

## DEMANDE D'ACCÈS À L'ARRIÈRE-PAYS AVEC NUITÉES

Le territoire des réserves fauniques Assinica et des lacs Albanel-Mistassini-et-Waconichi (AMMW) s'étend ensemble sur plus de 25 000 km<sup>2</sup>. De grandes portions du territoire sont considérées comme des régions isolées, étant éloignées de tous services. Ces conditions nécessitent des mesures particulières et adaptées à suivre quant à la gestion des risques.

Cette autoévaluation permet aux participants, qui désirent fréquenter l'arrière-pays, évaluer leurs compétences pour réaliser une expédition de façon autonome avec les conditions du territoire. Ce formulaire doit **obligatoirement** être rempli par **tous les membres** et transmis avec les autres documents obligatoires **avant le départ** pour une activité. La Corporation Nibiischii s'accorde le droit de refuser ou d'annuler une activité si elle considère qu'il y a des éléments qui pourraient mettre les participants à risque, tel que des conditions météorologiques dangereuses, des feux de forêts, des documents obligatoires non remplis, une mauvaise planification, aucun moyen de communication, etc. Ces mesures sont mises en place afin d'assurer la sécurité de tous et de réduire les facteurs de risques.

Notre équipe tient à mettre l'emphase sur l'importance d'une préparation méticuleuse en ce qui a trait aux documents obligatoires à fournir avant le départ puisqu'ils permettront de mettre en marche les mesures appropriés en cas d'urgence. De plus, une bonne préparation en amont est essentielle pour la planification du matériel, de la nourriture et des techniques de canot camping à adopter en milieu isolé. Les conditions météorologiques changeantes et l'isolement sont deux facteurs de risques importants à considérer et nous souhaitons que tous en soient informés et conscients. Pour connaître davantage les risques reliés à cette activité, il est possible de consulter notre onglet - sécurité et gestion du risque sur notre page web : <https://www.nibiischii.com/fr/>

### AUTOÉVALUATION DES COMPÉTENCES ET ÉTAT DE SANTÉ DU PARTICIPANT – CANOT CAMPING, ACCÈS À L'ARRIÈRE-PAYS

Nom du participant : \_\_\_\_\_

#### EXPÉRIENCE EN CANOT

J'ai déjà suivi une formation de canot.                      Oui                      Non

Si oui, indiquez le type et le niveau de formation que vous avez suivi ainsi que le nom de l'association qui vous a fourni la formation : \_\_\_\_\_

J'ai de l'expérience en canot et je suis confiant de mes compétences pour partir de façon autonome durant l'entièreté du séjour.

Tout à fait d'accord                      En accord                      Plutôt en désaccord                      En désaccord

Je suis en mesure de diriger l'embarcation avec dextérité, d'éviter les obstacles, de contrôler la direction lorsqu'il y a de forts courants et dans les rapides.

Tout à fait d'accord                      En accord                      Plutôt en désaccord                      En désaccord

Je suis à l'aise de manœuvrer dans les classes de rapides suivantes :

R1 Niveau très facile                      R2 Niveau débutant  
R3 Niveau intermédiaire                      R4 Niveau avancé                      R5 Niveau expert

*CLASSE 1 (R1) : Eau en mouvement avec faible courant et quelques rares obstacles possibles. CLASSE 2 (R2) : Courant plus rapide avec petites vagues régulières. Présence possible d'obstacles tels que des roches et petits seuils. CLASSE 3 (R3) : Rapide avec de grosses vagues, présence de rouleaux et contre-courants. CLASSE 4 (R4) : Rapide avec vagues et remous intenses ainsi qu'un potentiel de nombreux obstacles. Nécessite des manœuvres précises et techniques. CLASSE 5 (R5) : Rapide souvent long, avec grosses vagues irrégulières, de nombreux obstacles et seuils nécessitant des manœuvres très techniques*

Je peux effectuer différentes manœuvres en canot, tel que l'arrêt parallèle à la berge, un arrêt à contre-courant, diriger le canot dans des rapides ou de forts courants et les coups en J, d'appel et d'écart.

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

Je sais comment contrôler une embarcation lors de grands vents avec des vagues déferlantes de façon sécuritaire.

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

Si l'embarcation chavire, je connais les méthodes de récupération et, dans le cas où il y a deux embarcations, je peux effectuer la méthode de récupération en T.

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

Je connais les techniques pour porter un canot en forêt sur des distances variables (peut aller de quelques centaines de mètres à quelques kilomètres en fonction du trajet).

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

Je suis à l'aise de faire un trajet de canot camping, comportant un nombre variable de portages de façon complètement autonome avec peu ou pas d'indication sur place quant à la direction à emprunter ou l'emplacement des portages.

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

Je sais comment utiliser, me repérer et me diriger avec les instruments de navigation suivants :

- |            |     |     |
|------------|-----|-----|
| - Boussole | Oui | Non |
| - GPS      | Oui | Non |
| - Carte    | Oui | Non |

Je connais les positions de nage à adopter dans des rapides si l'embarcation chavire et que je suis conscient des risques d'hypothermie reliés à une chute dans l'eau lors de l'activité.

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

J'ai les vêtements appropriés pour pratiquer l'activité de canot durant la journée sans éprouver d'inconfort (chaud, froid, confort, etc.).

Tout à fait d'accord      En accord      Plutôt en désaccord      En désaccord

## EXPÉRIENCE EN CAMPING ET RÉGION ISOLÉE

### Campement

Je suis en mesure de faire du camping sauvage en l'absence d'infrastructures (sans terrain de camping, de rond à feux, de sentier, de plateforme, d'abris préinstallés, etc.).

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je suis à l'aise de dormir pendant plusieurs jours consécutifs dans des abris de camping (tente, hamac, etc.).

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je suis en mesure d'établir, de façon autonome, le campement pour la nuit.

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je suis en mesure de monter une tente, d'installer une bâche et connais quelques nœuds pour attacher mon équipement.

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je suis en mesure d'allumer un feu par mes propres moyens

Il est important de préciser que les feux sont permis sous certaines conditions, dont l'indice de feu.

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je suis conscient et préparé à l'éventualité de devoir rester au campement plusieurs jours en cas de conditions météorologiques défavorables pour les déplacements sur l'eau (fort vent, tempête, brouillard, etc.)

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

J'adapte mon habillement en fonction des conditions et j'ai des vêtements appropriés pour rester au chaud au campement lorsque l'activité physique est restreinte.

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je sais comment réagir si je croise un ours en fonction de son comportement.

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je possède l'ensemble du matériel nécessaire et obligatoire pour pratiquer l'activité et je suis conscient que la Corporation Nibiischii ne fournit aucun matériel.

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord

Je suis en mesure de mettre la nourriture, les déchets et toute matière odorante à l'abri de la faune sauvage (sacs à ours, contenant anti-ours, etc.)

Tout à fait d'accord   
  En accord   
  Plutôt en désaccord   
  En désaccord



