

Fiche d'informations à remplir



Orientez votre excursion

Personne	1	2	3	4
Nom				
Prénom				
Handicap				
Problème médical				
Médicament				
Médecin de famille				
Âge				
Taille				
Poids				
Cheveux				
Lunettes				
Couleurs des vêtements				
Chaussures (pointure)				
Photocopie de la semelle				
État de la préparation				
Connaissance en survie				
Expérience de plein air				
Connaissance carte-boussole-GPS				
Connaissance secourisme				
Connaissance de la région				

Départ (date et heure) : _

Retour (date et heure) : _

Motif du voyage : _

Itinéraire : _

Lieu de départ : _

Lieu d'arrivée : _

Itinéraire prévu : _

Carte : (Annexez une copie / identifiez caches-refuges-chalets)

Transport prévu : (Véhicule - plaque) : _

Équipement apporté

- | | | |
|------------------------------------|--|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Sac à dos | <input type="checkbox"/> Trousse de premiers soins | <input type="checkbox"/> Sifflet |
| <input type="checkbox"/> Eau | <input type="checkbox"/> Lampe de poche | <input type="checkbox"/> Raquettes |
| <input type="checkbox"/> Allumeur | <input type="checkbox"/> Trousse de survie | <input type="checkbox"/> Skis |

Vêtements supplémentaires

Tente (couleur) : _

Nourriture (jour / personne) : _

Radio (type + fréquence) : _

Dispositif de signalisation : _

Balise de localisation personnelle (BLP) : _

Cellulaire : ()
Numéro Compagnie Propriétaire

Arme à feu (calibre et munitions) : _

Bateau, VTT : _

Questionnaire rempli par :

Nom : _

Adresse : _

Téléphone : _

Bonne randonnée!

www.surete.qc.ca

Conseils pratiques

pour une activité de plein air sécuritaire

La Sûreté du Québec est responsable de la recherche terrestre sur l'ensemble du territoire québécois. Plusieurs partenaires et de nombreuses organisations bénévoles participent avec elle dans l'application de ce mandat. Cet outil renferme une foule de conseils qui vous aideront à planifier vos activités de plein air et vos excursions en toute sécurité.

Bonne randonnée!

Urgence : **911**
310 - 4141
*** 4141**

Si vous possédez un téléphone satellite, vous devez connaître le numéro d'urgence de la région où vous vous trouvez.

Avant de partir

Planifiez votre excursion

- Consultez la météo;
- Réappropriiez-vous vos techniques de lecture de cartes, boussole et GPS;
- Informez quelqu'un de votre itinéraire, du nombre de personnes qui vous accompagnent, de la durée de votre excursion et de la date de votre retour;
- Remplissez la fiche ci-jointe et remettez-la à une personne de votre entourage.

Quoi porter et apporter

- Chaussures solides et appropriées à votre activité
- Vêtements résistants et confortables
- Vêtements chauds de rechange
- Eau et nourriture
- Carte et boussole ou GPS
- Trousse de premiers soins
- Trousse de survie contenant : insecticide, allumettes à l'épreuve de l'eau, sifflet, couverture de secours
- Pâte allume-feu, bâton lumineux, fusée routière
- Couteau, lampe de poche
- Grand sac en plastique orange (peut servir d'abri, d'imperméable, de signalisation, etc.)

Posez-vous la question :

« Suis-je prêt et équipé pour passer une nuit en plein air si je suis égaré ? »

Pendant votre excursion

- Si vous êtes seul, marquez votre passage à l'aide de branches, d'un ruban marqueur ou de roches, par exemple;
- Si vous êtes en groupe, restez à la vue des autres et rassemblez ceux qui s'éloignent trop. Il faut toujours marcher à la vitesse de la personne la plus lente car si une personne se sépare du groupe, elle est plus susceptible de s'égarer.

Si vous croyez vous être égaré

- NE PANIQUEZ PAS;
- Arrêtez de marcher quelques minutes et concentrez-vous sur les moyens de vous en sortir;
- Marquez votre position;
- Regardez autour de vous;
- Restez à l'écoute;
- Évaluez la situation.

Lorsque vous réalisez que vous êtes perdu

- Envisagez de passer la nuit en forêt;
- Pensez à vous construire un abri;
- Restez sur place, rendez-vous visible et attendez les secours *Habituellement, les gens qui continuent de marcher après s'être égarés s'éloignent des routes, des sentiers et des personnes qui les cherchent;*
- Si vous continuez de marcher ...
Le danger de blessures augmente;
La fatigue s'installe;
Le stress accroît votre incapacité de retrouver votre milieu connu.

Saviez-vous que...

Les recherches débutent toujours à l'endroit présumé de votre disparition.

Pour signaler votre présence

Sifflez, faites du bruit ;
Faites un feu; la fumée aidera à vous repérer;
Repérez un endroit peu boisé pour qu'on puisse vous voir;
Si vous avez un cellulaire, pensez à vous rendre à un sommet pour l'activer (un cellulaire en fonction peut être localisé par triangulation);
L'hiver, dans une clairière, dessinez avec du sapinage des signaux qui peuvent être aperçus des airs.

Rappelez-vous toujours de l'erreur la plus commune :

« Cela ne m'arrivera jamais ».