



# INFORMATIONS TRÈS IMPORTANTES

## RANDONNÉE PÉDESTRE ET RAQUETTE

### VOTRE DEVOIR EN TERME DE SÉCURITÉ EN PLEIN AIR

La Vallée Bras-du-Nord assure depuis plusieurs années la mise en valeur et l'accessibilité d'un territoire unique pour le plein air au Québec. Au-delà de cette mission, la Vallée Bras-du-Nord se préoccupe également de la sécurité de ses usagers.

En ce sens, il est important pour notre organisation de vous sensibiliser aux responsabilités qui vous reviennent pour assurer votre propre sécurité sur notre territoire.

Votre préparation demeure une étape incontournable pour effectuer vos activités de façon agréable et en toute sécurité.

En venant faire des activités dans la Vallée Bras-du-Nord, vous acceptez la responsabilité qui vous revient en terme de sécurité en plein air et vous autorisez la Vallée Bras-du-Nord à effectuer des opérations de recherche et sauvetage à vos frais (voir détails ici-bas) pour vous-même et les membres de votre groupe.

Notre personnel demeure à votre entière disposition pour toutes informations relatives aux activités que vous avez choisies. N'hésitez pas à demander conseil.



### FRAIS DE RECHERCHE ET SAUVETAGE

**IMPORTANT:** Les frais encourus lors de recherche et sauvetage sont à l'entière charge du bénéficiaire. Sachez que certaines assurances couvrent les frais relatifs à ces risques, il est de votre responsabilité d'effectuer ces vérifications auprès de votre assureur avant votre départ.

#### LES FRAIS DE RECHERCHE ET SAUVETAGE DE LA VALLÉE BRAS-DU-NORD SE DÉTAILLENT COMME SUIV:

Ressources humaines: **75\$ / heure** (temps triple) / secouriste

Frais d'essence et de déplacement pour véhicule 4x4: **0.82\$ du kilomètre** / véhicule

Frais de véhicule tout-terrain (4-roues et motoneige): **200\$** / véhicule / jour

Frais d'administration de base: **200\$**

**Tous autres frais, encourus par les opérations de recherche et sauvetage, non-mentionnés ci-haut vous serons également détaillés et chargés le cas échéant.**

### SACHEZ QUE:

Les activités de plein air comportent certains risques. Vous devez jouer un rôle actif dans la gestion de ces risques en adoptant une attitude préventive.

Il est de votre devoir de vous assurer d'avoir les compétences et les habiletés requises, de disposer du matériel adéquat et détenir les capacités nécessaires au bon déroulement des activités de plein air dans lesquelles vous vous engagez.

Le territoire comporte plusieurs difficultés de communication et d'accès en cas d'urgence.

Nos sentiers ne sont pas patrouillés.

Vous êtes responsable de votre sécurité et de celle de vos pairs en tout temps.

Vous acceptez les risques inhérents à la pratique de la randonnée pédestre et de la raquette tels: hypothermie, fracture, foulure, coup de chaleur, allergie subite (plante, insecte, etc.), rencontre animale, piqûre d'insectes, etc.

### AVANT VOTRE DÉPART:

Prenez connaissance de la carte: les caractéristiques du territoire, le niveau de difficulté des sentiers, la durée estimée pour chaque randonnée selon les saisons.

Avisez toujours quelqu'un de votre itinéraire et de l'heure prévue pour votre retour.

Consultez la liste de matériel recommandé selon votre activité. Cette liste est disponible sur le site Internet de la Vallée Bras-du-Nord.



**ONDAGO GRATUIT**

**Prenez note qu'il existe une application gratuite et facile à utiliser qui se nomme Ondago.**



En téléchargeant cette application, vous obtiendrez les cartes de la Vallée Bras-du-Nord via votre appareil mobile. L'application Ondago permet, grâce au GPS de votre appareil mobile, de vous localiser avec précision sur votre carte. Cette application fonctionne également sans réseau ou lorsque vous n'avez pas accès au Wi-Fi ou à un forfait avec données. Nous vous invitons fortement, par mesure de sécurité, à télécharger cette application.



Sachez que les cellulaires ne fonctionnent qu'à certains endroits sur les sentiers; généralement sur le sommet de certaines montagnes. En cas d'urgence, composez le \*4141 avec votre cellulaire.

### VOTRE RANDONNÉE:

Restez toujours dans les sentiers balisés (rouge et blanc ou bleu et blanc)

Prenez note que l'eau sur le territoire de la Vallée Bras-du-Nord n'est pas considérée potable. Nous vous conseillons fortement de faire bouillir votre eau, d'apporter un filtre ou un traitement de purification d'eau afin de la traiter.

De préférence, ne partez jamais seul en forêt, été comme hiver.

Redoublez de vigilance près des falaises (des chutes de pierres ou de glace pourraient être fatales).



### TEMPS DE PROGRESSION EN RAQUETTE

En hiver, plusieurs facteurs peuvent influencer votre temps de progression en raquette. Parfois, il peut s'avérer difficile de prévoir avec exactitude la vitesse de progression.

En moyenne, cette progression sera d'environ de 2 à 3 km/h. Par contre, après une savoureuse bordée de neige, votre progression pourrait aussi être de 0,5 km/h!

### FACTEURS À CONSIDÉRER POUVANT INFLUENCER VOTRE TEMPS DE PROGRESSION

- La longueur du sentier
- Le dénivelé du sentier
- Le nombre de personnes dans votre groupe (pour «ouvrir» le sentier dans des conditions de neige abondante)
- L'achalandage sur ce sentier : plus celui-ci est faible, moins il y a de chances que le sentier soit damé
- La condition physique et le niveau technique des raquetteurs
- La connaissance du territoire
- Le poids du sac à dos
- Le type de raquette (largeur, poids, etc.)
- Le type d'aliments consommés et l'hydratation du marcheur

Pour votre propre sécurité, nous vous suggérons de communiquer avec nous pour plus de renseignements sur les conditions météorologiques avant votre départ.

