

Avant de partir...

Soyez prêt à toute éventualité! Les intempéries, l'obscurité ou les blessures peuvent transformer toute sortie en une crise prolongée.

Vérifiez les prévisions météorologiques pour la région avant de partir. Lors d'une randonnée nautique portez toujours un VFI.

Voyagez avec quelqu'un, et restez ensemble.

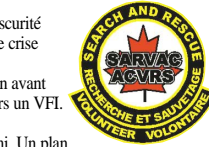
Remplissez un Plan de route et laissez-le avec une ami. Un plan de route contient des renseignements détaillés sur votre excursion.


Apprenez à utiliser une boussole et une carte. Utilisez les cahiers de référence et livrets-guide pour planifier votre excursion.

Restez à jeun: L'alcool et les drogues affectent la coordination et le temps de réaction et provoquent des décisions imprudentes.

Objets indispensables: lampe de poche et piles de rechange, nourriture et eau de réserve, vêtements supplémentaires et chauds, briquet et allumettes à l'épreuve du vent et imperméables, trousse de premiers soins, chaussures appropriées, couteau de poche solide, imperméable, grand sac en plastique orange, protection contre le soleil / les insectes, sifflet, bâche, dispositif de signalisation (ex. fusées éclairantes).

... Vous êtes responsable de votre retour sécuritaire



 National Search and Rescue Volunteer (Secrétariat national Recherche et sauvetage)



Coupez et colles ensemble pour en faire votre carte survie.

Si vous vous égarez...



Arrêter, Regarder, Réfléchir, Évaluer, Trancher, Exécuter et Réviser

Restez calme: Contrôlez vos peurs et gardez une attitude positive; vous pourrez ainsi

penser plus clairement. S'égarer n'est pas dangereux si l'on est prêt. Aidez les chercheurs à vous retrouver même si vous êtes embarrassé ou avez peur.

Restez sur place - Arrêtez-vous dès qu'il est évident que vous vous êtes séparé de votre groupe ou que vous êtes perdu ou en difficultés. Les gens qui continuent leur chemin après s'être égarés s'éloignent d'habitude plus des routes et des sentiers, et des chercheurs. Restez avec votre bateau même s'il est chaviré. N'oubliez pas: **NE PANIQUEZ PAS**

Évaluez votre situation: Faites le point sur l'équipement, l'approvisionnement et votre environnement - élaborez ensuite un plan.

Utilisez un dispositif de signalisation: Trois de n'importe quoi (coups de sifflet, feux, coups de feu) est un signal de détresse international reconnu. Aidez les chercheurs à vous trouver, rendez votre présence visible.

Construisez ou cherchez un abri: Protégez-vous de la pluie, du vent et du soleil excessif. Arrêtez-vous tôt. Pendant qu'il en reste encore jour qu'il vous reste de l'énergie construisez un abri, isolez-vous du sol, ramassez du bois pour un feu et assurez-vous de rendre votre position visible pour les chercheurs, les hélicoptères et les avions.