



Le petit carnet qui te servira à préparer tes explos !

Les Explos

POUR

LES NULS

- ✓ Comment préparer une expo
- ✓ Comment ne pas oublier le sel
- ✓ Comment revenir tous ensemble



Nom de l'équipage :

Date de l'exploration :



Le mot des auteurs :

Si vous avez ouvert ce livre, préparez-vous à vivre une expo inoubliable. Nous voulons bien sûr parler de votre futur expo. Si tu es prêt à découvrir le monde au travers de jeux et d'activités en pleine nature, alors bienvenue dans le scoutisme.

Nous vous proposons, à travers ce livre, de réaliser une expérience hors du commun. Les Éclés qui sont déjà « vieux » de quelques années savent de quoi nous parlons.

Nous espérons que vous êtes impatient de vivre cette expo avec tout votre équipage et vos amis de l'Unité Éclés du Groupe de Metz :

VISA pour l'Aventure !



Contenu

I.	UNE EXPLORATION C'EST QUOI ?.....	5
II.	PREPARATION	7
III.	VOTRE EXPLO EST :.....	37
IV.	LA VALIDATION	38
V.	LA REALISATION.....	39
VI.	LE RETOUR D'EXPLO	44
VII.	BIBLIOGRAPHIE.....	59

I. UNE EXPLORATION C'EST QUOI ?

L'**exploration** (ou **explo**, ou **hike**) est une randonnée effectuée par un groupe de 4 à 8 jeunes à partir de 11ans en autonomie pendant 1 à 4 jours (3nuits maximum) dans le cadre d'un accueil de scoutisme. L'équipe de responsables n'est pas avec les jeunes durant l'explo, mais elle retrouve les jeunes à des rendez-vous réguliers. Les responsables reste joignable à tout moment.

Elle permet de vivre une réelle expérience de l'aventure et de l'autogestion où chacun, au sein de son équipage, assure une responsabilité clairement définie. Elle permet de mettre en application les compétences acquises avant et pendant le camp. L'Explo est propre au Scoutisme et aux Eclés (pas d'Explo pour les Louveteaux).

Tout seul ! Ça c'est cool ! Oui mais...

L'Explo est **organisée** en réunissant toutes les conditions de sécurité pour l'ensemble des participants.

Il faut donc respecter les règles suivantes :

- ✧ Tous les Eclés doivent avoir au moins 11 ans et l'autorisation écrite des parents (dans le cadre de l'inscription au camp par exemple).
- ✧ Les lieux de couchage doivent être si possible trouvés avant de partir ainsi que les lieux d'approvisionnements en alimentation (avec leurs horaires et jours d'ouverture). L'équipage reçoit, si nécessaire, une somme d'argent en conséquence.
- ✧ Le responsable de camp donne l'autorisation de départ après vérification des conditions de préparation, d'organisation et de déroulement, en particulier l'itinéraire, les lieux de couchage, les repas et les activités prévus.
- ✧ Les Eclés doivent pouvoir joindre facilement un responsable.

L'Explo est tout à la fois : une enquête, une aventure d'équipage et l'occasion d'exercer des responsabilités. **Elle s'appuie sur la motivation, la préparation et la confiance réciproque avec les responsables.**

II. PREPARATION

Vos respons on dit que si vous voulez vous pouvez partir en expo ? Alors c'est le moment de monter un projet.

1. Le projet :

But / Projet :

Départ le..... à

Retour le.....à.....

2. Composition de l'équipage

1	Coordinateur d'équipage	
2	Responsable du matériel	
3	Secouriste	
4	Intendant	
5	Trésorier	
6	Secrétaire	
7		
8		

3. Le coordinateur d'équipage

Le (la) CE :

- est garant(e) avec le Responsable de camp de la bonne préparation et de la réalisation de l'explo,
- est garant(e) du respect des consignes de sécurité et des heures de rendez-vous avec les responsables,
- veille à la bonne tenue morale, physique des membres de son équipage,
- est garant(e) du respect du programme établi,
- se doit de signaler tout dysfonctionnement

La check liste

Taches	Qui fait	ok
Réserver les activités		
Trouver les lieux d'hébergement		
Visiter les lieux d'hébergement		
Faire l'itinéraire		
Mettre sur l'itinéraire les points dangereux		
Mettre sur l'itinéraire les points particuliers (couchages, repas, visite, point de ravitaillement...)		
Faire une carte supplémentaire pour les respons		

Faire les menus		
Faire les courses		
Préparer les ingrédients...		
Préparer le matos		
Faire le budget prévisionnel		
Préparer les fiches sanitaires		
Faire une trousse de secours		
Prendre les numéros de tél de secours		
Prendre les numéros de tél des contacts		
Prendre les numéros des respons		
Tout le monde à l'autorisation des parents ?		

