

# CAMP Y KANAWANA

## GUIDE DES PARENTS 2011



## Sommaire

Bienvenue au CAMP Y KANAWANA! .....	3
Préparatifs avant l'arrivée au camp .....	4
Pendant le séjour de votre enfant sur le site .....	6
Comment contacter mon enfant (non applicable si le campeur est en expédition).....	8
La vie au camp Y Kanawana .....	10
Santé et bien-être .....	11
Sécurité .....	12
Transport .....	12
Formulaires et frais .....	13
Les Programmes .....	14
Programme Trailblazers – « Leader in Training » (LIT) .....	14
Programme W.O.L.F. ....	17
Informations général des expéditions .....	20
Santé, bien-être et sécurité en expédition .....	23
Renseignements supplémentaires.....	27
Appendices: exemple d'itinéraire.....	28

*Le présent guide a pour but de vous fournir des renseignements importants sur le programme du Camp YMCA Kanawana et de préparer votre enfant en vue de son expérience parmi nous. Nous vous encourageons à le lire attentivement.*

# Bienvenue au CAMP Y KANAWANA!

*Non Nobis Solum (pas seulement pour nous-mêmes)*

## Notre Mission

Les Y du Québec est un organisme de bienfaisance voué à l'épanouissement du corps, de l'intelligence et de l'esprit de chacun, ainsi qu'au développement de l'autonomie des personnes, des familles et des collectivités.

## Principes du camp YMCA

L'expérience du Y Kanawana est fondée sur notre engagement envers les principes suivants :

- Une expérience enrichissante dans un milieu de vie démocratique
  - Y Kanawana met l'accent sur les expériences en petits groupes qui favorise l'épanouissement des campeurs en leur fournissant des occasions de développement social, d'interdépendance collective, de résolution de problèmes et de partage.
- Un intérêt envers l'individu
  - Les employés du camp Y Kanawana veillent à ce que chaque campeur ait l'occasion de développer ses compétences sociales et de vie quotidienne ainsi que ses aptitudes pour le plein air.
- Le leadership et la coopération
  - Les campeurs apprennent à prendre des décisions qui servent à la fois les intérêts individuels et collectifs. Ils apprennent à faire des choix, à nouer des amitiés et à collaborer avec les autres membres du groupe.
- Le développement de l'esprit, de l'intelligence et du corps
  - Les campeurs développent leur force physique et leur endurance, en plus de participer à des activités amusantes et palpitantes dans le cadre d'un programme de plein air supervisé et sécuritaire.
- Un sens de responsabilité vis-à-vis l'environnement naturel et son prochain
  - En mettant l'accent sur une approche holistique en matière de sensibilisation et de gestion de l'environnement, les campeurs découvrent l'importance d'un environnement sain, en plus d'en apprendre davantage sur leur relation avec le monde naturel. En vivant en harmonie avec des jeunes et des employés d'autres cultures et d'autres ethnies, les campeurs comprennent et respectent les modes de vie et les aspirations des autres

Pour plus de détails sur la mission et les valeurs du camp Y Kanawana, veuillez visiter notre site web dans la section [mission et valeurs](#).

*Nous avons hâte d'accueillir votre enfant au camp, et nous vous remercions de la confiance que vous nous témoignez.*

Amicalement,

[Sean Day](#)

Directeur

[Roxane Martel](#)

Coordonnatrice administrative

[Nicolas Garcia](#)

Coordonnateur

[Evan Frankel](#)

Coordonnateur adjoint

## Préparatifs avant l'arrivée au camp

### Émotions

En général, et tout particulièrement lorsqu'ils en sont à leur première expérience au camp, les campeurs sont excités, anxieux, craintifs et nerveux avant d'aller au camp. Toutes ces émotions sont normales! Pour bien préparer votre enfant en prévision de son séjour loin de la maison, voici quelques conseils pratiques provenant de l'American camping association :

- Dites à vos enfants qu'il est normal de s'ennuyer de la maison, mais qu'ils peuvent combattre ce vague à l'âme en écrivant des lettres à la famille, en partageant leurs sentiments avec les autres et en pensant à tous les aspects positifs que leur procure le camp.
- Discutez avec votre enfant de ce qui l'attend au camp avant son départ.
- Dites-lui, de façon positive, qu'il va vous manquer. Par exemple, vous pouvez dire : « Je vais m'ennuyer de toi, mais je sais que tu vas t'amuser et vivre une belle expérience au camp. »
- Ne tentez pas de l'« acheter ». Promettre une récompense matérielle pour un séjour fructueux au camp va à l'encontre du but visé. La récompense de votre enfant devrait consister en la confiance et l'autonomie qu'il aura acquise.
- Insérez dans ses bagages un article personnel, tel un animal en peluche.
- Venez assister à notre journée [porte ouverte](#) le dimanche 19 juin 2011 (de 10 h à 15 h) afin que votre enfant rencontre les moniteurs et les autres campeurs et qu'il se familiarise avec l'environnement où il séjournera. Si la température le permet, les activités de programmation seront ouvertes et un repas sera offert à un prix raisonnable.
- **Nous avons constaté au fil des ans que ce sont les parents qui ont le plus de difficulté lors du départ des autobus!** Souvent, quand les enfants voient que vous êtes émus ou inquiets, ils s'imaginent que vous avez une bonne raison de l'être!
- En demeurant positif, rassurant et convaincu de notre capacité d'offrir une expérience positive (notre spécialité depuis plus de 117 ans!), vous rassurerez votre enfant et donnerez le ton à son séjour au camp.

