



**CADETS ROYAUX DE
L'ARMÉE CANADIENNE**

ÉTOILE ARGENT

GUIDE PÉDAGOGIQUE



SECTION 10

**OCOM C324.05 – PRÉPARER UN REPAS À PARTIR DE
SOURCES DE NOURRITURE TROUVÉES EN CAMPAGNE**

Durée totale :	90 min
----------------	--------

PRÉPARATION

INSTRUCTIONS PRÉALABLES À LA LEÇON

Les ressources nécessaires à l'enseignement de cette leçon sont énumérées dans la description de leçon qui se trouve dans l'A-CR-CCP-703/PG-002, chapitre 4. Les utilisations particulières de ces ressources sont indiquées tout au long du guide pédagogique, notamment au PE pour lequel elles sont requises.

Réviser le contenu de la leçon pour se familiariser avec la matière avant d'enseigner la leçon.

Photocopier l'annexe J pour chaque cadet.

Préparer toutes les ressources pour les PE 2 et 3.

Choisir une méthode de cuisson et préparer le secteur pour le PE 3.

Les cadets, qui ne se sentent pas à l'aise à l'idée de dépouiller un petit animal, ne sont pas tenus de participer à cette partie de la leçon, mais ils doivent être présents pour le PE sur la préparation d'un poisson.

Un seul lapin devrait être attrapé ou acheté et dépouillé à des fins de démonstration. Consulter les règlements provinciaux sur la façon d'attraper et de tuer les petits animaux.

Il faut informer les parents de cette instruction et de la date à laquelle elle aura lieu.

Les instructeurs doivent utiliser des poissons achetés ou attrapés. Les poissons doivent être entreposés convenablement dans un endroit frais (une glacière avec de la glace) pour ne pas qu'ils se gâtent.

DEVOIR PRÉALABLE À LA LEÇON

S.O.

APPROCHE

La méthode d'instruction par démonstration a été choisie pour le PE 1, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de dépouiller un petit animal.

La méthode d'instruction par démonstration et exécution a été choisie pour le PE 2, parce qu'elle permet à l'instructeur d'expliquer et de démontrer la façon de préparer et de faire cuire un petit animal ou un poisson en campagne, tout en donnant aux cadets l'occasion de pratiquer cette compétence sous supervision.

Une activité pratique a été choisie pour le PE 3, parce que c'est une façon interactive qui permet aux cadets de faire l'expérience de cuire un petit animal ou un poisson. Cette activité contribue au perfectionnement des compétences en survie dans un environnement amusant et stimulant et sous supervision.

INTRODUCTION

RÉVISION

S.O.

OBJECTIFS

À la fin de cette leçon, le cadet doit avoir préparé un repas à partir de sources de nourriture trouvées en campagne.

IMPORTANCE

Il est important que les cadets préparent un repas à partir de sources de nourriture trouvées en campagne, parce que, dans une situation de survie, ils peuvent avoir à préparer et cuire des aliments frais qu'ils viennent d'attraper. Avoir la confiance et la capacité de cuisiner aidera les cadets à s'alimenter pour avoir de l'énergie quand ils en auront besoin dans une situation de survie.

Point d'enseignement 1**Expliquer et démontrer comment dépouiller un petit animal**

Durée : 25 min

Méthode : Démonstration



Pour ce PE, il est recommandé que l'instructeur explique et démontre chaque étape nécessaire pour mettre en pratique la compétence.

L'instructeur doit déjà avoir fait l'expérience de dépouiller un animal avant cette leçon.

Il est important de savoir comment préparer un poisson et du gibier en vue de les cuire dans une situation de survie. S'il n'est pas correctement nettoyé ou entreposé, le poisson ou le gibier risque d'être impropre à la consommation et de poser un risque pour la santé.

DÉPOUILLER UN PETIT ANIMAL

Une fois qu'on attrape un petit animal, on doit suivre certaines étapes importantes pour le préparer à la consommation.



La plupart des petits animaux se dépouillent sensiblement de la même façon. Aux fins de démonstration pour cette leçon, on se servira d'un lapin.

Étape 1 – Saigner l'animal. Après avoir attrapé le lapin, le saigner en l'égorgéant. Dans la mesure du possible, nettoyer la carcasse près d'un cours d'eau en aval de la source d'eau et à au moins 100 m du campement.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-1 Étape 2

Étape 2 – Préparer le matériel. Étendre le lapin sur une surface plate et rassembler le matériel nécessaire (un couteau ou une hachette, et de l'eau) (voir figure 14-10-1).



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-2 Étape 3

Étape 3 – Enlever les pattes. Sectionner chaque patte à l'articulation en la tranchant nettement.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-3 Étape 4

Étape 4 – Enlever la peau. Sur une surface plate, étendre le lapin sur le dos et pincer la peau dans le mou du bas-ventre. Faire un trou dans la peau à l'aide du couteau, et pratiquer une incision jusque sous les pattes avant. Prendre soin de ne pas perforer la paroi de l'estomac.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-4 Étape 5

Étape 5 – Séparer la peau. Séparer le muscle couvrant les intestins de la peau en partant de l'ouverture (la peau se sépare assez facilement) et en continuant autour jusqu'au dos.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-5 Étape 6

Étape 6 – Enlever la peau sur les pattes arrière. Tirer la peau pour la dégager des pattes arrière comme si on enlevait une chaussette.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-6 Étape 7

Étape 7 – Enlever la peau sur les pattes avant. Tirer la peau vers l'avant et retirer délicatement chaque patte avant, une à la fois.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-7 Étape 8

Étape 8 – Exposer le cou. Tirer la peau vers l'avant en exposant le cou.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-8 Étape 9

Étape 9 – Enlever la tête et la peau qui reste. Sectionner la tête et enlever la peau qui reste.



RiverCottage.net, How to Skin a Rabbit. Extrait le 15 avril 2008 du site <http://forum.rivercottage.net/viewtopic.php?t=12605>

Figure 14-10-9 Étape 10

Étape 10 – Enlever les entrailles et les glandes. Pratiquer une incision à l'aide d'un couteau le long du ventre du lapin jusqu'à la cage thoracique et au bassin. Ouvrir les côtés du ventre et saisir la trachée sous le cou sectionné et la retirer. Bien nettoyer la cavité thoracique du lapin en la rinçant à l'eau. Porter une attention particulière aux endroits comme la cavité thoracique et les plis dans la peau.



Creuser un trou et y enterrer toutes les parties animales rejetées pour éviter d'attirer des charognards.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 1

QUESTIONS

Q1. Dans quelle position doit être placé l'animal quand on se prépare à le dépouiller?

Q2. Quelle partie du corps de l'animal est incisée en premier?

Q3. Quelle est la dernière étape du dépouillement d'un animal?

RÉPONSES ANTICIPÉES

R1. L'animal doit être étendu à plat.

R2. La première partie qui doit être incisée est le cou pour saigner l'animal.

R3. La dernière étape du dépouillement consiste à nettoyer le petit animal et à bien rincer la cavité thoracique à l'eau.

Point d'enseignement 2

Expliquer et démontrer la façon de préparer un poisson et demander aux cadets de le faire

Durée : 25 min

Méthode : Démonstration et exécution



Pour ce PE, il est recommandé que l'instruction se déroule de la façon suivante :

1. Expliquer et démontrer chaque étape nécessaire pour mettre en pratique la compétence.
2. Surveiller les cadets lorsqu'ils répètent les gestes de chaque étape.

Des renseignements de base ont été fournis pour appuyer la démonstration et l'exécution. Des instructeurs adjoints peuvent aider à surveiller la performance des cadets.

CONNAISSANCES PRÉALABLES

PRÉPARER UN POISSON

Tous les poissons d'eau douce sont comestibles. Ceux qui font moins de 5 cm (2 po) de longueur ne nécessitent aucune préparation et peuvent être mangés en entier. Les gros poissons doivent être vidés. Pour empêcher le poisson de s'avérer, le préparer aussitôt que possible. Les entrailles peuvent servir d'appât ou être enterrées pour éviter que leur odeur n'attire les insectes et les charognards.

Il peut se passer un certain temps entre le moment où l'on attrape le poisson et celui où on le cuite. Garder le poisson au frais, loin de la lumière du soleil et des insectes. Le recouvrir de mousse trouvée dans la forêt ou le mettre dans une mare d'eau fraîche.



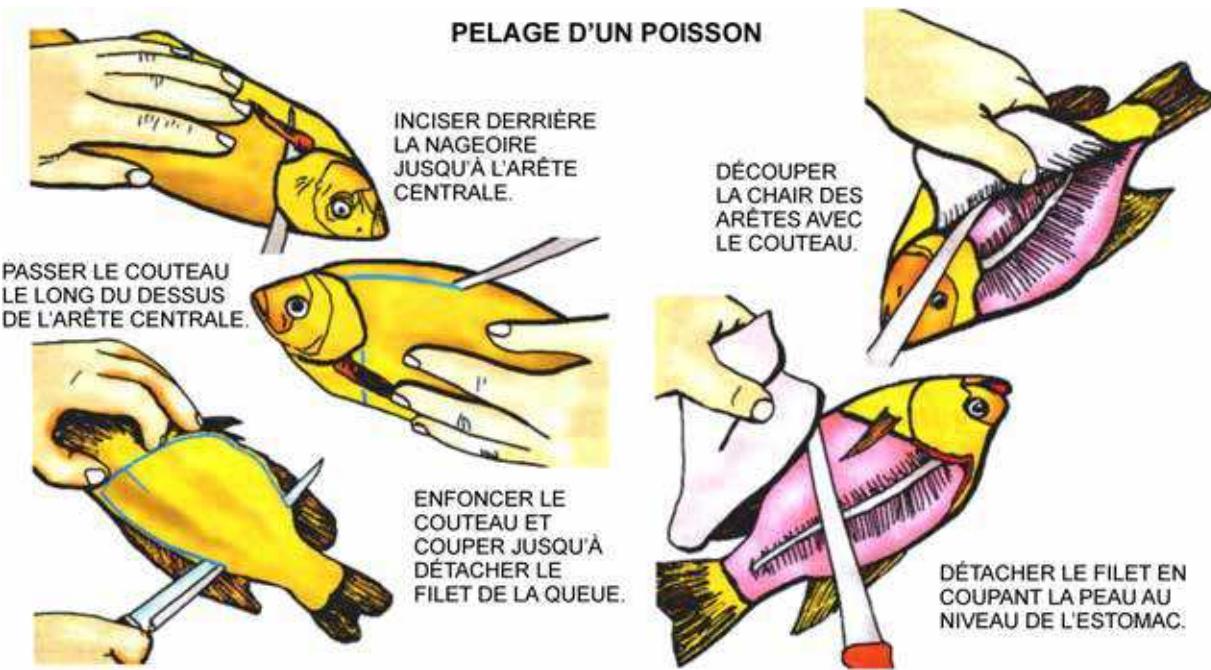
Tous les types de poisson ne nécessitent pas les mêmes méthodes de préparation. Déterminer le poisson local commun et décrire la méthode de nettoyage qui s'applique à ce type de poisson.

