

The Mi'kmaq Sable Island Pledge

Mi'kmaq Youth and Elders travelled to Sable Island, and created this pledge for all future visitors to use as their guiding principles, as they tread on the protected Mi'kmaq land we call Sable Island.

- I pledge:**
- To tread lightly, have respect and reciprocity, and open my senses to the land.
 - To leave no trace.
 - To learn about the interconnections of Mother Earth, Grandmother Water, and all their beings.
 - To set good intentions and responsibility to the island upon arrival.
 - To recognize that the island has its own life force that is sacred and spiritual to the Mi'kmaq, and its purpose goes beyond its human attraction.
 - To learn from the delicate balance of life and unique environment that is imperative to protect for future generations.
 - To honour the land and msit no'kmaq (all my relations).

L'engagement Mi'kmaq envers L'île de Sable

Des jeunes et aînés Mi'kmaq se sont rendus à l'île de Sable pour créer cet engagement que tous les futurs visiteurs pourront utiliser comme lignes directrices lorsqu'ils fouleront la terre protégée des Mi'kmaq que nous appelons l'île de Sable.

- Je m'engage à :**
- Fouler le sol avec légèreté, faire preuve de respect et de réciprocité et à ouvrir mes sens à la terre.
 - Ne laisser aucune trace.
 - Découvrir comment la Terre mère, Grand-mère Eau et toutes les espèces sont reliées.
 - Avoir de bonnes intentions et une conduite responsable envers l'île dès mon arrivée.
 - Reconnaître que pour les Mi'kmaq, l'île est un être vivant, sacré et spirituel, et que sa raison d'être va au-delà de l'intérêt humain.
 - Apprendre de l'équilibre délicat de la vie et de l'environnement unique que nous devons protéger pour les générations futures.
 - Honorer la terre et msit no'kmaq (toutes mes relations).

(902) 426-1500

sable@pc.gc.ca

SableIslandNPR
RPNÎledeSable

ParksCanada_NS
ParcsCanada_NE

@parks.canada
@parcs.canada

www.pc.gc.ca/sable

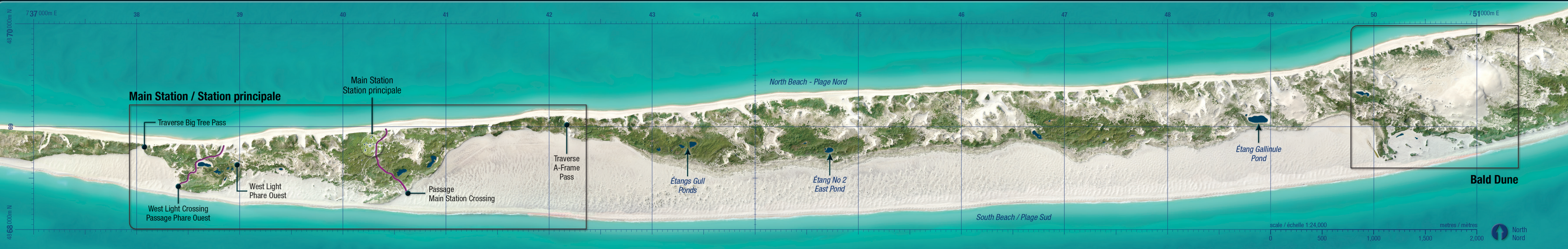
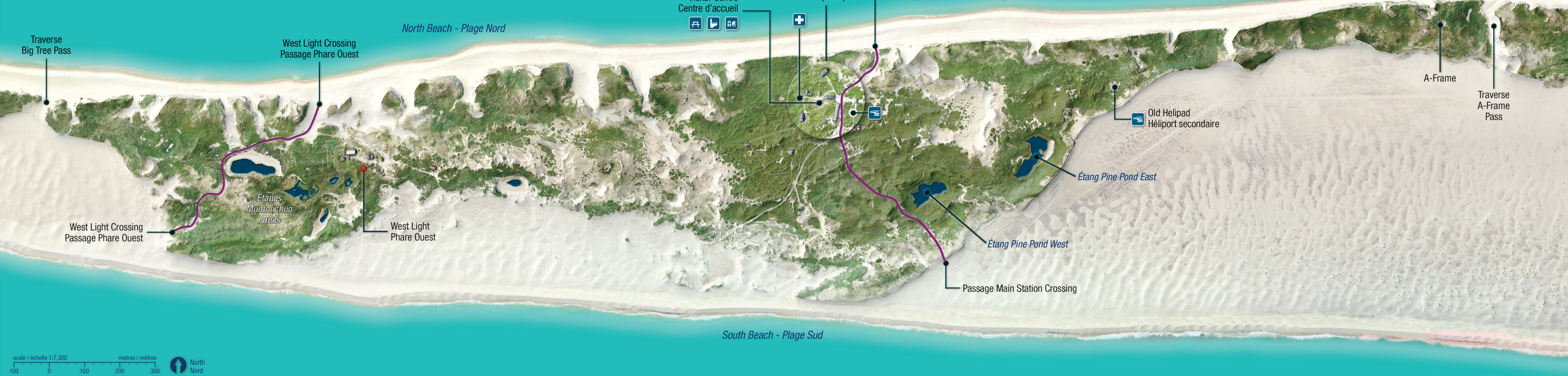


