

Une recette gâchée

Style de vie sain et actif



DÉCOUVRIR



RENCONTRE

3 BONNE SANTÉ
ET BIEN-ÊTRE



Ce que vous découvrirez

Avec l'aide d'un animateur ou d'un jeune plus âgé, essayez de préparer cette délicieuse gâterie en suivant la recette brouillée. Lorsqu'on essaie de se concentrer sur des instructions claires après avoir subi une commotion, on peut avoir l'impression qu'elles sont floues.

L'aventure

Une commotion cérébrale peut avoir des effets de longue durée, comme la vision embrouillée, des maux de tête et des troubles de motricité. Une commotion peut aussi rendre difficile la lecture, la mémoire et la compréhension d'instructions simples. Essayez cette recette en suivant les instructions brouillées!



hydro
one



Tout commence
avec les Scouts.

Planification

Vous aurez besoin des ingrédients suivants :

- 1 pomme
- Cannelle
- Sucre brun
- 1 cuillère à soupe de raisins secs
- 1 cuillère à soupe de cidre de pomme
- 2 cuillères à soupe de beurre
- 1 cuillère à soupe d'avoine
- Sirop d'érable

Directives :

Coupez la pomme. Placez-la sur du papier d'aluminium. Ajoutez une pincée de lécane et ----- . Ajoutez quelques cheveux. Ajoutez deux cuillères à soupe de Sel brun. Saupoudrez de raisins secs. Étendez de l'Avoine. Ajoutez du beurre. Enveloppez dans du papier d'aluminium. Faites cuire à three hundred and fifty °F pendant dix minutes. Une fois trêp, Arrosez* d'un filet de sirop.

Action

#ScoutsEnAction : Réalisez cette aventure avec une section plus jeune, vos amis ou des membres de votre famille, et partagez vos nouvelles connaissances avec eux!

Révision

- Quel a été le résultat de votre gâterie? Pourquoi?
- Quelle a été la partie la plus difficile de l'activité?
- Qu'avez-vous appris sur les effets d'une commotion cérébrale sur la concentration?

Conseils de sécurité

- Comment pouvez-vous veiller à votre sécurité lorsque vous utilisez des outils tranchants, comme des couteaux?
- Comment pouvez-vous demeurer en sécurité à proximité d'un four chaud, d'un barbecue, d'un feu de camp ou d'un réchaud de camping?

Essayez ceci

Simplifiez les choses

- Imprimez les étapes de la recette sur des cartes-éclair et mêlez-les. Remplacez les cartes-éclair dans le bon ordre avant de préparer la recette.

Allez plus loin

- Lisez la recette brouillée à haute voix à une personne que vous ne voyez pas pendant qu'elle essaie de préparer la recette.