### Renseignements particuliers sur votre enfant

Il est très important que vous nous fassiez part de toute caractéristique particulière de votre enfant (déficit de l'attention, hyperactivité, handicap mental ou physique, peur des orages électriques ou de la noirceur, troubles d'incontinence, de comportement ou de socialisation, etc.). Assurez-vous de remplir consciencieusement la section médicale du formulaire d'inscription et, au besoin, nous vous recommandons d'envoyer une lettre ou de parler au directeur avant le début du camp de façon à ce que nous puissions aider votre enfant de la meilleure façon possible. Toute l'information que vous nous fournirez demeurera strictement confidentielle et ne sera divulguée qu'aux employés concernés selon le jugement du directeur.

### Ce qu'il faut apporter

Il est primordial de voir à ce que votre enfant ait suffisamment de vêtements pour la durée de leur séjour au camp. De plus si votre enfant participe à une expédition de canot l'équipement approprié et les vêtements adaptés à une expédition de canot-camping sont primordiaux.

Veuillez consulter la liste des articles à apporter ([Packing List](#)) sur notre site internet pour plus de détails. **VEUILLEZ S.V.P. IDENTIFIER TOUS LES VÊTEMENTS ET ÉQUIPEMENTS DE VOTRE ENFANT PAR LEUR PRÉNOM ET LEUR NOM DE FAMILLE!!** [Voir objets perdus.](#)

La meilleure façon d'identifier les vêtements est d'utiliser un marqueur indélébile (Sharpie) ou des étiquettes. Inscrire le nom de votre enfant dans les collets, chaussures, sacs de votre enfant, souliers, sac de couchage, chapeaux, broches à dents, serviettes, etc.

#### *Conseils supplémentaires et idées :*

- ✓ Mettez leurs effets dans une valise ou un sac de sport – l'espace de rangement est limité.
- ✓ Les campeurs doivent apporter leurs propres sacs de couchage et oreiller. Nous recommandons un sac de couchage « trois saisons », car les nuits peuvent être très fraîches, particulièrement en août. (Remarque : s'il y a des risques que votre enfant mouille son lit, assurez-vous que son sac de couchage soit lavable à la machine.)
- ✓ Nous recommandons un sac au sec de 30 litres pour le programme aventurier extrême ([Veuillez vous référer à la liste d'articles à apporter pour plus de spécifications](#))
- ✓ Disposez les articles de toilette et les articles souvent utilisés (aérosol insecticide, crème solaire) dans des sacs Ziploc distincts portant le nom de votre enfant.
- ✓ **Envoyer votre enfant avec une liste des articles apporté afin de l'aider lorsqu'il aura à refaire ses bagages.**
- ✓ Les campeurs qui portent des verres de contact auront besoin de leurs lunettes pour les nuitées et les expéditions en canot. Ils devraient de plus, **AVOIR EN LEUR POSSESSION UNE COURROIE APPROPRIÉE POUR TENIR LEURS LUNETTES EN EXPÉDITION** ([veuillez vous référer à la liste d'articles à apporter pour plus de détails](#)).
- ✓ Les shampoings, conditionneurs et savons devraient être biodégradables (à base de glycérine et sans phosphate) et non parfumés (les produits parfumés attirent les mouches noires, les moustiques, etc.). Ces produits peuvent être trouvés en pharmacie ou dans les magasins spécialisés en camping.