Sable Island National Park Reserve / Réserve de parc national de l'île-de-Sable

Visitor Guide and Map / Guide du visiteur et carte



Main Station / Station principale



To ensure a safe and enjoyable trip, and to help protect Sable Island National Park Reserve, please follow the guidelines below:

Taking Care of Yourself

- Carry at least 2 litres of water or other fluids for a full day hike.
- Eat and drink often so your energy levels remain high throughout the day.
- Take plenty of breaks and do not go beyond your physical ability. Walking in sand is hard work! Make sure you have enough energy to return to your starting point.
- Be aware of sunburns and symptoms of heat stress, even on overcast or foggy days. Sunscreen and a hat are your best allies.
- While exploring, keep yourself covered as much as possible and dress in layers. Temperatures can change quickly.
- For your safety and the safety of your group, do not swim in the freshwater ponds or the ocean.
- You may encounter quicksand! If you do, calmly retrace your steps back to solid ground.

Taking Care of the island

- Keep the Wild in Wildlife - give wildlife the right of way. Always maintain a minimum of 20 metres from horses and seals, and keep a 50 metre distance from nesting birds.
- If horses approach, back away to keep your distance. If you find yourself near nesting birds (gull and tern colonies), retreat the way you came and give a wide berth. If birds are acting defensively, increase your distance.
- Leave No Trace - pack out everything you pack in. Please do not litter.
- Protect the Ponds - maintain at least 5 metres from pond edges.
- Choose the Right Path - prevent dune erosion by avoiding steep dune edges and vegetation. Walk on the beach, sand, and horse trails whenever possible.
- Love It and Leave It - it is illegal to remove anything from the island. Please leave all natural and cultural items where you find them, including sand, shells, bones, bottles, etc., so that they can be enjoyed for generations to come.
- When Nature Calls - please use the facilities provided. If this is not possible, ensure you are at least 50 metres or 75 steps away from bodies of water, dig a hole and cover when done.

And one more thing...

- Do not pick up or collect rocks. Dangerous phosphorus has been found on the beaches and it can burn your skin.

