pratique et calculée

Passe-temps : Développer un intérêt en particulier ou en découvrir de nouveaux

Maison : Découvrir comment faire sa part à la maison

Science : Apprendre et faire des expériences de façon critique et empirique

Espace : Tout ce qui a rapport avec l'espace y compris l'exploration, l'environnement, les loisirs, les expériences, etc.

Activités physiques d'été : Tout ce qui a rapport avec les activités physiques et la saison estivale

Technologie : Apprendre à utiliser la technologie numérique de façon efficace et responsable

Eau : Tout ce qui a rapport avec l'eau y compris l'exploration, l'environnement, les loisirs, les expériences, etc.

Activités physiques d'hiver : Tout ce qui a rapport avec les activités physiques et la saison hivernale

Monde : Explorer comment être un citoyen du monde qui fait une différence

Activités physiques quatre saisons : Tout ce qui a rapport avec les activités physiques qui peuvent être pratiquées toute l'année

Utiliser la méthode planification-action-révision pour soutenir l'obtention des badges de réalisation personnelle des scouts

Les scouts qui visent l'obtention d'un badge de réalisation personnelle doivent utiliser la méthode planification-action-révision. Cette méthode met l'accent sur la fixation d'objectifs, le développement personnel et la croissance personnelle. Les scouts devraient se fixer des objectifs réalistes qui aident leur développement.

Les animateurs de troupe peuvent télécharger un tableau de planification de la méthode planification-action-révision au Sentiercanadien.ca/scouts, et devraient utiliser le tableau pour établir des objectifs avec tous les scouts. Les scouts devraient travailler sur l'atteinte de ces objectifs avec l'aide de leurs parents ou tuteurs. Un aperçu plus détaillé du processus se trouve ci-dessous, et devrait donner aux animateurs une idée des bonnes questions à poser.

RÉDIGEZ UN PLAN

- Que comprendra votre aventure? Comment l'aventure se rapportera-t-elle au thème du badge?
- Souvenez-vous qu'une aventure est quelque chose que vous n'avez jamais fait, ou que vous n'avez jamais fait de cette façon. Que sera votre aventure?
- Quel est votre objectif pour cette aventure? Que voulez-vous apprendre ou réussir?
- De quoi avez-vous besoin pour vivre l'aventure?
 - Devez-vous acquérir des compétences?
 - Y a-t-il des frais? Comment seront-ils payés?
 - Quel équipement est nécessaire? Comment vous procurerez-vous l'équipement?
- Quels sont les risques? Comment ferez-vous en sorte que votre aventure est sécuritaire?
- Quand l'aventure aura-t-elle lieu? Quelle sera la durée de chaque partie de l'aventure?

Rédigez un plan pour l'aventure qui indique l'équipement requis et la durée de chaque partie. Fixez une date cible pour vivre l'aventure.

- L'aventure sera-t-elle amusante et stimulante?
Examinez votre plan. L'aventure vous intéresse-t-elle? Si oui, allez-y! Sinon, comment pouvez-vous faire en sorte que l'aventure soit amusante et stimulante?
- Révisez votre plan avec votre animateur avant le début de l'aventure.

Planifiez votre aventure

PLANIFIEZ VOTRE AVENTURE

Créez une aventure composée d'au moins cinq parties qui explorent le thème du badge.

Voici mon idée d'aventure pour le badge _____ et ses cinq parties :

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Date cible pour l'obtention de ce badge : _____

Besoin d'idées pour votre aventure?

Consultez les descriptions de badges au Sentiercanadien.ca.

Besoin de plus d'idées?

Consultez les fiches de parcours qui serviront d'inspiration pour votre aventure personnelle.

RÉVISION

- Que savez-vous maintenant que vous ne saviez pas avant?
- Qu'est-ce qui a bien fonctionné? Qu'est-ce qui a moins bien fonctionné? Pourquoi?
- Quelle partie de l'aventure était la plus intéressante?
- Quelle partie de l'aventure était la plus difficile?
- Que feriez-vous différemment la prochaine fois?
- Comment utiliserez-vous vos connaissances acquises pendant l'aventure lors d'aventures scouts et dans la vie de tous les jours?
- Comment pourriez-vous faire part de vos nouvelles connaissances à d'autres scouts ou à des membres de votre communauté?
- Comment vos aventures démontraient-elles l'esprit de la promesse, de la loi et de la devise scout?
- Quelles ÉPICES ont fait partie de votre aventure?

Émotionnel Physique Intellectuel Caractère Esprit Social

Air



Objectif : Je découvrirai l'environnement et la nature, effectuerai des recherches ou pratiquerai des loisirs qui se rapportent à l'air.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui se rapporte à l'environnement ou à un loisir
- vivre une activité de plein air ou de recherche

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Les avions

1. Faites voler des avions de papier pendant des journées venteuses et calmes, et apprenez-en davantage sur comment les différents modèles d'avions les permettent de voler. Organisez une compétition de modèles d'avions pour votre troupe.
2. Créez votre propre dessin d'avion sur papier ou à l'aide d'un programme informatique. Découvrez comment les avions volent, et incorporez vos découvertes à votre dessin.
3. Construisez et faites voler un modèle d'avion à essence ou à batterie.
4. Organisez une sortie à un musée de l'aviation ou à un spectacle aérien pour votre patrouille ou votre troupe.
5. Construisez un modèle en vous fiant à des photos ou à des modèles de vos avions préférés.

Idée d'aventure n° 2 : L'observation d'oiseaux

1. À l'aide d'un livre ou d'une application sur les oiseaux, identifiez les oiseaux de votre région. Quels oiseaux dans votre région pouvez-vous observer, et lesquels sont plus difficiles à repérer?
2. Prenez des photos et tenez un registre de vos observations.
3. Apprenez-en davantage sur ce qui menace les oiseaux de votre région. Trouvez un projet communautaire que vous pouvez réaliser afin de mieux protéger les oiseaux et leur habitat.
4. Planifiez une randonnée ou une sortie de canoë pour votre patrouille. Profitez de la sortie pour faire part de vos découvertes sur la population d'oiseaux de votre région, et des mesures qui peuvent être prises pour les aider.
5. Inspirez-vous des oiseaux de votre région pour créer une œuvre d'art.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Mesurez l'indice de pollution de l'air de votre région et élaborer un plan pour réduire la pollution. Si possible, présentez votre plan au conseil municipal dans une lettre ou un courriel, ou donnez une présentation en personne.
- Planifiez une sortie en montgolfière pour votre patrouille.
- Créez le meilleur cerf-volant et montrez comment il fonctionne de façon aérodynamique.
- Comparez la pollution en provenance du tuyau d'échappement d'au moins cinq voitures. Pour ce faire, vous pouvez placer un bas blanc sur le tuyau d'échappement de la voiture pendant que quelqu'un la conduit pour faire des courses. Ne faites pas cette expérience pendant que la voiture est stationnée ou dans le garage. Après cinq minutes, éteignez le moteur de la voiture et enlevez le bas à l'aide d'un gant de travail. Retirez le bas et cherchez des signes de pollution. Consignez et analysez vos résultats.
- Créez une vidéo qui fait la promotion de transports alternatifs pour réduire les émissions de carbone.
- Découvrez le cycle de l'eau et comment l'eau se déplace de la terre vers l'air. Consignez le cycle à l'aide de vidéos ou de photos.
- Pourquoi l'éclair et la foudre surviennent-ils ensemble dans une tempête? Quel rôle joue l'air?

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Fleuve Mackenzie** (Plein air et environnement) et de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure qui se rapporte à l'air que vous aimeriez vivre par vous-même.

Arts



Objectif : Je découvrirai comment aimer et faire de l'art.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- utiliser un moyen d'expression artistique que vous n'avez jamais utilisé
- vivre une aventure où vous assistez à une représentation artistique (un concert, une pièce, un visionnement, une lecture, une galerie, etc.)

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Devenez un auteur de science-fiction

1. Lisez plusieurs histoires ou romans de science-fiction. Quels sont certains des aspects intéressants de la science-fiction?
2. Créez votre propre univers de science-fiction. Décrivez brièvement vos personnages, le lieu et l'histoire.
3. Révisez et réécrivez votre histoire jusqu'à ce que vous soyez satisfaits.
4. Demandez à un ami à qui vous faites confiance ou à un adulte de lire votre histoire. Demandez à cette personne de faire des commentaires constructifs. Rédigez l'ébauche finale. Ajoutez-vous des photos ou des dessins?
5. Lisez ou montrez au moins une partie de votre histoire à un groupe, tel que votre patrouille.

