

SENTIER DE LA CÔTE-OUEST

GUIDE DE PRÉPARATION DU RANDONNEUR 2019

Le sentier de la Côte-Ouest est un sentier emblématique de plusieurs jours dans l'arrière-pays et figure sur la liste du cœur de nombreux randonneurs. C'est une expérience qui peut s'avérer très difficile, même pour les randonneurs les plus expérimentés. Ceux qui sont bien préparés physiquement et mentalement et du point de vue de l'équipement reviennent avec des histoires de courage. Les randonneurs grimpent à plus de 100 échelles avec un sac à dos lourd, avancent péniblement dans la boue profonde, traversent à gué des rivières froides et rapides à hauteur des hanches, et bravent le temps souvent venteux et pluvieux de la côte Ouest.

Avant de décider de réserver une place, sachez à quoi vous vous engagez et assurez-vous que cette randonnée est pour vous.

CETTE RANDONNÉE NE CONVIENT PAS À TOUT LE MONDE

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

- compétents en camping de plusieurs jours 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 contenant tout le nécessaire pour être préparé à séjourner en milieu sauvage;
- possédant des plans de randonnée souples et capables de s'adapter si la situation entraîne des retards.

Si vous avez coché **TOUTES** ces cases, le sentier de la Côte-Ouest est peut-être pour vous!

Solutions de rechange :

- Parc provincial Juan de Fuca et sentier Marine – Île de Vancouver, C.-B.
- Parc provincial Strathcona – Île de Vancouver, C.-B.
- Sentier Wild Pacific – Ucluelet, C.-B.
- Sentier Wild Side – île Flores, Ahousaht, C.-B.
- Parc national Jasper - Alberta
- Parc national Banff – Alberta
- Parc national de la Péninsule-Bruce – sud de l'Ontario

Vous **NE DEVRIEZ PAS** envisager de faire la randonnée du sentier de la Côte-Ouest si :

- vous avez subi une opération ou une commotion récemment et que vous pourriez vous blesser de nouveau;
- vous avez une grave maladie du cœur ou des problèmes de respiration;
- vous avez des blessures/douleurs récurrentes au genou, au dos ou à la cheville;
- vous ne possédez pas d'expérience en camping de plusieurs jours dans l'arrière-pays;
- vous avez moins de 12 ans; le sentier de la Côte-Ouest n'est pas recommandé aux enfants de moins de 12 ans. Tous les membres d'un groupe doivent avoir au moins six ans; Parcs Canada ne délivrera pas de permis de camping sur le sentier de la Côte-Ouest aux enfants de moins de six ans.

Si vous avez coché **l'UNE** de ces cases, le sentier de la Côte-Ouest n'est pas pour vous.

ÊTES-VOUS PRÊT À FAIRE UNE RANDONNÉE DE PLUSIEURS JOURS DANS L'ARRIÈRE-PAYS?

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

- **6 à 8 jours dans l'arrière-pays;** peut varier selon l'expérience et si vous entrez ou sortez au village de Nitinaht;
- **un terrain accidenté et difficile :** il faut en moyenne environ 2 à 3 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 milliers de racines, des surfaces en bois inégales, de gros rochers et une côte rocheuse;
- **un parcours difficile :** 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 son 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 douleurs et des blessures :** muscles endoloris, douleurs et blessures; il est important de comprendre qu'en cas d'accidents et de blessure, il peut falloir plus de 24 heures pour aviser les secours.



HISTOIRE DU SENTIER DE LA CÔTE-OUEST

Avec la chaîne de montagnes 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 distincts : 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 qui devient le Dominion Life Saving Trail offrant six abris contenant des provisions pour assurer le salut des naufragés et de leurs sauveteurs.

Le sentier de salut est abandonné avec l'amélioration de la technologie de navigation. La RPN 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, plus de 7 500 randonneurs parcourent le SCO chaque année. Ils viennent admirer la beauté de la région, relever les défis du sentier et marcher dans les pas de ceux qui les ont précédés.

