



# RÉSERVE DE PARC NATIONAL PACIFIC RIM SENTIER DE LA CÔTE-OUEST GUIDE DE PRÉPARATION DU RANDONNEUR 2015



*En tant que l'un des 44 parcs et réserves de parcs nationaux partout au pays, la réserve de parc national Pacific Rim protège à tout jamais un exemple important du patrimoine naturel et culturel du Canada dans l'intérêt des générations actuelles et futures, tant pour leur plaisir que pour l'enrichissement de leurs connaissances.*

**A**vec la chaîne de montagne insulaire de l'île de Vancouver comme toile de fond et l'océan Pacifique à ses pieds, la Réserve de parc national du Canada Pacific Rim (RPNPR) représente et protège les eaux côtières et les forêts des basses-terres littorales de la côte ouest de l'île de Vancouver. La réserve comprend trois secteurs: la plage Long, l'archipel Broken Group, et le sentier de la Côte-Ouest (SCO).

Le SCO est un parcours de 75 km qui fait partie d'anciens sentiers et parcours qu'empruntaient les Premières Nations pour faire des échanges et se déplacer. Les villages et les campements

des Huu-ay-aht, Ditidaht, et Pacheedaht étaient établis bien avant que les voiliers de l'étranger atteignent les côtes de cette région, il y a de cela plus de 200 ans.

Au fil des ans et au fur et à mesure que le nombre de vaisseaux traversant le détroit Juan De Fuca s'accroît, le nombre de naufrages et de noyades augmente également le long de la côte, qui prend alors le nom de « cimetière du Pacifique ».



Le gouvernement canadien érige le phare de cap Beale en 1873 et celui de Carmanah en 1891 afin d'aider les marins à naviguer dans les basses, les courants, l'épais brouillard et les tempêtes hivernales. Une ligne télégraphique est également installée à travers les sentiers et le territoire traditionnel des Premières Nations Huu-ay-aht, Ditidaht et Pacheedaht afin d'établir des communications entre les phares et Victoria.

Les phares et la ligne télégraphique sont utiles mais ne suffisent pas à empêcher le nombre de naufrages d'augmenter. Le terrible naufrage du bateau à vapeur Valencia en 1906, qui entraîne la perte de 125 vies, suscite l'indignation du public et incite le gouvernement à prendre d'autres mesures : il construit le phare Pachena en 1907, crée des postes de sauvetage à Cloo-ose et à Bamfield, et améliore la ligne télégraphique pour que le sentier assure le salut des naufragés et de leurs sauveteurs grâce à six abris contenant des provisions. Le sentier de salut est abandonné avec l'amélioration de la technologie de navigation. La réserve de parc national Pacific Rim est établie en 1970 et le sentier y est intégré en 1973 en tant que sentier de randonnée, ouvrant un nouveau chapitre de son histoire.



Aujourd'hui, les grands randonneurs pédestres connaissent ce sentier sous le nom du sentier de la Côte-Ouest et ils viennent admirer la beauté de la région, relever les défis du sentier et marcher dans les pas de ceux qui les ont précédés. Cette randonnée difficile n'est toutefois pas pour tout le monde.

### **Tous les membres de votre groupe doivent être prêts à affronter :**

- 5 à 7 jours dans l'arrière-pays
- un terrain accidenté et difficile : il faut environ deux jours pour parcourir la section sud du sentier de 22 km entre la rivière Gordon et le ruisseau Walbran
- un parcours glissant sur un sentier boueux, des surfaces en bois, de gros rochers et une côte rocheuse
- des rivières à traverser à gué, des échelles, des bacs à câble, un sentier irrégulier, des pentes raides et des paquets de terrain boueux
- des structures endommagées : le sentier est constamment entretenu
- un climat de forêt pluviale tempérée; il tombe en moyenne 330 cm de pluie par année, des pluies fortes peuvent survenir à tout moment, et sont fréquentes en mai et en juin. La crue de certains cours d'eau peut entraîner des retards de plusieurs jours. Il n'est pas rare que la région soit couverte de brouillard, surtout en juillet et en août. La température estivale moyenne est de 14°C (57°F). Les incidents d'hypothermie et de blessures sont beaucoup plus nombreux pendant les périodes prolongées de précipitations
- des accidents et des blessures; en cas d'accident, les secours peuvent prendre plus de 24 heures à arriver

### **Le sentier de la Côte-Ouest est pour les randonneurs :**

- possédant de l'expérience en camping dans l'arrière-pays; des chefs de groupe expérimentés ne peuvent pas compenser le manque d'expérience des randonneurs

- pouvant parcourir de grandes distances en terrain accidenté avec un sac à dos lourd (les blessures récurrentes aux genoux, au dos ou aux chevilles s'aggravent souvent sur le sentier)
- disposés à séjourner en milieu sauvage
- capables d'attendre si la situation entraîne des retards
- de plus de 12 ans (Parcs Canada ne délivre pas de permis aux enfants de moins de six ans)

**Les animaux de compagnie et les armes à feu ne sont pas autorisés sur le sentier.**

## PLANIFICATION DE VOTRE EXCURSION

Le SCO est ouvert du 1er mai au 30 septembre.