Idée d'aventure n° 2 : Façonnez une sculpture à l'aide d'objets recyclés

1. Visitez une galerie d'art qui présente de l'art recyclé.
2. Visitez un magasin d'aubaines et trouvez des objets pour créer votre sculpture, ou réutilisez des objets chez vous. Comment les objets vous inspirent-ils?
3. Que servira de base à votre sculpture? Vous pourriez utiliser un vieux sapin de Noël artificiel, un meuble, un portemanteau, etc. Comment la base de la sculpture vous aide-t-elle à imaginer à quoi ressemblera la sculpture?
4. Les articles semblent-ils appartenir à un thème ou à une histoire? Comment assembleriez-vous votre sculpture? Procurez-vous les outils nécessaires.
5. Trouvez un bon endroit pour exposer votre sculpture, chez vous ou dans la communauté.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Découvrez et pratiquez l'art de la calligraphie.
- Concevez un appel du clairon pour votre patrouille ou votre troupe qui désigne le début d'une activité de groupe, comme l'installation d'un campement.
- Utilisez vos compétences en pionniérisme pour créer des structures à l'aide de branches mortes, comme une structure qui sert à afficher de l'art ou un treillage pour plantes.
- Mettez-vous au défi d'apprendre à jouer d'un instrument de musique.
- Divertissez un public, soit seul ou en petit groupe, pour environ 45 minutes.
- Produisez une vidéo amusante sur une compétence de plein air.
- Écrivez une pièce, puis répétez-la en petit groupe.
- Organisez une visite d'un théâtre, et apprenez-en davantage sur l'éclairage, le son, le décor, etc.
- Écrivez et illustrez un livre pour les tout-petits. Lisez-le à un groupe d'enfants d'âge préscolaire.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure qui se rapporte aux arts que vous aimeriez vivre par vous-même.

Canada



Objectif : Je découvrirai comment être un citoyen serviable canadien qui fait une différence.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui vous permet de mieux connaître et de participer activement au gouvernement municipal, provincial ou national
- vivre une aventure qui rend service à la communauté
- vivre une aventure qui démontre la promesse ou la loi scout

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idee d'aventure n° 1 : Explorez les provinces et territoires du Canada

1. Quel aspect de votre province ou territoire trouvez-vous le plus fascinant? Découvrez ses points d'intérêts, son drapeau, son emblème, son histoire et ses merveilles naturelles ainsi que sa fleur, son arbre et son oiseau provincial ou territorial. Créez un jeu pour votre patrouille ou une section plus jeune, comme un jeu-questionnaire, une chasse au trésor, un jeu de cartes-éclair, etc. qui porte sur les provinces et territoires.
2. Élaborez un plan pour visiter une autre province ou un autre territoire. Effectuez de la recherche sur leurs sites historiques, leurs musées et l'hébergement pour un voyage que vous pourriez entreprendre. Visitez la province ou le territoire et mettez en œuvre votre plan. Vous pourrez voyager avec votre famille ou avec votre troupe, possiblement dans le cadre d'un Jamboree!
3. Avec l'aide de vos animateurs, organisez une vidéo-conférence ou trouvez un correspondant au sein d'une troupe à l'extérieur de votre province ou territoire. Demandez aux scouts comment leur région du Canada est semblable à la vôtre, et comment elle est différente. Vous pourriez poser des questions au sujet des animaux sauvages, du paysage naturel, de la température saisonnière, etc.
4. Si vous deviez diviser le pays en provinces et en territoires, comment le diviseriez-vous? Pourquoi? Dessinez votre version du Canada. Comment nommeriez-vous les nouvelles provinces et les nouveaux territoires?
5. Commencez une collection qui reflète les provinces et territoires du Canada. Vous pourriez collectionner les emblèmes des provinces et territoires, des épingles ou des cartes postales. Montrez votre collection à votre patrouille.

Idee d'aventure n° 2 : Devenez un explorateur

1. Visitez les sites historiques les plus près de chez vous. Observez vos environs et les plaques commémoratives. Comment les choses ont-elles changé depuis l'époque commémorée sur les plaques?
2. Visitez un musée ou interviewez un historien (p. ex. un enseignant d'histoire) pour en apprendre plus au sujet de l'histoire de votre communauté.
3. Choisissez une histoire sur un explorateur qui a joué un rôle important dans la découverte du Canada. Racontez l'histoire pendant une rencontre scout, ou à un autre groupe.
4. L'histoire de votre ville est-elle célébrée adéquatement? Trouvez une façon de souligner l'histoire de votre communauté, par exemple les contributions des Premières nations ou des explorateurs. Rédigez un courriel ou une lettre à un député élu pour faire part de vos idées.
5. Avec votre patrouille ou votre troupe, racontez un chapitre de l'histoire de votre communauté. Vous pourriez passer la nuit à un site historique ou partager un repas qui a de l'importance historique ou culturelle.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Visitez un lieu historique national. (Les lieux sont affichés sur le site Web de Parcs Canada.)
- Visitez l'Assemblée législative ou le parlement provincial. Si possible, visitez un député fédéral ou provincial.
- Quel enjeu canadien est-ce que vous tenez à cœur? Envoyez un courriel ou rédigez une lettre à votre député à la Chambre des communes sur cet enjeu. Trouvez d'autres façons de faire une différence.
- Lors d'une campagne électorale fédérale, regardez un débat télévisé entre les chefs de partis. Découvrez où et quand le vote se déroulera dans votre comté. Si possible, accompagnez un adulte pour découvrir la procédure de vote. Faites de la recherche sur les candidats de votre circonscription et faites un diagramme des positions des partis sur plusieurs enjeux. Regardez les sondages et prédir le député que votre comté élira.
- Nous honorons le drapeau du Canada lors de nos cérémonies scout. Servez-vous du drapeau pour créer une œuvre d'art, par exemple un collage, une sculpture ou une courteline. Votre drapeau pourrait être déployé à votre endroit de rencontre.
- Invitez votre famille ou votre tanière à se joindre à vous pendant une journée de bénévolat pour entretenir une section du sentier Transcanadien.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Rideau** (Citoyenneté), du **Sentier des tuniques rouges** (Leadership) et du **Sentier de la Côte-Ouest** (Croyances et valeurs) pour préparer une aventure que vous aimeriez vivre par vous-même.

Communauté



Objectif : Je découvrirai comment être un citoyen serviable de ma communauté qui fait une différence.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui vous permet de mieux connaître et de participer activement à votre gouvernement municipal, provincial ou national
- vivre une aventure qui rend service à la communauté
- vivre une aventure qui démontre la promesse ou la loi scout

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Devenez un guide touristique!

1. Découvrez les lieux historiques, les installations locales, les activités récréatives, les installations d'urgence, etc. de votre communauté.
2. Interviewez des gens qui habitent dans votre communauté depuis longtemps. Ont-ils des histoires incroyables que vous aimeriez raconter à d'autres?
3. Préparez une visite guidée de votre ville. Il pourrait s'agir d'une présentation ou d'un diaporama de photos, ou encore d'un dépliant qui présente les lieux à visiter et des renseignements sur ces lieux.
4. Lorsque votre visite guidée est prête, présentez-la à votre patrouille ou à votre section.
5. Offrez votre visite guidée pour qu'elle soit utilisée pour une installation précise ou au centre d'accueil de la ville, s'il y a lieu.

Idée d'aventure n° 2 : Assistez à un festival!

1. Quels festivals ou événements spéciaux approchent à grands pas dans votre communauté? Choisissez-en un qui vous intéresse. Communiquez avec les organisateurs et découvrez comment vous pourriez faire du bénévolat pour l'évènement pendant une ou deux journées.
2. Dites à votre patrouille, à votre troupe ou à votre famille ce que vous avez aimé du festival. Si vous organisiez l'évènement, quels aspects de l'évènement retiendrez-vous, et que feriez-vous différemment?