Saignée. Aussitôt que le poisson est pêché, lui couper la gorge et le laisser saigner. Essuyer le dépôt gluant sur le poisson pour le rendre moins glissant. S'assurer de ne pas laisser ce dépôt entrer en contact avec les yeux. Enlever les branchies au couteau.

Vidage. Pratiquer une incision de l'orifice anal jusqu'à l'endroit où la gorge a été coupée. Retirer les entrailles - elles peuvent servir d'appât d'hameçon. Garder les œufs, car cette substance est très nutritive.

Écaillage. Il n'est pas nécessaire d'écailler le poisson - il peut être cuit avec ses écailles, mais si le temps le permet, les enlever en les grattant. Enlever les écailles en tenant le poisson par la queue et en passant un couteau émoussé sur la peau à un angle de 45 degrés, de la queue vers la tête.

Pelage. Le pelage constitue l'une des façons de préparer un poisson. Passer le couteau le long du dessus de l'arête centrale. Inciser derrière la nageoire jusqu'à l'arête centrale. Enfoncer le couteau et couper jusqu'à détacher le premier filet de la queue. Retirer la peau des arêtes avec le couteau. Détacher le filet en coupant la peau au niveau de l'estomac.



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 144)

Figure 14-10-10 Pelage d'un poisson

ACTIVITÉ

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de préparer un poisson.

RESSOURCES

- un poisson,
- un couteau.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Demander aux cadets de préparer un endroit dégagé avec une table propre ou une surface plate pour préparer le poisson.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

Les cadets prépareront un poisson en suivant chaque étape démontrée par l'instructeur.

MESURES DE SÉCURITÉ

On doit rappeler aux cadets de toujours couper dans un mouvement vers l'extérieur, en s'éloignant de leur corps.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 2

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

Point d'enseignement 3

Expliquer et démontrer la façon de cuire un petit animal et demander aux cadets de s'exercer à cuire un poisson

Durée : 30 min

Méthode : Activité pratique



Cette leçon comprend de la matière traitée à l'OCOM C224.01 (La cuisson en campagne, A-CR-CCP-702/PF-002, chapitre 14, section 7). Des renseignements de base ont été fournis dans cette leçon, parce qu'il est possible que certains cadets n'aient pas pu participer à l'instruction complémentaire.

Distribuer le document de cours de l'annexe J, un document pour chaque cadet.

L'instructeur fera une démonstration d'une méthode de cuisson. Les préparatifs pour la méthode choisie doivent déjà faits et le feu doit être allumé. Démontrer la façon de cuire le poisson.

Cuire le lapin pendant que les cadets cuisent leur poisson. Les instructeurs peuvent choisir une méthode différente de celle qui est utilisée par les cadets.

CUISSON

La cuisson des aliments peut les rendre plus agréables au goût en plus de tuer les parasites et les bactéries. Toutefois, les aliments perdent de leur valeur nutritive lorsqu'ils sont chauffés – plus la température de cuisson est élevée, plus cette perte est accentuée – c'est pourquoi on ne doit pas les cuire plus longtemps que nécessaire. Les méthodes choisies pour cuire un petit animal ou un poisson simulent les façons de faire dans une situation de survie.



Toutes les méthodes énumérées nécessitent une préparation des aliments avant la cuisson. Cela implique l'épluchage et le dépouillement, le nettoyage et l'emballage. Lors de la cuisson en campagne, les aliments doivent être préparés correctement.

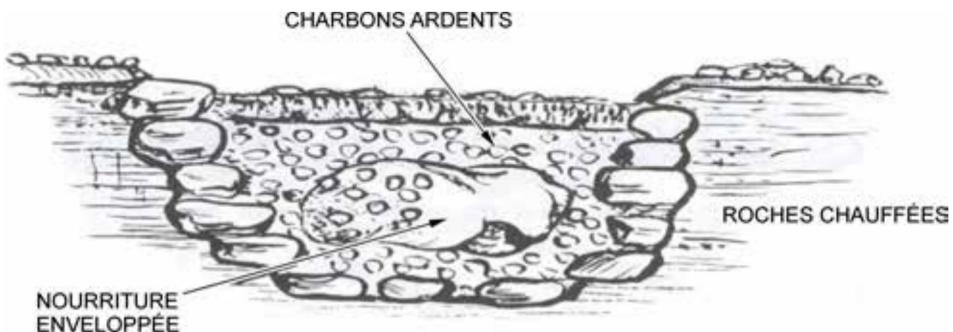
CONNAISSANCES PRÉALABLES

La cuisson en campagne est une compétence importante pour les personnes qui se retrouvent dans une situation de survie. Puisque le corps humain a besoin de nutriments et d'énergie, la cuisson est essentielle à la destruction des bactéries néfastes. Il y a diverses autres façons de cuisiner en campagne.

LA CUISSON

La meilleure façon de cuire en campagne est dans le sol. Quand les aliments sont enfouis, ils cuisent plus vite. Pour ce faire :

1. creuser un foyer peu profond dans le sol,
2. doubler le foyer avec des roches,
3. faire brûler un petit feu pour obtenir une couche de charbons ardents,
4. placer une couche d'herbe mouillée sur les braises quand il n'y a plus de flamme nue et qu'il ne reste que des braises chaudes et ardentes (si l'herbe est sèche, utiliser de l'eau),
5. placer les aliments (déjà préparés pour la cuisson) sur le dessus de l'herbe mouillée,
6. utiliser un bâton pour déplacer les charbons chauds pour les mettre le plus proche possible des aliments. Essayer de mettre quelques charbons sur le dessus des aliments,
7. couvrir les aliments avec la terre qui a été enlevée du foyer.



B-GG-217-001/PT-001, *La survie sous tous les climats* (page 130)

Figure 14-10-11 La cuisson dans le sol

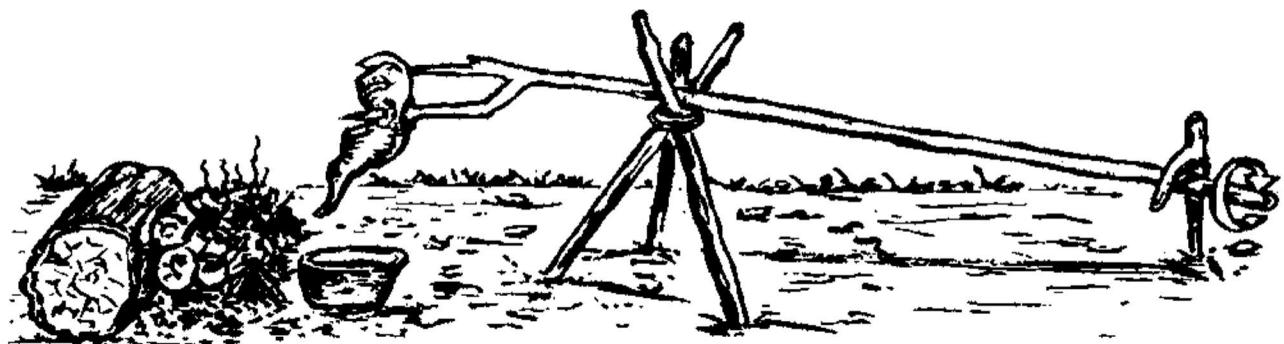


Quand on utilise cette méthode, il est très difficile de vérifier et de voir si les aliments sont cuits. Le temps de cuisson varie selon les aliments à cuire. S'assurer que la nourriture est complètement cuite avant de la consommer. Si on n'est pas certain, la remettre dans le sol pour la cuire plus longtemps.

LE RÔTISSAGE

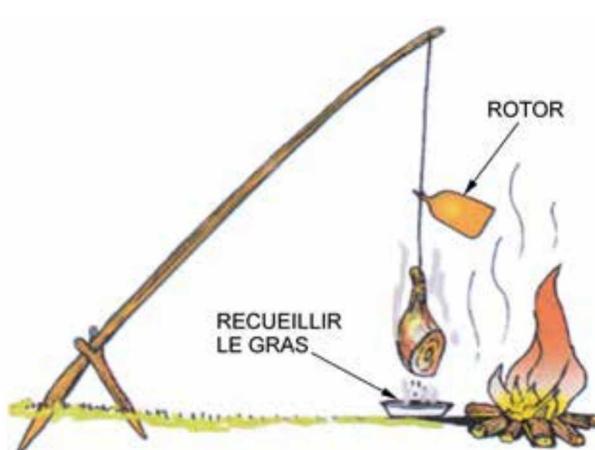
Le rôtissage est une méthode facile de produire des résultats savoureux. Malheureusement, il produit aussi beaucoup de graisse quand on fait cuire de la viande. Pour minimiser les dépôts, mettre une casserole ou un contenant sous les aliments qui rôtissent pour capter la graisse. Mettre le morceau qui cuit à l'extrémité d'un bâton, à côté d'un feu en plein air. Les aliments ne doivent pas être placés directement au-dessus du feu et un contact direct avec la fumée et la flamme doit être évité autant que possible.

