FICHE REFLEXE : JOURNÉE TYPE

01/01/2026

Dans l'organisation du quotidien, la question du temps à consacrer aux différents moments de la vie constitue un repère essentiel pour le bien-être des Audacieux.ses et des coéquipiers. La spécificité d'une cordée AUDACE implique de prendre en compte des besoins particuliers : il est souvent nécessaire de prévoir une réelle augmentation de la durée accordée aux temps de vie quotidienne et aux périodes de repos. Cette adaptation doit être pensée en fonction de la réalité propre à chaque unité, mais aussi ajustée aux besoins singuliers de chaque personne.

CRITÈRES	INTÉRÊTS - RAISONS
Un temps de sommeil (8H30 minimum) coucher échelonné/lever échelonné	Adapter la quantité de sommeil aux besoins de chacun, ne pas hésiter à se coucher/lever en échelonné.
Un temps de petite toilette matin et dans la journée (¼ heure ou +)	Garantir l'hygiène corporelle, à adapter aux besoins et capacités de chacun, les temps de vie quotidienne peuvent être longs
Un temps de service par repas (1h minimum avant, 30min minimum après)	Ce temps doit couvrir le temps de préparer le repas et de faire la vaisselle. Peut être adapté selon les jours si menus compliqués ou besoin de faire du feu.
Un temps de repas (1 h minimum)	Garantir la sécurité physique. Rendre les audacieux.ses acteurs.
Un temps de repos/sieste	Permettre à tous de se reposer en fonction des

Scouts et Guides de France
Immeuble Le Baudran - Bâtiment D
21-37 rue de Stalingrad 94 110 Arcueil
Tèl : 01 44 52 37 37

sgdf.fr

C0 - Public

(généralement après les services)	besoins
Un temps de conseil d'équipe par jour (½ heure)	Méthode scoute > La vie en équipe et le jeu des conseils
Un temps douche dédié par jour (environ 1 heure) Temps à augmenter selon le nombre de douches, le nombre d'audacieux.ses et le besoin d'accompagnement.	Garantir l'hygiène corporelle. Garantir la sécurité affective des Audacieux.ses. Temps pour que chacun ait le temps (même de se laver les cheveux) sans se sentir pressé.
Un temps prière / spi régulier	Pédagogie > Relation à Dieu
Un temps de jeu	Pédagogie scoute à tout âge
Un temps de projet	Pédagogie scoute
Un temps de conseil de maîtrise (1/2 heure minimum). Ajout possible de temps de régulation.	Permettre à chacun d'exprimer son ressenti Éviter les conflits, rester en solidarité totale entre chefs.

POUR ALLER PLUS LOIN	
Dissocier conseil de maîtrise et temps de détente (5ème ...).	Efficacité du conseil.
Un temps de conseil de camp par jour (temps forum)	Méthode scoute > La vie en équipe et le jeu des conseils
Anticiper les temps de transition dans la journée. Fragmenter les temps dans la journée type.	Bon sens
Quels temps les coéquipiers se réservent-ils? Hygiène personnelle? Repos? Pause? Quel roulement?	Bien être de tous en étant flexible aux besoins sur le camp