

Guide pratique pour la planification des excursions dans l'arrière-pays

Parc national du Canada Banff

Planifier une excursion dans l'arrière-pays peut s'avérer difficile en raison du grand choix d'endroits à explorer. Cette liste vous aidera à organiser votre excursion et à faire les réservations nécessaires.

Par où commencer ?

Voici quelques questions importantes à considérer lorsque vous planifiez votre excursion. Vous trouverez une liste de ressources supplémentaires au verso.

- **Quel degré d'expérience ont les membres de votre groupe?** La randonnée dans les Rocheuses et dans un parc national pourrait être différente de votre expérience des randonnées passées. Il est préférable de commencer par des excursions relativement courtes ou par des randonnées d'une journée pour vous acclimater et vous familiariser avec la région.
- **Préférez-vous installer un camp de base d'où vous ferez des excursions d'une journée ? Ou désirez-vous camper tous les jours dans un nouvel endroit ?** Si c'est votre première sortie de la saison, si vous venez d'arriver dans la région ou si c'est la première fois que vous organisez une randonnée vous-même, un camp de base est une excellente façon de vous mettre en condition et de vous familiariser avec la région.
- **Combien de kilomètres votre groupe est-il capable de parcourir en une journée ?** Basez-vous sur la personne la plus faible de votre groupe pour prendre des décisions. Les accidents de terrain, les intempéries, l'altitude et la condition physique des membres de votre groupe sont des facteurs dont vous devez tenir compte en décidant de la longueur, la durée et la destination de votre excursion.
- **Combien de nuits voulez-vous camper ?**
- **Quelles activités aimeriez-vous faire ?** Vérifiez les possibilités : p.ex. L'équitation et la bicyclette sont seulement autorisées dans les sentiers désignés. La pêche est interdite dans certains lacs.
- **Êtes-vous bien au courant des risques éventuels ?** Vous devez avoir de bonnes connaissances des dangers naturels et savoir comment les éviter ou quoi faire lorsqu'ils se présentent. Voici des exemples de dangers naturels que vous pourriez rencontrer : traversées de cours d'eau, orages, maladies et blessures, avalanches et animaux sauvages.
- **Avez-vous informé quelqu'un de votre destination ?** Laissez une description détaillée de votre itinéraire chez un ami ou inscrivez-vous au registre des activités à risque au centre d'accueil de Parcs Canada.
- **Avez-vous les permis nécessaires ?** Vous devez vous procurer un *permis d'accès à l'arrière-pays* si vous comptez y passer la nuit, un *laissez-passer de parc* pour entrer dans le parc, un *permis de pêche des parcs nationaux* pour pêcher et un *permis de pâturage* si vous partez à cheval.
- **Comment allez-vous vous rendre au début du sentier et retourner chez-vous ?** Il est difficile de se rendre aux débuts de sentiers si on n'a pas de véhicule et le transport public est limité en dehors de la ville de Banff et du village de Lake Louise. Informez-vous auprès du personnel des centres d'accueil à ce sujet.
- **Votre randonnée continue-t-elle au-delà des limites du parc national Banff ?** Voir *Le guide du visiteur de l'arrière-pays* pour les coordonnées des parcs nationaux et provinciaux voisins.

Rien oublié ?

Ce qui suit est une liste d'effets à emporter, ajustez-la selon vos préférences. Le temps en montagne est imprévisible; il peut faire un temps d'hiver en chaque saison. On peut trouver de la neige en haute montagne en plein été et il peut y avoir des avalanches en n'importe quelle saison. L'équipement nécessaire pour les déplacements en terrain avalancheux ne figure pas sur cette liste.

Vêtements

- Sous-vêtements chauds
- Chandail en laine, veste en duvet ou en polar
- Vêtements imperméables - pantalon, veste, guêtres
- Chapeau et gants / mitaines
- Short, pantalon et chemise
- Chaussettes de rechange
- Chaussures robustes avec support pour les chevilles et bonnes semelles
- Sandales / espadrilles pour les traversées de cours d'eau et pour porter au camp

Abri

- Tente avec auvent imperméable
- Sac à dos
- Sac de couchage
- Poêle, carburant, casserole, assiettes et couverts, ustensiles de cuisine
- Nourriture - provisions pour une journée supplémentaire
- Filtre à eau, tablettes pour épurer l'eau ou carburant supplémentaire pour la faire bouillir

Autres effets essentiels

- Permis d'accès à l'arrière-pays
- Carte topographique
- Boussole
- Allumettes hydrofuges ou briquet
- Chandelle
- Lampe de poche et piles supplémentaires
- Trousse de premiers soins
- Dispositif pour signaler (sifflet ou miroir)
- Couverture de secours
- Trousse de réparation
- Lunettes de soleil, chapeau
- Lotion solaire et baume pour les lèvres
- Sacs à déchets
- Papier et crayon
- Papier hygiénique
- Corde - environ 8 m
- Couteau
- Bouteille à eau
- Matelas isolant

Facultatif

- Jumelles
- Altimètre
- Carnet de notes/carnet à croquis
- Appareil photo et film
- Vaporisateur de gaz poivré
- Articles de toilette
- Pelle
- Insectifuge
- Guide(s)

Avez-vous consulté les derniers bulletins ?