On doit tourner les aliments pour s'assurer qu'ils sont bien cuits. Si l'on suspend les aliments au-dessus du feu, on peut attacher un rotor, fait de plastique ou de papier épais (voir figure 14-10-13). Le rotor attrape le vent qui le fait tourner, tournant les aliments.



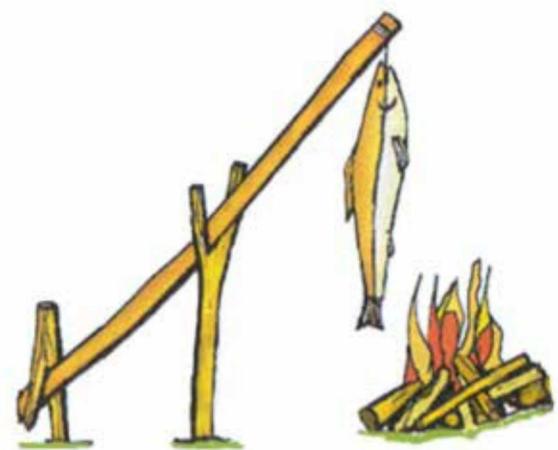
B-GG-217-001/PT-001 (page 129)

Figure 14-10-12 Le rôtissage



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14-10-13 Le rôtissage avec un rotor



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 448)

Figure 14-10-14 Le rôtissage d'un poisson

CUISSON À L'EAU

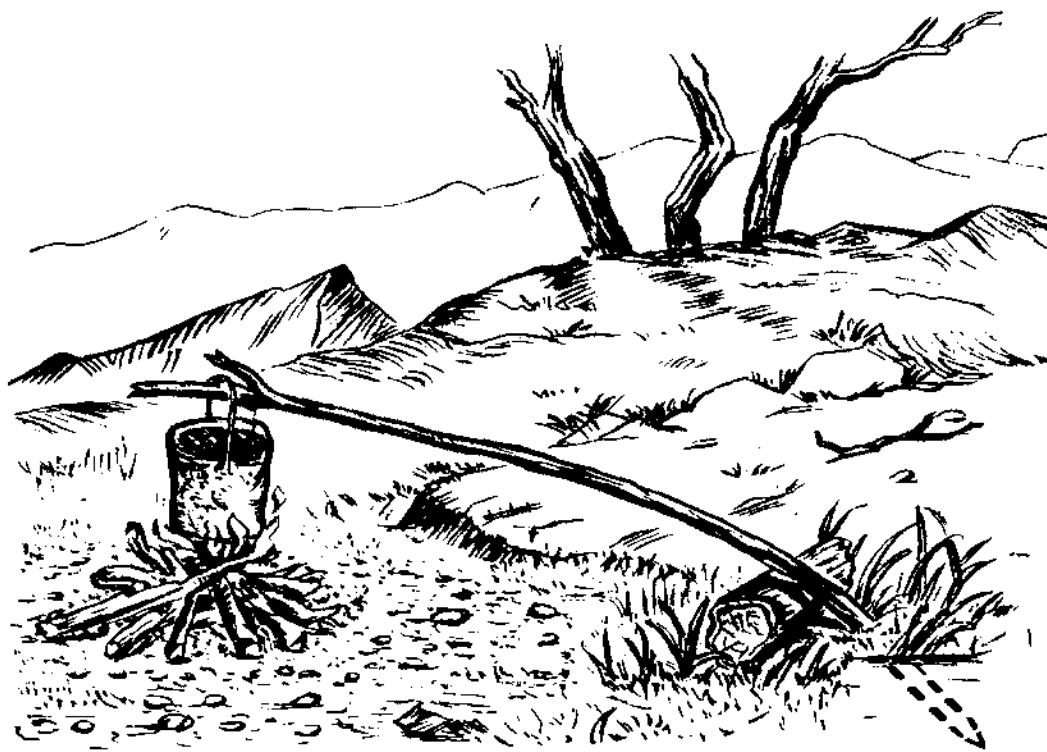
La cuisson à l'eau dans un chaudron peut se faire par-dessus un feu en plein air, tout comme sur un réchaud. Lorsqu'on fait bouillir dans un chaudron, s'assurer que le chaudron est bien droit sur le feu. Cela peut se faire en utilisant une grille, en le coinçant entre deux morceaux de bois épais ou en plaçant des roches autour pour le stabiliser. Il y a de nombreuses façons de placer un chaudron sur un feu en utilisant du bois (voir les figures 14-10-15 et 14-10-16). Il est important de s'assurer que le chaudron est stable et qu'il n'y a aucun risque qu'il tombe dans le feu.



Voir des bulles d'air est une façon facile de constater que l'eau bout.

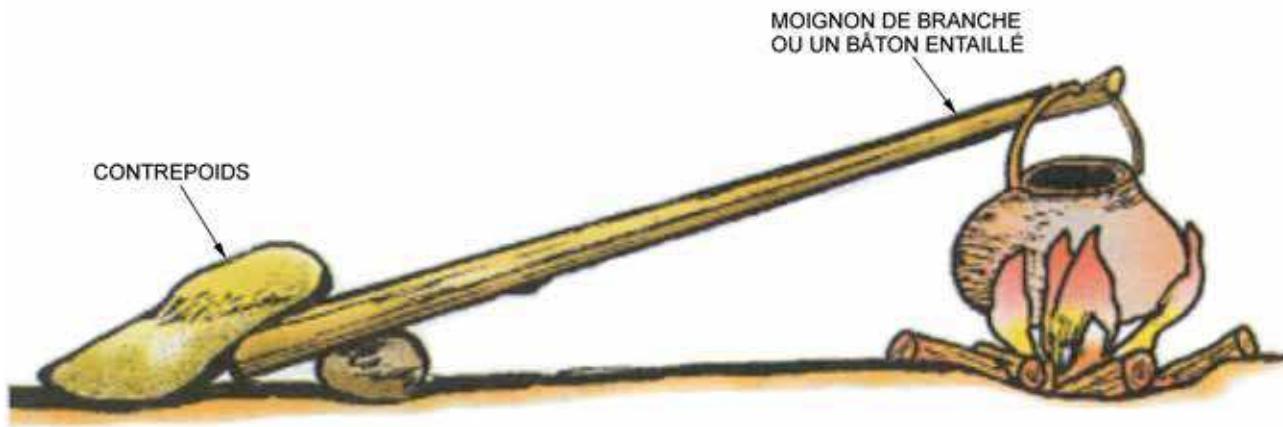


Le débordement par l'ébullition sur un feu en plein air produit normalement une formation de suie à l'extérieur du chaudron. Une couche d'eau savonneuse sur l'extérieur du chaudron facilite le nettoyage.



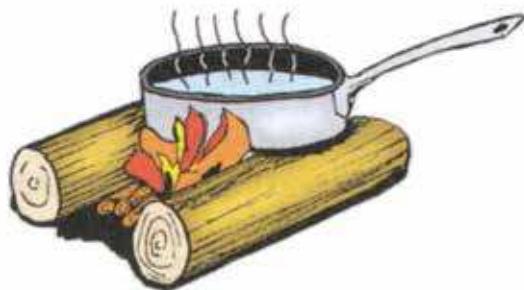
B-GG-217-001/PT-001 (page 128)

Figure 14-10-15 La cuisson à l'eau



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14-10-16 La cuisson à l'eau en utilisant un contrepoids



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 444)

Figure 14-10-17 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec du bois



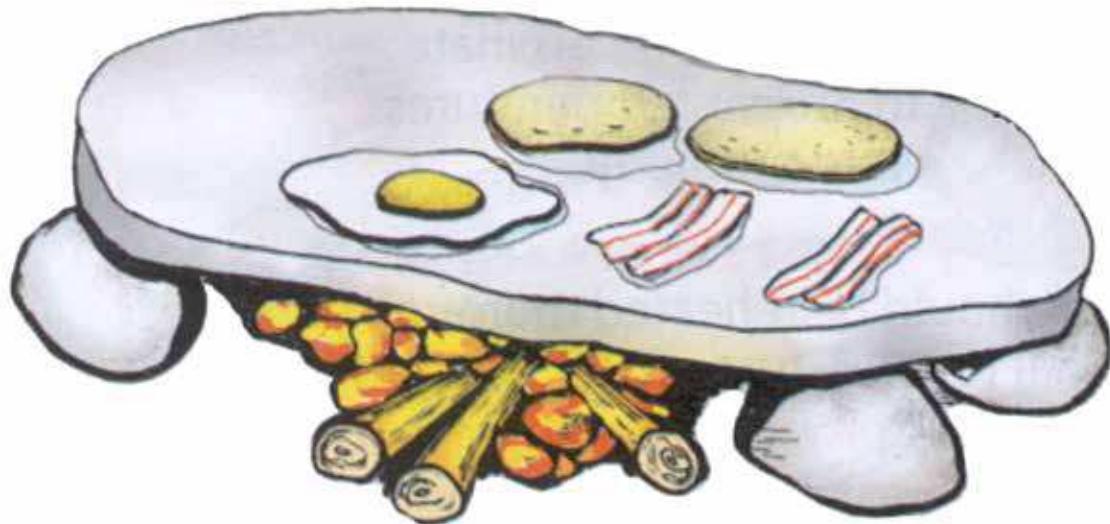
P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14-10-18 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec des roches