**Les périodes prolongées de forte pluie, vents forts, hautes marées, fortes vagues et diminution des heures de clarté exigent la fermeture du sentier du 1er octobre au 30 avril.**

**Un groupe peut comprendre au plus 10 personnes.** Seuls les groupes scolaires qui commencent l'excursion entre le 1er et le 20 mai et le 19 et le 25 septembre font exception. Ils peuvent compter jusqu'à 18 randonneurs.

**Points d'entrée et de sortie :** la baie Pachena (nord), la rivière Gordon (sud) et le village de Nitinat (mi-chemin).

Il est interdit d'entrer ou de sortir ailleurs, sauf si une évacuation est nécessaire (carte de référence à la page 16). Quiconque désire se déplacer autour du triangle Nitinat ou des promontoires de cap Beale doit communiquer avec le centre d'accueil du SCO pour obtenir de l'information et un permis.

### Camping chez les Premières Nations Ditidaht :

Les Premières Nations Ditidaht offrent du camping en tente de luxe sur leur territoire traditionnel sur RI2 à Tsuquadra. Les tentes pour quatre personnes sont munies de poêles à bois, de plancher en bois, de lits de camp et de terrasses extérieures. Veuillez consulter la section Contact à la page 14.

## SERVICE DE RÉSERVATION ET PERMIS DU SCO

**Toutes les personnes qui fréquentent le SCO doivent obtenir un permis du parc.**

**Les personnes qui font une randonnée d'une journée** (et qui utilisent le même point d'entrée et de sortie, le même jour) doivent se procurer un laissez-passer du parc.

**Tous ceux qui campent sur le sentier** doivent détenir un permis de camping sur le SCO.

Les permis et les laissez-passer sont émis aux centres d'accueil du SCO de Parcs Canada (rivière Gordon et baie Pachena) et au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht (village de Nitinat).

**Pendant l'inter-saison, soit entre le 1er mai et le 14 juin, et entre le 16 et le 30 septembre, Parcs Canada ne limite pas le nombre de randonneurs qui peuvent accéder au sentier. Les randonneurs peuvent commencer leur randonnée après avoir suivi le processus d'orientation.**

Pendant la haute saison, soit **entre le 15 juin et le 15 septembre**, pour éviter la fréquentation excessive et réduire l'impact environnemental, Parcs Canada limite à soixante-huit (68) par jour le nombre de randonneurs (30 de la baie Pachena, 30 de la rivière Gordon et 8 du village de Nitinat).

### Accès à la baie Pachena ou la rivière Gordon

Les randonneurs peuvent accéder au sentier en faisant une réservation ou en s'inscrivant sur la liste d'attente. Il y a cinquante (50) places par jour pour les randonneurs qui possèdent une réservation, et dix (10) places pour ceux qui sont inscrits sur la liste d'attente. Les places réservées non utilisées sont accordées aux randonneurs sur la liste d'attente.

Les réservations en 2015 peuvent être faites à compter du 16 mars pour n'importe quelle date entre le 15 juin et le 15 septembre.

**Liste d'attente :** Les randonneurs peuvent s'inscrire sur la liste d'attente quand ils arrivent au centre d'accueil du SCO de la baie Pachena ou de la rivière Gordon. L'attente peut aller jusqu'à deux jours.

**Les réservations d'accès pour la rivière Gordon et la baie Pachena peuvent être faites en ligne ou en téléphonant au centre d'appels de Parcs Canada jusqu'à deux jours avant le départ.**

<b>Service de réservation</b>	<b>En ligne</b>	<b>Centre d'appels</b>
Offert du 16 mars au 12 septembre 2015, 7 jours sur 7	24 heures sur 24	De 8 h à 18 h, (HNP)
Contact	reservation.parcscanada.gc.ca	1-877-737-3783 (Canada et É.-U) 519-826-5391 (International)

**Ayez ce qui suit à portée de main quand vous faites une réservation :**

- dates de départ - premier choix et autres dates
- le nombre de randonneurs dans votre groupe
- mode de paiement : Visa, MasterCard, ou American Express
- le point d'accès que vous avez choisi - baie Pachena ou rivière Gordon
- une adresse de courriel pour envoyer la confirmation et l'information sur l'orientation

**Accès à Nitinat :**

Les randonneurs qui désirent accéder au sentier à Nitinat (mi-chemin) obtiendront leur permis, suivront leur orientation et acquitteront leurs droits au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht, au village de Nitinat. Ils doivent téléphoner pour réserver leur orientation d'avance car ce bureau est ouvert uniquement sur demande. (Reportez-vous à la page 14) Ils peuvent présenter leur demande jusqu'à une semaine d'avance, mais pas moins de 24 heures avant leur heure d'arrivée. Huit places par jour sont attribuées aux randonneurs qui partent de Nitinat et sont offertes selon l'ordre des réservations.

**\*\*Remarque : On ne peut pas réserver l'accès à partir du village de Nitinat en utilisant le service de réservation de Parcs Canada. Veuillez communiquer avec le centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht. (Reportez-vous à la page 13)**

## DROITS

**Toutes les personnes qui campent sur le sentier doivent s'acquitter des droits d'utilisation.** Ces droits aident à réduire les frais d'exploitation du sentier (p. ex. services de sauvetage, services d'information, construction d'échelles, bacs à câbles, promenades en planches et ponts).

Les droits de traversier sont versés pour le service de traversiers sur la rivière Gordon et le passage Nitinat. Ce service est fourni par les Premières Nations Ditidaht et Pacheedaht pendant la saison de randonnée.