4. Responsable du matériel

Le(la) responsable matériel :

- veille à ce que l'équipe/équipage dispose d'un matériel en bon état et adapté à la rando/Explo,
- tient l'inventaire régulier de ce matériel et sa répartition,
- vérifie que l'équipe/équipage dispose des fournitures nécessaires à la vie quotidienne (allumettes, papier WC...),
- est garant de la préparation du matériel avant l'activité et de son nettoyage/rangement en fin d'activité en signalant les pertes et dégâts éventuels aux responsables.

Informations importantes pour préparer le matériel :

Pour partir en Explo, il n'est pas nécessaire d'emporter tout le matériel et toutes les affaires personnelles dont on peut disposer au camp. L'idéal est d'avoir un sac à dos moyen (60 litres par exemple) dans lequel chacun rangera ses affaires personnelles ainsi que le matériel collectif et les denrées alimentaires à répartir.

5. Secouriste

Le(la) secouriste :

- gère la trousse de secours de l'équipage au cours de la rando/Explo, son entretien et son réassortiment,
- assure les gestes de première urgence auprès de ses coéquipiers,
- donne des conseils de bon sens liés aux activités (rando...)

Au cours de l'Explo, plusieurs petits incidents peuvent surgir, vous pouvez aussi être témoin d'un accident. La première chose à faire, c'est de garder son sang-froid. Procédez ensuite à une rapide évaluation de la situation. En principe, vous avez déjà appris comment réagir dans ces situations. Et n'oubliez pas d'informer les responsables, même si l'incident vous semble sans aucune gravité.

Numéro :

Responsable à joindre :

Responsable à joindre n°2 :

Police : 17 ou

Pompier : 18 ou

Numéro de secours : 112

**J'ai bien les fiches sanitaires complètes de chaque membre
de l'équipage : OUI - NON**

<u>La trousse de secours :</u>	Usage	Vérification
Une paire de ciseaux	Pour couper le sparadrap, les pansements.	
Une pince à échardes	Pour retirer une écharde. A désinfecter avant usage puis désinfecter ensuite la plaie.	
Des compresses		
Des doses de désinfectant à usage unique	Une plaie à désinfecter.	
Des pansements adhésifs prédécoupés ou des plaques de Sparaplaie® à découper au bon format ou un rouleau de sparadrap et des compresses stériles	Pour protéger une plaie. Les pansements se remplacent régulièrement. Montrez la plaie à l'assistant sanitaire du camp dès que possible.	
Une ou deux bandes élastiques	Pour immobiliser une contracture musculaire ou une entorse.	
Quelques pansements « seconde peau »	Pour les ampoules. Nettoyer avant de poser le pansement.	
Gants à usage unique	Se protéger.	
Un petit sac en plastique	Pour les pansements usagés, les compresses sales...	
Le tout dans une petite trousse de taille adaptée		

6. Intendant

L'intendant(e) :

- est garant de la qualité des repas servis durant la rando/Explo même si ce n'est pas lui le seul cuisinier,
- élabore et propose les menus,
- liste les quantités nécessaires,
- gère le stock des ingrédients de base de l'équipage,
- adapte les repas aux conditions de la rando/Explo (matériel disponible, saison...).

Prénom	Régime	Possible	Pas possible

JOUR 1

Repas	Menu	Liste des ingrédients	Quantité
Petit déj			
Gouter			
Déjeuner			
Gouter			
Diner			

On a déjà	A acheter	Vérifications	Observations

JOUR 2

Repas	Menu	Liste des ingrédients	Quantité
Petit déj			
Gouter			
Déjeuner			
Gouter			
Diner			

On a déjà	A acheter	Vérifications	Observations

Jour 3

Repas	Menu	Liste des ingrédients	Quantité
Petit déj			
Gouter			
Déjeuner			
Gouter			
Diner			

On a déjà	A acheter	Vérfications	Observations

Jour 4

Repas	Menu	Liste des ingrédients	Quantité
Petit déj			
Gouter			
Déjeuner			
Gouter			
Diner			

On a déjà	A acheter	Vérfications	Observations

Les produits et ingrédients à prendre :

Ingrédients / Produits	Préparer	Vérification

7. Trésorier

Le(la) trésorier(ère) :

- élabore le budget nécessaire à la rando/Explo avec le Responsable du camp,
- est responsable de la « caisse » pour la rando/Explo,
- tient les comptes à jour, les transmet en fin d'activité au Responsable du camp.