LA FRITURE

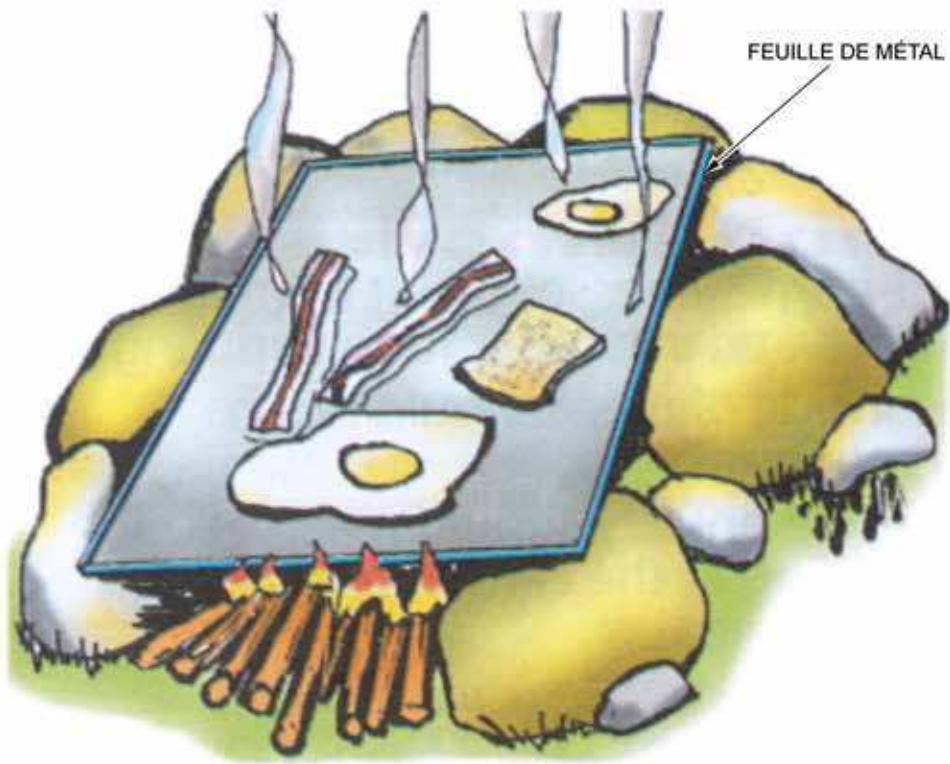
On peut facilement frire des aliments sur une roche ou une feuille de métal. Une roche retient beaucoup de chaleur pendant une longe période de temps. En utilisant cette méthode de cuisson, les aliments peuvent facilement coller s'il n'y a pas une quantité suffisante de graisse.

ROCHE PLATE
À FRIRE



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14-10-19 La friture sur une roche plate



P. Tawrell, *Camping and Wilderness Survival*, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14-10-20 La friture avec une feuille de métal

ACTIVITÉ

Durée : 20 min

OBJECTIF

L'objectif de cette activité est de permettre aux cadets de cuire du poisson en utilisant une des méthodes suivantes choisies par l'instructeur :

- la cuisson,
- le rôtissage,
- la cuisson à l'eau,
- la friture.

RESSOURCES

- de l'eau,
- le poisson préparé au PE 2,
- des allumettes,
- des pelles.

DÉROULEMENT DE L'ACTIVITÉ

Un espace ouvert qui convient à l'allumage de petits feux doit être mis à la disposition des cadets pour qu'ils cuisent leurs aliments.

INSTRUCTIONS SUR L'ACTIVITÉ

1. Répartir les cadets en paires.
2. Donner un poisson (utiliser le poisson préparé au PE 2) à chaque cadet.
3. Demander aux cadets de faire les préparatifs nécessaires pour la méthode assignée en vue de cuire leur poisson.
4. Demander aux cadets de préparer une source de chaleur et de cuire le poisson.
5. Demander aux cadets de goûter au poisson cuit, avec l'approbation du personnel responsable de la supervision.
6. Demander aux cadets de s'assurer que le feu est éteint lorsqu'ils ont terminé et qu'il ne reste aucune braise.

MESURES DE SÉCURITÉ

- Les cadets allumeront des feux. Réviser les consignes d'incendie et les procédures en cas d'incendie.
- Du matériel d'incendie et de secours doit être à portée de main.
- Cette leçon nécessitera une supervision supplémentaire.
- En cas d'incendie non maîtrisé, communiquer avec les services d'incendie.

CONFIRMATION DU POINT D'ENSEIGNEMENT 3

La participation des cadets à l'activité servira de confirmation de l'apprentissage de ce PE.

CONFIRMATION DE FIN DE LEÇON

La participation des cadets à la cuisson d'un poisson servira de confirmation de l'apprentissage de cette leçon.

CONCLUSION

DEVOIR/LECTURE/PRATIQUE

S.O.

MÉTHODE D'ÉVALUATION

S.O.

OBSERVATIONS FINALES

Savoir comment cuire en campagne est une excellente compétence à avoir lorsqu'on est perdu. Connaître les différentes façons de cuire en campagne peut signifier la différence entre réussir ou non à survivre dans une telle situation. Être capable d'utiliser les différentes méthodes de cuisson en campagne est aussi une façon plaisante de cuire des aliments pendant un EEC en campagne – bivouac – lors d'une fin de semaine.

COMMENTAIRES/REMARQUES À L'INSTRUCTEUR

Les cadets, qui ne se sentent pas à l'aise à l'idée de dépouiller un petit animal, ne sont pas tenus de participer à cette partie de la leçon, mais ils doivent être présents pour le PE sur la préparation d'un poisson.

Un seul lapin devrait être attrapé ou acheté et dépouillé à des fins de démonstration. Consulter les règlements provinciaux sur la façon d'attraper et de tuer les petits animaux.

Il faut informer les parents de cette instruction et de la date à laquelle elle aura lieu.

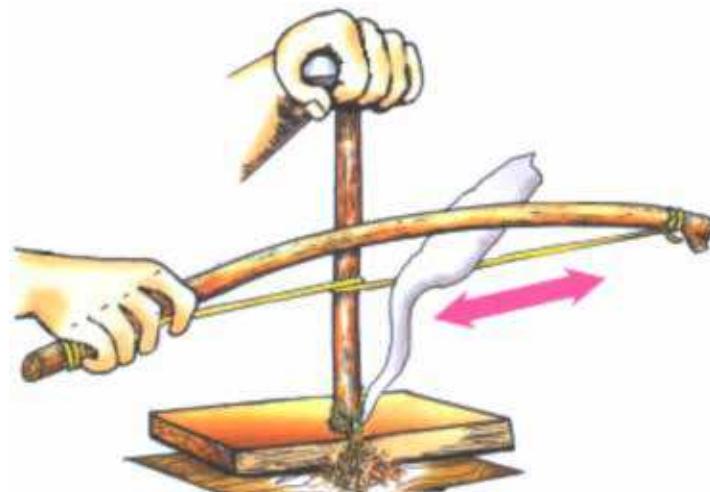
DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

- C0-111 (ISBN 0-9740820-2-3) Tawrell, P. (2006). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book* (2^e éd). Lebanon, New Hampshire, Paul Tawrell.
- C2-004 (ISBN 1-896713-00-9) Tawrell, P. (1996). *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*. Green Valley, ON: Paul Tawrell.
- C2-008 (ISBN 0-00-653140-7) Wiseman, J. (1999). *The SAS Survival Handbook*. Hammersmith, Londres, HarperCollins Publishers.

ARCHET ET BAGUETTE

Construire un archet et une baguette et l'utiliser en suivant les étapes suivantes :

1. aménager un creux dans le bloc d'appui ou l'embase de 3 à 5 cm de profondeur pour accueillir la tige de bois dur;
2. aménager une rainure dans la planchette de bois mou dans laquelle tournera la tige de bois dur;
3. appointer une extrémité de la tige de bois dur;
4. rassembler la quantité nécessaire de petit bois, d'amadou et de combustible;
5. placer l'amadou dans l'ouverture de la planchette de bois mou pour que la braise puisse y tomber;
6. enrouler la corde de l'archet autour de la tige de bois dur et placer celle-ci sur la planchette de bois mou;
7. rassembler la quantité nécessaire de petit bois et de combustible;
8. appuyer le bloc d'appui contre l'extrémité supérieure de la tige;
9. déplacer l'archet dans un mouvement de va-et-vient pour que la tige de bois dur tourne dans un sens et dans l'autre;
10. exécuter un mouvement régulier de va-et-vient;
11. à l'apparition de fumée, augmenter la vitesse et observer l'apparition de braise;
12. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
13. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)

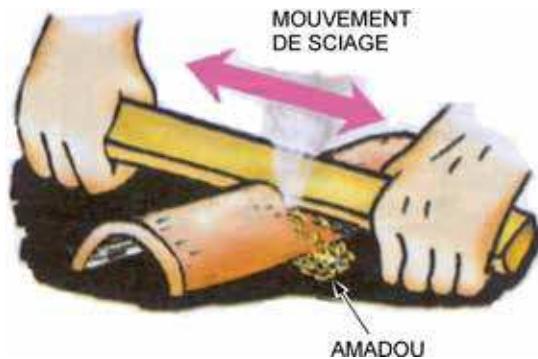
Figure 14A-1 Archet et baguette

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SCIE À FEU

Construire une scie à feu et l'utiliser en suivant les étapes suivantes :

1. sur le côté intérieur de la planche à feu, enlever et fendre en éclats des fibres filandreuses pour qu'elles puissent s'enflammer;
2. sur le côté extérieur opposé à la direction des fibres, aménager un creux dans lequel on exécutera le mouvement de sciage;
3. frotter le bâton à frotter dans le creux de la planche, dans un mouvement de sciage, jusqu'à l'apparition d'étincelles;
4. rassembler la quantité nécessaire de petit bois, d'amadou et de combustible;
5. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
6. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 434)