Pour s'assurer que votre voyage à la Réserve de parc national de l'île-de-Sable soit agréable, sécuritaire et respectueux de l'environnement, veuillez suivre les consignes suivantes :

Prenez soin de vous

- Pour une randonnée d'une journée entière, emportez au moins 2 litres d'eau ou d'autres liquides.
- Mangez et buvez souvent afin de maintenir votre niveau d'énergie tout au long de la journée.
- Prenez beaucoup de pauses et ne dépassez pas vos capacités physiques. Marcher dans le sable est un défi! Assurez-vous d'avoir suffisamment d'énergie pour revenir à votre point de départ.
- Faites attention aux coups de soleil et aux symptômes associés aux coups de chaleur, même par temps couvert ou brumeux. La crème solaire et le chapeau sont vos meilleurs alliés.
- Couvrez-vous le plus possible et habillez-vous en plusieurs couches de vêtements. Les conditions météorologiques peuvent changer rapidement.
- Pour votre sécurité et celle de votre groupe, ne vous baignez pas dans les étangs d'eau douce ou dans l'océan.
- Vous pourriez rencontrer des sables mouvants! Si c'est le cas, revenez calmement sur vos pas pour retrouver la terre ferme.

Prenez soin de l'île

- Respectez la nature sauvage de la faune et donnez-lui le droit de passage. Restez toujours à un minimum de 20 mètres des chevaux et des phoques, et gardez une distance de 50 mètres des oiseaux nicheurs.
- Si des chevaux s'approchent, reculez et gardez vos distances. Si vous vous trouvez à proximité d'oiseaux nicheurs (colonies de goélands et de sternes), revenez sur vos pas et gardez une grande distance. Si les oiseaux montrent des signes de défense, augmentez votre distance.
- Ne laissez pas de traces - ramenez tout ce que vous apportez. Ne jetez pas de débris dans la nature.
- Protégez les étangs - restez à au moins 5 mètres de la rive.
- Choisissez le bon chemin - prévenez l'érosion des dunes en évitant les bords abrupts des dunes et de la végétation. Dans la mesure du possible, marchez sur la plage, le sable et les sentiers créés par les chevaux.
- Admirez ce que vous aimez - il est illégal d'enlever quoi que ce soit de l'île. Veuillez laisser tous les objets naturels et culturels là où vous les avez trouvés, y compris le sable, les coquillages, les os, les bouteilles, etc. afin qu'ils puissent être appréciés par les autres visiteurs.
- Si vous avez besoin d'aller aux toilettes, veuillez utiliser les installations prévues à cet effet. Si ce n'est pas possible, assurez-vous d'être à au moins 50 mètres ou 75 pas des plans d'eau, creusez un trou et couvrez-le une fois terminé.

Derniers détails

- Ne ramassez pas de pierres. Du phosphore a été trouvé sur les plages et il peut brûler votre peau.

Legend / Légende

Washrooms Salle de bain	Helipad Héliport	Pond Étang
Picnic Area Aire de pique-nique	First Aid Premiers soins	Vegetation Végétation
Gift Shop Boutique de cadeaux	Crossing Passage	Sand Sable



Looking East from the top of Bald Dune / Vue vers l'Est du sommet de Bald Dune

Map Projection: NAD83 CSRS UTM Zone 20N
Data sources: Province of Nova Scotia LIDAR, Parks Canada Ortho Image (10cm pixel)
Cartographic / Graphic Design: Marcel Morin (Lost Art Cartography)

Projection cartographique : NAD83 CSRS UTM Zone 20N
Sources de données : imagerie LIDAR, Copernicus Sentinel-2, province de la Nouvelle-Écosse, Orthoimage Parcs Canada (10cm par pixel)
Cartographie/Infographie: Marcel Morin (Lost Art Cartography)