Si vous accédez au sentier ou que vous en sortez au passage Nitinat, les droits de traversier sont de 62,50 \$ par personne, aller seulement. Les randonneurs qui prévoient quitter le sentier à Nitinat peuvent acquitter ces droits à la baie Pachena, à la rivière Gordon ou au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht. Votre preuve de paiement des droits de traversier de Nitinat est votre permis. Soyez prêt à le montrer aux exploitants.

Des frais de réservation sont exigés pour toute réservation faite auprès du service de réservation de Parcs Canada.

<b>Tous les droits du SCO sont par personne</b>	
<b>*Les droits peuvent varier selon votre itinéraire</b>	

Frais de réservation	24,50 \$
Droits de camping sur le SCO	127,50 \$
Droit de traversier Rivière Gordon	16 \$
Droit de traversier Passage Nitinat	16 \$
Droits de traversier entre le village de Nitinat et le passage de Nitinat (aller)	62,50 \$

Les randonneurs qui accèdent au sentier à partir du village de Nitinat n'ont pas besoin d'acquitter les droits de traversier du passage Nitinat de 16 \$. Ils peuvent demander à être déposés du côté nord ou sud du passage.



### Exemples de droits :

	<b>Randonneur avec réservation allant entre la baie Pachena et la rivière Gordon</b>	<b>Randonneur allant entre le village de Nitinat et la rivière Gordon</b>
Frais de réservation	24,50 \$	
Droits de camping sur le SCO	127,50 \$	127,50 \$
Droits de traversier Rivière Gordon	16 \$	16 \$
Droits de traversier Passage Nitinat	16 \$	
Droits de traversier entre le village de Nitinat et le passage de Nitinat (aller)		62,50 \$
<b>Total</b>	<b>184 \$</b>	<b>206 \$</b>

- Tous les droits sont indiqués par personne en devises canadiennes.
- Les randonneurs qui font une réservation avec Parcs Canada acquittent les droits applicables au moment de leur réservation.
- Les randonneurs sur la liste d'attente acquittent les droits applicables au centre d'accueil du SCO en argent comptant, par chèque de voyage, VISA, MasterCard, American Express ou carte de débit. Les devises américaines sont acceptées.
- Les randonneurs qui accèdent au sentier à Nitinat acquittent les droits applicables au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht, où l'argent comptant, les cartes VISA et MasterCard et les cartes de débit sont acceptées.
- Visitez notre site Web, ou communiquez avec le parc national pour connaître les conditions relatives aux permis avant votre départ. Les droits peuvent changer en tout temps.

**Droits pour les randonneurs d'une journée :** À compter de 2014, les randonneurs d'une journée devront acquitter des droits d'entrée dans le parc (ceux qui accèdent au SCO et le quittent au même point le même jour). La structure tarifaire se trouve sur le site Web de Parcs Canada (reportez-vous à la section des renseignements à la page 14).

## **POLITIQUE D'ANNULATION**

- **Droits de réservation :** Non remboursables.
- **Droits de traversier :** Les droits de traversée inutilisée sont remboursables aux centres d'accueil du SCO et au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht.
- **Droits de camping sur le SCO :** En cas d'annulation 21 jours ou plus avant la date de départ pour la randonnée, les droits peuvent être remboursés. Des droits d'annulation de 11,00 \$ (site Web) ou de 13,50 \$ (téléphone) par réservation seront perçus.

## **TRANSPORT À DESTINATION ET EN PROVENANCE DU SENTIER DE LA CÔTE-OUEST**

Parcs Canada fournit la liste qui suit pour rendre service aux randonneurs; il ne s'agit pas d'une recommandation des services. Les randonneurs doivent organiser leur propre transport. Voir la carte et la liste de numéros de téléphone aux pages 13 à 16. Les réservations sont recommandées.

Il est possible de laisser votre véhicule à divers endroits près des points de départ du sentier. Veuillez vous adresser au centre d'accueil ou au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht pour plus d'information après votre arrivée.

### **Au centre d'accueil de la baie Pachena, 5 km au sud de Bamfield :**

- Par véhicule privé sur chemin forestier de gravier à partir de Port Alberni (2 heures) ou de Duncan (3 heures).
- Par autobus à partir de Victoria (5,5 heures) ou de Nanaimo (3,5 heures) avec West Coast Trail Express.
- Par bateau à partir de Port Alberni (passagers seulement, pas de véhicule) (4,5 heures) avec Lady Rose Marine Services.

### **Au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht au village de Nitinat, 80 km au sud-est de Port Alberni :**

- Par véhicule privé sur chemin forestier de gravier à partir de Port Alberni (2 heures) ou de Duncan (2,5 heures).
- Pour savoir exactement comment vous rendre au village de Nitinat, visitez le site Web de la Première Nation Ditidaht (reportez-vous à la section des ressources à la page 14).

### **Du passage Nitinat au village de Nitinat :**

Le traversier fait la navette à heure fixe entre le passage Nitinat sur le SCO et le village de Nitinat :

- Départ à 8 h 30 du quai du village de Nitinat pour se rendre au passage Nitinat sur le SCO
- Départ à 17 h 30 du passage Nitinat sur le SCO pour se rendre au quai du village de Nitinat

Le village de Nitinat est petit et éloigné. Il peut être nécessaire d'y passer la nuit, soit au motel soit au terrain de camping.