#### *Articles à ne pas apporter au camp :*

- ✗ Articles FRAGILES. Veuillez garder en tête qu'une expédition et un séjour en camp est une activité extérieure de longue durée qui peut endommager tout équipement apporté.
- ✗ Des vêtements neufs. Les enfants passeront leurs journées à jouer dehors et vont se salir!
- ✗ **Les bikinis et autres pièces de vêtement révélatrices.** Un maillot une-pièce ou un tankini constitue un choix acceptable pour les baignades. Les campeurs dont le maillot de bain ou les vêtements seront jugés inappropriés devront porter un t-shirt.
- ✗ Les sèche-cheveux, baladeurs, *Gameboys*, lecteurs MP3, **téléphones cellulaires**, ordinateurs portables et/ou tout appareil numérique. Ces articles seront confisqués, étiquetés et déposés dans un coffret de sûreté jusqu'au dernier jour de la session du campeur.
- ✗ Bijoux, boucles d'oreille pendantes et montres chères. Ces articles peuvent causer des blessures et se perdre facilement.
- ✗ Argent. Les campeurs ont tous un compte au comptoir à provisions (compris dans les frais) et ne peuvent acheter des articles qu'en puisant de l'argent dans ce compte. Vous pouvez rajouter de l'argent dans le compte en passant par le bureau administratif, nous n'accepterons pas de l'argent comptant provenant d'un campeur.
- ✗ Aliments ou collations. Des collations seront disponibles quotidiennement à toutes les heures de la journée dans la salle à manger – après tout, le terme Kanawana signifie « paisible et beaucoup à manger »! Quand ils sentent de la

nourriture, les rats laveurs, mouffettes, fourmis, écureuils et autres bestioles entrent dans les tentes et les cabanes sans aucune invitation.

- × Couteaux. Le camp peut fournir des couteaux lorsque la situation le permet ou l'exige.
- × CIGARETTES ET TABAC. Les campeurs trouvés en possession de cigarettes et de tabac se les verront confisqués, et leurs parents recevront un appel téléphonique. Toute récidive entraînera le renvoi du campeur à la maison.
- × ALCOOL ET DROGUES. Nous avons une politique de **TOLÉRANCE ZÉRO** vis-à-vis les campeurs consommant ou trouvée en possession d'alcool ou de drogue. Les campeurs surpris avec l'une de ces substances seront renvoyés à la maison sur-le-champ.

*REMARQUE : Le Y Kanawana ne peut être tenu responsable de tout objet perdu ou volé (y compris les bijoux, les montres, de l'argent ou autres effets personnels).*

Pour l'équipement de groupe fourni par le camp pour toute expédition, vous référer à la section [expédition](#).

## Pendant le séjour de votre enfant sur le site

### Lessive

Les campeurs inscrits à une seule session de six ou douze jours n'auront pas droits au service de lessive. Ceux qui passent plus d'une session de douze jours au camp et qui restent pour le week-end de transition bénéficieront d'un service de lessive sans frais durant cette période.

### Objets perdus

Due au nombre d'objets perdus nous vous encourageons fortement d'inscrire le nom et prénom de votre enfant sur chaque étiquette. Des initiales seront considérées insuffisantes due au nombre de campeur que nous recevons (environ 2 000) par an. Le seul moyen de récupérer un objet perdu est d'inscrire le nom de l'enfant sur ces vêtements et d'envoyer un courriel à [camp.kanawana@ymcaquebec.org](mailto:camp.kanawana@ymcaquebec.org) avec la description de cet objet. Nous garderons précieusement tout courriel concernant des objets perdus et nous tenterons de retrouver l'objet entre les sessions et à la fin de l'été seulement.

Plusieurs parents font la demande de chercher personnellement leur bien dans nos objets perdus, malheureusement notre expérience nous démontre que peu de parents trouvent ce qu'il cherche de cette manière.

Nous voulons vous assurer que nous faisons tout en notre pouvoir pour réduire le nombre d'objets perdus. Nous montrons tous les objets perdus à tous les campeurs et cela plusieurs fois par session pour nous assurer que le moins d'objets se perdent. Malheureusement, plusieurs campeurs ne reconnaissent pas leurs vêtements et dû au manque d'étiquette il nous est impossible de retrouver le propriétaire.

À la fin de l'été, nous contacterons les parents dont des items ont été retrouvés (grâce aux identifications sur les étiquettes), pour leur donner la chance de récupérer leurs biens. Suite à cette démarche, tous les objets seront donnés à un organisme de charité.

## Langage et comportement

Le Y Kanawana N'ACCEPTÉ PAS qu'un campeur use d'un langage inapproprié, de violence ou d'intimidation, perturbe les activités ou manque de respect envers le personnel et les autres campeurs, etc. De tels incidents seront discutés avec les parents de façon à corriger immédiatement les comportements fautifs. Si aucun changement n'est apporté au comportement en question, le directeur du camp se réserve le droit de renvoyer un enfant à la maison.

