

<b>Zeitschrift:</b>	Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Herausgeber:</b>	École fédérale de gymnastique et de sport Macolin
<b>Band:</b>	11 (1954)
<b>Heft:</b>	9
<b>Artikel:</b>	Le camping!
<b>Autor:</b>	Wolf, Gaspar
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-996959">https://doi.org/10.5169/seals-996959</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 08.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# LE CAMPING !

PAR GASPAR WOLF, MACOLIN ET WALTER KREBS, WINTERTHOUR

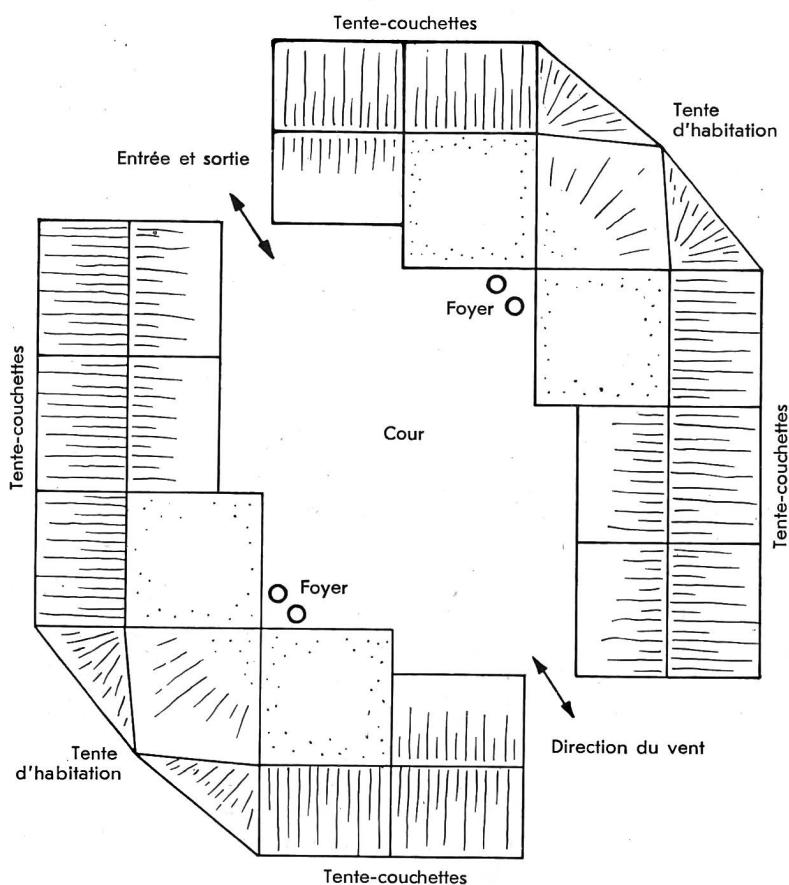
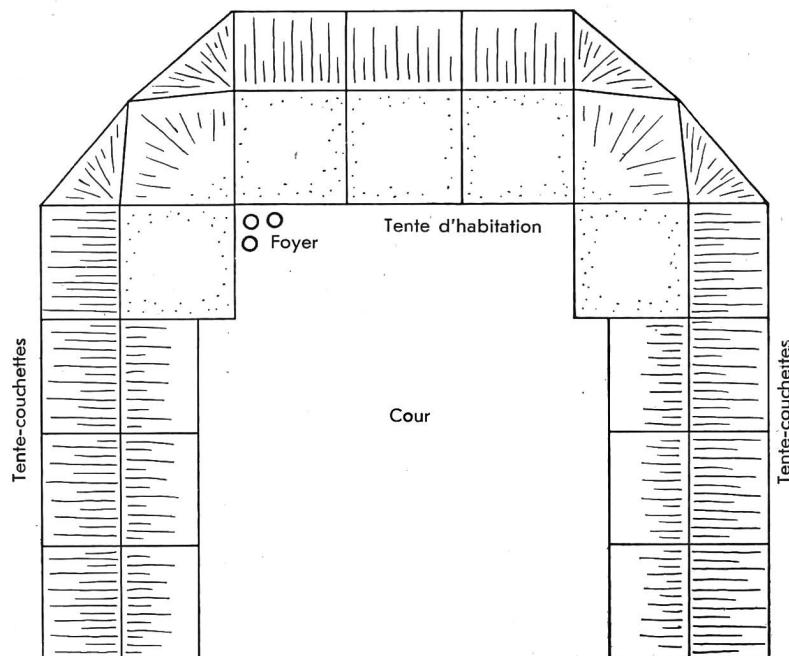
## Le campement

On peut camper en haute montagne, au bord d'un lac, sur le Plateau ou dans le Jura. Ces campements peuvent être organisés soit en groupes, soit, au contraire, d'une manière décentralisée ; chacun d'eux a sa propre atmosphère et son cachet particulier. Le campement décentralisé, avec ses tentes multicolores dressées un peu partout, est l'expression d'une amitié limitée à deux, trois ou quatre camarades. Il est caractérisé par l'intimité.