#### **Au centre d'accueil de la rivière Gordon, 5 km au nord de Port Renfrew:**

- Par véhicule privé à partir de Victoria (2 heures), par la route 14.
- Par autobus à partir de Victoria (2 heures) avec West Coast Trail Express.

#### **Entre Port Renfrew, le village de Nitinat et Bamfield par la route :**

- Par autobus (3 heures) avec le West Coast Trail Express

#### **Entre Port Renfrew et Bamfield par la mer :**

- Par bateau (3,5 heures) avec le Juan de Fuca Water Taxi

### **PLAN DE VOYAGE**

Avant de partir en randonnée, rédigez un plan de voyage. Donnez-le à une personne responsable (p. ex. un ami ou un membre de la famille). Le plan devrait indiquer votre lieu de destination, le nom des gens qui vous accompagnent et quoi faire si vous ne revenez pas à la date prévue. Un permis du parc ne remplit pas cette fonction.

### **AUX POINTS D'ACCÈS AU SENTIER**

Quelques services touristiques sont offerts à proximité de tous les points d'accès : hébergement, terrains de camping, téléphones, essence, épicerie (choix limité) et restaurants. Il n'y a pas de carburant à Nitinat et ni banque ni guichet automatique dans les villages de Bamfield, Port Renfrew et Nitinat.

#### **Séance d'orientation**

**Tous ceux qui campent le long du sentier de la Côte-Ouest doivent participer à une séance d'orientation et obtenir un permis du parc.**

Le but de ces séances est de :

- réduire le nombre de blessures chez les randonneurs en les renseignant au sujet des questions de sécurité;
- réduire l'incidence environnementale des utilisateurs du parc en donnant de l'information sur l'étiquette de l'arrière-pays;
- fournir des renseignements aux randonneurs sur les préoccupations actuelles et sur l'état du sentier;
- donner une brève histoire du sentier de la Côte-Ouest et de la place qu'il occupe dans l'histoire du Canada;
- délivrer les permis de parc et recueillir les droits.

Si vous avez une réservation à la baie Pachena ou à la rivière Gordon, veuillez apporter votre confirmation à la séance d'orientation. Les randonneurs qui ont une réservation reçoivent une carte imperméable du sentier de la Côte-Ouest de la réserve de parc national Pacific Rim lorsqu'ils s'inscrivent sur le sentier.

Les randonneurs qui n'ont pas fait de réservation peuvent acheter la carte pendant leur orientation pour 8,50 \$.

## **Orientations à la rivière Gordon et à la baie Pachena :**

- Les séances d'orientation sont offertes aux deux centres d'accueil à 10 h et 14 h tous les jours.
- Il n'est pas nécessaire de faire une réservation pour la séance d'orientation à la rivière Gordon ou la baie Pachena.
- Le processus d'orientation dure environ 1 h 30.
- Les randonneurs peuvent participer à une séance dès 14 h la veille de leur randonnée.
- Nous recommandons fortement aux randonneurs de commencer leur excursion au moins 5 heures avant le coucher du soleil afin d'atteindre leur lieu de camping avant la tombée de la nuit.
- **Il est déconseillé de se rendre de la rivière Gordon à la baie Camper en une journée.** Prévoyez camper à Thrasher Cove. Les statistiques indiquent la plupart des accidents se produisent vers la fin de la journée dans cette région.
- Si vous prévoyez arriver après 13 h le jour prévu de votre départ, vous devez communiquer avec le centre d'accueil du SCO le plus près de votre point d'entrée afin d'éviter que votre place ne soit cédée aux randonneurs sur la liste d'attente.

## **Orientations au village de Nitinat :**

- Les randonneurs doivent téléphoner d'avance (une semaine au plus et au moins 24 heures avant leur arrivée) pour organiser une séance d'orientation et leur heure et date de départ.

**Signez le registre du sentier à la fin de votre randonnée.** Remettez une copie de votre permis du parc à un centre d'accueil du SCO ou au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht. Les permis peuvent être déposés dans la boîte prévue à cet effet si le centre est fermé.

## **PROTECTION, PRÉSENTATION ET**

## **PRÉSERVATION**

Parcs Canada est chargé d'assurer la durabilité et l'intégrité des ressources naturelles et culturelles qui lui sont confiées. Nous pouvons tous aider à protéger l'intégrité écologique et le patrimoine culturel du SCO. En collaboration avec d'autres, nous nous efforçons d'offrir aux Canadiens et aux visiteurs l'occasion d'apprendre à connaître le patrimoine de ce pays.

L'ensemble du parc national se trouve dans le territoire traditionnel des peuples Nuu-chah-nulth, qui habitent la côte ouest de l'île de Vancouver depuis d'innombrables générations. Le sentier de la Côte-Ouest se trouve dans le territoire traditionnel des Premières Nations Huu-ay-aht, Ditidaht et Pacheedaht.

Parcs Canada et les Premières Nations Huu-ay-aht, Ditidaht et Pacheedaht collaborent afin de protéger, présenter et préserver ces terres. Nous avons besoin de votre aide. Un comportement approprié et respectueux de la part des randonneurs entraîne une expérience enrichissante et sans danger et contribue à la santé de l'écosystème.