## Le serment des campeurs

Le Y Kanawana est une communauté dont la devise est « Non Nobis Solum », pas seulement pour nous-mêmes, où le respect de l'un, de l'autre et de l'environnement est l'une des valeurs de base. Nous estimons qu'il est important, que tous les campeurs soient conscients des attentes et des opportunités auxquelles ils se livrent en prenant la décision de faire partie de la magie de Kanawana. Nous recommandons que vous preniez le temps, pour discuter avec votre enfant, du serment des campeurs, pour vous assurer qu'il comprenne l'engagement qu'il fait vis-à-vis la communauté de Kanawana.

Je m'engage à :

- Respecter l'environnement naturel qui fait que le camp est si beau. Traiter tous les campeurs et les employés avec respect et courtoisie.
- Utiliser un langage approprié.
- Respecter les biens d'autrui.
- Respecter toutes les règles de sécurité mises en place par le personnel de Kanawana afin d'assurer la sécurité de tous durant les activités sur le camp et en expédition.
- Ne pas utiliser ou posséder de l'alcool et des substances illégales durant mon séjour au camp ou ma participation à une expédition de canot-camping.
- Ne pas utiliser de tabac durant mon séjour au camp ou ma participation à une expédition de canot camping.
- Contribuer à la communauté du camp par ma joie, mon enthousiasme et mon sens de l'humour.

Toutes les règles de sécurité mise en place sur et hors du camp par le personnel DOIVENT être respectées afin d'assurer la sécurité de tous. Si un comportement est considéré non sécuritaire pour le participant lui-même, le groupe ou la sécurité d'un membre du personnel, ceci provoquera un renvoi immédiat du camp ou de l'expédition de canot-camping. Le serment du campeur Y Kanawana devrait être lu par chaque participant/campeur et leur parent/tuteur. **Veillez noter que les participants retournés à la maison pour comportements ne seront pas remboursés.**

## Comptoir à provisions

Le comptoir à provisions de chaque campeur comprend un t-shirt Y Kanawana, une gourde de marque Nalgene et une photo souvenir de leur chalet ou tente. Les campeurs ont le droit d'acheter une fois par semaine une collation du comptoir à provisions ou autre article. La somme désignée pour le compte du comptoir à provisions de votre enfant a été automatiquement ajoutée sur votre facture. S'il ne dépense pas tout l'argent de son compte et que le montant restant excède 10 \$, vous pouvez demander un remboursement par écrit au plus tard deux semaines suivant le départ de votre

enfant du camp. L'argent restant dans les comptes à provision sera transféré au fond des campeurs qui finance des enfants dans le besoin. Veuillez noter que les chèques de remboursement seront envoyés au cours du mois de septembre.

## Comment contacter mon enfant (non applicable si le campeur est en expédition)

Il existe divers moyens de communiquer avec votre enfant durant son séjour au camp. Vous pouvez lui faire parvenir une lettre ou un courriel. Toutes les familles des campeurs qui en sont à leur première expérience au camp recevront un appel du directeur de la section de leur enfant au cours des premiers jours de la session de camp afin de donner des nouvelles aux parents. De façon générale, les campeurs ne sont pas autorisés à téléphoner à la maison et la ligne téléphonique du camp sert aux activités du bureau du camp et en cas de situation d'urgence. Si vous désirez vous entretenir avec le directeur de la section de votre enfant, vous pouvez communiquer avec notre bureau et laisser un message. Le directeur vous rappellera dans les plus brefs délais possibles.

## Comment contacter mon enfant en expédition

Il est très important de savoir qu'il n'est pas possible de contacter votre enfant lorsqu'il est en expédition. Les guides ont en leur possession des téléphones d'urgence pour contacter le camp au besoin. Par contre ils doivent garder les téléphones éteints en tout temps pour économiser les batteries. Les employés du camp ou du bureau administratif se feront un plaisir de vous informer des dates exactes des expéditions de votre enfant lors desquelles il ne pourra pas recevoir de messages.

## Courrier des campeurs (non applicable si le campeur est en expédition)

Le courrier est distribué chaque jour durant l'après-midi. Nous encourageons les parents à envoyer des lettres, des cartes postales ou des colis par la poste ou un service de messagerie ou des messages par courriel ([kanawana.email@ymcaquebec.org](mailto:kanawana.email@ymcaquebec.org)). UPS et Purolator livrent directement sur le site du camp. LE NOM COMPLET, L'ÂGE ET LA SECTION de votre enfant DOIVENT apparaître clairement sur les enveloppes, les courriels et les colis (prière de ne pas envoyer de collations, ex : bonbons, gommages, chocolats, etc.). Prévoir un délai de 3 à 5 jours ouvrables pour la réception de votre envoi. Voici l'adresse du camp, pour envoyer une lettre, une carte postale ou un colis au camp.