Bald Dune

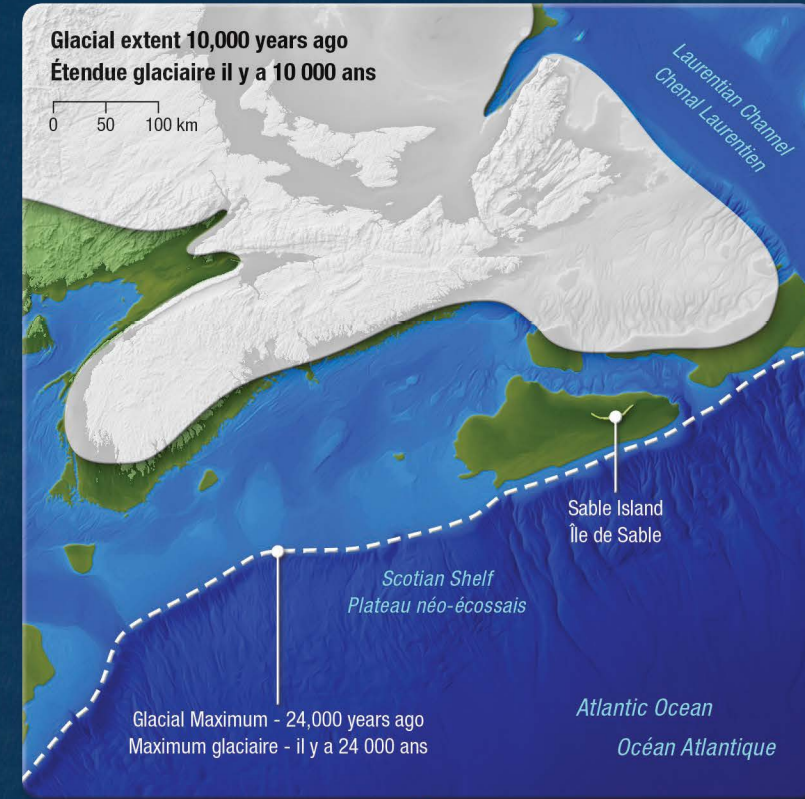


A fascinating island

Sable Island National Park Reserve is a wild and windswept crescent-shaped island of sand, seemingly emerging out of nowhere amidst the great expanse of the North Atlantic. The forces of nature dominate all life here, past and present. Located 160 km from its closest landfall in mainland Nova Scotia, this isolated and remote island is teeming with life, a testament to the power of nature and survival.

Une île fascinante

La Réserve de parc national de l'Île-de-Sable est une île sablonneuse en forme de croissant. Constamment balayée par les vents, elle semble sortir de nulle part au milieu de l'océan Atlantique Nord. Depuis toujours, les forces de la nature dominent sur la vie de l'île. Située à 160 km du point terrestre le plus rapproché de la Nouvelle-Écosse, cette île isolée et éloignée regorge de vie. L'Île de Sable est un parfait exemple de résilience de la nature.

