

# **Conditions préalables à la pratique de l'activité**

## **Nautiques en rivière calme**







**Parc des  
Appalaches**

La vraie aventure nature









## Sommaire

1.	Condition physique et aptitude des participants .....	3
2.	Équipement requis .....	3
3.	Connaissance et respect du parcours.....	3
4.	Conditions environnementales et météorologiques.....	3
5.	Sécurité et conduite responsable.....	4
6.	Respect du milieu naturel .....	4
7.	Assurances et responsabilité .....	4
8.	Acceptation des conditions .....	5






## 1. Condition physique et aptitude des participants

-  Le participant doit être en bonne condition physique et apte à effectuer un effort modéré de pagaie sur une période prolongée.
-  Il doit idéalement savoir nager et être à l'aise dans l'eau, même en situation d'immersion accidentelle.
-  Toute personne présentant une condition médicale pouvant affecter sa sécurité (malaise, blessure, prise de médicaments, etc.) doit en informer le personnel du parc avant l'activité.
-  Les enfants mineurs doivent être accompagnés d'un adulte responsable et placés sous supervision constante.





## 2. Équipement requis

-  Une location d'embarcation au Parc ou avoir laver et régler les frais de mise à l'eau de vos embarcations.
-  VFI (vêtement de flottaison individuel) ou gilet de sauvetage approuvé par Transports Canada – port obligatoire en tout temps sur l'eau (fournis par le Parc).
-  Embarcation en bon état (canot, kayak, planche à pagaie, etc.) conforme aux règlements de sécurité nautique (fournis par le Parc).
-  Pagaie en bon état et adaptée à l'activité (fournis par le Parc).
-  Corde d'attrape, sifflet, écope/pompe, selon la réglementation applicable (fournis par le Parc).
-  Vêtements adaptés à la température de l'eau et aux conditions météo (éviter le coton, privilégier des tissus synthétiques ou néoprène).
-  Bouteille d'eau, collations, protection solaire, chapeau et lunettes avec cordon de sécurité.
-  En cas de sortie prolongée : sacs étanches, carte du parcours et trousse de premiers soins.







## 3. Connaissance et respect du parcours

-  Le participant doit prendre connaissance du parcours, de sa longueur, de ses points de mise à l'eau et de sortie, ainsi que des zones potentiellement à risque (courants, roches, obstacles, etc.).
-  Le parcours est classé "rivière calme" (courant faible, sans rapides, accessible aux débutants).
-  Il est obligatoire de suivre l'itinéraire désigné par le Parc des Appalaches.
-  Le participant doit respecter les directives données par le personnel avant le départ.
-  Il est recommandé de prévoir un délai suffisant pour compléter l'aller et le retour avant la fin du temps de location.







## 4. Conditions environnementales et météorologiques

-  L'activité dépend des conditions météo : pluie, vent, brouillard, froid ou chaleur extrême peuvent influencer la sécurité.
-  Le parc se réserve le droit de reporter, modifier ou annuler l'activité si les conditions sont jugées dangereuses (vent fort, crue, orage, visibilité réduite, etc.).
-  Les participants doivent vérifier les prévisions météo et adapter leur tenue avant le départ.
-  L'utilisation de l'eau du cours d'eau est interdite à la baignade.





## 5. Sécurité et conduite responsable

-  Le participant doit respecter les règles de sécurité nautique et conserver en tout temps une attitude vigilante et prudente.
-  Port du VFI obligatoire pour tous, en tout temps sur l'eau.
-  La consommation d'alcool, de drogue ou de toute substance altérant les facultés est strictement interdite avant et pendant l'activité.
-  Le participant doit rester dans son embarcation nécessité (ex. portage, mise à l'eau, sortie).
-  Il est interdit de s'accrocher aux autres embarcations.
-  En cas de chavirement, le participant doit demeurer calme, rester avec son embarcation et appliquer les consignes de récupération apprises.

## 6. Respect du milieu naturel





-  Le participant s'engage à protéger l'écosystème aquatique et riverain : éviter de déranger la faune (oiseaux, castors, poissons, etc.).
-  Ne pas piétiner la végétation riveraine et ne rien jeter dans l'eau ni sur les berges.
-  Rapporter tout déchet au point de sortie.
-  Le respect des zones protégées, sites de nidification ou habitats sensibles est obligatoire.
-  Le lavage des embarcations privées avant l'activité est fortement recommandé pour prévenir la propagation d'espèces envahissantes.
-  Si vous possédez un chien :
  - Le maintenir en laisse et en être maître en tout temps ;
  - Ramasser et rapporter les excréments de son chien ;
  - Éviter de déranger la faune.

## 7. Assurances et responsabilité

-  Le parc détient une assurance responsabilité civile couvrant la tenue d'activités encadrées.
-  Chaque participant demeure responsable de son comportement, de son équipement personnel et du respect des consignes de sécurité.
-  Le participant reconnaît les risques inhérents à la pratique d'activités nautiques, incluant : risque de chavirer et/ou de noyade, étirements musculaires, essoufflement chronique, faiblesse musculaire, usure cutanée, blessures avec le matériel, blessures graves aux articulations, se perdre, collision avec un autre utilisateur, submersion de l'embarcation, rencontre d'animaux sauvages, mauvaise condition du parcours, piqûres d'insectes, courants, malaises causés par le soleil ou par le froid, foudre, précipitations, vents, etc.
-  Il est recommandé de détenir une assurance personnelle couvrant les activités nautiques.

## 8. Acceptation des conditions

Avant de participer à l'activité, le participant doit :

-  Avoir pris connaissance des présentes conditions ;
-  Reconnaître les risques liés à l'activité et les accepter ;
-  S'engager à respecter les consignes de sécurité, les règlements du Parc des Appalaches et les directives des guides ;
-  Autoriser le personnel du parc à prendre les mesures nécessaires en cas d'urgence pour assurer sa sécurité.