Objet : Nom, Prénom – Programme (Forestier, Pionnière, etc.) – Age  
Camp Y Kanawana  
673, montée Saint-Elmire  
Saint-Sauveur-des-Monts, (Québec)  
JOR 1R1

## Courriel aux campeurs (non applicable si le campeur est en expédition)

Envoyez un courriel à votre enfant! Les courriels seront imprimés et remis directement aux campeurs dans un délai de 48 heures. Attention! Il ne faut pas s'attendre à une réponse... Aucun campeur devant un ordinateur au Camp Y Kanawana!

Lors de l'envoi, remplissez la section objet de votre message de la façon suivante :

Objet : Nom, Prénom – Programme (Forestier, Pionnière, etc.) – Age

Exemple : Objet : Tremblay, Stéphane – Forestier – 10 ans

[kanawana.email@ymcaquebec.org](mailto:kanawana.email@ymcaquebec.org)

## Téléphone et Fax

Veillez noter que notre bureau de Montréal sera fermé à compter de la première partie de juin, dans le but de déménager les bureaux à Saint-Sauveur. Un message, sur la boîte vocale, vous informera du meilleur moyen pour nous contacter.

Les campeurs ne peuvent utiliser le téléphone sans la permission de leur directeur de section. Si votre enfant s'adapte difficilement au camp, vous recevrez un appel de son directeur de section. **N'oubliez pas : si vous n'avez aucune nouvelle, c'est que tout va bien!**

Utilisez le numéro qui suit pour contacter le directeur de section de votre enfant, pour contacter notre équipe d'animateurs ou pour toute urgence. Vous pouvez aussi faxer une lettre à votre enfant en composant le numéro de fax. Remplissez la section objet de votre fax de la même façon que pour un courriel.

Téléphone : (450) 227-2414

Fax : (450) 227-0385

## Visiteurs

Nous devons assurer la sécurité de quelque 200 enfants par session; c'est pourquoi nous avons adopté une politique stricte au sujet des visiteurs. Les campeurs ont le droit d'être visités seulement en cas d'urgence. **S'il vous plait, ne vous présentez pas au camp dans l'espoir de visiter votre enfant, car pour des raisons de sécurité nous allons vous refuser l'accès.** Les visiteurs seront escortés au bureau du camp dès leur arrivée sur le site.

Si votre enfant passe deux sessions de 12 jours consécutives et est inscrit à la période de transition, une journée de visite se fera le dimanche **entre les deux sessions**, entre 11 h et 16 h. Si vous désirez visiter votre enfant durant cette période, vous devez communiquer avec le bureau du camp au moins 24 heures à l'avance afin que nous puissions coordonner votre visite. Il se peut que nous ne vous rappelions pas dû au trop grand volume de demande que nous traitons. Nous vous demandons de nous tenir au courant à l'avance dans le but de coordonner le nombre de repas à préparer pour les campeurs qui ne recevront pas de visite. Si votre enfant participe à un programme de leadership (L.I.T. et W.O.L.F.), il ne sera peut-être pas possible de le visiter durant la première période de transition, car il se peut qu'une formation de premiers soins soit donnée durant cette période. S'il vous plait, contactez-nous pour plus d'information.

TRÈS IMPORTANT : Si un parent ou une autre personne n'a légalement pas accès à votre enfant, vous devez nous en informer par écrit avant le début du séjour de votre enfant au camp.

## La vie au camp Y Kanawana

### Supervision

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre première priorité. Tous les campeurs bénéficient d'un encadrement 24 heures par jour.

Les Ratios sont calculés de la façon suivante : # membres du personnel/ # de campeurs.

Nos campeurs juniors sont en groupes de 10 enfants et sont toujours supervisés par au moins 2 moniteurs, ratio 2/10. Pour ce qui est des campeurs séniors, ils sont en groupe de 8 et sont suivis par un moniteur, ratio 1/8.

De plus, plusieurs de nos plateaux d'activités sont supervisés par des spécialistes ce qui augmente le ratio employé/campeur. Les plateaux qui bénéficient d'un spécialiste sont les suivants : escalade, nature, art plastique, hébertisme, plages (3 employés), embarcation nautique (2 employés), atelier de menuiserie. Tous les employé de la plage sont des sauveteurs certifiés ainsi que certains de nos moniteurs.

Les ratios en camp de vacances sont règlementés par les normes de l'Association des camps du Québec, ce tableau vous démontre une comparaison des normes de l'A.C.Q. et de la réalité du camp Y Kanawana.

	A.C.Q.	Camp Y Kanawana	Plateau d'activités au camp Y Kanawana
Junior	1/8	2/10	3/10
Senior	1/9	1/8	2/8
Expédition senior	1/5	2/8	n/a

Pour en savoir plus sur nos guides d'expédition, consulter la section, [faites connaissances avec nos guides](#).