PLANIFICATION DE VOTRE EXCURSION

Le SCO est ouvert chaque année du 1er mai au 30 septembre et vous pouvez faire une réservation.

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 mai et le 14 juin et entre le 20 et le 26 septembre font exception. Ils peuvent compter jusqu'à 18 randonneurs.

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

Il est interdit d'entrer ou de sortir ailleurs, sauf si une évacuation est nécessaire.

Les randonneurs devraient prévoir au moins deux ou trois nuits entre le passage Nitinahat et la baie Pachena.

Les randonneurs devraient prévoir au moins deux ou trois nuits entre le passage Nitinahat et la rivière Gordon.

Camping confort sous la tente chez les Premières Nations Ditidaht :

La Première Nation Ditidaht offre du camping confort sur leur territoire traditionnel à la pointe Tsuquadra. Il y a 4 tentes et 3 cabines pouvant accueillir chacune jusqu'à quatre personnes. Les tentes sont munies de poêles à bois, de plancher en bois, de lits de camp et de terrasses extérieures. Les cabines de 12 pi x 12 pi comportent un appareil de chauffage au propane, des lits de camps, une table et des chaises.

Veillez consulter la section Contact à la page 18.

LAISSEZ-PASSER DE PARC NATIONAL

Tous les visiteurs de la RPN Pacific Rim doivent avoir en tout temps un laissez-passer d'entrée dans un parc national en règle. Les jeunes (de 17 ans et moins) accèdent gratuitement à tous les emplacements de Pars Canada, mais ont tout de même besoin d'un laissez-passer. Cela signifie qu'en plus de posséder un permis de fréquentation nocturne du SCO en règle, tous les visiteurs de 18 ans et plus doivent aussi acheter un laissez-passer de parc national en règle.

Les recettes des droits d'entrée dans le parc national restent dans l'Unité de gestion de la côte de la C.-B. et servent à appuyer les services et installations dont profitent tous les visiteurs (y compris promenades de bois, sentier, échelles, bacs à câble, terrains de camping, latrines, sécurité des visiteurs, programmes, etc.).

On peut acheter un laissez-passer d'une journée du parc national Pacific Rim à n'importe quelle installation de la RPN Pacific Rim (dont les

centres d'orientation aux débuts de sentier du SCO), ainsi qu'aux endroits suivants : Alberni Valley Chamber of Commerce, Secret Beach Campground and Kayak Launch, Tourism Ucluelet, Tourism Tofino et Wickanninish Inn.

On peut acheter un laissez-passer d'une annuel du parc national Pacific Rim à n'importe quelle installation de la RPN Pacific Rim (dont les centres d'orientation aux débuts de sentier du SCO), ainsi qu'en ligne ou aux endroits suivants : Alberni Valley Chamber of Commerce, Secret Beach Campground and Kayak Launch, Tourism Ucluelet et Tourism Tofino.

On peut acheter un laissez-passer annuel de Parcs Canada à n'importe quelle installation de la RPN Pacific Rim (dont les centres d'orientation aux débuts de sentier du SCO), ainsi qu'en ligne à <http://www.commandesparcs-parksorders.ca/webapp/wcs/stores/servlet/fr/parksb2c/single-location-pass>.

Les groupes commerciaux doivent acheter leur laissez-passer du parc national au bureau des ventes commerciales de Parcs Canada (consultez votre demande de permis d'exploitation d'un commerce pour plus de détails).