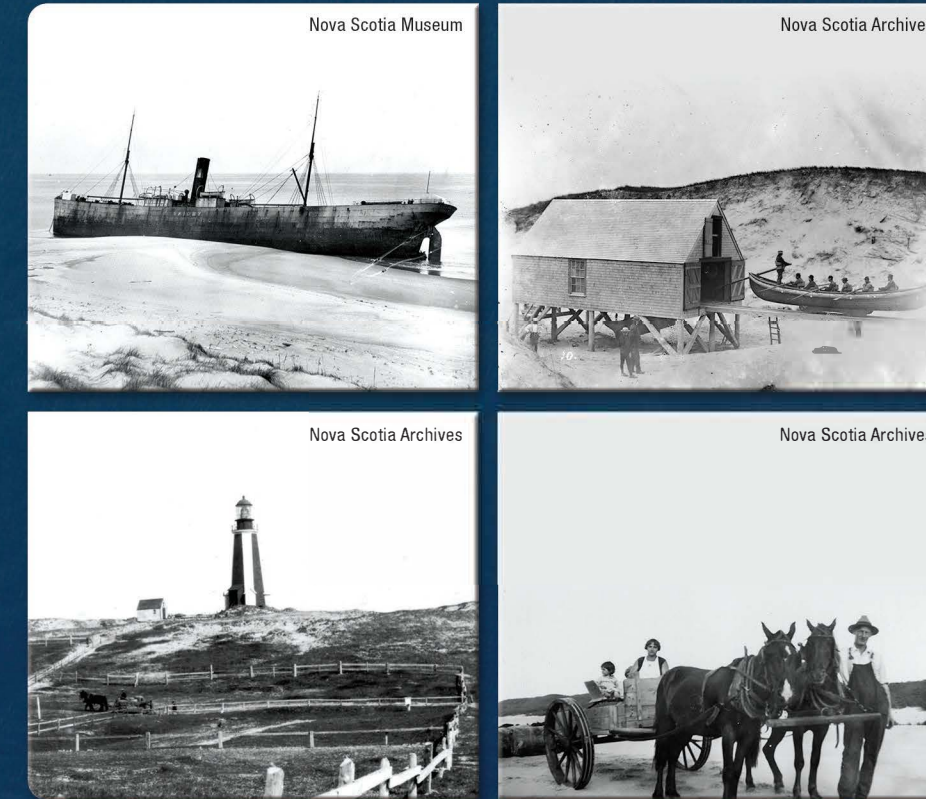


L'nu'k Presence at Sable Island

Sable Island was larger and closer to the mainland during the Paleo-Indian period, a time where we have archaeological evidence of L'nu'k in Mi'kma'ki. Bridges made from glacial ice sheets would have allowed L'nu'k to walk to a land mass close to Sable Island, making a visit to the island a short sail less than 10km away. An archaeological survey of the modern island may turn up tangible, archaeological evidence. However, due to the shifting sands, it would be like finding a proverbial needle in the haystack.

Présence L'nu'k à île de Sable

L'île de Sable était plus grande et plus près de la terre ferme pendant la période paléo-indienne, une époque où nous avons des preuves archéologiques de la présence des L'nu'k en Mi'kma'ki. Des ponts de glace issus de la période glaciaire auraient pu permettre aux L'nu'k de marcher jusqu'à une masse terrestre proche de l'île de Sable. Une courte navigation de moins de 10km aurait ensuite permis d'atteindre la région de l'île. Les relevés archéologiques de l'île moderne pourraient révéler des preuves tangibles de cette présence. Cependant, en raison des sables en mouvement constant, cette tâche pourrait s'avérer aussi difficile que de trouver une aiguille dans une botte de foin.

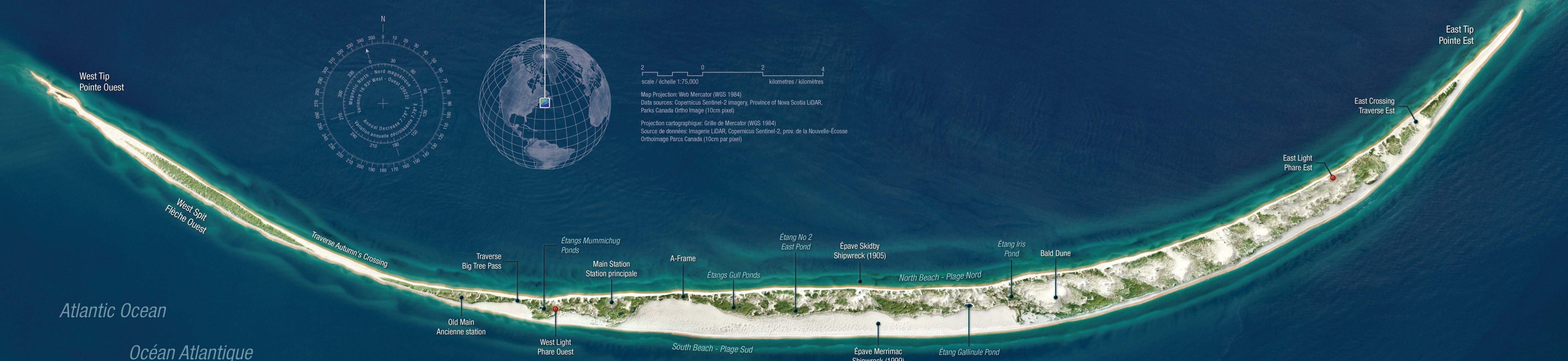


Recent history

For over four centuries, explorers, hunters, fishermen, entrepreneurs and scavengers have been attracted to Sable Island. An estimated 350 vessels have been wrecked due to rough seas, fog, and sandbars, earning it the title "Graveyard of the Atlantic". As a result, the Government of Nova Scotia established a life-saving station here in 1801 in an effort to reduce the suffering and loss of life and cargo resulting from frequent shipwrecks. The Meteorological Service of Canada operated a weather observation station here for 75 years. The island was designated as a National Park Reserve in 2013.