Pour en savoir plus, veuillez vous reporter aux sections, [Santé et bien-être](#) et [Sécurité](#).

### Groupes en chalets ou dans les tentes

Les directeurs de section mettent tout en œuvre afin de regrouper les enfants de même âge. Il peut arriver, toutefois, qu'il n'y ait pas suffisamment de campeurs du même âge pour composer un groupe. De plus, le profil linguistique, les liens familiaux et les demandes de jumelage avec des amis sont d'autres facteurs dont nous devons tenir compte. En conséquence, l'âge des campeurs dans une même tente peut varier d'un à trois ans. **Nous nous engageons à faire tout ce qui est en notre pouvoir pour respecter les demandes de compagnons de cabine, mais nous ne pouvons pas garantir qu'elles seront toujours admises.** Les demandes de jumelage seront considérées seulement si les deux campeurs font la même demande et qu'ils sont inscrits dans le même programme. Un maximum de deux demandes de jumelage sera considéré.

## Activités au programme

Votre enfant participera à de nombreuses activités de camp, presque toujours avec les campeurs de son groupe, mais aussi avec les campeurs de sa section et, parfois, avec tous les campeurs. Les activités de la matinée sont appelées groupes d'intérêt. Elles sont plus spécialisées tandis que celles de l'après-midi sont variées et planifiées par les moniteurs, les directeurs de section et le personnel des programmes. Tous les campeurs participent à des nuitées (sauf ceux qui sont inscrits à une session d'une seule semaine et les campeurs le plus jeune), à des activités conçues pour leur section ainsi qu'à des activités pour tout le camp. De plus, ils sont encouragés à faire du canot, de l'escalade, de l'artisanat et des activités d'interprétation de la nature.

Votre enfant aura l'occasion de choisir de 2 à 4 groupes d'intérêt pour la session. En participant aux activités qu'ils auront eux-mêmes choisis (considérant les limites de chacun), les campeurs auront la chance de développer des compétences spécifiques aux activités choisies. Certains groupes d'intérêt offrent différents niveaux de compétences. Si complétés avec succès, les campeurs se verront recevoir une accréditation maison. Nous soulignons l'importance de la participation, du plaisir, de la coopération et de l'acquisition de compétences. Les groupes d'intérêt peuvent inclure le tir à l'arc, l'artisanat, le canot, la musique, le parcours de cordes basses, l'interprétation de la nature, les techniques de plein air, l'escalade, la natation et la plongée. Veuillez consulter notre page [Campeurs Activités](#) (à la section camp de vacances) de notre site internet pour une information plus détaillée.

## Santé et bien-être

Le camp dispose d'une infirmerie dotée de six lits qui sont supervisés par la directrice de la santé et un(e) assistant(e). Les formulaires d'information médicale, les médicaments et la carte d'assurance-maladie de votre enfant seront conservés à l'infirmerie durant son séjour au camp. Le personnel de l'infirmerie transmettra l'information médicale pertinente aux moniteurs et aux directeurs de section.

Veuillez noter que les cartes d'assurance maladie sont amenées en expédition par les guides.

Si votre enfant doit prendre durant son séjour au camp des médicaments délivrés sur ordonnance, veuillez remettre les contenants, tubes d'onguent, etc., au personnel de l'infirmerie avant le départ de l'autobus ou à son arrivée au camp. Veuillez vous assurer que votre enfant apporte au camp une quantité suffisante de médicaments jusqu'à la fin de son séjour, et que ses médicaments sont clairement identifiés. À la fin de la session, vous pourrez récupérer tout médicament non utilisé dans une enveloppe identifiée au nom du campeur qui vous sera remise au retour, à l'arrivée de l'autobus ou au camp.

Tous les médicaments, délivrés sur ordonnance ou non, seront conservés en tout temps à l'infirmierie dans une armoire verrouillée. Les enfants ne peuvent garder de médicaments avec eux, sauf dans des cas particuliers (par exemple inhalateurs et trousse EpiPen).

Le personnel de l'infirmierie ou le chef de camp communiquera avec vous si :

- votre enfant doit être amené à la clinique de Saint-Sauveur ou à l'hôpital;
- votre enfant doit passer la nuit à l'infirmierie;
- votre enfant contracte une maladie contagieuse.

Le séjour au camp ne constitue pas un bon moment pour éliminer ou réduire la prise de médicaments délivrés sur ordonnance. Le Y Kanawana n'acceptera pas la modification de l'attribution des médicaments sans la prescription écrite d'un médecin.