## ÉTIQUETTE DE L'ARRIÈRE-PAYS : CAMPING ÉCOLOGIQUE

**En vertu de la Loi sur les parcs nationaux, il est interdit de ramasser, de déplacer, de détruire ou d'endommager des ressources du patrimoine naturel ou culturel à l'intérieur d'un parc national.** Cela signifie qu'il est interdit notamment de couper des arbres pour faire un feu ou construire un abri et de ramasser ou de déranger la faune et la flore marine, les mollusques et crustacés, les fossiles, les artefacts, les plantes, etc. Laissez la réserve de parc national Pacific Rim dans un état aussi bon, sinon meilleur, que celui dans lequel vous l'avez trouvée.

**Utilisez un réchaud et minimisez les feux.** Ne comptez pas sur les feux pour faire votre cuisine, vous réchauffer ou sécher vos vêtements. Les petits feux de camp sont autorisés sur la plage sous la ligne de marée haute; ils sont interdits dans les zones boisées. N'utilisez que du bois flotté (pas plus épais que votre poignet), abstenez-vous de couper de la végétation, des arbres ou d'autres plantes et n'allumez jamais de feu à proximité de rondins sur la plage. Assurez-vous que vos feux soient bien éteints avant de partir, ou éteignez-les avec de l'eau. Faites disparaître tous les résidus du feu après l'avoir éteint, de manière à ne laisser aucune trace.

**Protégez la qualité de l'eau : utilisez les latrines, qui se trouvent à tous les endroits de camping désignés.** Si vous vous trouvez entre deux latrines, creusez un trou de 20 centimètres de profondeur, à au moins 30 mètres (trois longueurs d'autobus) des sources d'eau et du sentier, et enterrez les excréments. Débarrassez-vous de votre papier hygiénique dans une latrine ou rapportez-le. Rapportez tous les produits d'hygiène féminine.

**Planifiez votre randonnée de façon à camper dans un emplacement désigné.** Campez sur la plage au-dessus de la ligne de marée haute afin de réduire votre impact et le compactage dans les aires végétalisées.

**Faites votre toilette et lavez vos vêtements ainsi que votre vaisselle dans l'océan ou à l'embouchure des ruisseaux.** Jetez vos eaux usées à 30 mètres au moins de toute source d'eau potable. N'utilisez que du savon biodégradable.

**Vos actions peuvent tuer la faune et mettre des randonneurs en danger.** S'il y a des casiers en métal, utilisez-les pour ranger les attractifs de la faune. Sinon, suspendez votre nourriture, vos ordures et vos articles de toilette hors de la portée des animaux et loin des tentes, à au moins 4 mètres du sol, 3 mètres de tout tronc d'arbre et 3 mètres de la branche.

**Ramassez vos ordures et rapportez tout ce que vous avez apporté.** Il n'y a pas de poubelles sur le sentier de la Côte-Ouest. Vous devez rapporter tout ce que vous apportez pour votre excursion (peau d'orange, produits d'hygiène féminine, cordes de bâches, vêtements mouillés, etc.). Minimisez vos effets afin de réduire les déchets et le poids avant votre départ.

**La pêche est autorisée sur le SCO.** Assurez-vous de détenir les permis appropriés (permis de pêche dans les eaux sans marée et permis de pêche sportive dans les eaux de marée) et de connaître et de respecter les règlements et les interdictions.

**Les réserves des Premières Nations et les terres qui leur ont été octroyées par traité situées le long du SCO sont des propriétés privées.** Les Premières Nations vous souhaitent la bienvenue et vous demandent de rester sur le sentier et d'obéir à tous les panneaux. Les cabines de patrouille ne sont pas pour les randonneurs.

**Respectez les autres visiteurs et protégez la qualité de leur expérience.**

## UNE EXCURSION PLAISANTE ET SANS ACCIDENT

Les excursions dans l'arrière-pays exigent une attention particulière à la sécurité. Les dangers sont nombreux. Chaque saison, on évacue du SCO de 65 à 75 randonneurs gravement blessés. Environ 200 randonneurs subissent de légères blessures mais réussissent tant bien que mal à sortir du sentier. Les plus importants facteurs qui entraînent des blessures sont les conditions météorologiques, qui rendent le terrain < encore plus difficile, et le niveau de préparation physique des randonneurs.

C'est pourquoi nous encourageons les randonneurs à :

- se préparer physiquement en vue de la randonnée;
- avoir des sacs à dos aussi légers que possible et être prêts à les transporter pendant 6 à 8 jours;
- se déplacer lentement et prudemment quand le terrain est glissant (et se concentrer);
- rester hydratés;
- établir des attentes raisonnables en matière de distance à parcourir, selon leurs capacités; et
- se servir de bâton(s) de randonnée.