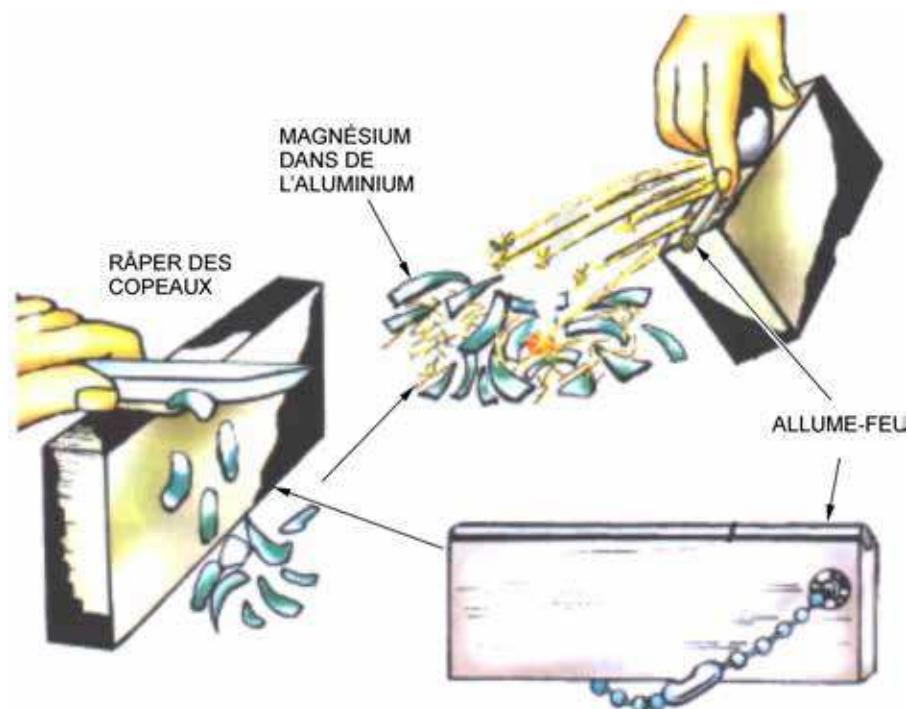
Figure 14B-1 Scie à feu en mouvement

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

PIERRE À FEU ET ACIER

Utiliser une pierre à feu et de l'acier en suivant les étapes suivantes :

1. tenir la pierre à feu aussi près que possible de l'amadou;
2. la frapper avec le dos d'une lame de couteau ou d'un petit morceau d'acier ordinaire;
3. rassembler la quantité nécessaire de petit bois, d'amadou et de combustible;
4. la frapper vers le bas pour que les étincelles tombent sur l'amadou;
5. lorsque l'amadou commence à fumer, souffler doucement sur l'amadou ou l'éventer pour l'envoyer sur la flamme;
6. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
7. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.



P. Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 436)

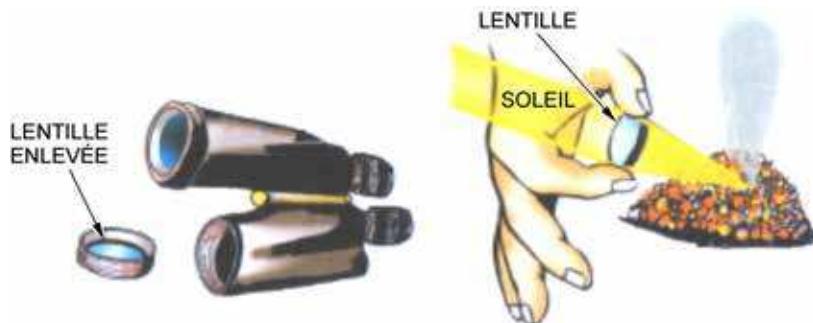
Figure 14C-1 Pierre à feu et acier

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

SOLEIL ET VERRE

Utiliser le soleil et du verre en suivant les étapes suivantes :

1. trouver un endroit ensoleillé dans un espace ouvert;
2. rassembler de l'amadou et du petit bois en une petite pile;
3. utiliser un morceau de verre ou une lentille convexe pour concentrer les rayons du soleil sur l'amadou;
4. lorsque l'amadou commence à fumer, souffler doucement sur l'amadou ou l'éventer pour l'envoyer sur la flamme;
5. lorsque l'amadou commence à fumer, arrêter et souffler doucement sur l'amadou pour l'enflammer;
6. lorsque l'amadou s'enflamme, ajouter la quantité nécessaire de petit bois et de combustible ramassés.

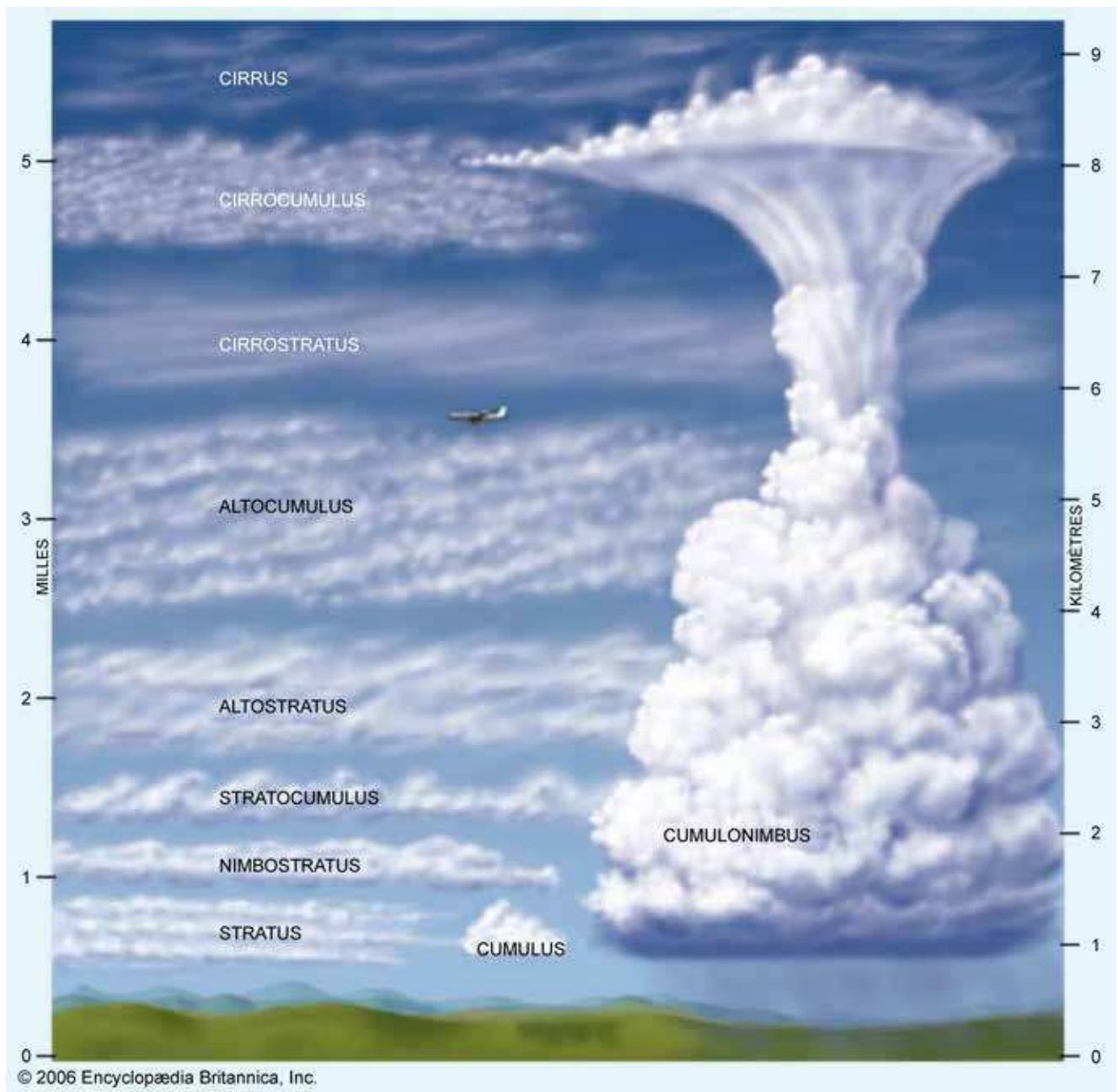


P. Tawrell, *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*, Paul Tawrell (page 437)

Figure 14D-1 Soleil et verre

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

TYPES DE NUAGES COMMUNS



« Cumulus Cloud », par Encyclopædia Britannica, Inc., 2006, Encyclopædia Britannica Online, Droit d'auteur par Encyclopædia Britannica, Inc., 2006. Extrait le 21 novembre 2007, du site <http://cache.eb.com/eb/image?id=93302&rendTypeld=34>

Figure 14E-1 Types de nuages communs

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

HABITATS COMMUNS

Les souches pourries, les roches, les planches de bois ou tout autre matériau se trouvant au sol sont propices aux nids d'insectes et sont d'excellents endroits où trouver une variété d'insectes, comme des fourmis, des termites, des coléoptères et des larves. Les zones herbeuses sont de bons endroits où chercher parce que les insectes y sont faciles à voir. Les insectes suivants sont faciles à trouver dans la plupart des endroits.

Sauterelles. Se trouvent le plus souvent dans les champs à découvert. On les voit sauter du chemin quand on marche. Elles se mangent crues ou cuites, sans les pattes.



Discover Entomology, par Carl D. Patrick, Grasshoppers and Their Control, Droit d'auteur par le département d'entomologie de Texas A&M University, 2008. Extrait le 5 mars 2008 du site <http://insects.tamu.edu/extension/bulletins/l-5201.html>

Figure 14F-1 Sauterelle

Coléoptères. Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol. Les insectes à carapace dure ont des parasites; il faut donc les cuire avant de les manger.