Lorsque les tentes sont groupées, le campement revêt un caractère de communauté. Le matériel, et notamment les toiles de tentes, est utilisé plus rationnellement et assure ainsi une meilleure protection contre la pluie et le vent.

Lorsqu'il y a plus de cent ans les pionniers européens interrompaient leur marche conquérante vers l'ouest, pour prendre leur repos, ils réunissaient leurs roulettes et formaient une petite agglomération. Nous allons imiter leur exemple et procéder à la construction d'un petit village de tentes. Nous voulons nous unir, nous protéger mutuellement, non pas contre les sauvages indiens, mais contre le vent et la pluie, et opposer au froid et à la nuit la chaleur et la clarté de la vie en communauté !

Lorsque l'on ne dispose que de toiles de tentes militaires, il y a deux possibilités d'aménager le campement : en fer à cheval et en colonie. Quelle que soit la solution adoptée, il faut tout d'abord étendre les carrés de tente sur le sol, les assembler dans l'ordre voulu et procéder ensuite à leur montage.



## Le montage du camp

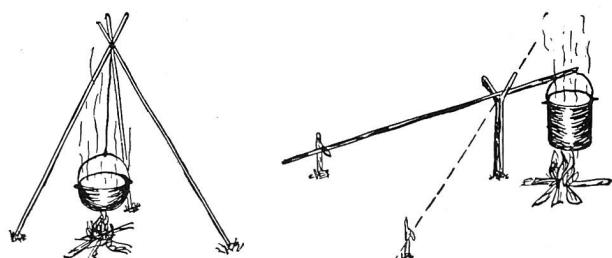
### 1re étape : reconnaissance

On choisira

1. un sol sec,
2. abrité des vents,
3. bien exposé au soleil matinal,
4. dépourvu d'insectes,
5. à proximité d'une source
6. bien pourvu en bois de feu,
7. éloigné des précipices,
8. à l'abri des animaux
9. disposant d'une belle vue,
10. plaisant et surtout romantique !

### 2me étape : réception des campeurs

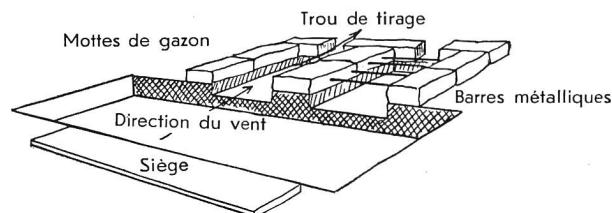
1. Faire déposer et ranger immédiatement les bagages.
2. Rassembler le matériel de cours.
3. Rassembler les provisions de cours.



### 3me étape : organisation du travail

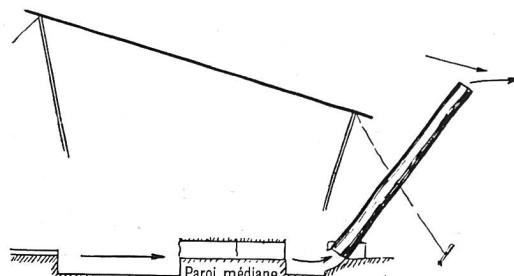
Il y a lieu de désigner les fonctions et les équipes suivantes :

1. Chef du matériel / responsable du matériel.
2. Chef de cuisine / responsable des vivres et de la cuisson.
3. Constructeurs de tentes / montage des tentes, creusage des caniveaux.
4. Constructeurs des foyers / responsables des foyers.
5. Bûcherons / abatage et récolte du bois mort.
6. Porteurs d'eau / assurent le ravitaillement en eau.
7. Spécialistes des dortoirs / aménagements intérieurs — réserve de mousse, de branchage, etc.
8. Architectes des latrines / avec beaucoup de fantaisie !
9. Menuisiers / construction d'armoires, rayons à vivres, dressoirs à vaisselle, sièges, etc.
10. Artistes / confection de la porte de camp — décoration florale — mât pour le drapeau — écrits, etc.