SERVICE DE RÉSERVATION ET PERMIS DU SCO

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

Service de réservation	En ligne	Centre d'appels
Offert du 7 janvier au 30 septembre 2019, 7 jours sur 7	24 heures sur 24 reservation.pc.gc.ca	De 8 h à 18 h, (HNP) 1-877-737-3783 (Canada et É.-U) 1-519-826-5391 (International)



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

- dates de départ et de fin - premier choix et autres dates
- point d'accès que vous avez choisi - baie Pachena, le village de Nitinaht ou rivière Gordon
- point de sortie
- le nombre de randonneurs dans votre groupe
- le nom des randonneurs et celui de la personne à contacter en cas d'urgence pour chaque randonneur
- mode de paiement : Visa, MasterCard, ou American Express
- une adresse de courriel pour envoyer la confirmation et l'information sur l'orientation

Quiconque désire se déplacer autour du triangle Nitinaht ou des promontoires de cap Beale doit communiquer avec les centres d'orientation du SCO pour obtenir de l'information et un permis.

Pour éviter la fréquentation excessive et réduire l'impact environnemental, Parcs Canada limite le nombre de randonneurs qui campent par jour.

Liste d'attente :

Plus de liste d'attente, toutes les places peuvent être réservées.

DROITS

Toutes les personnes qui campent sur le sentier doivent obtenir un permis de fréquentation nocturne. 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 Nitinaht. 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 Nitinaht, les droits du traversier du village de Nitinaht sont de 62,50 \$ par personne, aller seulement. Les randonneurs qui prévoient accéder au sentier ou le quitter au village de Nitinaht peuvent verser ces droits directement à l'exploitant du traversier ou au centre d'orientation Nitinaht.

Des frais de réservation de 24,50 \$ par personne sont exigés pour toute réservation faite auprès du service de réservation de Parcs Canada.

POLITIQUE D'ANNULATION

- Droits de réservation : Non remboursables.
- Si vous annulez une réservation 21 jours ou plus avant votre date de départ, les droits de fréquentation nocturne du SCO et les droits de traversiers sont entièrement remboursables. Les droits de réservation de 24,50 \$ par randonneur ne sont pas remboursables et des frais d'annulation de 11 \$ en ligne (ou de 13,50 \$ au centre d'appels) seront exigés par réservation.
- Lorsque vous annulez une réservation 20 jours ou moins avant la date du départ, les droits de fréquentation nocturne du SCO ne sont pas remboursables, seuls les droits de traversiers peuvent être remboursés si l'annulation est faite dans les 20 jours de la date de départ. Des frais d'annulation de 11 \$ (ou de 13,50 \$ au centre d'appels) non remboursables sont également exigés.



Exemples de droits à verser par les randonneurs

	Randonneur allant de la baie Pachena à la rivière Gordon (ou trajet inverse)	Randonneur allant du village de Nitinaht à la rivière Gordon (ou trajet inverse)	Randonneur allant du village de Nitinaht à la baie Pachena (ou trajet inverse)
Frais de réservation	24,50 \$	24,50 \$	24,50 \$
Permis de fréquentation nocturne du SCO	127,50 \$	127,50 \$	127,50 \$
Droits de traversier Rivière Gordon	20 \$	20 \$	S.O.
Droits de traversier Passage Nitinaht	20 \$	S.O.	S.O.
Droits de traversier entre le village de Nitinaht et le passage de Nitinaht (aller)	S.O.	62,50 \$	62,50 \$
Droits d'entrée dans le parc national	7,80 \$ par adulte/jour 6,80 \$ par aîné/jour 15.70 \$ par famille/groupe et par jour, laissez-passer annuel de Pacific Rim ou carte Découverte de Parcs Canada	7,80 \$ par adulte/jour 6,80 \$ par aîné/jour 15.70 \$ par famille/groupe et par jour, laissez-passer annuel de Pacific Rim ou carte Découverte de Parcs Canada	7,80 \$ par adulte/jour 6,80 \$ par aîné/jour 15.70 \$ par famille/groupe et par jour, laissez-passer annuel de Pacific Rim ou carte Découverte de Parcs Canada

- Tous les droits sont par personne, comprennent toutes les taxes et sont indiqués en devises canadiennes.
- Les randonneurs qui font une réservation avec Parcs Canada acquittent tous les droits applicables au moment de leur réservation, sauf pour le traversier de Nitinaht

Visitez notre site Web, ou communiquez avec la réserve de parc national pour connaître les conditions relatives aux permis avant votre départ. Les droits peuvent changer en tout temps.