Système canadien d'information sur la biodiversité, Les Carabidés du Canada. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.cbif.gc.ca/spp_pages/carabids/phps/image1_f.php

Figure 14F-2 Coléoptères

Vers. Les vers sont une excellente source de protéines. Creuser le sol humide pour les trouver ou les chercher sur le sol après la pluie. Après les avoir ramassés, les mettre dans de l'eau propre et potable pendant quelques minutes. Ils se purgeront ou se laveront naturellement; après quoi on peut les manger crus.



Cheshire Wildlife Trust, Find Out About Earth Worms, Droit d'auteur par Cheshire Wildlife Trust, 2004. Extrait le 5 mars 2008 du site http://www.wildlifetrust.org.uk/cheshire/watch_earthworms.htm

Figure 14F-3 Ver de terre

Larves. Se trouvent souvent sous des souches pourries, des roches, des planches de bois ou autre matériau se trouvant au sol.



Green Smiths, Grub Worms. Extrait le 5 mars 2008 du site <http://www.greensmiths.com/grubs.htm>

Figure 14F-4 Larves

Insectes aquatiques. On trouve de nombreuses espèces d'insectes comestibles au bord des lacs, des étangs et des océans. Tous les insectes à carapace dure doivent être cuits.



P. Tawrell, *Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book*, Paul Tawrell (page 912)

Figure 14F-5 Insectes aquatiques

IDENTIFIER LES PISTES ET L'HABITAT DES ANIMAUX

Tous les animaux peuvent être une source d'alimentation. Plus on sait de choses sur les animaux, meilleures seront nos chances d'en trouver un. Pour trouver un animal dans la nature, on doit être à l'affût de signes de leur présence. Une fois qu'on reconnaît les signes laissés par un animal et qu'on peut les identifier, il est alors possible d'imaginer une méthode pour le chasser et le piéger.

La plupart des mammifères se déplacent à l'aube et au crépuscule (premières lueurs du jour, dernière lueurs du jour), en empruntant les mêmes trajets entre leurs points d'eau, aires de nourriture et habitats. On peut identifier les empreintes et pistes d'animaux en recherchant des signes particuliers.

Les conseils suivants permettent de trouver et d'identifier les animaux :

- les empreintes sont plus faciles à voir sur de la neige au sol mouillée ou du sable humide,
- la dimension de l'empreinte laissée,
- on peut déterminer le temps écoulé depuis la formation des empreintes en examinant leur netteté et degré d'humidité,
- plus l'empreinte est nette, plus elle est récente. Si de l'eau ou de la pluie s'y est infiltrée, elle peut dater d'un certain temps,
- une végétation dense laisse voir les trajets ou chemins utilisés régulièrement,
- certains animaux ne se déplacent jamais très loin; alors, la présence d'empreintes signifie qu'ils se trouvent probablement dans le secteur,
- les petits animaux creusent des tunnels dans les broussailles denses,
- des brindilles cassées le long d'un trajet indiquent la direction de déplacement et la taille de l'animal.

Lapins et lièvres

Les lapins et les lièvres sont faciles à attraper. Ils vivent soit dans des terriers ou au-dessus du sol et empruntent souvent le même trajet qu'ils utilisent pour revenir sur leurs pas. Ils ont de longues pattes arrière et de petites pattes avant. Quand on cherche des lapins ou des lièvres, se rappeler ce qui suit :

- ils ne laissent que de légères empreintes sur un sol mou,
- ils ont des pattes arrière étroites avec quatre orteils,

- leurs empreintes montrent que les pattes arrière sont à l'avant des pattes de devant au lieu d'être côté à côté,
- ils mangent des écorces d'arbre et peuvent ronger la base des arbres,
- ils avertissent les autres lapins et lièvres en se servant de leurs pattes pour produire des sons. Le son émis ressemble à un bruit lourd et sourd ou à quelqu'un qui frappe un coussin.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 35)

Figure 14F-6 Lapin et empreintes

Écureuils

Les écureuils sont alertes et très agiles. La plupart sont actifs jour et nuit – s'alimentant de noix, de fruits, de pousses et des œufs de certains oiseaux. Leur nid est habituellement de la taille d'un petit sac à dos pour une journée, se compose de brindilles et de feuilles et se trouve haut dans les arbres. Toutefois, durant l'hiver, les écureuils recherchent les trous dans les arbres pour s'en faire des tanières. Ils sont petits et leurs empreintes sont à peine visibles. Voici des signes de la présence d'un écureuil :

- des cônes mâchés,
- des écailles de cône empilées ça et là,
- des pépiements et sifflements forts et aigus presque continus.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 49)

Figure 14F-7 Écureuil et empreintes

Marmottes

Les marmottes se trouvent généralement dans les prés, au bord des routes et dans les champs abandonnés. Elles vivent seules dans des terriers d'une longueur allant jusqu'à 9 m (30 pi), creusés sous des souches, des roches ou le bord des bâtiments. Les terriers comportent habituellement trois entrées. Celles-ci sont visibles, mesurent entre 20 et 30 cm (8 et 12 po) de largeur et se trouvent à proximité de gros monticules de terre.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, *Kaufman Focus Guides: Mammals of North America*, Houghton Mifflin Company (page 91)

Figure 14F-8 Marmotte et empreintes

Porcs-épics

Le porc-épic est le deuxième plus grand rongeur. Il possède des piquants pointus, qui sont solides à la base et barbelés au bout. Cet animal se nourrit principalement d'herbes, de glands et de brindilles et aime beaucoup le sel. Ils laissent les traces et signes suivants :

- ses empreintes : les pattes avant ont quatre orteils et les pattes arrière en ont cinq,
- l'écorce des arbres est arrachée en plaques irrégulières,
- des brindilles mordillées jonchent le sol.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, *Kaufman Focus Guides: Mammals of North America*, Houghton Mifflin Company (page 109)

Figure 14F-9 Porc-épic et empreintes

Castors

On connaît les castors comme des bâtisseurs de barrages. Ce sont des animaux aquatiques qui ont une queue qui semble couverte d'écaillles et matelassée. On les voit régulièrement parcourir les cours d'eau, les lacs et

les marais ou marécages. Ils résident dans une tanière, qu'on appelle une « hutte de castor », où on peut les piéger. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes avant ont cinq orteils et des marques de griffes, mais on n'en voit souvent que quatre,
- les empreintes des pattes arrière sont palmées, arrondies et plus larges,
- les lacs, les marais ou les marécages ont un niveau d'eau plus élevé que la normale,
- la présence de barrages de castor, de huttes, de jeunes arbres tombés et rongés,
- la présence de copeaux d'écorce près de l'eau.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman, Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 110)

Figure 14F-10 Castor et empreintes

Ratons laveurs

Le « bandit masqué » vit dans une variété d'habitats : des forêts aux prairies, en passant par les parcs urbains. Ces animaux préfèrent la proximité de l'eau et des arbres et sont répandus dans les marécages boisés. Ils résident dans des terriers situés le plus souvent dans une souche ou un arbre creux, une crevasse dans une roche, une grotte ou un bâtiment abandonné. Le régime alimentaire terrestre des rats laveurs comprend des noix, des fruits, des insectes, de petits rongeurs et des oiseaux. Prêts de l'eau, ils peuvent manger des grenouilles, des poissons, des mollusques et des insectes. Ils laissent les traces et signes suivants :

- les empreintes des pattes arrière font environ 7.62 cm (3 po) de longueur et ont 5 orteils,
- les pattes avant ressemblent à de petites mains avec cinq doigts.



N. Bowers, R. Bowers, and K. Kaufman Focus Guides: Mammals of North America, Houghton Mifflin Company (page 99)

Figure 14F-11 Raton laveur et empreintes

RECONNAÎTRE LES SIGNES D'ALIMENTATION

Avec un œil exercé, on peut souvent identifier les espèces animales par les marques laissées par leurs dents ou bec sur une noix, ou par la façon dont une noix de pin a été épluchée pour en extraire les graines. Voici certains signes d'alimentation qu'on peut trouver dans la nature :

- des arbres écorcés,
- des coquilles de noix rongées,
- des fruits partiellement mangés,
- des pousses arrachées,
- des restants de proie,
- des animaux laissés par des carnivores ou la destruction de nids.

On trouve souvent des fruits ou des noix abandonnés lorsque la nourriture est abondante - il arrive qu'un animal trouve un morceau qu'il n'aime pas, il le rejette alors pour en essayer un autre. Ces signes révèlent non seulement la présence d'un animal, mais permettent aussi d'établir les appâts pour les pièges.

TROUVER DES EXCRÉMENTS

L'examen des excréments est l'un des meilleurs moyens de savoir s'il s'agit d'un animal herbivore ou carnivore. Leur masse et quantité permettent d'estimer la taille de l'animal. Leur degré de sécheresse est un indicateur du temps écoulé depuis la défécation. Les vieux excréments seront durs et inodores, tandis que les excréments récents seront humides, sentiront encore et peuvent être couverts de mouches.

La composition des excréments peut servir à trouver de quel type d'animal ils proviennent. Des morceaux de végétaux (tiges, graines, écailles et piles) indiquent la présence d'un herbivore. Les excréments des herbivores n'ont presque aucune odeur, bien que ceux des animaux qui se sont gorgés de baies aient une odeur sucrée.

Des excréments remplis de matières animales (écailles, os et fourrure) qui proviennent d'un carnivore ont habituellement une odeur fétide. La présence de mouches indique que les excréments sont récents.

IDENTIFIER LES DÉRACINEMENTS

Certains animaux fouillent le sol à la recherche d'insectes et de tubercules. Si le sol est encore friable et récemment dérangé, il est probable qu'un animal y soit passé, il y a peu de temps. Des petits coups de griffe peuvent indiquer l'endroit où un écureuil ou un autre rongeur a creusé le sol à la recherche de pousses.

DÉTECTOR LES ODEURS ET LES FUMETS

Il faut être vigilant si l'on sent quelque chose d'inhabituel. Essayer de noter les odeurs. Ils offrent des indices sur les espèces animales et végétales présentes à cet endroit. Là où se trouve une espèce animale, d'autres s'y trouveront.