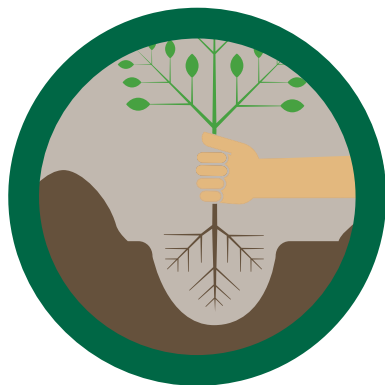
3. Remerciez les organisateurs par courriel, et indiquez ce qui vous a plu de l'évènement.
4. Choisissez un aspect de l'évènement à faire découvrir à votre patrouille. Vous pourriez créer des t-shirts, des boutons ou des affiches ou préparer une collation qui était offerte à l'évènement.
5. Organisez un feu de camp formel pour votre groupe. Invitez chaque section à participer. Travaillez avec les patrouilles de votre troupe pour offrir un divertissement pour le groupe.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Dessinez une carte au trésor ou un rallye vélo pour votre patrouille. Ajoutez des endroits à découvrir dans votre communauté.
- De quoi votre communauté a-t-elle besoin? Créez une vision de votre communauté à l'aide de modèles, d'images, de diaporamas ou de cartes. Réfléchissez aux éléments dont vous aimeriez ajouter ou éliminer de votre communauté.
- Faites une séance de géocachette.
- Examinez attentivement un terrain de jeu près de chez vous. Quel équipement plaît le plus aux enfants? Quelles réparations sont nécessaires? Quel équipement devrait être retiré pour des raisons de sécurité? Qui devriez-vous prévenir? Si vous conceviez le terrain de jeu, qu'ajouteriez-vous? Préparez un plan du terrain de jeu.
- Quels groupes de service font partie de votre communauté? Quelles contributions ont-ils apportées à votre communauté? Communiquez avec l'une de ces organisations et proposez de faire une présentation sur le scoutisme dans votre communauté. C'est une bonne occasion de pratiquer l'art de parler en public. Préparez-vous à répondre à des questions.
- Visitez un endroit dans votre communauté que vous n'avez jamais visité. Explorez cette région avec un ami ou un adulte (en vélo, en auto, à pied, etc.). Prenez les mesures de sécurité nécessaires.
- Quel est un enjeu environnemental ou social dans votre communauté? Comment pouvez-vous faire une différence positive?

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Rideau** (Citoyenneté), du **Sentier des tuniques rouges** (Leadership) et du **Sentier de la Côte-Ouest** (Croyances et valeurs) pour préparer une aventure que vous aimeriez vivre par vous-même.

Terre



Objectif : Je découvrirai l'environnement et la nature, effectuerai des recherches ou pratiquerai des loisirs qui se rapportent à la Terre.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui se rapporte à l'environnement ou qui comprend un loisir lié à l'environnement
- vivre une aventure de plein air ou une aventure qui vous permet de faire de la recherche

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Faites de la randonnée sur des terrains différents

1. Planifiez plusieurs randonnées pour votre patrouille sur des terrains différents. Comment la randonnée sur des terrains différents a un effet sur la planification? Quels sont les défis associés à la randonnée sur des terrains raides et rocailleux? Quel équipement est nécessaire pour cette randonnée?
2. Faites une randonnée dans la forêt hors d'un sentier balisé. Comment pouvez-vous parcourir la forêt hors d'un sentier balisé sans vous perdre?
3. Faites une randonnée dans une terre humide. Pensez à la façon dont le sentier a été conçu pour ce type de terrain.
4. Planifiez une randonnée dans la ville. Réfléchissez à la façon dont les gens ont changé le paysage, et à la façon dont ces changements ont un effet sur votre expérience.
5. Créez un album de photos de vos randonnées et montrez-le à votre famille ou à votre patrouille.

Idée d'aventure n° 2 : Défi de piquets de tente

1. Visitez un magasin scout ou un autre magasin pour découvrir différents types de piquets de tente.
2. Planifiez une sortie de camping avec votre patrouille. Essayez plusieurs types de piquets de tente. Découvrez lequel fonctionne mieux en fonction du type de terrain.
3. Essayez différentes façons de pratiquer le camping sans trace. Certains piquets de tente ont-ils un effet moindre que d'autres?

4. Faites de la recherche, puis inventer votre propre piquet de tente. Essayez-le sur divers types de terrains.
5. Faites part de vos découvertes avec votre troupe lors de la planification de votre prochain camp.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Relevez le défi Arbrescouts. Menez votre troupe scout dans cette activité annuelle. Quel est le but du projet Arbrescouts? Quand l'initiative a-t-elle été lancée? Comment passeriez-vous le mot au sujet des Arbrescouts? Faites en sorte que la prochaine journée de plantation d'arbres soit une journée spéciale pour votre groupe.
- Apprenez à vous nourrir de plantes comestibles et lancez-vous un défi de cuisine à l'aide de ces plantes. Soyez à l'affût des plantes dangereuses.
- Découvrez quelles catastrophes naturelles qui se rapportent à la terre, comme les glissements de terrain ou les tremblements de terre, peuvent se produire dans votre région. Présentez un scénario catastrophe à votre patrouille afin qu'elle perfectionne ses compétences en situation d'urgence.
- Les huttes de terre permettaient aux habitants des prairies de demeurer au chaud et au sec pendant les hivers froids. Apprenez-en davantage sur la construction de huttes de terre et construisez un petit modèle.
- Vivez des produits de la terre! Semez des plantes de votre choix et entretenez votre jardin, de la plantation à la récolte. Préparez par la suite un repas pour votre famille ou votre patrouille à l'aide des aliments de votre jardin. De quoi avez-vous besoin pour être un bon jardinier?
- Êtes-vous situés près d'une plage? Lancez un défi de construction de château de sable. Quelles seront les règles? Quel équipement chaque groupe peut-il utiliser? Quel sera le temps alloué pour construire le château? Qui seront les juges? Quelles seront les catégories? Des prix seront-ils remis?
- Les scouts se servent de boussoles pour s'orienter. Découvrez comment les boussoles fonctionnent, et essayez d'en fabriquer une à l'aide de métal.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Fleuve Mackenzie** (Plein air et environnement) et de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure que vous aimeriez vivre par vous-même.

Ingénierie



Objectif : Je découvrirai de nouveaux aspects liés à l'ingénierie, dont diverses méthodes de conception, divers matériaux et d'autres façons de faire.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure où vous apprenez comment fonctionne un outil, un appareil ou un véhicule
- construire et concevoir un outil, un appareil ou une structure
- utiliser des matériaux ou des outils que vous n'avez jamais utilisés

Les domaines d'ingénierie comprennent le génie aérospatial, le génie architectural, le génie civil, le génie informatique, le génie électrique, la mécanique navale, le génie mécanique et le génie minier.

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Des voitures électriques

1. Explorez les différents modèles de voitures alimentés par l'énergie solaire. Procurez-vous l'équipement nécessaire et construisez une voiture qui peut circuler en utilisant la lumière du soleil.
2. Modifiez votre voiture afin qu'elle puisse voyager sur une plus longue distance sans recharger la batterie.
3. Modifiez votre voiture pour qu'elle soit super! Pensez à comment vous pouvez utiliser les panneaux solaires pour ce faire.
4. Que feriez-vous pour soutenir une communauté qui circule en voitures électriques? Créez un modèle d'une ville de l'avenir où les gens circulent en voitures électriques.
5. Montrez votre voiture alimentée par l'énergie solaire à votre patrouille, à votre troupe ou à une section plus jeune. Expliquez comment vous avez amélioré le modèle et la performance de votre voiture.

Idée d'aventure n° 2 : Un défi de transport

1. Combien de moyens de transport différents circulent dans votre communauté? Créez un diaporama ou un dépliant qui souligne les différents moyens de transport. Réfléchissez; avez-vous inclus tous les moyens de transport?