**Prenez votre temps et profitez de votre excursion.** De nombreux accidents et blessures surviennent lorsque les randonneurs se pressent, ne font pas attention au terrain, sont fatigués ou marchent trop tard dans la soirée. **Respectez les capacités des membres les plus lents du groupe. Faites des pauses adéquates et ne divisez pas le groupe.**

**Le nombre de blessures corporelles et de cas d'hypothermie augmente considérablement pendant les périodes humides et pluvieuses.** L'hypothermie est une baisse de la température centrale du corps. Si on ne les arrête pas, les symptômes peuvent passer d'un trouble de l'élocution et d'un manque de coordination à des tremblements involontaires, à une perte de conscience, puis finalement à une

insuffisance cardiaque. **Assurez-vous que les membres de votre groupe sont au chaud et au sec et bien nourris.**

**Faites comme si toutes les surfaces étaient toujours glissantes, en particulier pendant les périodes humides ou pluvieuses.**

Faites très attention aux surfaces en bois, aux rochers et aux sections boueuses du sentier. Un pas trop rapide, la fatigue, la lumière faible, les sacs en déséquilibre ou trop lourds et les chaussures inadéquates sont tous des facteurs qui contribuent aux blessures et aux accidents.

**Ponts et échelles :** Il faut porter une attention particulière à toute installation faite de main d'homme. Pas plus d'une personne ne devrait se trouver sur une échelle, et pas plus de deux personnes sur un pont en même temps. Les groupes nombreux devraient prévoir plus de temps pour franchir les échelles.

**Bacs à câble : Gardez vos doigts, vos mains et vos cheveux à l'écart des poulies.** Deux personnes seulement (avec leur matériel) sur les bacs à câble et les plateformes. Les plateformes peuvent être très glissantes : soyez prudent. Pour y accéder, servez-vous de la corde pour tirer le bac vers vous. Stabilisez le bac pendant que vous y chargez votre matériel, puis entrez-y prudemment et restez assis. Pour traverser la rivière, lâchez la corde et laissez la gravité entraîner le bac le long de la corde jusqu'au milieu du cours d'eau. Vous devez alors vous hisser en tirant puissamment sur la corde pour atteindre la plate-forme située sur l'autre rive. Retenez alors la corde de façon que le bac reste immobile, au même niveau que la plate-forme, et déchargez votre matériel avec précaution. **Évitez de sauter et de vous balancer dans les bacs. Ne les mettez jamais sur la plate-forme et ne les attachez jamais à celle-ci.**

**Vous devrez traverser certains cours d'eau à gué. Soyez prêt à attendre que le niveau des rivières en crue baisse,** ce qui peut prendre une journée ou plusieurs jours. Attendez que le niveau du cours d'eau soit sûr et que la marée soit

basse, détachez la ceinture de hanches de votre sac à dos (si vous tombez, vous pourrez alors vous débarrasser plus facilement de votre sac) et mettez des chaussures de course ou des sandales. Soyez prudent en traversant les chenaux de refoulement.

**La marche sur la plage peut être très difficile, voire impossible, lorsque la marée est haute.** Suivez soigneusement les tables de marées (Tofino) et votre carte afin d'éviter d'être immobilisé sur place ou bloqué. Faites également attention à la houle et aux grosses vagues. Tenez compte de la marée haute nocturne lorsque vous dressez votre tente sur la plage.

**Tsunamis : Dangereux mais très rares.**

Si vous sentez la terre trembler ou si les eaux se retirent très rapidement, il se pourrait être un tsunami. **Rendez-vous rapidement vers un point surélevé** et suivez les trajets d'évacuation en cas de tsunami.

**Vous trouverez de l'eau potable dans la plupart des rivières et des ruisseaux.**

Puisez-la en amont, puis purifiez-la, faites-la bouillir ou filtrez-la.

**Il est interdit de ramasser et de consommer des bivalves (palourdes, moules, huîtres) de mai à octobre le long du sentier**, à cause d'apparitions régulières d'empoisonnement marins paralysants qui peuvent entraîner une maladie grave ou même la mort.

## COMMENT APPELER À L'AIDE EN CAS D'URGENCE

En cas d'urgence, communiquez avec des gardiens des phares, des gardiens du sentier des Premières Nations, des exploitants des traversiers ou des employés de Parcs Canada. Ils aviseront les autorités et vous aideront avant que vous receviez plus d'assistance.

La couverture des téléphones cellulaires est très peu fiable sur le SCO. Ne vous attendez pas à avoir un signal sur tous les tronçons.

Les dispositifs tels que « Spot », « inReach », téléphones satellites et radios VHF sont les seuls qui fonctionneront sur le SCO. Sachez comment utiliser votre dispositif. Assurez-vous d'expliquer à votre personne de contact en cas d'urgence comment contacter les premiers secours de Parcs Canada en cas d'urgence.

**Il incombe à chaque groupe de randonneurs de porter assistance à tout membre blessé du groupe. Si un membre de votre group est blessé :**

- **mais peut marcher et n'a pas besoin de soins médicaux**, essayez de sortir du sentier au point de sortie le plus près avec l'aide de votre groupe ou de d'autres randonneurs. Ne continuez pas votre excursion en espérant que son état s'améliorera.
- **et ne peut pas marcher jusqu'au point de sortie le plus près ou a besoin de soins médicaux**, suivez les directives dans le feuillet d'information sur la sécurité qui est remis à tous les groupes avec leur permis de camping du SCO. Des employés de Parcs Canada patrouillent le sentier et portent assistance aux randonneurs blessés. La majorité des évacuations sont effectuées par bateau par spécialistes de la sécurité publique du parc, mais certaines situations nécessitant un effort de recherche et de sauvetage complexe peuvent exiger l'assistance de d'autres organismes.

Les employés de Parcs Canada évacuent les randonneurs blessés jusqu'au point de prise en charge le plus proche, que ce soit la sortie du sentier, une ambulance ou un établissement médical. Cette destination peut ne pas être l'endroit le plus pratique pour le randonneur blessé.