Consultez les derniers bulletin avant de réserver et consultez-les de nouveau juste avant votre départ. On peut consulter ces bulletins aux centres d'information de Parcs Canada, sur notre site web et au téléphone.

- | | | | |
|---|----------------|--|----------------|
| <input type="checkbox"/> Bulletin des sentiers | (403) 760-1305 | <input type="checkbox"/> Bulletin routier (hiver) | (403) 762-1450 |
| <input type="checkbox"/> Bulletin météorologique | (403) 762-2088 | <input type="checkbox"/> Bulletin d'avalanches (hiver) | (403) 762-1460 |
| <input type="checkbox"/> Avertissements et fermetures | (403) 762-1550 | | |

Avant de prendre le sentier, vérifier les avertissements et fermetures affichées au début du sentier.

Le saviez-vous ?

Règlement

- ◆ Un permis d'accès à l'arrière-pays est requis; il faut l'avoir sur soi en tout temps.
- ◆ La bicyclette est permise dans certains sentiers désignés uniquement.
- ◆ Les feux sont permis uniquement dans les campings dotés de cercles de feu en métal ou dans les campings sauvages.
- ◆ Les provisions et articles de toilette doivent être suspendus à des perches à ours ou à une corde, tendue entre deux arbres.
- ◆ Ramenez tous vos déchets (incluant tampons et serviettes hygiéniques, couches, nourriture et papier aluminium)
- ◆ Ne dérangez ou ne ramassez pas d'objets naturels ou culturels.
- ◆ Les chiens doivent être tenus en laisse en tout temps. Pourquoi ne pas les laisser plutôt à la maison?
- ◆ Défense de nourrir, toucher ou harceler les animaux.

Comment vous pouvez aider à protéger le parc. Ne laissez pas de traces : <http://www.LNT.org/>

- ◆ Planifiez et soyez prêt.
- ◆ Entreposez les déchets comme il faut.
- ◆ Réduisez l'impact des feux de camp à un minimum.
- ◆ Laissez les choses là où vous les trouvez.
- ◆ Respectez la faune.
- ◆ Circulez et camper sur des surfaces durables.
- ◆ Respectez les autres visiteurs.

Détails de l'excursion

Nom du chef de groupe: _____ Téléphone: _____

Adresse: _____

Nombre d'adultes : _____ Nombre d'enfants (16 ans et moins) : _____ Nombre de tentes : _____

N° de plaque d'imm.(véhicule 1) : _____ N° de plaque d'imm.(véhicule 2) : _____

Itinéraire - 1^{er} choix : _____

Début de sentier : _____

1^{er} jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

2^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

3^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

4^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

5^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

Fin de sentier : _____

Itinéraire - 2^e choix : _____

Début de sentier : _____

1^{er} jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

2^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

3^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

4^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

5^e jour : _____ Parcours : _____ km : _____ Camping : _____

Fin de sentier : _____

Et maintenant, faites vos réservations !

Communiquez avec le Centre d'information de Parcs Canada pour acheter vos laissez-passer et permis de parc (*voir Ressources et Répertoire*). Pour une somme modeste, vous pouvez faire des réservations jusqu'à 3 mois à l'avance.

Ressources et répertoire, Cartes et lecture recommandée

Cartes topographiques et guides en vente chez les Amis du parc national Banff :

<http://www.friendsofbanff.com> (403) 762-8918

Publications : distribuées aux Centres d'information de Parcs Canada

- ◆ Guide pour les usagers de l'arrière-pays, parc national Banff
- ◆ Sommaire des règlements de la pêche sportive, parcs nationaux des montagnes.
- ◆ Les ours et les gens : un guide sur la sécurité et la conservation sur les sentiers.

Centre d'information de Banff Centre d'accueil de Lake Louise

224, avenue Banff (Alb)

(403) 762 - 1550

Banff.trails@pc.gc.ca

Samson Mall, Lake Louise, AB

(403) 522 - 3833

LL.Info@pc.gc.ca

Centre de services de Parcs Canada

Calgary, AB

(403) 292 - 4401

Bureau des gardes de Banff (403) 762-1470

Site Web Parc National Banff <http://www.parkscanada.gc.ca/banff>

SZ-V.2-03/07/03