2. Si possible, utilisez un moyen de transport différent tous les jours de la semaine pour vous rendre à l'école. Pensez aux avantages et aux désavantages de chaque moyen de transport. Comment aident-ils votre forme physique? L'environnement? Le trafic? Quel est leur degré d'efficacité? Dans quelle mesure sont-ils accessibles aux personnes handicapées?
3. Que pourrait faire votre communauté pour améliorer le transport? Pensez aux routes, aux voies ferrées et à toute autre infrastructure de transport. Si vous étiez l'ingénieur responsable de l'élaboration d'un plan pour améliorer le transport dans votre communauté, quelle serait votre recommandation principale? Indiquez vos changements sur une carte de la communauté.
4. Rencontrez un ingénieur qui se spécialise dans la conception de routes et de viaducs. Découvrez ce qui doit être pris en compte dans la conception ainsi que le rôle que joue l'ingénieur lors de la construction.
5. Imaginez des façons dont les gens pourraient se déplacer plus efficacement. Dessinez sur papier ou à l'aide d'un programme informatique le moyen de transport idéal.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Inventez un meilleur sac à dos. Demandez à d'autres scouts ce qu'ils aiment de leur sac à dos. Allez à un magasin d'équipement de camping, comme à un magasin scout, et faites de la recherche.
- Visitez une installation industrielle, une centrale électrique, une usine de transformation des aliments ou de la viande, une usine de traitement des eaux d'égouts, une mine ou un autre centre d'ingénierie. De quoi auriez-vous besoin pour faire la même tâche chez vous?
- Choisissez un article manufacturé qui se trouve chez vous, comme un jouet ou un appareil. Découvrez comment l'objet fonctionne, avec la supervision ou la permission d'un adulte.
- Construisez un rover. Visitez un magasin scout pour emprunter la trousse de robotique des STIM. Suivez les instructions de la trousse.
- Utilisez des matériaux de tous les jours pour construire une structure forte, comme un pont ou une tour. Choisissez au moins un matériau avec lequel vous n'avez jamais construit.
- Participez à une foire de sciences ou d'ingénierie. Consultez le site Web de Scouts Canada pour savoir quand auront lieu les prochains concours STIM.
- Que fait un ingénieur? Il y a plusieurs domaines d'ingénierie. Si possible, interviewez des ingénieurs qui travaillent dans différents domaines.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure qui se rapporte à l'ingénierie que vous aimeriez vivre par vous-même.

Passe-temps



Objectif : Je découvrirai un nouveau passe-temps créatif ou je développerai de nouvelles compétences liées à un passe-temps que je pratique déjà.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui vous permet de pratiquer un nouveau passe-temps
- vivre une aventure qui vous permet de développer de nouvelles compétences liées à un passe-temps que vous pratiquez déjà
- vivre une aventure où vous transférez vos connaissances liées à un passe-temps à quelqu'un d'autre

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idee d'aventure n° 1 : La photographie

1. Prenez des photos lors de vos prochaines sorties de camping et de randonnée. Choisissez un thème pour chaque sortie et découvrez comment prendre une bonne photo. Pendant une sortie, prenez des photos des autres scouts, et prenez des photos de l'environnement naturel pendant une autre sortie.
2. Prenez des photos pendant une sortie à l'aide d'un appareil-photo à pellicule. Comparez les photos développées aux photos prises pendant une autre sortie à l'aide d'une caméra numérique.
3. Mettez-vous au défi de prendre des photos dans des conditions de luminosité différentes. Essayez des accessoires et des paramètres différents sur votre caméra pour améliorer la qualité de vos photos.
4. Servez-vous d'un logiciel d'édition pour retoucher vos photos numériques. Regardez des tutoriels en ligne pour vous aider.
5. Créez un diaporama et montrez vos photos à votre troupe.

Idee d'aventure n° 2 : Le tricotage et la couture

1. Apprenez à tricoter. Si vous tricotez déjà, mettez-vous au défi de tricoter un objet que vous n'avez jamais tricoté. Si vous commencez tout juste à tricoter, essayez un projet simple, comme une débarbouillette.
2. Lorsque vous aurez accumulé de l'expérience de tricotage, tricotez des objets pour une œuvre de charité.
3. Relevez le défi de tricoter ou de crocheter une couverture.

4. Apprenez à coudre. Trouvez des vêtements que vous pouvez réparer à l'aide de coutures simples.
5. Apprenez à utiliser une machine à coudre et à suivre un patron simple pour fabriquer un vêtement ou un jouet.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Avez-vous déjà construit un modèle en utilisant une trousse ou vos propres matériaux? Créez de nouveaux modèles et montrez-les à votre patrouille ou à votre troupe. Qu'avez-vous aimé?
- Apprenez à jouer aux échecs et devenez un champion du jeu. Mettez votre entourage au défi de gagner contre vous. Consignez vos victoires et vos défaites, vos stratégies, la durée de vos parties, etc. Participez à un tournoi dans votre communauté ou organisez un tournoi pour votre troupe. Qui est le champion du monde aux échecs?
- Apprenez à résoudre un cube Rubik. Quels sont les stratégies et les algorithmes différents qui permettent de résoudre le cube? Quel est votre meilleur temps?
- Commencez une collection ou enrichissez celle que vous avez déjà. Que diriez-vous à d'autres personnes qui collectionnent des objets semblables? Quelle est la valeur de votre collection? Comment conservez-vous votre collection?
- Observez et identifiez autant d'espèces d'oiseaux sauvages que vous pouvez. Utilisez un carnet ou une application pour consigner vos observations.
- Créez un livre de dessins et de peintures sur un de vos sujets préférés, un livre de vos expressions préférées ou un livre sur les oiseaux et les animaux que vous avez vus lors de randonnée.
- Participez à un concours régional, national ou international dans un domaine qui vous intéresse. Célébrez votre participation avec votre patrouille ou votre troupe!
- Une aventure liée à l'agriculture ou aux soins des animaux de ferme vous intéresse-t-elle?

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure qui se rapporte à un passe-temps que vous aimeriez vivre par vous-même.

Maison



Objectif : Je découvrirai comment être un membre serviable de ma maison.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui démontre la promesse ou la loi scout
- vivre une aventure qui vous permet de travailler avec les gens ou les animaux domestiques qui habitent chez vous
- vivre une aventure qui vous permet de contribuer à l'entretien ménager, à des réparations ménagères ou à des tâches ménagères

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Devenez un expert en réparations ménagères

1. Examinez votre maison et trouvez au moins cinq objets qui doivent être réparés.
2. Discutez avec vos parents ou tuteurs des réparations que vous pourriez effectuer. Prenez en compte le budget, un échéancier, les outils et les compétences nécessaires, etc., et effectuez les réparations.
3. Déterminez qui peut vous aider à développer les compétences nécessaires pour effectuer ces réparations.
4. Trouvez cinq autres objets à réparer chez vous, comme un meuble, des vêtements ou des jouets. Prenez en compte le budget, un échéancier, les outils et les compétences nécessaires, etc.
5. Pensez aux compétences auxquelles vous avez fait appel pour effectuer les réparations. Utilisez vos compétences pour concevoir quelque chose pour votre maison.

Idée d'aventure n° 2 : Que signifie « maison » pour un réfugié ou un immigrant?

1. Venez-vous d'une famille immigrée ou immigrante? Est-ce que certains de vos voisins ou camarades de classe sont de nouveaux réfugiés ou des immigrants? Trouvez des amis, des membres de famille ou des voisins qui seraient prêts à faire part de leur expérience en tant que réfugié ou immigrant. Interviewez deux ou trois de ces personnes.

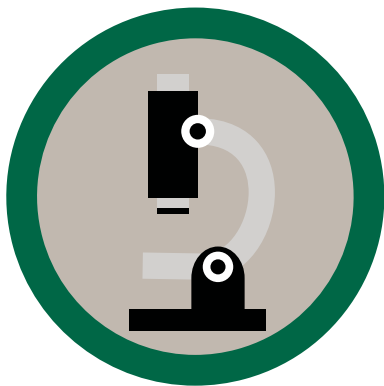
2. Comment voyez-vous les choses différemment grâce à ces entrevues? Quelles pratiques positives adoptées autour du monde pourriez-vous aussi adopter? Aimez-vous ces changements?
3. Cuisinez un repas pour votre famille à l'aide de plats qui reflètent certains des groupes immigrants et réfugiés de votre communauté.
4. Communiquez avec une organisation locale qui accueille les immigrants et les réfugiés dans votre communauté. Comment pouvez-vous aider l'organisation?
5. Trouvez des façons d'aider les réfugiés à l'extérieur du Canada.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Fixez-vous des objectifs liés à des tâches ménagères que vous aimeriez entreprendre. Vous pourriez coudre un bouton, cuire du pain, repasser un chandail, faire votre lit, etc.
- Discutez avec votre famille des tâches ménagères. Qui fait quoi? Comment apportez-vous habituellement de l'aide? Est-ce qu'un membre de famille aimerait effectuer une de vos tâches? Vous pourriez également surprendre des membres de votre famille en effectuant une de leur tâche à l'occasion.
- Occupez-vous d'un animal de compagnie pendant au moins six mois. Accompagnez-le pendant les visites au vétérinaire.
- Construisez ou réparez un meuble. Consignez votre travail à l'aide de photos.
- Peinturez une pièce, un mur ou le plafond. Consignez votre travail à l'aide de photos.
- Concevez un plan de décoration illustré d'une pièce et prévoyez un budget pour votre projet.
- Installez des rideaux et consignez votre projet à l'aide de photos.
- Proposez une nouvelle activité familiale et soyez l'organisateur et le motivateur pour cette activité.
- Cuisinez les repas familiaux pendant une semaine. Préparez un budget, dressez une liste d'épicerie, consultez vos parents ou tuteurs et commencez à cuisiner!