**Des problèmes bénins tels que les ampoules, les douleurs aux pieds, la fatigue et le manque de nourriture ne justifient pas une évacuation.**

## VIVRE AVEC LA FAUNE

Les ours noirs, les loups et les cougars utilisent les plages et les sentiers. Tout animal sauvage est potentiellement dangereux. **Afin d'éviter une rencontre dangereuse avec la faune, restez vigilant et n'oubliez pas ce qui suit:**

- Faites en sorte que la nourriture et les déchets ne soient pas accessibles aux animaux : ceux-ci les attirent.
- Gardez vos enfants près de vous.
- Si vous rencontrez un prédateur, faites face à l'animal et reculez lentement en lui laissant une voie de sortie; ne courez pas et ne faites pas le mort.
- En cas peu probable d'attaque, essayez de paraître grand et agressif : criez, brandissez un bâton ou jetez des pierres.
- Savoir ce qu'il faut faire, rester vigilant et maintenir son emplacement de camping propre peut aider à éviter une rencontre dangereuse. Ne vous approchez jamais d'un prédateur. Laissez-lui toujours une « porte de sortie ».
- Si vous rencontrez un prédateur, **ne courez pas** - cela pourrait entraîner une attaque. Suivez les recommandations dans *Vous êtes au pays des ours noirs et Vous êtes au pays des loups et des cougars*.
- Lisez le Bulletin du Sentier de la Côte-Ouest et parlez aux employés du centre d'accueil du SCO si vous avez des questions.

## ÉQUIPMENT

Pour profiter pleinement de votre excursion, vous devez être à l'aise, munissez-vous d'équipement léger et de qualité. Votre sac à dos doit peser au maximum 1/4 (pour les femmes) ou 1/3 (pour les hommes) de votre poids. Réévaluez le contenu de votre sac s'il s'avère trop lourd.

- **Bottes résistantes.** Il faut avoir des bottes de randonnée de haute qualité qui offrent un bon soutien de la cheville et de la voûte plantaire. Les semelles en caoutchouc offrent une meilleure traction sur les surfaces glissantes que les semelles rigides. Ne prenez pas de bottes neuves pour cette excursion. Les sandales et les chaussures de course ne font l'affaire qu'autour du camp et pour la traversée des rivières à gué.
- **Vêtements imperméables et chauds.** Emportez une veste et un pantalon imperméables de bonne qualité et des vêtements qui vous garderont au chaud, car s'ils sont mouillés ils sécheront rapidement. Emportez un chapeau ou un bonnet chaud et des gants.
- **Réchaud de randonnée léger avec combustible.**
- **Nourriture légère, rapide à cuisiner et haute en énergie.**
- **Les sacs à dos** doivent posséder des bretelles rembourrées et ajustables, aussi au niveau de bas-ventre. Les sacs à dos doivent être dotés d'une doublure imperméable.
- **Tente munie d'un double toit (impératif).**
- **Sac de couchage.** Les remplissages synthétiques sont préférables (les sacs en duvet perdent leur pouvoir isolant lorsqu'ils sont humides). Rangez les sacs de couchage dans des sacs étanches et transportez-les à l'intérieur des sacs à dos.

- **Matelas de camping à alvéoles closes.**
- **Carte du sentier de la Côte-Ouest**, table des marées (Tofino) et montre pour utiliser les tables.
- **Trousse de premiers soins** qui comprend ce qu'il faut pour soigner les ampoules et les piqûres d'insectes.
- **15 mètres de corde en nylon** par groupe pour suspendre de la nourriture, faire sécher des vêtements, etc.
- **Les cellulaires.**

### Et considérez aussi ce qui suit:

- appareil de signalisation d'urgence
- argent pour les urgences (on recommande au moins 100 \$ par personne)
- bouteille d'eau, système de purification de l'eau
- papier hygiénique
- sachets en plastiques refermables pour garder au sec les permis et autres petits objets
- briquet ou allumettes étanches
- bougies et allume-feu
- sacs de poubelle pour rapporter tous les déchets
- guêtres
- écran solaire et écran pour les lèvres
- lunettes de soleil
- désinfectant pour les mains
- articles de toilette
- lampe de poche
- appareil permettant la réception de Radio-Météo
- trousse de réparation pour l'équipement
- chaussures légères pour le camp et la traversée des rivières
- ustensiles de cuisine
- canne de marche ou un bâton de ski télescopique