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 16 à 18. Les réservations de transport 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'orientation du SCO pour plus d'information après votre arrivée.

Au centre d'orientation 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 d'orientation Nitinaht au village de Nitinaht, 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 Nitinaht, visitez le site Web de la Première Nation Ditidaht (reportez-vous à la section des ressources à la page 18).

Du passage Nitinaht au village de Nitinaht :

Le bateau-taxi de Nitinahat fait une seule traversée par jour entre le village de Nitinaht, à la tête du lac Nitinaht, et le passage Nitinaht sur le SCO :

- Départ à 9 du quai du village de Nitinaht pour se rendre au passage Nitinaht sur le SCO
- Départ à 17 h 30 du passage Nitinaht sur le SCO pour se rendre au quai du village de Nitinaht

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

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

- Par véhicule privé à partir de Victoria (2 heures), par la route 14, ou de Duncan (1,5 heure) par chemin forestier.
- Par autobus à partir de Victoria (2 heures) avec West Coast Trail Express.

Entre Port Renfrew, le village de Nitinaht et Bamfield par chemin forestier :

- Par autobus (3 heures) avec le West Coast Trail Express sur des routes de gravier.

Lorsque vous empruntez le West Coast Trail Express jusqu'à village de Nitinaht, il s'arrêtera à l'intersection (à 7 km du village) et on vous emmènera au village dans un autre véhicule.

PLAN DE VOYAGE

Avant de partir en randonnée, rédigez un plan de voyage. Donnez-le à une personne responsable qui ne fait pas la randonnée avec vous (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. Fournissez si possible un itinéraire des lieux où vous comptez

camper, ainsi que tout problème médical connu chez des membres du groupe. Un permis de fréquentation nocturne du SCO ne remplit pas cette fonction.

(Exemple de plan de voyage à : <https://adventuresmart.ca/tripplanning/tripplan.htm>)

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 services bancaires dans les villages de Bamfield, Port Renfrew ou Nitinaht.

SÉANCE D'ORIENTATION

Tous ceux qui campent le long du sentier de la Côte-Ouest DOIVENT participer à une séance d'orientation sur le SCO.

Le but de ces séances est de :

- fournir des renseignements sur les questions de sécurité afin de réduire le nombre de blessures chez les randonneurs;
- 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;
- Fournir de l'information sur la façon d'être CoastSmart.
- Fournir de l'information sur la façon de lire les tables des marées.
- délivrer les permis de fréquentation nocturne du SCO, les permis de fréquentation diurne du SCO, recueillir les droits d'entrée dans le parc national et tous droits supplémentaires.

Veillez apporter votre confirmation à la séance d'orientation.

Les randonneurs reçoivent une carte imperméable du sentier de la Côte-Ouest de la réserve de parc national Pacific Rim lorsqu'ils s'inscrivent durant la séance d'orientation.

Orientations à la rivière Gordon et à la baie Pachena :

- Les séances d'orientation sur le SCO sont offertes à 10 h et 14 h tous les jours entre le 1er mai et le 30 septembre.
- 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 sur le SCO peut prendre jusqu'à une heure.
- 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.

Orientations au village de Nitinaht :

- Les randonneurs accédant au sentier au village de Nitinaht auront leur séance

d'orientation au centre d'orientation Nitinaht dans le village de Nitinaht.

- Elles sont offertes au centre d'orientation de Nitinaht à 8h et à 15h30 (horaire sujet à changements).
- Planifiez en conséquence, il se peut qu'il soit nécessaire de passer la nuit au village de Nitinaht avant le départ en bateau-taxi de 9 h. Le coût pour le taxi est de 62,50 \$ et les frais sont payables au centre d'orientation de Nitinaht. **(Remarque : il y a seulement une traversée par jour, à 9 h, entre le village de Nitinaht et le passage Nitinahat.)**

TRAVERSIERS

Le traversier de la rivière Gordon fonctionne tous les jours du 1er mai au 7 octobre. L'horaire est le suivant : 8 h 30, 11 h 30, 12 h 30, 13 h 30, 14 h 30 et 15 h 30.