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Bruce** (Style de vie sain et actif) et du **Sentier de la Côte-Ouest** (Croyances et valeurs) pour préparer une aventure que vous aimeriez vivre par vous-même.

Science



Objectif : J'explorerai et je découvrirai au moins un domaine scientifique.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- découvrir plus d'un domaine scientifique
- faire ou observez quelque chose de nouveau
- vivre une aventure de plein air, une aventure dans la nature, ou une aventure qui prend soin de l'environnement

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Le plastique est omniprésent!

1. Combien d'objets chez vous sont faits de plastique? Combien d'objets de plastique retrouvez-vous dans le bac de recyclage? Comparez les objets que recyclent les membres de votre famille aux objets que recyclent les membres de votre communauté. Des objets recyclables sont-ils jetés à la poubelle? Des objets jetables sont-ils jetés au recyclage? Faites part de vos découvertes à votre famille.
2. Certains produits nettoyants contiennent de minuscules billes de plastique qui nettoient les surfaces et votre peau. Consultez les étiquettes de produits chez vous pour trouver les produits qui utilisent du plastique et lesquels utilisent d'autres produits. Faites part de vos découvertes à votre famille.
3. Confectionnez votre propre plastique biologique à l'aide de lait et de vinaigre. Déterminez comment les quantités différentes de ces produits ont un effet sur le produit final. Comparez ses caractéristiques (la force, la flexibilité, etc.) à celles de différents types de plastiques produits en usine.
4. Découvrez comment le plastique et d'autres matériaux agissent dans l'eau. Réalisez une expérience pour découvrir quels objets flottent ou coulent et lesquels se dissout. Faites part de vos découvertes à votre patrouille. Que pourraient être les répercussions sur l'environnement?
5. Quels objets utilisés tous les jours sont offerts en plastique et en d'autres matériaux? Les objets faits en plastique sont-ils habituellement recyclés dans votre communauté? Selon vous, quels matériaux devraient être utilisés? Écrivez un courriel ou une lettre à votre maire et suggérez les changements dont vous aimeriez que votre communauté adopte en ce qui concerne sa gestion du plastique.

Idée d'aventure n° 2 : Comment produisez-vous ce son?

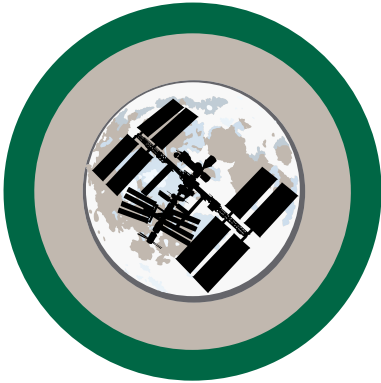
1. Quelles sont les différences entre les instruments à cordes, à percussion et de bois? Comment produisent-ils des sons? Essayez au moins un instrument de chacune de ces familles.
2. Comment les animaux produisent-ils des sons musicaux? Jumelez des images d'animaux avec des images d'instruments qui produisent des sons similaires.
3. Construisez un instrument de musique qui joue au moins sept notes.
4. Apprenez à jouer une chanson simple sur votre instrument.
5. Concevez un autre instrument à l'aide de matériaux que vous trouvez dans la nature, comme un sifflet de saule.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Lisez un roman de science-fiction, par exemple *De la Terre à la Lune* de Jules Vernes, ou la suite, *Autour de la Lune*. Le voyage dans l'espace est-il bien décrit?
- Visitez un centre des sciences, un planétarium ou un autre centre lié aux sciences.
- De combien de façons différentes l'électricité peut-elle être générée? De quelle façon l'électricité est-elle nécessaire? Quel est l'effet d'une panne d'électricité? Comment pouvez-vous vous préparer en conséquence? Générez votre propre électricité. Comment pouvez-vous utiliser un vélo pour générer de l'électricité?
- Observez au moins 20 différentes espèces d'insectes. Combien d'insectes pouvez-vous identifier? Comment consigneriez-vous vos découvertes? Quel rôle jouent les insectes?
- Faites pousser une plante à l'aide de graines, de racines, de tubercules ou de greffes. Comment consignerez-vous vos expériences et vos résultats? Essayez de la terre, de l'engrais et de l'arrosage.
- Choisissez une rumeur et démentez-la. Vous pouvez par exemple découvrir ce qui arrive lorsque vous placez un bonbon dans une boisson gazeuse.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours de la **Piste Cabot** (Expression artistique) et du **Fleuve Mackenzie** (Plein air et environnement) pour préparer une aventure qui se rapporte aux sciences que vous aimeriez vivre par vous-même.

Espace



Objectif : Je découvrirai l'environnement et la nature, effectuerai des recherches ou pratiquerai des loisirs qui se rapportent à l'espace.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui se rapporte à un aspect environnemental ou à un loisir
- vivre une activité de plein air ou de recherche

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Créez votre propre station spatiale

1. Avez-vous déjà imaginé à quoi ressemblerait la vie sur une autre planète? Lisez une histoire ou regardez un film à ce sujet.
2. Utilisez un télescope pendant une nuit claire ou visitez un planétarium pour observer les étoiles. Quels endroits dans notre système solaire pourraient accommoder une station spatiale?
3. Concevez une station spatiale sur la terre ferme dans notre système solaire (sur la lune, sur Mars, un astéroïde, etc.). Dessinez-la sur papier ou à l'ordinateur.
4. Construisez un modèle de votre station spatiale qui comprend le paysage lunaire.
5. Montrez votre modèle à une colonie de castors ou à une meute de louveteaux, puis dirigez un jeu lié à l'espace.

Idée d'aventure n° 2 : Trois, deux, un... Décollons!

1. Renseignez-vous sur la construction de modèles de fusées. Qui vend les trousseaux? Avez-vous besoin d'un permis pour acheter les moteurs? Quelles trousseaux sont offertes? Lesquelles seraient un bon défi pour vous?
2. Si vous n'avez jamais construit de fusée, commencez par une trousse plus petite, puis essayez une trousse plus difficile.
3. Construisez votre fusée. Quel matériau est nécessaire pour faire en sorte que le vol de votre fusée soit optimal?
4. Lancez votre fusée. Comment déterminerez-vous la hauteur de son vol?
5. Retrouvez la fusée et examinez-la. Que pouvez-vous déduire de son vol?

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Construisez un rover. Visitez un magasin scout pour emprunter la trousse de robotique des STIM. Suivez les instructions de la trousse. Que peut vous apprendre ce rover? Comment de tels appareils ont-ils été utilisés dans l'espace?
- Construisez et faites fonctionner un véhicule solaire. Comment un tel véhicule pourrait-il être utile sur une autre planète?
- Faites de l'observation d'étoiles. Vous pourriez communiquer avec un centre des sciences ou une université pour avoir accès à un bon télescope et demandez à un expert de vous aider.
- Construisez un modèle à l'échelle d'un autre système solaire.
- Fabriquez des cartes de collection sur vos pionniers de l'espace préférés. Ajoutez des images à l'avant et de l'information à l'arrière des cartes. Créez un jeu pour les cartes.
- Si des êtres d'une autre planète arrivaient sur la terre, seraient-ils accueillis paisiblement ou seraient-ils plutôt emprisonnés ou tués? Animez un débat à ce sujet pour votre patrouille ou votre troupe.
- Que faut-il faire pour devenir astronaute? Découvrez l'Agence spatiale canadienne, la NASA et d'autres agences spatiales. Découvrez les astronautes canadiens qui ont été en espace et comment ils ont été choisis.
- Découvrez certains mystères de l'univers, comme la matière noire ou l'énergie sombre.
- Pendant près d'un mois, suivez une mission spatiale en recueillant des renseignements, des articles de journaux, des photos, etc. Utilisez-les pour créer une histoire sur la mission.
- Comment les jumelles et les télescopes fonctionnent-ils? Quels télescopes peuvent voir loin dans l'espace? Quelles nouvelles découvertes pourraient faire en sorte que les télescopes voient encore plus loin dans l'espace?
- La vie sur Mars ou sur une autre planète est-elle envisageable? Comment pouvons-nous savoir si une autre planète est habitable?
- Quel est l'effet de la lune sur la terre et les océans? Quelle expérience pourriez-vous réaliser pour démontrer ces effets? Consultez une carte de la surface de la lune.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Fleuve Mackenzie** (Plein air et environnement) et de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure qui se rapporte à l'espace que vous aimeriez vivre par vous-même.