**N'apportez pas de hache, d'arme à feu ou d'animal de compagnie!**

<b>COMMUNIQUEZ AVEC LA RÉSERVE DE PARC NATIONAL PACIFIC RIM</b>	
Service de réservation du sentier de la Côte-Ouest	1-877-737-3783 (sans frais au Canada et aux É.-U.) 250-726-4453 (à l'extérieur de la zone sans frais) <a href="http://reservation.parkscanada.gc.ca">reservation.parkscanada.gc.ca</a>
Centre d'accueil du sentier de la Côte-Ouest Bamfield (baie Pachena)	Téléphone: 250-728-3234 Ouvert tous les jours de 9 h à 17 h (du 1er mai au 5 octobre)
Centre d'accueil du sentier de la Côte-Ouest Port Renfrew (rivière Gordon)	Téléphone : 250-647-5434 Ouvert tous les jours de 9 h à 17 h (du 1er mai au 5 octobre)
Réserve de parc national Pacific Rim bureau d'administration	2040 Pacific Rim Highway C.P. 280, Ucluelet (C.-B.) VoR 3A0 250-726-3500 (toute l'année)
Réserve de parc national Pacific Rim bureau de conservation des ressources et des gardes de parc	1-877-852-3100 (24 h - sans frais)
Centre d'accueil du parc	2791 Pacific Rim Highway 250-726-4212 Ouvert tous les jours mi-mars à la mi-octobre
Courriel :	<a href="mailto:pacrim.info@pc.gc.ca">pacrim.info@pc.gc.ca</a>
Site Web :	<a href="http://www.pc.gc.ca/pacificrim">www.pc.gc.ca/pacificrim</a>
<b>COMMUNIQUEZ AVEC LA PREMIÈRE NATION DITIDAHT</b>	
Centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht (village de Nitinat)	Téléphone : 250-745-3999 <a href="mailto:info@westcoasttrail.com">info@westcoasttrail.com</a> <a href="http://www.westcoasttrail.com">www.westcoasttrail.com</a>
<b>AUTRES SERVICES AUX RANDONNEURS (peut changer)</b>	
Alberni Valley Chamber of Commerce	2533 Port Alberni Hwy. Port Alberni (C.-B.) V9Y 8P2 250-724-6535 <a href="http://www.albernichamber.ca">www.albernichamber.ca</a> <a href="mailto:office@albernichamber.ca">office@albernichamber.ca</a>
Bamfield Chamber of Commerce	250-728-3006 <a href="mailto:info@bamfieldchamber.com">info@bamfieldchamber.com</a> <a href="http://www.bamfieldchamber.com">www.bamfieldchamber.com</a>
BC Ferries (traversiers)	1-888-223-3779 ou 250-386-3431 (international) ou *BCF à partir d'un cellulaire <a href="http://www.bcferries.com">www.bcferries.com</a> (Vancouver, Victoria, Nanaimo)
Butch Jack Hiker Ferry Service	250-647-5517 <a href="mailto:Butcho23@telus.net">Butcho23@telus.net</a> (début de sentier de la rivière Gordon)
Pêches et Océans Canada, région du Pacifique	Bureau de Port Alberni 250-720-4440 Information sur la pêche et l'empoisonnement marin paralysant Ligne 24 heures [sous-zone 23 (8)] 604-666-2828 or 1-866-431-3474 <a href="http://www.dfo-mpo-gc.ca">www.dfo-mpo-gc.ca</a>

<b>AUTRES SERVICES AUX RANDONNEURS (peut changer)</b>	
Lady Rose Marine Services (traversier de passagers)	1-800-663-7192 250-723-8313 ou (1er avril - 30 sept.) www.ladyrosemarine.com (traversier entre Port Alberni et Bamfield)
Nitinat Lake Water Taxi	250-745-3509 (entre le passage Nitinat et le village de Nitinat) Les randonneurs qui accèdent au sentier par le village de Nitinat ou le lac doivent se présenter au centre des visiteurs de la Première Nation Ditidaht pour suivre une orientation et obtenir leur permis.
Coastal Sea Ventures	778-350-9318 www.coastalseaventures.com
Motel ou terrain de camping du village de Nitinat	1-250-745-3844
Camping confort de la Première Nation Ditidaht	250-710-HIKE (4453) info@westcoasttrail.com www.westcoasttrail.com
Conseil tribal des Premières Nations Nuu-chah-nulth	1-877-677-1131 ou -250-724-5757 www.nuuchahnulth.org
Signalement des incidents de pollution maritime	1-800-889-8852
Marées (Tofino)	www.waterlevels.gc.ca/fra/station?sid=8615
Tofino Air	1-888-436-7776 ou 604-740-8889 www.tofinoair.ca Entre: Vancouver-Bamfield-Tofino
Pacific Seaplanes Inc.	250-616-5858 www.pacificseaplanes.biz (Bamfield, Barclay Sound, Ucluelet, Tofino, Port Alberni, Port Renfrew, Nanaimo, Victoria, Vancouver)
Victoria Clipper (traversier de passagers)	1-800-888-2535 ou 250-382-8100 www.victoriaclipper.com (Seattle à Victoria)
Prévisions météorologiques	Voie VHF Channel 21 B Prévisions automatisées continues: 250-726-3415 www.meteo.gc.ca
West Coast Trail Express Bus	1-888-999-2288 ou 250-477-8700 www.trailbus.com (Victoria, Nanaimo, Bamfield, village de Nitinat, Port Renfrew)

## SUD DE L'ÎLE DE VANCOUVER ET SECTEUR DU SENTIER DE LA CÔTE-OUEST DE LA RÉSERVE DE PARC NATIONAL PACIFIC RIM (Cette carte n'est pas une carte de randonnée.)



### DOCUMENTS DE RÉFÉRENCE

#### Disponibles aux centres d'accueil du SCO :

- *Carte du sentier de la Côte-Ouest de la réserve de parc national Pacific Rim.* Parcs Canada 2014.
- *Table des marées et des courants du Canada Baie Barclay et passage Discovery à l'entrée Dixon.* Volume 6. Service hydrographique du Canada. (Table des marées de Tofino)