



La maîtrise et les rythmes de vie.

Le camp est pour les jeunes un temps de vacances sans les parents. La tentation est donc grande de céder au plaisir de la liberté et de vivre d'une manière désorganisée.

C'est à la maîtrise –à qui les parents ont délégué leur responsabilité - de trouver l'équilibre entre ce plaisir légitime et les nécessaires contraintes de la vie collective. Le choix d'un rythme de vie à la fois souple et rigoureux donnera des repères à chacun, et ce sera une expérience très utile sur le plan éducatif, à l'âge où les jeunes sont en quête de repères et de limites.

La maîtrise donne le tempo

La construction de la journée-type et de la grille de camp sont des actes éducatifs importants, pas seulement des obligations administratives.

Journée-type : elle intègre bien sûr les temps d'activité mais aussi tous les temps nécessaires à la vie quotidienne : le réveil (1/2 heure pour laisser chacun s'éveiller à son rythme), la toilette (1/2 heure), le petit déjeuner (éventuellement échelonné, 1/2 heure), la préparation des repas (selon le menu), les repas (on prend le temps de manger), un moment calme en milieu de journée, les conseils, le coucher...

Grille de camp : elle varie selon le projet mais elle doit être équilibrée avec des temps forts et des périodes plus calme, une journée de repos de temps en temps etc.

Le maître-mot est l'équilibre : entre rythmes individuels et collectifs, activité et repos. Si nécessaire, la maîtrise raccourcit ou modifie certaines activités pour ne pas faire déraiser les horaires et garder un rythme de vie quotidien le plus régulier possible.

« En forme jusqu'au bout du camp » est l'objectif final ... à l'opposé de « Tous crevés à la fin du camp » !

La maîtrise est modélisante

Elle s'impose la même discipline que les enfants et les jeunes : des horaires de coucher raisonnables, avec des limites (par exemple, « jamais après minuit ») et des horaires de lever réguliers. Par exemple entre 7 et 8 heures, les plus matinaux supervisant le lever.

La maîtrise s'économise

Rester 24 heures sur 24 et sept jours sur sept sur le pont à porter la responsabilité des jeunes n'est pas très humain. C'est pourquoi la rotation des tâches et des temps de détente entre chefs sont salutaires.

Elle se réserve des moments à elle : un ou deux temps de réunion en journée, brefs mais efficaces. En début d'après-midi par exemple, ou pendant le temps des conseils d'équipe.

Le temps d'après veillée reste du coup un moment de détente privilégié entre chefs. En évitant de mordre sur le temps de sommeil nocturne et de s'alcooliser : la responsabilité des chefs est pleine et entière quelle que soit l'heure du jour ou de la nuit.

La maîtrise gère son état de forme

Quand un chef ou une cheftaine est fatigué(e), il (elle) se repose. L'organisation mise en place doit lui permettre de le faire. Si besoin, on fait en sorte de lui permettre de décrocher au moins une demi-journée.

Attention au retour en voiture : une fois le camp fini et le matériel chargé, prendre le volant tout de suite n'est pas sans risque. Le camp est fini, on décompresse, il fait chaud, la fatigue s'installe : les risques de d'accident sont réels. Ne pas jouer les héros et s'arrêter au moindre signe de somnolence, quitte à faire une bonne sieste avant de repartir. L'idéal étant de voyager à plusieurs en se relayant.

Pour aller plus loin : Guide de l'assistant sanitaire pages 22 et 42.