Activités physiques d'été



Objectif : Je ferai des activités physiques d'été saines.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être vivre une aventure qui :

- inclut de l'activité physique
- prend en compte la santé mentale et physique
- inclut des aliments sains

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Partez en randonnée!

1. Pensez aux endroits où vous avez déjà fait de la randonnée. Fixez-vous de nouveaux objectifs de randonnée et explorez de nouveaux terrains et endroits.
2. Comment la randonnée vous aide-t-elle à demeurer en bonne forme physique, mentale et spirituelle? Créez une affiche ou un diaporama pour faire part de vos pensées sur les avantages de la randonnée.
3. Quels sont les meilleurs aliments pour la randonnée? Quels aliments conviendraient mieux à certains types de randonnées? Si vous ne l'avez jamais essayé, pourquoi ne pas déshydrater des aliments pour votre randonnée?
4. Incorporez un défi unique à votre randonnée. Si votre randonnée dure plus d'une journée, campez sous une bâche ou dans un hamac de camping. Si votre randonnée dure une journée, planifiez un trajet sécuritaire qui ne suit pas un sentier balisé. Trouvez votre trajet à l'aide d'une carte ou d'un compas, ou en suivant la rive d'une rivière ou d'un lac.
5. Documentez vos randonnées l'aide de photos, d'histoires ou de dessins, et montrez-les à votre famille ou à votre patrouille.

Idée d'aventure n° 2 : À vos vélos!

1. Nettoyez votre vélo, et préparez-le pour l'été. Si vous ne savez pas comment effectuer ces tâches, demandez à quelqu'un qui peut vous les enseigner. Quelles sont les lois et les exigences locales pour les vélos?
2. On peut faire du cyclisme pour s'amuser ou pour faire de la course, et les vélos sont un bon moyen de transport pour ceux qui ne peuvent pas se déplacer autrement ou qui n'ont pas de

voiture. Découvrez les bienfaits du cyclisme pour votre bien-être mental et spirituel. Réalisez une vidéo ou créez une affiche ou un diaporama pour montrer vos pensées.

3. Savez-vous comment réparer un pneu de vélo crevé? Enlevez le pneu et changez-le. Montrez votre technique à vos amis ou à votre patrouille.
4. Organisez une randonnée à vélo pour votre famille ou votre patrouille à l'aide de la méthode planification-action-révision. Prenez compte des mesures de sécurité et des compétences en vélo différentes. Préparez une collation nutritive facile à transporter pour le groupe.
5. Proposez à vos amis ou à votre famille de vérifier la sécurité de leurs vélos.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Inventez un jeu de ballon de groupe. Pensez aux divers jeux de ballon qui se jouaient à travers les siècles. Quelles étaient les règles? Pourquoi jouait-on à ces jeux?
- Entraînez-vous dans le but de participer à un triathlon pour enfants. Fixez-vous des objectifs pour chacune des épreuves.
- Comment les enfants canadiens se divertissaient-ils pendant l'été il y a de cela 100 ans lorsqu'il n'y avait pas de piscines, d'équipes de sport organisé ou d'installations récréatives? Apprenez certains des jeux que pratiquaient les générations précédentes et enseignez-les à vos amis ou à votre troupe.
- Travaillez avec un entraîneur pour connaître les meilleurs étirements et exercices pour le sport que vous pratiquez.
- Savez-vous jouer au golf? Apprenez à jouer avec l'aide d'un adulte ou d'un entraîneur, ou dans le cadre d'un camp d'été ou au sein d'un petit groupe. Consignez vos expériences et vos résultats.
- Développez vos compétences au tir à l'arc. Quel équipement de tir à l'arc différent peut être utilisé? Quelles sont des astuces pour bien tirer? Quelles sont les mesures de sécurité essentielles? Pourquoi faire du tir à l'arc sans flèche endommage-t-il l'arc?
- Fixez-vous un objectif d'une distance à parcourir à la course ou en vélo pendant l'été. Par exemple, vous pourriez courir la même distance qui sépare Calgary et Edmonton ou faire en vélo la distance qui sépare Ottawa et Montréal.
- Nous aimons tous la nourriture. Quels sont les meilleurs aliments pour l'activité physique d'été?

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Bruce** (Style de vie sain et actif) pour préparer une aventure physique d'été que vous aimeriez vivre par vous-même.

Technologie



Objectif : Je découvrirai comment être un membre actif qui participe au monde technologique.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui utilise la technologie pour démontrer la loi scout
- vivre une aventure qui vous permet de réfléchir à l'éthique de l'utilisation de la technologie ainsi qu'à son développement
- vivre une aventure qui vous permet de concevoir votre propre technologie

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : L'utilisation d'applications

1. Combien d'applications avez-vous sur votre téléphone? Combien d'entre elles utilisez-vous régulièrement? Lesquelles sont les plus utiles? Pourquoi? Lesquelles constituent de mauvaises habitudes? Supprimez-les.
2. Comment effectuons-nous certaines tâches avant l'utilisation d'applications? Les applications gagnent-elles réellement du temps? Choisissez une ou deux applications et déterminez si la même tâche peut s'effectuer plus rapidement en utilisant la vieille méthode.
3. Quelles applications se prêtent à l'intimidation? Pourquoi les gens aiment-ils utiliser ces applications? Quels changements pourraient être apportés à ces applications afin de rendre l'intimidation moins propice? Faites part de vos suggestions au créateur d'une de ces applications.
4. Quels problèmes ou enjeux pourraient être facilités à l'aide d'une application? Concevez une application qui aborderait le problème.
5. Trouvez plusieurs applications qui pourraient servir à votre patrouille ou à votre troupe. Montrez-les à votre patrouille ou à votre troupe. Essayez-les pendant votre prochaine aventure, ainsi que lors de sa planification et sa révision.

Idée d'aventure n° 2 : Réduisez, réutilisez et recyclez la technologie moderne

1. Réduisez : Réorganisez la technologie qu'utilise votre famille. Déterminez quels articles ne sont plus utilisés et déterminez si certains d'entre eux peuvent être réutilisés ou recyclés.

2. Réutilisez : Quels articles qui ne remplissent plus leur fonction originale peuvent être utilisés différemment ou peuvent être donnés à une organisation qui les remettra à neuf?
3. Recyclez : Encouragez votre troupe à recycler leurs appareils électroniques. Organisez une collecte d'appareils électroniques usagés et trouvez comment les appareils peuvent être recyclés.
4. Faites la promotion de vos efforts pour montrer l'exemple aux autres. Réalisez une vidéo de conseils utiles et publiez-la sur le site Web de votre troupe.
5. La technologie peut être bénéfique tout comme nuisible pour l'environnement. Animez un débat pour votre troupe qui explorera les avantages et les désavantages de la technologie en ce qui concerne ses effets sur l'environnement.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Trouvez cinq troupes au Canada qui ont un site Web et envoyez-leur un courriel expliquant que vous visez l'obtention du badge de la technologie. Invitez-les à envoyer une salutation à votre troupe.
- Si votre troupe n'a pas de site Web, créez-en un. Discutez avec votre troupe ou votre groupe de ce que votre site devrait inclure. Si votre troupe a déjà un site, apportez-y une contribution.
- Prenez des photos à l'aide d'une caméra numérique de votre troupe lors d'une sortie. Obtenez premièrement leur permission. Créez une présentation en utilisant ces photos et en ajoutant des sous-titres (et si possible des effets sonores) qui pourrait être visionnée lors d'une soirée de parents ou d'une activité de liaison avec une meute de louveteaux.
- Servez-vous d'un programme d'infographie pour concevoir un logo pour votre patrouille ou votre troupe.
- Réalisez une vidéo qui sensibilise les gens au sujet de la sécurité en ligne et qui enseigne aux jeunes et aux adultes de protéger leur identité et leur vie privée sur Internet. Publiez la vidéo sur le site Web de votre troupe ou sur YouTube.
- La technologie s'est développée rapidement depuis les trente dernières années. Quels types d'ordinateurs et d'appareils pourraient exister dans trente ans? Dessinez vos idées et montrez-les à votre patrouille ou à votre troupe.
- Créez votre propre programme d'ordinateur ou application. Si vous ne savez pas comment faire du codage, dessinez l'interface (ce qui apparaît à l'écran). Présentez votre idée à votre patrouille ou à votre troupe.
- Apprenez à faire de la programmation. Vous pouvez consulter des sites Internet pour vous aider.
- Construisez un rover. Visitez un magasin scout pour emprunter la trousse de robotique des STIM. Suivez les instructions de la trousse.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Rideau** (Citoyenneté), du **Sentier des tuniques rouges** (Leadership) et du **Sentier de la Côte-Ouest** (Croyances et valeurs) pour préparer une aventure que vous aimeriez vivre par vous-même.