## Sécurité

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre première priorité. Le camp Y Kanawana est équipé d'un système téléphonique intégré, d'une sirène et de matériel de radiocommunication. Les bâtiments et toutes les principales aires de programmation sont munis d'une trousse de premiers soins. De plus, un réservoir d'oxygène d'urgence est placé en permanence à l'infirmierie. Tous les employés ont reçu une formation en premiers soins, en R.C.R. et/ou en sauvetage. De plus, plusieurs employés détiennent une attestation de niveau avancé de premiers soins en milieu sauvage. Tous les employés participent à une session de formation de 8 jours et font l'objet d'une vérification de leurs antécédents judiciaires avant le début de la première session. Au cours de cette session de formation, ils se familiarisent avec les règles et procédures de sécurité du camp, en plus de recevoir une formation exhaustive selon les normes établies par les programmes de développement de l'enfant du YMCA et l'Association des camps du Québec, association dont notre camp est le père fondateur.

Lors de leur première journée au camp, les campeurs subissent un test de natation et apprennent ce qu'ils doivent faire s'ils entendent la sirène. Toutes les personnes utilisant les embarcations du camp (chalands, canots, kayaks et chaloupes) doivent porter une veste de sauvetage en tout temps. Il est également possible que les campeurs doivent porter un casque protecteur lors de certains jeux et certaines activités en embarcation.

Les groupes qui participent à des activités loin des installations centrales du camp (nuitées) doivent apporter une trousse de premiers soins et une radio (un walkie-talkie). Le chef de camp a une radio sur lui en tout temps, le jour comme la nuit.

## Transport

Nous encourageons fortement les campeurs de Montréal et des environs à utiliser l'autobus mis à leur disposition pour se rendre au camp et en revenir étant donné que l'expérience de camp commence dès qu'ils montent à bord de l'autobus. De plus, c'est une belle façon de commencer à réduire votre empreinte écologique. Si, avant ou durant la session, vous devez

changer les arrangements relatifs au transport de votre enfant, veuillez en informer le bureau du camp Kanawana au 450-227-2414 dès que possible, de sorte que nous puissions prendre les dispositions nécessaires et/ou aviser votre enfant de ce changement. **Vous devrez payer 25 \$ pour chaque changement lié au transport apporté après le 1<sup>er</sup> juin.**

Point de départ et de retour de l'autobus : ÉCOLE SECONDAIRE PIERRE-LAPORTE

[1101, chemin Rockland](#) (à Mont-Royal)

**Arrivée à l'école** : 8 h – les autobus PARTENT à destination de Kanawana (toutes les sessions).

Les autobus quittent l'école Pierre-Laporte aux alentours de 9h00, mais nous demandons que les campeurs arrivent 1 heure à l'avance pour nous assurer d'avoir suffisamment de temps pour l'enregistrement. Tous ceux qui manqueront l'autobus seront responsables de leur propre transport au camp.

**Retour** : Retour des autobus de Kanawana (toutes les sessions) – juniors: 17h00 Seniors: 17h30

Les enfants resteront dans l'autobus avec le personnel du camp jusqu'à l'arrivée des parents ou tuteurs, qui devront récolter les cartes d'assurances maladie, médicaments (lorsque cela s'applique) et les fiches d'évaluation des campeurs. **Les parents ou tuteurs qui arriveront après 19h00 seront chargés 1.00 \$ la minute.**

Pour plus de détails, veuillez consulter ['Map to camp'](#) qui se trouve sur notre site internet.

Si vous conduisez votre enfant au camp :

Veuillez arriver à [l'entrée du camp](#) entre 9 h et 10 h.

Si vous allez récupérer votre enfant au camp à la fin de la session :

Veuillez arriver à [l'entrée du camp](#) entre 15 h et 16 h

Pour plus de détails, veuillez consulter ['Map to camp'](#) qui se trouve sur notre site internet.

## Formulaires et frais

### Paiement des frais et politique de remboursement

Le dépôt n'est pas remboursable. Toute fois, avec la présentation d'un billet du médecin, vous pourrez vous faire rembourser votre dépôt moins les 50\$ qui sont attribués aux frais administratif. Tous les frais doivent être acquittés en entier un mois avant le début de la session. Aucun remboursement ne sera accordé si un enfant est prié de quitter le camp en raison d'un problème de comportement ou si un parent ou un tuteur retire un campeur avant la fin de la session ou qu'un enfant quitte de son propre gré avant la fin de la session.

## Formulaire d'information médicale

Ces instructions seront validées avec vous au départ de l'autobus ou avant le début du camp. Tout médicament doit être remis à l'infirmière dans l'autobus ou à l'arrivée au camp. Vous pouvez choisir d'inclure une lettre d'explication et la remettre directement au personnel de l'infirmierie. Tout médicament doit être remis au personnel de l'infirmierie dans l'autobus ou à l'arrivée au camp, avec le nom du campeur, la dose, la fréquence et toute autre information (surtout, les médicaments non prescrits). Le personnel de l'infirmierie suivra les instructions des étiquettes à la lettre à moins d'une demande contraire signée par un docteur expliquant les raisons de ne pas suivre ces dites instructions.