Le traversier du passage Nitinaht fonctionne tous les jours du 1er mai au 7 octobre entre 9 h 30 et 16 h 30, selon les besoins.

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 de la réserve de parc national se trouve dans le territoire traditionnel des peuples Nuuchah-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. 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'une réserve de 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. Quand vous quittez un emplacement de camping, ne laissez rien dans les casiers en métal. Ceci est devenu très courant. Nous vous prions de respecter l'environnement et les autres randonneurs, et de rapporter tous vos déchets.

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 et de gardes ne sont pas pour les randonneurs.

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

UNE EXCURSION PLAISANTE ET SANS ACCIDENT

Les déplacements dans l'arrière-pays exigent une attention particulière à la sécurité. Les dangers sont nombreux. Chaque année, un certain nombre de randonneurs subissent de légères blessures, mais réussissent à sortir du sentier sans aide. De plus, 60 à 80 randonneurs subissent des blessures plus graves qui exigent une évacuation par l'équipe de sécurité des visiteurs de Parcs Canada. Les plus importants facteurs qui entraînent des blessures sont les troubles médicaux antérieurs, les conditions météorologiques, le terrain difficile, et le niveau de préparation physique des randonneurs. Des accidents qu'on ne peut pas éviter se produisent néanmoins.

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 tous 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 racines, 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 toutes les installations faites de main d'homme. Pas plus d'une personne ne devrait se trouver sur une section d'échelle à la fois, 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.

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 et de poitrine 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.

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. Tenez compte de la marée haute nocturne lorsque vous dressez votre tente sur la plage. Faites également attention à la houle et aux grosses vagues lorsque vous marchez au bord de l'eau. Pour plus d'information et pour vous renseigner avant

d'aller près de l'eau, visitez CoastSmart.ca

Tsunamis : Si vous sentez la terre trembler ou si les eaux se retirent très rapidement, ils se pourrait être un tsunami. **Rendez-vous rapidement vers un point surélevé et/ou 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 marin paralysant qui peuvent entraîner une maladie grave ou même la mort.

La pêche en eau douce n'est pas autorisée sur le SCO.

La pêche en eau salée est autorisée sur le SCO. Assurez-vous de détenir le permis approprié (permis de pêche sportive dans les eaux de marée) et de connaître et de respecter les règlements et les interdictions.

COMMENT APPELER À L'AIDE EN CAS D'URGENCE

En cas d'urgence, suivez les procédures d'évacuation qui vous sont fournies par les employés de Parcs Canada, communiquez avec des gardiens des phares, des gardiens du sentier des Premières Nations, ou des exploitants des traversiers. 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 la plupart des 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 groupe 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 d'autres randonneurs et signalez la blessure au personnel de Parcs Canada. 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 fréquentation nocturne du SCO. Des employés de Parcs Canada portent assistance aux randonneurs blessés. La majorité des évacuations sont effectuées par les spécialistes de la sécurité des visiteurs de Parcs Canada par bateau, mais certaines situations nécessitant un effort de recherche et de sauvetage complexe peuvent exiger l'assistance 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 couguars 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 (6 ans et plus) 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 durant la séance d'orientation si vous avez des questions.