Eau



Objectif : Je découvrirai l'environnement et la nature, effectuerai des recherches ou pratiquerai des loisirs qui se rapportent à l'air.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui se rapporte à un aspect environnemental ou à un loisir
- vivre une activité de plein air ou de recherche

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Faites du canoë ou une randonnée sur une voie d'eau historique

1. Apprenez-en plus au sujet d'une voie d'eau historique dans votre région et planifiez une sortie de canoë ou une randonnée pour votre patrouille. Parlez de l'histoire de la voie d'eau lors de votre sortie.
2. Incorporez un défi qui cadre avec l'histoire de votre route. Par exemple, les Premières nations et les explorateurs européens préparaient leurs repas par-dessus des feux de camp et non sur des réchauds de camping. Si vous faites une aventure de plus d'une journée, préparez vos repas sans utiliser de réchauds de camping.
3. Comment la voie d'eau constitue-t-elle une source de nourriture et un moyen de transport? Identifiez des plantes sauvages comestibles pendant votre sortie et goûtez-y. Apportez de l'équipement de pêche et essayez d'attraper un poisson. Soyez prudents; mangez seulement ce qui est comestible.
4. Découvrez les enjeux environnementaux que doit affronter cette voie d'eau. Trouvez une façon que vous pourriez aider l'environnement, par exemple en ramassant des déchets.
5. Tenez un journal de votre parcours. Vous pourriez prendre des photos, filmer des photos, prendre des notes, etc.

Idée d'aventure n° 2 : La meilleure pagaie de canoë

1. Pourquoi les pagaies de canoë ont-elles cette forme? Découvrez quelles sont les différentes formes de pagaies et essayez-en quelques-unes. Quelle est votre forme préférée?
2. Quelles pagaies sont utilisées pour d'autres activités aquatiques? En quoi les pagaies de kayak, de canoë et de bateau d'aviron sont-elles différentes? Essayez ces différentes pagaies. Laquelle préférez-vous?
3. Essayez des pagaies de matériaux différents. Pensez aux avantages et aux désavantages de chaque pagaie.

4. Créez votre propre pagaie à l'aide d'une trousse ou d'autres matériaux.
5. À quoi peuvent servir de vieilles pagaies? Trouvez une vieille pagaie et réutilisez-la pour créer un nouvel objet.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- L'or a toujours su fasciner, et a enrichi bien des gens. De l'or a-t-il été extrait des étendues d'eau de votre région? Apprenez des techniques d'extraction d'or et essayez-les à un endroit sécuritaire.
- Découvrez un projet lié au milieu de vie des poissons, comme l'aménagement ou le nettoyage de berges de cours d'eau, et participez au projet.
- Êtes-vous déjà allé à la pêche? Découvrez les vêtements et l'équipement de pêche. Planifiez et effectuez une sortie de pêche. Apprenez à vider et à cuire un poisson. Avez-vous besoin d'un permis de pêche? La pêche avec remise à l'eau se pratique-t-elle pour certaines espèces dans votre région?
- Choisissez une étendue d'eau à proximité. Observez les plantes et les animaux qui s'y trouvent. Quelles activités humaines peuvent avoir un effet sur ces organismes? Tenez un registre détaillé. Si possible, prenez des photos ou filmez des vidéos.
- Découvrez quelles catastrophes naturelles qui se rapportent à l'eau pourrait se produire dans votre région et au Canada, comme les inondations ou les tsunamis. Élaborez un plan d'urgence.
- Élevez des poissons et des plantes en santé dans un aquarium.
- Renseignez-vous sur différentes technologies de gilets de sauvetage. Concevez et fabriquez un gilet de sauvetage.
- Concevez et construisez un bateau, comme une voile, un canoë ou un kayak.
- Organisez des courses de radeaux. Décidez quels matériaux chaque équipe utilisera, puis construisez votre radeau.
- Baignez-vous dans autant d'étendues d'eau que possible cet été, tout en veillant à votre sécurité.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Fleuve Mackenzie** (Plein air et environnement) et de la **Piste Cabot** (Expression artistique) pour préparer une aventure qui se rapporte à l'eau que vous aimeriez vivre par vous-même.

Activités physiques d'hiver



Objectif : Je ferai des activités physiques d'hiver saines.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être vivre une aventure qui :

- inclut de l'activité physique
- prend en compte la santé mentale et physique
- inclut des aliments sains

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Records personnels pour des activités extérieures

1. Êtes-vous essoufflé après la glissade sur une colline ou lorsque vous façonnez un bonhomme de neige? Plusieurs activités d'hiver constituent d'excellents exercices. Quelles activités hivernales aimez-vous pratiquer?
2. Fixez-vous des objectifs pour vos activités préférées. Quelle sera la hauteur de votre bonhomme de neige? Quelle sera la distance de votre coup de patin? Combien de boules de neige lancerez-vous sur une cible? Quels sont certains des records pour ces activités?
3. Que devrez-vous garder en tête en ce qui concerne la température, la sécurité et les vêtements et l'équipement nécessaire? Relèverez-vous ces défis seul ou en équipe? Si vous choisissez d'être seul, demandez à un ami ou à un membre de famille de vous superviser.
4. C'est l'heure de relever ces défis. Demandez à un ami ou à un membre de famille de filmer une vidéo ou de prendre des photos de vos aventures.
5. Créez une présentation de vos records personnels pour ces activités. Quels sont les avantages de ces activités amusantes? Comment ont-elles aidé votre état mental, émotionnel et physique?

Idée d'aventure n° 2 : La baignade des ours polaires

1. Vous avez sûrement déjà nagé à l'extérieur pendant le printemps, l'été et l'automne, mais avez-vous déjà nagé dehors pendant l'hiver? Prenez part à un événement qui prend compte des risques associés à la baignade pendant l'hiver.

2. Les baignades d'hiver sont souvent des événements organisés par des œuvres de charité. Si vous participez à un événement organisé par une œuvre de charité, amassez des dons pour aider l'œuvre de charité et pour vous motiver lorsqu'il sera l'heure de plonger dans l'eau froide!
3. Les organisateurs de votre baignade d'hiver devraient respecter un bon plan de sécurité. Réfléchissez aux mesures à prendre si vous tombez accidentellement dans l'eau froide. Présentez une mise en situation à votre patrouille afin de mettre en pratique les mesures de sécurité qu'il faut prendre.
4. Comment vous réchaufferez-vous après votre baignade? Organisez une activité qui suivra la baignade pour d'autres participants (comme votre patrouille). Vous pourriez déguster du chocolat chaud ou rencontrer votre patrouille à un café local.
5. Faites part de votre expérience et de vos nouvelles connaissances de façon amusante.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Pratiquez un nouveau sport d'hiver intérieur ou extérieur, comme le hockey, le curling, la ringuette, le ski, le patinage ou la planche à neige.
- Organisez une sortie de raquette pour votre meute ou votre troupe.
- Le ski alpin, le ski de fond et la planche à neige exigent tous du fart particulier. Comment pouvez-vous consigner vos découvertes? Quels autres conseils sur l'entretien de cet équipement pouvez-vous suivre?
- Présentez un sport d'hiver à un nouvel arrivant au pays.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Bruce** (Style de vie sain et actif) pour préparer une aventure physique d'hiver que vous aimeriez vivre par vous-même.