Le budget prévisionnel :

Il est établi par le trésorier une fois que l'équipe a fait ses choix (activités...) et qu'il a estimé certains postes de dépenses (après conseil du Responsable de camp ou demande de renseignements auprès des fournisseurs et des prestataires).

Les dépenses (charges) prévues	Bases de calcul	Montant
Alimentation		
Transports		
Hébergements		
Activités		
Autres dépenses prévues		
	Total des dépenses	

Les recettes (produits) prévues	Bases de calcul	Montant
Dotation du budget		
Autofinancement		
Autres recettes prévues		
	Total des recettes	

8. Secrétaire

Le(la) secrétaire :

- est responsable du cahier de l'équipage (prise de notes...) et/ou du livre de bord,
- réalise le memento de l'équipe/équipage (adresses et méls) des membres de l'équipage et des responsables,
- recherche la documentation nécessaire à la rando/Explo
- assure la diffusion des informations après la rando/Explo : articles sur le site Internet du groupe, blog, envoi d'un article à l'Equipée ou Routes Nouvelles...

Nos contacts :

Nom / Organisme	Objet

Nos rendez-vous « Projet et activités »

Date et horaire	Organisme	Activité

Adresse	Téléphone

Lieu de RDV	Téléphone	A ne pas oublier

9.

10.

11. *Nous nous engageons...*

Nous, membres de l'équipe des
nous nous engageons, durant notre Exploration, à :

- Marcher en groupe, à ne jamais nous quitter et à rester solidaires de toutes et de tous.
- Marcher à droite en colonne par deux sur le bord de la route si vous êtes plus de 4 (sinon à gauche en colonne par un).
- Respecter l'itinéraire et ne pas prendre de raccourcis (sauf cas de force majeure : propriété privée, chemin qui n'existe plus...).
- Ne pas faire d'auto-stop, ni accepter de se faire conduire (y compris par des personnes connues).
- Ne pas nous baigner, même dans une piscine ou un plan d'eau surveillé.
- Toujours avoir de l'eau potable dans les gourdes, ne jamais boire de l'eau à un ruisseau, une source, une mare.
- Ne pas allumer de feu (sauf aux endroits défini dans la préparation)
- Respecter la nature et les biens d'autrui, être polis et courtois avec les gens que nous rencontrons.
- Ramasser nos ordures pour les mettre dans les poubelles.
- Etre à l'heure aux rendez-vous fixés, à défaut à prévenir par téléphone les responsables.
- Gérer au mieux notre temps pour faire les courses et effectuer les découvertes liées à notre mission.

Signatures :

III. VOTRE EXPLO EST :

But / Projet :

Départ le..... à

Retour le.....à.....

IV. LA VALIDATION

Moi,..... CE de l'équipage, je
m'engage à :

- ✧ Mettre en place l'explo telle que définie dans ce document
- ✧ Assurer la responsabilité du groupe
- ✧ Respecter le cadre réglementaire et les règles d'organisation

Signature :

Je soussigné,
Responsable du groupe, ou responsable de l'unité éclés aux
EEDF, autorise l'équipage
à partir en exploration du..... au

J'atteste que ce projet d'explo est préparé conformément
aux engagements du Scoutisme Français et en accord avec la
réglementation des accueils de scoutisme.

Signature :

V. LA REALISATION

1. Secrétaire

Notes :

2. Secouriste

Registre de soins

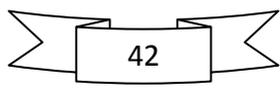
Dates et Heure	Prénom	Problème constaté	Soins donnés

3. Trésorier

Comptabilité au jour le jour :

N°	Date	Fournisseur	Nature de la dépense	Montant	Reste en caisse
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					

Colle ou agrafe ici les pièces de caisse :



VI. LE RETOUR D'EXPLO

1. Responsable matériel

Refait ton inventaire et dresse la liste de ce qui te manque :

2. Trésorier

Les dépenses (charges) réel	Remarques	Montant
Alimentation		
Transports		
Hébergements		
Activités		
Autres dépenses prévues		
	Total des dépenses	

Les recettes (produits) réel	Remarques	Montant
Dotation du budget		
Autofinancement		
Autres recettes prévues		
	Total des recettes	

A la fin de l'explo donne toutes les pièces de caisse à ton respons

3. Bilan des membres de l'équipage

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

Ton rôle:		
	Durant la préparation	Durant l'exploration
Point négatif		
Point positif		

Remarque :

4. Bilan général

Colle ici une photo de l'équipage durant l'explo

5. Une anecdote marrante ?

6. De la place pour des photos

VII. BIBLIOGRAPHIE

L'explo nos découvertes et nos rencontres

Kit rand explo



« L'optimisme est une forme de courage qui donne confiance aux autres et mène au succès. »

Robert Baden-Powell