ÉQUIPEMENT

Pour profiter pleinement de votre excursion, vous devez être à l'aise, munissez-vous d'équipement léger et de qualité. Votre sac à dos devrait peser 15 % à 20 % 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.** Pour réduire le poids excédentaire, planifiez chaque repas et collation avant de partir.
- **Les sacs à dos** doivent posséder des bretelles rembourrées et ajustables qui conviennent et être doublés à l'aide d'un sac-poubelle robuste ou dotés d'une doublure imperméable. Tout votre équipement doit rentrer dans votre sac à dos.
- **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.**

- Vous pouvez vous procurer **la carte du sentier de la Côte-Ouest de la réserve de parc national Pacific Rim** et une table des marées (Tofino) aux points d'accès au sentier.
- **Une montre** pour utiliser les tables des marées.
- **Trousse de premiers soins** qui comprend des médicaments personnels et le nécessaire pour soigner les blessures.
- **15 mètres de corde en nylon** par groupe pour suspendre de la nourriture, faire sécher des vêtements, etc.
- **Les cellulaires** ont un emploi limité, mais peuvent être utiles à certains endroits. Ne vous fiez pas à la couverture cellulaire, mais utilisez votre appareil avec d'autres méthodes de signalisation.

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 et/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!

INFORMATION SUR LA SENTIER DE LA CÔTE-OUEST

Service de réservation du sentier de la Côte-Ouest	1-877-737-3783 (sans frais au Canada et aux É.-U.) 1-519-826-5391 (international) reservation.pc.gc.ca
Centre d'orientation du sentier de la Côte-Ouest Bamfield (baie Pachena)	Téléphone: 250-728-3234 Ouvert tous les jours de 9 h à 16 h (du 1er mai au 5 octobre)
Centre d'orientation du sentier de la Côte-Ouest Port Renfrew (rivière Gordon)	Téléphone : 250-647-5434 Ouvert tous les jours de 9 h à 16 h (du 1er mai au 5 octobre)
Centre d'orientation du sentier de la Côte-Ouest Nitinaht (village de Nitinaht)	Diti.store.cafe@gmail.com
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	(24 h) 1-877-852-3100 (sans frais) ou 250-726-3604
Courriel de Parcs Canada :	pacrim.info@canada.ca
Site Web de Parcs Canada :	www.pc.gc.ca/pacificrim

TRANSPORT (peut changer)

BC Ferries (traversiers)	1-888-223-3779 ou 250-386-3431 (international) ou *BCF à partir d'un cellulaire www.bcferries.com (Vancouver, Victoria, Nanaimo)
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 Nitinaht et le village de Nitinaht)
Tofino Air	1-888-486-3247 ou 250-725-4454 www.tofinoair.ca Entre: Vancouver-Bamfield-Tofino
Pacific Seaplanes Inc.	1-855-933-5922 www.pacificseaplane.ca (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)

TRANSPORT (peut changer)

West Coast Trail Express Bus	1-888-999-2288 ou 250-477-8700 www.trailbus.com (Victoria, Nanaimo, Bamfield, village de Nitinaht, Port Renfrew)
------------------------------	--

HÉBERGEMENT (peut changer)