Monde



Objectif : Je découvrirai comment être un citoyen serviable qui fait une différence dans le monde.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être :

- vivre une aventure qui vous permet de mieux connaître et de prendre part à votre gouvernement municipal, provincial ou national
- vivre une aventure qui rend service à la communauté
- vivre une aventure qui démontre la promesse ou la loi scout

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Pensez aux enjeux à l'échelle locale et agissez à l'échelle mondiale

1. Dressez une liste des enjeux mondiaux que vous tenez à cœur et choisissez-en un. Découvrez une personne qui fait une différence positive concernant cet enjeu. Communiquez avec l'organisation et impliquez-vous.
2. Donnez un coup de main à votre cause. Avec votre patrouille, organisez une campagne de financement, comme une vente de pâtisseries, un barbecue ou une collecte de bouteilles. Donnez l'argent amassé à l'œuvre de charité de votre choix.
3. Tenez un journal de votre expérience. Réunissez-vous dans votre patrouille et dites à votre troupe ce que vous avez fait pour la cause et pourquoi vous étiez motivés d'offrir votre aide. Vous pourriez jouer une pièce ou une chanson, ou montrer un diaporama ou une vidéo.
4. Pensez aux enjeux à l'échelle locale. Quel est le lien entre cet enjeu mondial et votre communauté? La famine est un problème dans d'autres pays, mais des gens souffrent aussi de faim dans nos communautés. Trouvez une façon d'avoir un effet positif dans votre communauté. Demandez l'aide de votre patrouille.
5. Trouvez une façon créative de faire part de vos nouvelles connaissances. Comment pouvez-vous encourager d'autres à suivre votre exemple?

Idée d'aventure n° 2 : Autour du monde en cinq plats

1. D'où viennent les aliments qu'aime votre famille? Quels aliments qui proviennent d'origines ethniques différentes avez-vous toujours voulu goûter ou préparer? Dressez une liste des aliments que vous aimeriez goûter ou apprendre à cuisiner. Trouvez des recettes et essayez-les.
2. Planifiez et préparez un repas pour votre famille ou votre patrouille et faites le tour du monde en cinq plats. Vous pourriez par exemple préparer une salade des Caraïbes, un apéro péruvien, un plat principal sud-africain, un dessert pakistanais et un plat de fromages néerlandais. Ajoutez des aliments que vous avez toujours voulu goûter.
3. Visitez un restaurant, un marché ou un voisin qui peut vous aider à mieux connaître les aliments que vous voulez ajouter à votre repas.
4. Préparez et servez votre repas « autour du monde ». À l'arrivée de chaque plat, racontez des faits intéressants sur le pays d'origine du plat.
5. Imaginez faire une épicerie au Canada après avoir immigré au pays. Quels aliments seraient difficiles à trouver? Visitez une banque alimentaire et découvrez quels aliments sont souvent demandés, mais qui ne sont pas toujours offerts.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Visitez un site de patrimoine mondial de l'UNESCO. Discutez de votre expérience avec votre patrouille ou votre troupe.
- Où se tiendra le prochain Jamboree scout mondial? Planifiez de vous y rendre et incorporez ces préparations à votre aventure du badge du monde.
- Invitez une personne qui a assisté à un Jamboree dans un autre pays à discuter de son expérience avec votre troupe.
- Participez au programme des Messagers de la paix. Consultez le site Web de Scouts Canada pour plus de détails.
- Découvrez un projet SCOUTSinternational qui vous intéresse, et participez au projet. Consultez le site Web de Scouts Canada pour plus de détails.
- Participez avec votre troupe à un programme de correspondance. Inscrivez votre troupe sur le site Web SCOUTSinternational et gérez le programme de correspondance pour votre troupe.
- Apprenez des phrases dans une langue que vous ne parlez pas qui vous seraient utiles si vous voyagiez dans un pays où l'on parle cette langue.
- Vérifiez le pays d'origine des aliments et des matériaux que vous utilisez chez vous au cours une semaine. Repérez ces pays sur une carte.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Rideau** (Citoyenneté), du **Sentier des tuniques rouges** (Leadership) et du **Sentier de la Côte-Ouest** (Croyances et valeurs) pour préparer une aventure que vous aimeriez vivre par vous-même.

Activités physiques quatre saisons



Objectif : Je prendrai part à des activités physiques saines toute l'année.

Lorsque vous planifiez votre aventure, vous voudrez peut-être vivre une aventure qui :

- inclut de l'activité physique
- prend en compte la santé mentale et physique
- inclut des aliments sains

Voici quelques idées pour vous aider à planifier vos aventures :

Idée d'aventure n° 1 : Entraînez-vous comme un athlète qui participe aux Jeux olympiques d'hiver

1. Choisissez-une des épreuves des Jeux olympiques d'hiver et essayez-la. Si vous pratiquez déjà ce sport, visez comme objectif de développer vos compétences. Vous pouvez adapter le sport pour qu'il convienne à la saison.
2. Les Olympiens doivent s'entraîner toute l'année, et pas seulement lorsqu'il fait froid et qu'il y a de la neige sur le sol. Découvrez comment des athlètes canadiens s'entraînent toute l'année et essayez certaines de leurs techniques.
3. Tenez un journal de votre expérience et mesurez vos progrès.
4. Comment les Olympiens se préparent-ils mentalement avant une compétition? Comment demeurent-ils concentrés sur leurs buts malgré les obstacles, les défaites et les blessures? Pratiquez ces exercices mentaux et découvrez comment ils peuvent vous aider dans votre sport.
5. De quoi se nourrissent les Olympiens avant une compétition? Comment modifient-ils leurs aliments en fonction de la saison? Comment la recherche a-t-elle eu un effet sur les aliments qu'ils mangent? Préparez une collation ou un repas sain qu'un athlète qui s'entraîne pour les Olympiques pourrait manger.

Idée d'aventure n° 2 : Soyez actif pendant toutes les saisons

1. Choisissez avec votre famille un sport ou une activité que vous pouvez pratiquer ensemble toutes les saisons, et suivez une routine. Vous pourriez aussi être seul.
2. Prenez des photos ou filmez des vidéos de l'activité familiale et créez un album de votre expérience.
3. Répondez à un sondage sur la santé mentale. Demandez aux membres de famille qui participent à l'activité d'y répondre. Répondez de nouveau au sondage après avoir pratiqué l'activité pendant un certain temps. Votre santé mentale s'est-elle améliorée?
4. Préparez une nouvelle recette saine pour votre famille. Pourquoi est-ce une bonne recette saisonnière nutritive?
5. Célébrez votre style de vie actif en visionnant un diaporama ou des films pendant une soirée familiale. Racontez des histoires et dégustez des collations saines.

D'autres idées! Servez-vous de ces idées pour diviser votre aventure en cinq parties.

- Choisissez un sport ou une activité que vous pouvez pratiquer toute l'année. Mesurez vos progrès.
- Quelle compétence aimeriez-vous améliorer dans un sport que vous pratiquez déjà? Fixez-vous des objectifs annuels. Qui peut vous aider à atteindre vos buts?
- Choisissez un sport d'été ou d'hiver, adaptez-le afin qu'il puisse être pratiqué toutes les saisons et essayez-le. Comment d'autres personnes ont-elles adapté ce sport?
- Organisez un défilé de mode. Quels vêtements conviennent le mieux aux activités physiques saisonnières? Créez un diaporama ou invitez votre troupe à participer à votre défilé.
- Travaillez avec un entraîneur et découvrez quelles sont les meilleures pratiques en ce qui concerne les étirements avant et après l'activité physique.
- Choisissez un sport ou une activité physique que vous pouvez pratiquer toutes les saisons. Quelles sont les blessures les plus courantes? Quels sont les risques? Par exemple, l'hypothermie et le glissement sur la glace constituent des risques pendant l'hiver, et les coups de chaleur et les crampes sont des risques pendant l'été. Apprenez à prévenir et à soigner ces blessures.

Besoin de plus d'idées? Consultez les fiches de parcours du **Sentier Bruce** (Style de vie sain et actif) pour préparer une aventure physique qui convient toutes les saisons que vous aimeriez vivre par vous-même.