

Planification :

- Quelles sont vos collations de randonnée préférées? Comment ajouter un peu de piquant à l'une d'entre elles?
- Quand irez-vous en randonnée? Quand préparerez-vous les collations?
- Où trouverez-vous les ingrédients?
- Quel genre de sortie avez-vous prévue? Partirez-vous en raquette? Marcherez-vous en montagne? À quelles conditions météo vous attendez-vous? Comment cela influencera-t-il ce que vous préparez?

Action :

- Dégustez vos collations pendant une randonnée.

Révision :

- Qu'avez-vous appris de nouveau?
- Quelle collation avez-vous préférée et pourquoi?
- Doit-on adapter ses collations au type de randonnée?
- Que feriez-vous différemment, la prochaine fois?
- Que pouvez-vous faire pour ajouter à cette expérience?

Conseils de sécurité :

Y a-t-il des allergies alimentaires dans votre patrouille? On retrouve souvent des noix dans les collations de randonnée, mais de plus en plus de personnes y sont allergiques. Comment faire pour vous assurer que tout le monde puisse savourer sans craintes vos collations?

Ressources en ligne :

- [Pain Hudson Bay \(en anglais\)](#)
- [À vos collations, prêts, marchez!](#)
- [Faire son propre jerky](#)

Sentiercanadien.ca

Les meilleures collations de randonnée au monde

FLEUVE MACKENZIE
Plein air et environnement

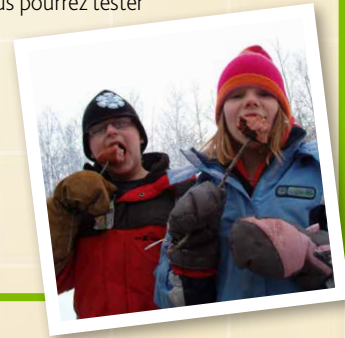


L'aventure :

Préparez de délicieuses collations de randonnée pour vos excursions. Si votre patrouille se sépare en paires ou en petits groupes pour préparer différentes collations, vous pourrez tester différents mélanges délicieux. Sucrée, salée, sure ou épicée — et pourquoi pas toutes ces saveurs en même temps?

Créez des collations faciles à emporter et encore plus faciles à dévorer! Vos collations devraient être riches en calories. Si vous avez un petit creux pendant une randonnée, c'est sûrement que vous avez besoin d'un regain d'énergie.

Alors, de quoi raffolez-vous en randonnée?



Tout commence avec les Scouts.

S-11



Planification :

- Quelles sont vos collations de randonnée préférées? Comment ajouter un peu de piquant à l'une d'entre elles?
- Quand irez-vous en randonnée? Quand préparerez-vous les collations?
- Où trouverez-vous les ingrédients?
- Quel genre de sortie avez-vous prévue? Partirez-vous en raquette? Marcherez-vous en montagne? À quelles conditions météo vous attendez-vous? Comment cela influencera-t-il ce que vous préparez?

Action :

- Dégustez vos collations pendant une randonnée.

Révision :

- Qu'avez-vous appris de nouveau?
- Quelle collation avez-vous préférée et pourquoi?
- Doit-on adapter ses collations au type de randonnée?
- Que feriez-vous différemment, la prochaine fois?
- Que pouvez-vous faire pour ajouter à cette expérience?

Conseils de sécurité :

Y a-t-il des allergies alimentaires dans votre patrouille? On retrouve souvent des noix dans les collations de randonnée, mais de plus en plus de personnes y sont allergiques. Comment faire pour vous assurer que tout le monde puisse savourer sans craintes vos collations?

Ressources en ligne :

- [Pain Hudson Bay \(en anglais\)](#)
- [À vos collations, prêts, marchez!](#)
- [Faire son propre jerky](#)

Sentiercanadien.ca

Les meilleures collations de randonnée au monde

FLEUVE MACKENZIE
Plein air et environnement



L'aventure :

Préparez de délicieuses collations de randonnée pour vos excursions. Si votre patrouille se sépare en paires ou en petits groupes pour préparer différentes collations, vous pourrez tester différents mélanges délicieux. Sucrée, salée, sure ou épicée — et pourquoi pas toutes ces saveurs en même temps?

Créez des collations faciles à emporter et encore plus faciles à dévorer! Vos collations devraient être riches en calories. Si vous avez un petit creux pendant une randonnée, c'est sûrement que vous avez besoin d'un regain d'énergie.

Alors, de quoi raffolez-vous en randonnée?



Tout commence avec les Scouts.

S-11