### 4me étape :

« Au travail ! »



## Dormir sous la tente

Pour bien dormir sous la tente, il faut :

1. Faire une promenade avant de se coucher.
2. Travailler tard.
3. Manger beaucoup d'aliments riches en graisse.
4. S'asseoir près d'un feu ardent.
5. Disposer d'un bon « matelas ».
6. Se couvrir de plusieurs couches de vêtements.
7. Se coucher sur le côté, « en chien de fusil ».
8. Se serrer les uns contre les autres.



## La vie de camp

La vie de camp n'est rien d'autre qu'une «totale improvisation soigneusement préparée»! Le chef de camp en est le régisseur qui tient en mains toutes les ficelles de commande. Ce n'est que s'il tire la bonne corde au bon moment que le camp connaîtra le plus franc succès!

### Programme d'une journée de camp

- 0600 Diane / petit footing matinal / éventuellement bain rafraîchissant / toilette / petit déjeuner / mise en ordre du camp.
- 0800 Passe-temps et travaux de pionniers en groupe.
- 1000 Exercices de signalisation.
- 1200 Déjeuner / repos / délassement.
- 1500 Etude pratique en groupe.
- 1900 Diner, puis feu de camp.

### Les « corvées » de camp

sont réparties comme suit :

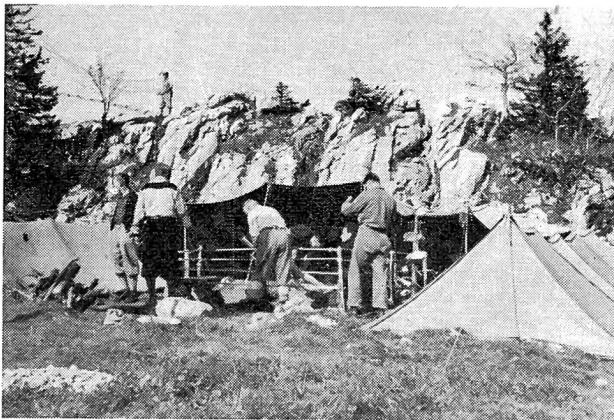
	Lu	Ma	Me	Je	Ve
Groupe 1					
Groupe 2					
Groupe 3					
Groupe 4					

### Excursions en montagne

Préparation approfondie. Déterminer exactement : équipement, habillement, vivres. Itinéraire, au moyen de la carte, des reconnaissances ou des renseignements oraux obtenus. Durée de la marche : 6-8 heures par jour au maximum. Eviter les endroits dangereux. Pas de zèle ni de hâte exagérés. Direction ferme mais amicale.

### Formation et instruction

Lecture de carte / connaissance de la boussole / croquis / signalisation / botanique / géologie / météorologie. Peu de théorie, beaucoup d'exercices pratiques, sous forme de jeux.



### Passe-temps et travaux de pionniers

Porte du camp / corbeille à papier / dressoir à vaisselle / lanterne de camp / table et sièges / mobilier de cuisine. Ponts de corde / ponts de bois / téléfériques / huttes en rondins, etc.

### Groupes d'étude

Selon la formation propre et l'intérêt des participants, il sera constitué des groupes pour l'étude de questions ayant trait aux domaines les plus divers : histoire (châteaux), spéléologie (grottes), industrie (fabriques), arts (monuments), architecture (bâtiments), pêche, agriculture (travaux agricoles), économie forestière (scieries), etc. Chaque groupe donne connaissance de son rapport au moment du feu de camp.

### Jeux de plein air

Suivant les dispositions des acteurs, ils peuvent être l'objet des plus merveilleuses aventures ou d'une extrême médiocrité.

On peut faire des marches à l'aveuglette / suivre une piste / faire de l'observation / reconnaître les cheminements / se saisir du fanion du groupe voisin / attaque par surprise / poursuite, etc. Matériel de jeu : numéros / rubans / brassards ou foulards, etc.

Déguisement : les anciens Confédérés / Indiens / fakirs / clowns / chevaliers de la croisade, etc. Important : donner des instructions claires au sujet du déroulement de l'exercice ou du jeu, telles que : début de l'exercice / limites du terrain / le lieu de rassemblement après l'exercice / l'endroit du feu de clôture.

### Compétitions

Handball et football / concours de nage / estafettes / courses d'obstacles / cross-country combiné avec une course d'orientation.

### Feu de camp

Pas de soirée-variétés / pas de «witz» déplacés / pas de contrainte. Il est parfois nécessaire d'intéresser la jeunesse moderne des villes au charme qui se dégage d'un feu de camp.

Celui-ci peut être agrémenté par des discussions ou un exposé / par un chant / par une histoire / une production. On en profitera pour prendre le café et partager les douceurs. Le chef de camp saisira cette occasion pour s'adresser, en toute intimité, à ses protégés.