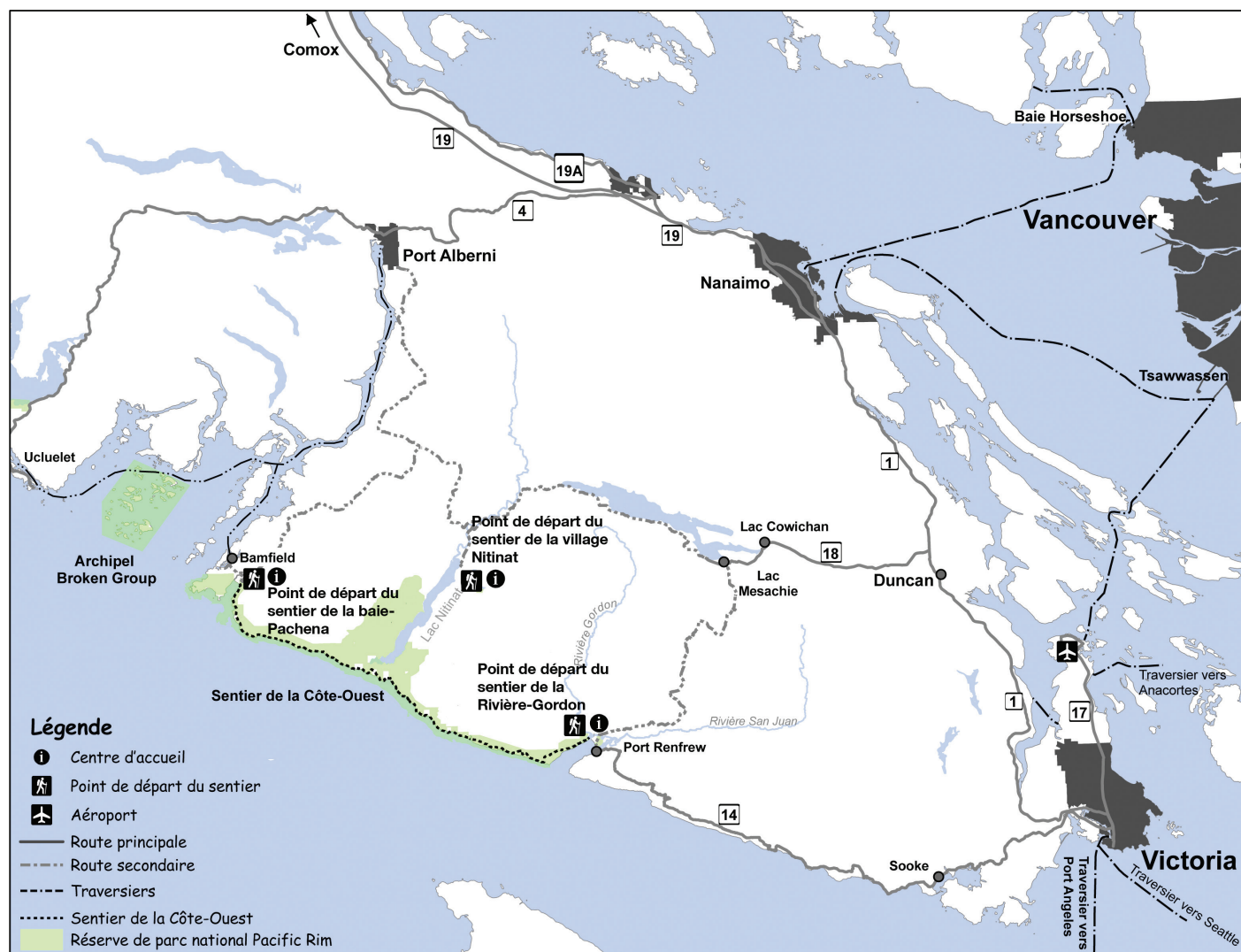
Motel ou terrain de camping du village de Nitinaht	1-250-745-3844
Camping confort de la Première Nation Ditidaht	250-745-3999 info@westcoasttrail.com www.westcoasttrail.com
Camping Pacheedaht (directement à côté du centre d'orientation du SCO de la rivière Gordon, à Port Renfrew)	1-250-647-0090
Camping Pachena (près du centre d'orientation du SCO de la baie Pachena, à Bamfield)	1-250-728-1287 pachenabaycampground.ca

AUTRES RÉFÉRENCES UTILES (peut changer)

Alberni Valley Chamber of Commerce	2533 Port Alberni Hwy. Port Alberni (C.-B.) V9Y 8P2 250-724-6535 www.albernichamber.ca jennifer@albernichamber.ca
Port Renfrew Chamber of Commerce	P.O. Box 39, Port Renfrew, (C.-B) VoS 1K0 250-858-7665 www.portrenfrew.com
Bamfield Chamber of Commerce	250-728-3006 info@bamfieldchamber.com www.bamfieldchamber.com
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 www.dfo-mpo-gc.ca
Marées (Tofino)	www.waterlevels.gc.ca/fra/station?sid=8615
Prévisions météorologiques	Voie VHF Channel 21 B Prévisions automatisées continues: 250-726-3415 www.meteo.gc.ca

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 2019.