TABLEAU DE LA VALEUR NUTRITIVE DES INSECTES

Insecte (par 100 g)	Protéines (g)	Lipides (g)	Glucides (g)	Calcium (mg)	Fer (mg)
Sauterelles	12.9	5.5	5.1	75.8	9.5
Petites sauterelles	20.6	6.1	3.9	35.2	5.0
Coléoptères aquatiques géants	19.8	8.3	2.1	43.5	13.6
Fourmis rouges	13.9	3.5	2.9	47.8	5.7
Chrysalides de vers à soie	9.6	5.6	2.3	41.7	1.8
Termites	14.2	S.O.	S.O.	0.050	35.5
Charançons	6.7	S.O.	S.O.	0.186	13.1

G. Davenport, *Wilderness Survival*, Stackpole Books (page 161)

Figure 14G-1 Valeur nutritive

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

PLANTES VÉNÉNEUSES COMMUNES



« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site
http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px

Figure 14H-1 Herbe à puce



« Poisonous Plants », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site
http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px

Figure 14H-2 Sumac de l'Ouest

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC

PLANTES VÉNÉNEUSES



« *Poisonous Plants* », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site
http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px

Figure 14I-1 Ricin



« *Poisonous Plants* », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site
http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px

Figure 14I-2 Zigadène vénéneux



« *Poisonous Plants* », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site
http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px

Figure 14I-3 Laurier rose



« *Poisonous Plants* », Gouvernement du Canada. Extrait le 15 novembre 2007 du site
http://cbif.gc.ca/pls/pp/ppack.jump?p_null=illust&p_type=list&p_sci=comm&p_x=px

Figure 14I-4 Pruche vireuse

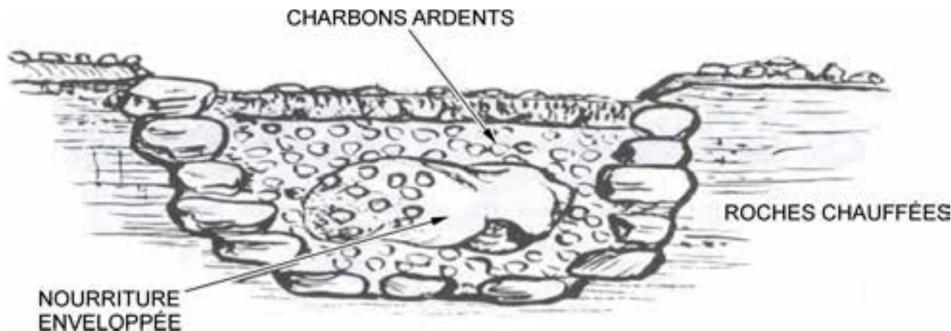
DOCUMENT DE COURS SUR LES MÉTHODES DE CUISSON EN CAMPAGNE

La cuisson en campagne est une compétence importante pour les personnes qui se retrouvent dans une situation de survie. Puisque le corps humain a besoin de nutriments et d'énergie, la cuisson est essentielle à la destruction des bactéries néfastes. Il y a diverses autres façons de cuisiner en campagne.

LA CUISSON DANS UN FOYER PEU PROFOND DOUBLÉ AVEC DES ROCHES

La meilleure façon de cuire en campagne est dans le sol. Quand les aliments sont enfouis, ils cuisent plus vite. Pour ce faire :

1. creuser un foyer peu profond dans le sol,
2. doubler le foyer avec des roches,
3. faire brûler un petit feu pour obtenir une couche de charbons ardents,
4. placer une couche d'herbe mouillée sur les braises quand il n'y a plus de flamme nue et qu'il ne reste que des braises chaudes et ardentes (si l'herbe est sèche, utiliser de l'eau),
5. placer les aliments (déjà préparés pour la cuisson) sur le dessus de l'herbe mouillée,
6. utiliser un bâton pour déplacer les charbons chauds pour les mettre le plus proche possible des aliments. Essayer de mettre quelques charbons sur le dessus des aliments,
7. couvrir les aliments avec la terre qui a été enlevée du foyer.



B-GG-217-000/PT-001 (page 130)

Figure 14J-1 La cuisson dans le sol

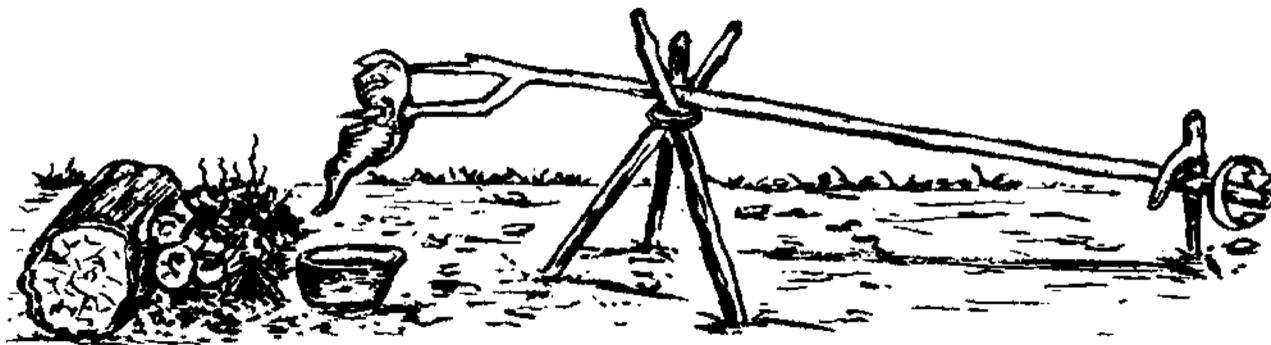


Quand on utilise cette méthode, il est très difficile de vérifier et de voir si les aliments sont cuits. Le temps de cuisson varie selon les aliments à cuire. S'assurer que la nourriture est complètement cuite avant de la consommer. Si on n'est pas certain, la remettre dans le sol pour la cuire plus longtemps.

RÔTISSAGE AVEC UN BÂTON

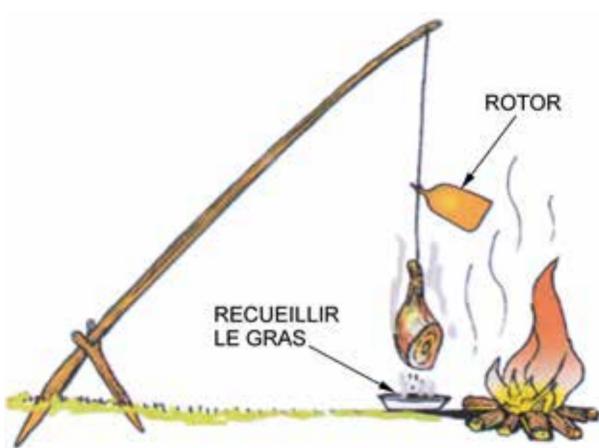
Le rôtissage est une méthode facile de produire des résultats savoureux. Malheureusement, il produit aussi beaucoup de graisse quand on fait cuire de la viande. Pour minimiser les dépôts, mettre une casserole ou un contenant sous les aliments qui rôtissent pour capter la graisse. Mettre le morceau qui cuit à l'extrémité d'un bâton, à côté d'un feu en plein air. Les aliments ne doivent pas être placés directement au-dessus du feu et un contact direct avec la fumée et la flamme doit être évitée autant que possible.

On doit tourner les aliments pour s'assurer qu'ils sont bien cuits. Si l'on suspend les aliments au-dessus du feu, on peut attacher un rotor, fait de plastique ou de papier épais (voir figure 14J-2). Le rotor attrape le vent qui le fait tourner, tournant les aliments.



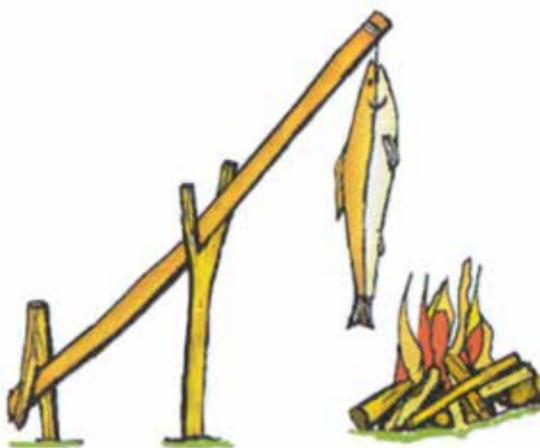
B-GG-217-000/PT-001 (page 129)

Figure 14J-2 Le rôtissage sur un bâton



Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14J-3 Le rôtissage avec un rotor



Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 448)

