

AIDE-MÉMOIRE

POUR PROFITER DE VOTRE DESCENTE DE RIVIÈRE

MÉTÉO: Avant votre départ, consultez toujours les prévisions de la météo. Gardez en tête qu'elles peuvent changer rapidement et prévoyez votre habillement en conséquence.

Lieu et heure d'arrivée

Parc national de la Jacques-Cartier: Présentez-vous au Centre de location nautique (situé au km 10) 45 minutes avant l'heure de départ indiquée sur votre confirmation.

Parc national du Mont-Tremblant: Présentez-vous au Centre de services du Lac-Monroe 30 minutes avant l'heure de départ indiquée sur votre confirmation. Si un enfant pesant moins de 18 kg (40 lb) participe à l'activité, vous devez prévoir sa veste de sauvetage.

Vêtements

Vêtements en fibres synthétiques minces et ajustés
(évités les vêtements de coton)

Maillot de bain

Coupe-vent

Imperméable

Chapeau ou casquette

Lunettes de soleil, attachées avec un cordon

Souliers d'eau ou chaussures à bout fermé et antidérapantes,
surtout si des portages sont prévus lors de votre excursion
(pas de sandales)

Vêtements de rechange

IMPORTANT

Au parc national de la Jacques-Cartier, une combinaison isothermique de type salopette est fournie avec la location d'une embarcation. Son port est obligatoire quand la température de l'eau est inférieure à 15 degrés Celsius.

À prévoir aussi

Sac étanche

Bouteille d'eau

Collation

Crème solaire

Chasse-moustique

Appareil photo

Jumelles

Téléphone portable (Même si l'isolement de certains lieux en limite l'utilisation, nous vous recommandons d'apporter un cellulaire. Assurez-vous qu'il reste au sec.)

Sac à ordures

Carte d'identité

Droit d'accès quotidien ou carte annuelle Parcs nationaux du Québec

Trousse de premiers soins

Trousse de sécurité nautique (sifflet, écope, corde flottante de 15 m, lampe de poche étanche)

Le port du masque est obligatoire dans certaines situations, notamment lorsque la distanciation physique de 2 mètres ne peut être respectée. Merci d'en apporter un lors de votre activité.