## Matériel

### Equipement personnel

Habits d'excursion / pullover / training / pantoufles de gymnastique / sous-vêtements / caleçon de bain / réserve de linge de rechange / habits protecteurs contre la pluie / nécessaire de toilette / chapeau / couteau de poche / journaux / services de table / assiette et tasse / gourde / fil et aiguilles / brosse et cirage / crayon ordinaire et de couleurs / bloc-notes / cartes / boussole / règle à calcul / lunettes à soleil / attaches de chaussures / livre de chants / autres instruments et appareil de photographie.



### Matériel de camping

Toile de tente / piquets / pelles / haches / couvertures ou sacs de couchage.

### Matériel de cuisine

Marmite / gamelle / louche / œuf à thé / essuie-mains / soude, etc.

### Matériel sanitaire

Pharmacie de poche / bandes élastiques.

### Matériel d'exercices

Matériel de signalisation / littérature / rubans / numéros / cordes / cordelettes.

### Divers

Drapeau / carton pour les écritœux / papier hygiénique / chaux / marteau / tenailles ou pinces / clous / planchettes / fil de fer.

## Subsistances

Exemples de menus de camp pour 20 personnes pendant 6 jours.

	Menus	Vivres nécessaires:
1er jour	Soupe	20 cubes de concentré de soupe
Soir:	Spaghetti	3 kg. de spaghetti, graisse, sel
	Purée de tomate	3 petites boîtes
	Thé	Feuille de thé, sucre, citron

2me jour	Chocolat	8 lit. de lait, chocolat en poudre, sucre
Matin:	Pain	3½ kg. de pain
	Fromage	1 kg. de fromage
Midi:	Soupe	20 cubes de concentré
	Gendarmes	20 gendarmes
	Pain	2 kg. de pain
	Fruits	3 kg. de fruits
	Biscuits	2 paquets de biscuits
Soir:	Risotto	2 kg. de riz — Graisse et oignons. Cubes de bouillon gras — 250 g. de fromage, sel, 3 kg. de tomates, graisse et sel
	Tomates à l'étuvée	8 têtes de salade, sauce à salade

	Menus	Vivres nécessaires:
3me jour	Chocolat	idem
Matin:	Beurre	400 à 500 g. de beurre
	Confiture	1 boîte de confiture
	Pain	idem
Midi:		idem
	Fromage	2 kg.
	Chocolat	750 g.
	Thé froid	600 g.
Soir:	Saucisse rôtie	idem
	Pommes de terre rôties	20 saucisses, farine, graisse, oignons
	Haricots	6 kg. de p. d. t., graisse
		5 kg. ou 6 boîtes d'haricots, graisse, oignons
4me jour	Porridge	1500 g. de flocons d'avoine, lait, sucre, canelle.
Matin:	Pain au beurre	2 kg. de pain, 200 g. de beurre
Midi:	Birchermuesli	500 g. de flocons d'avoine, 2 boîtes de lait condensé sucré 200 g. de noisettes
	Pain	5 kg. de fruits
Soir:	Cornettes	2 kg.
	Bouilli de bœuf	3 kg. de cornettes, graisse et sel
	Thé	1½ kg. de bouilli, farine, graisse, oignons
		Idem

	Menus	Vivres nécessaires:
5me jour	Idem 1er jour	
Matin:	Schüblig	20 pièces
	Pain	2 kg.
	Fruits	3 kg.
	Thé	idem
Soir:	Soupe aux légumes	1½ kg. de potage aux légumes (céleri, épinards, oignons, etc.), graisse, sel
	Semoule	1½ kg. de semoule, 4 l. de lait, sucre et canelle
	Compote	5 boîtes ou 3 kg. de fruits

	Menus	Vivres nécessaires:
6me jour	Idem 2me jour	
Matin:	Pâté à la viande	1 kg. de pâté
	Pain	2 kg.
	Thé	Idem
	Dessert	4 l. de lait, 10 œufs, 300 g. de sucre, 100 g. de maïzena, 3 paquets de vanille.
	Crème à la vanille	(Event. poudre de crème déjà prête.)

### Données pratiques :

1 couvercle de gamelle contient : 200 g. de flocons d'avoine - 500 g. de riz - 400 g. de maïs ou de gruau - 300 g. de cornettes - 270 g. de farine - 520 g. de sucre - un peu plus d'un ½ litre d'eau.

### Le bon livre de cuisine pour le camping.

«Cuisine de camp» de Wu-Hu qui peut être obtenu auprès de la Fédération suisse des éclaireurs, Bureau du matériel, Marktgasse 52 à Berne.