Figure 14J-4 Le rôtissage d'un poisson

LA CUISSON À L'EAU DANS UN CHAUDRON

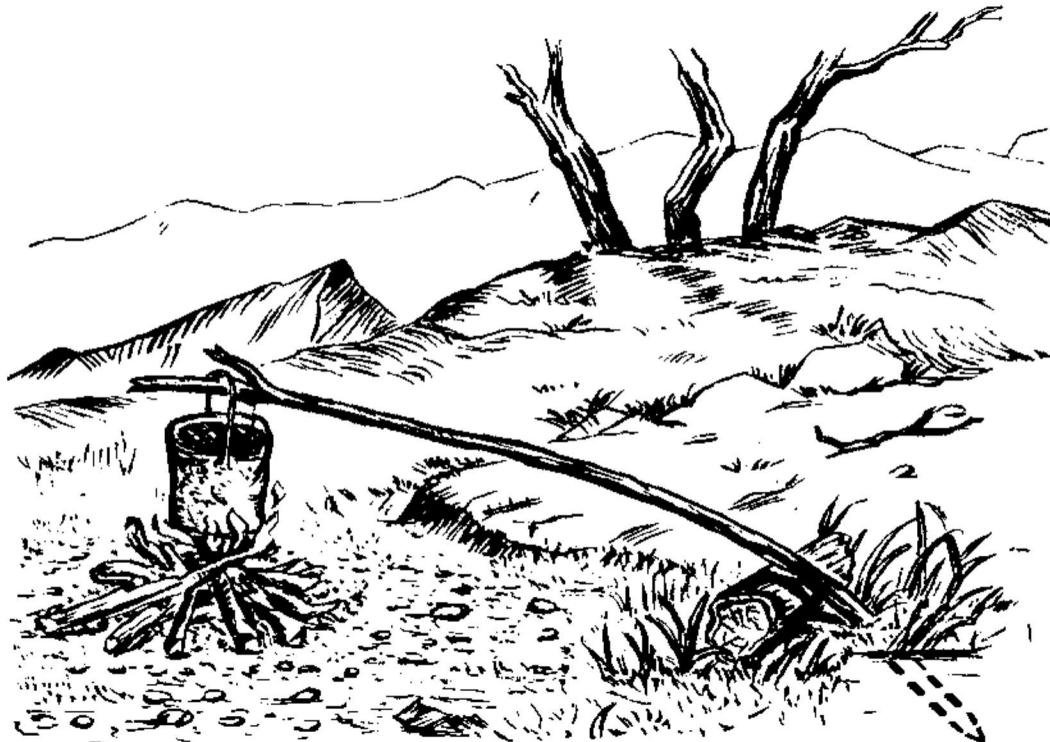
La cuisson à l'eau dans un chaudron peut se faire par-dessus un feu en plein air, tout comme sur un réchaud. Lorsqu'on fait bouillir dans un chaudron, s'assurer que le chaudron est bien droit sur le feu. Cela peut se faire en utilisant une grille, en le coinçant entre deux morceaux de bois épais ou en plaçant des roches autour pour le stabiliser. Il y a de nombreuses façons de placer un chaudron sur un feu en utilisant du bois (voir les figures 14-J-5 à 14-J-8). Il est important de s'assurer que le chaudron est stable et qu'il n'y a aucun risque qu'il tombe dans le feu.



Voir des bulles d'air est une façon facile de constater que l'eau bout.

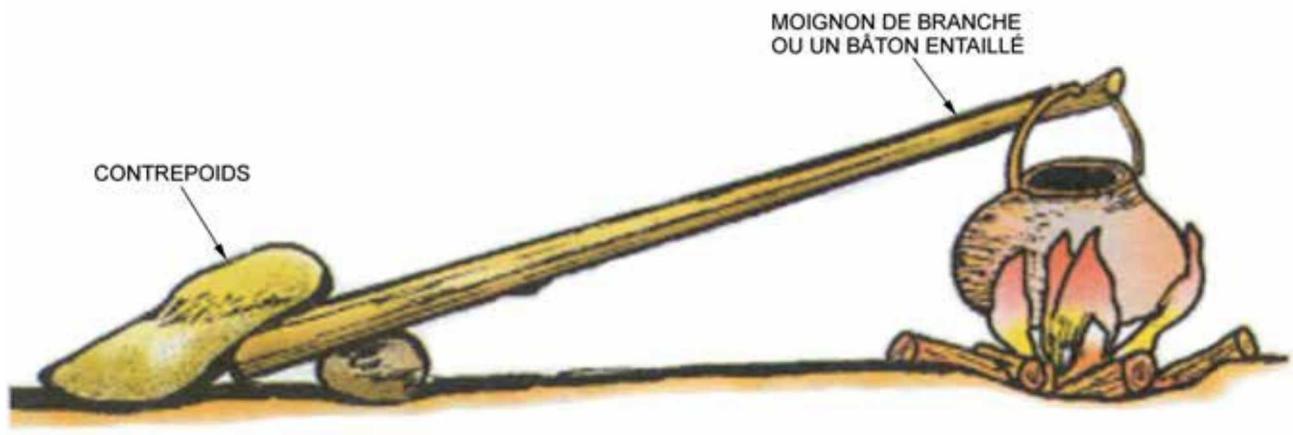


Le débordement par l'ébullition sur un feu en plein air produit normalement une formation de suie à l'extérieur du chaudron. Une couche d'eau savonneuse sur l'extérieur du chaudron facilite le nettoyage.



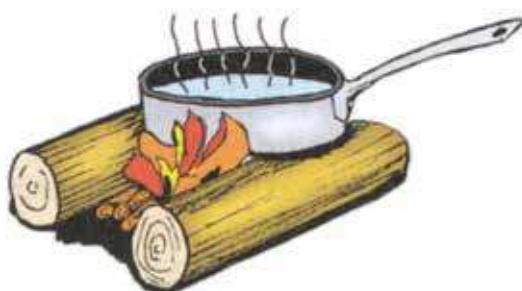
B-GG-217-000/PT-001 (page 128)

Figure 14J-5 La cuisson à l'eau



Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14J-6 La cuisson à l'eau en utilisant un contrepoids



Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 444)

Figure 14J-7 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec du bois



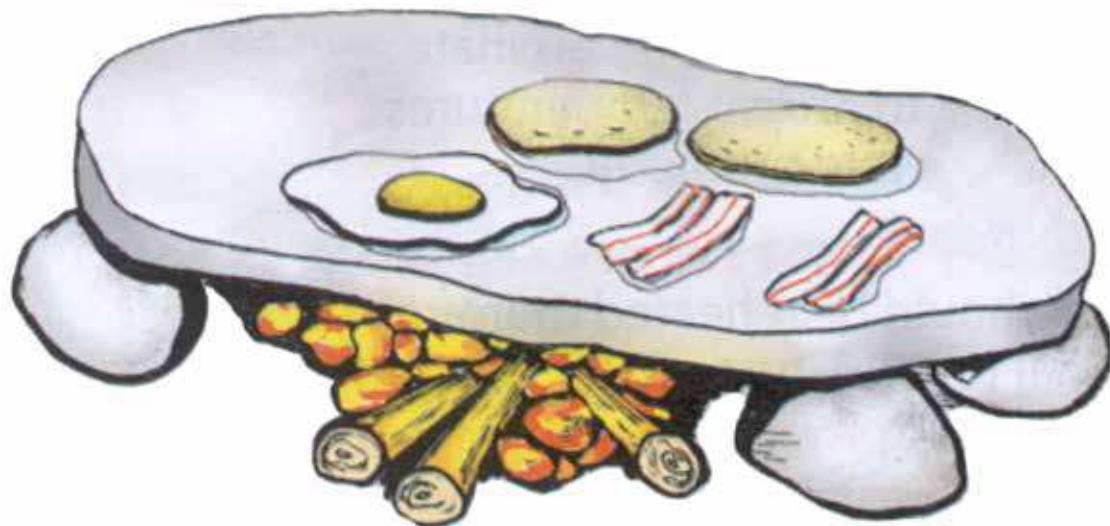
Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14J-8 La cuisson à l'eau sur une flamme nue avec des roches

LA FRITURE

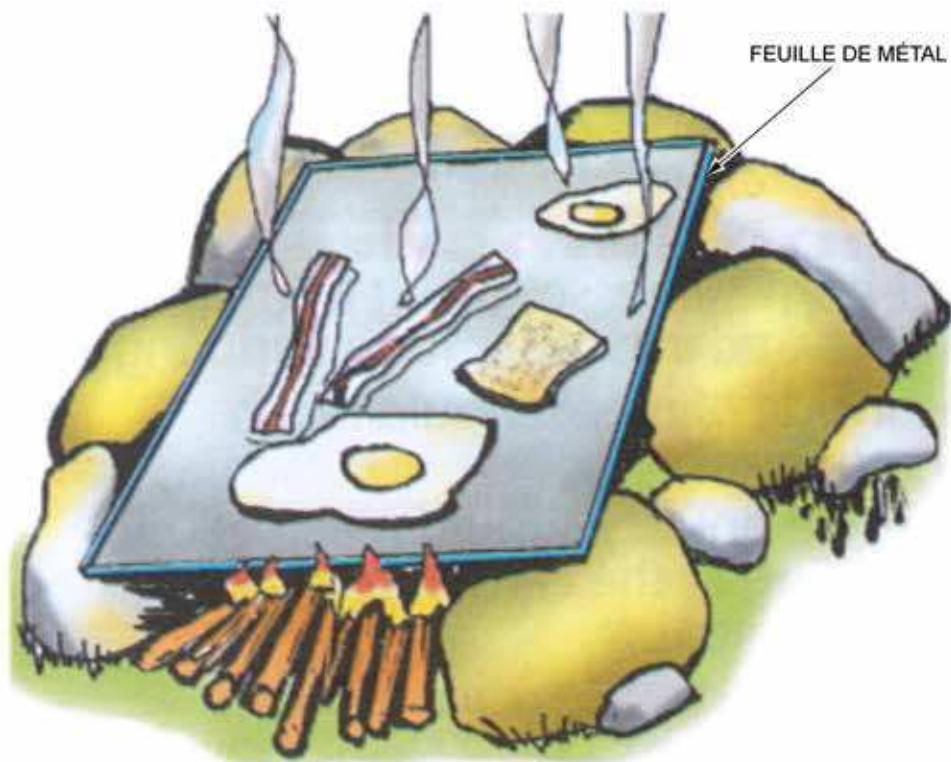
On peut facilement frire des aliments sur une roche ou une feuille de métal. Une roche retient beaucoup de chaleur pendant une longue période de temps. En utilisant cette méthode de cuisson, les aliments peuvent facilement coller s'il n'y a pas une quantité suffisante de graisse.

ROCHE PLATE
À FRIRE



Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14J-9 La friture sur une roche plate



Paul Tawrell, Camping and Wilderness Survival: The Ultimate Outdoors Book, Paul Tawrell (page 442)

Figure 14J-10 La friture sur une feuille de métal

CETTE PAGE EST INTENTIONNELLEMENT LAISSÉE EN BLANC