Histoire récente

Depuis plus de quatre siècles, explorateurs, chasseurs, pêcheurs, entrepreneurs et pilliers ont été attirés par l'île de Sable. Environ 350 navires ont fait naufrage autour de l'île en raison de ses rives agitées, son brouillard et de ses hauts fonds de sable, ce qui lui a d'ailleurs valu le titre de « Cimetière de l'Atlantique ». Pour cette raison, le gouvernement de la Nouvelle-Écosse y a établi une station de sauvetage en 1801 dans le but de réduire la souffrance humaine, la perte de vie et des marchandises, résultant des fréquents naufrages. Le Service météorologique du Canada y a exploité une station d'observation de la météo pendant 75 ans. L'île a été désignée Réserve de parc national en 2013.



Wild horses

The Sable Island horses roam freely throughout the island, feeding primarily on the abundant marram grass. Brought here by people in the 1700s, and believed to be descendants of Acadian stock, they have developed through time into a distinct breed. Protected since 1961, the roughly five hundred horses that call Sable Island home are an extraordinary representation of a wild and free horse population.

Chevaux sauvages

Les chevaux de l'île de Sable s'y promènent librement et se nourrissent principalement d'ammophile, une plante répandue et abondante. Amenés ici par les humains au début du 18^e siècle, et suspectés d'être d'origine acadienne, les chevaux ont évolué au fil du temps pour devenir une race distincte. Protégés depuis 1961, les quelque cinq cents chevaux qui vivent sur l'île de Sable sont sauvages et libres.

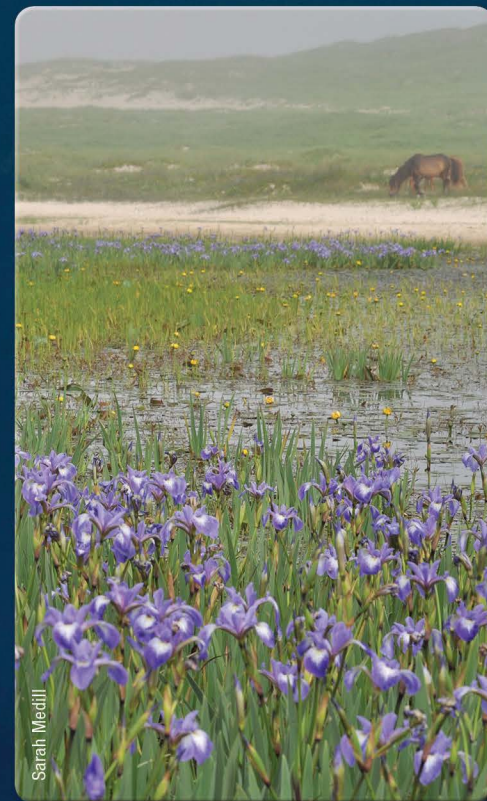


Seal's haven

The island is home to the world's largest breeding colony of grey seals. Hundreds of thousands descend on the island in winter to pup and breed. In summer, tens of thousands use the beaches to rest and avoid predators, creating a wildlife experience like no other. Harbour seals add to the excitement in the spring when they too come to the island to pup.

Hâvre pour phoques

L'île abrite la plus grande colonie de phoques gris au monde. Des centaines de milliers d'entre eux descendent sur l'île en hiver pour se reproduire. En été, des dizaines de milliers de phoques utilisent les plages comme refuge contre des prédateurs, créant ainsi une expérience d'observation de la faune unique en son genre. À l'arrivée du printemps, on aperçoit les phoques communs qui se servent également de l'île comme aire de reproduction.

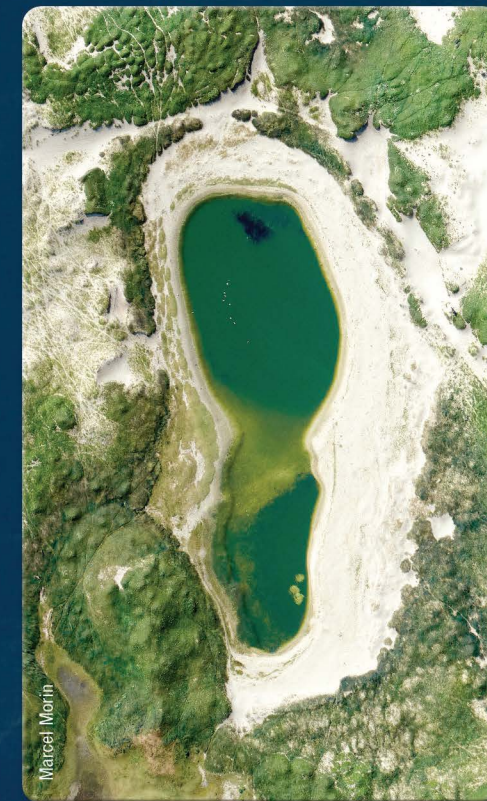


More than just sand

The sandy dunes of Sable Island are dominated by fields of marram grass covering one third of the entire island. Their long roots stabilize the dunes creating an environment for other plants to flourish. Surprisingly, delicate orchids and cranberries thrive in the wetter areas, and heath plants form thick blankets throughout the island. Some of the freshwater ponds burst with colour from beautiful irises and waterlilies.

Au-delà du sable

Les champs de plantes amrophiles couvrent un tiers de l'île et de ses dunes de sable. Leurs longues racines stabilisent les dunes, créant un environnement propice à l'épanouissement d'autres plantes. Étonnamment, de délicates orchidées et des aïrelles prospèrent dans les zones plus humides, et des landes de bruyère forment d'épaisses couvertures végétales. Certains des étangs d'eau douce éclatent de couleurs grâce à de magnifiques iris et nénuphars.



Essential freshwater

Life cannot exist without freshwater and Sable Island is no exception. Underneath the sand lies a freshwater bubble or "lens" that sits on a much denser saltwater layer. This unlikely source of freshwater supports all life on Sable Island. Several permanent ponds teem with a variety of life, such as aquatic plants, insects and fish, contributing to what makes this remarkable island in the sea.

Sources de vie

La vie ne peut exister sans eau douce, et l'île de Sable ne fait pas exception. Sous le sable se trouve une bulle ou "lentille" d'eau douce qui flotte sur une couche d'eau salée beaucoup plus dense. Cette source improbable d'eau douce soutient toute la vie sur l'île. Plusieurs étangs permanents regorgeant de plantes aquatiques, d'insectes et de poissons contribuent à faire de cette île un lieu remarquable en pleine mer.



Species at risk

Sable Island is home to many species that are at risk of disappearing from the world. The rare Roseate Terns nest in small numbers in Common Tern colonies. The Ipswich Sparrow, a subspecies of the Savannah Sparrow, nest nowhere else on the planet. Rarer still is the Sable Island Sweat Bee, which only exists on Sable Island.

Espèces en péril

L'île de Sable abrite de nombreuses espèces en péril. Les rares sternes de Dougall nichent en petit nombre dans les colonies de sternes pierregarin. Le bruant d'Ipswich, une sous-espèce du bruant des prés, niche uniquement sur l'île. L'halicte de l'île de Sable, qui n'existe nulle part ailleurs dans le monde, est encore plus rare.