## Cartes d'assurance-maladie

Votre enfant ne sera pas admis à bord de l'autobus sans sa carte d'assurance-maladie ou une preuve d'assurance médicale équivalente. Veuillez noter que les cartes d'assurance maladie sont amenées en expédition par les guides. À la fin de la session, les cartes seront placées dans des enveloppes et remises aux parents ou tuteur. Toute fois, elles seront directement remise aux Trailblazers, W.O.L.F. et aux Voyageurs III et Ultime.

## Les Programmes

Cette section décrit les aspects spécifiques de chaque programme, ainsi que des informations générales sur nos programmes d'expéditions. Les sections suivantes s'applique aux programmes de leadership et d'expédition seulement.

[Trailblazers](#) « (Leader in Training) »

[W.O.L.F.](#) « (Wilderness Outdoor Leadership Fieldwork) »

[Expéditions](#) (pour tous)

## Programme Trailblazers – « Leader in Training » (LIT)

### Première session du programme L.I.T. : L'expédition de canot

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité numéro un. Nous assurons la sécurité de votre enfant 24 heures par jour. Un programme d'expédition est un défi de tailles pour un campeur et le but principal de notre équipe est de s'assurer que votre enfant est bien préparé et conscient des réalités qu'implique l'expérience dont lui ou elle fera partie. En tant que membre du groupe des Trailblazers, votre enfant aura l'opportunité de participer dans les blocs de programmation suivants afin de compléter sa préparation :

- Participation lors de la planification des menus. Les campeurs ont la chance de choisir leurs repas et par la suite, le guide d'expédition vérifie que tous les repas sont équilibrés et respectent les portions établies par le Guide d'alimentation Canadien.

- Préparation de l'équipement personnel. Ceci est une session d'information au cours de laquelle les campeurs peuvent pratiquer la façon idéale de remplir leurs sacs de voyage et apprendre quels sont les articles qu'ils ont besoin d'apporter en expédition et comment les choisir.
- Situations : Soyez prêts! À quoi s'attendre en expédition au travers d'épreuves et de jeux amusants!
- Sécurité aquatique. Comment agir sécuritairement dans l'eau et quoi faire pour assurer sa propre sécurité.
- Itinéraire. Expliquer et démontrer où se dérouleront l'expédition et l'itinéraire suivi.
- Techniques de construction de feux de camp.
- Portage, techniques de pagayage et récupération en T (quoi faire si votre canot chavire!)

Toutes ces activités permettront aux campeurs de développer des habiletés en nature, de la confiance en-soi et nous permettrons d'évaluer les habiletés de votre enfant afin de le préparer adéquatement pour l'expérience de canot qu'il ou elle s'apprête à vivre.

## Deuxième session du programme L.I.T.

### Sessions

En tant que Trailblazer, votre enfant participera à plusieurs ateliers que nous appelons sessions. Ces sessions sont toutes conçues et régulées par l'ACQ (Association des Camps du Québec). Ces sessions seront enseignées par les directeurs des Trailblazers, ainsi que par des orateurs invités, qui comprendront des employés du camp et autres associés du YMCA. Les sessions comprennent des ateliers théoriques et pratiques pour permettre une plus grande diversité dans les méthodes employées. Quelques exemples de ces sessions sont : intervention auprès des campeurs, procédures d'urgence, gestion du risque, développement de l'enfance, programmation créative, etc. Au cours de ces sessions, votre enfant participera à une formation en premiers soins et RCR. Au total, environ 200 heures seront consacrées à ces sessions. Ils auront aussi l'occasion de jouer à des jeux de renforcement de l'équipe. Toutes ces activités ont tendance à être orientées vers l'idée d'avoir du plaisir et non-pas sur le défi. Ceci pourrait donc inclure des activités telles que des jeux de confiance, des chasses au trésor, ou la création de nouveaux cris ou chants. Les activités de renforcement de l'esprit d'équipe sont conçues pour développer le sens de communauté, la confiance et le respect mutuel parmi les participants. Il est de notre avis qu'une équipe dont les équipiers sont à l'aise les uns avec les autres, et qui se respectent et se font confiance, est capable d'accomplir des objectifs bien plus grands qu'un groupe qui ne possède pas les mêmes affinités.

## Troisième session du programme L.I.T.

### Groupes d'intérêts

Les groupes d'intérêts ont lieu le matin, tout de suite après le déjeuner. Ces groupes d'intérêts sont deux périodes d'une heure pour lesquelles les campeurs choisissent parmi une liste d'activités. En tant que Trailblazer, votre enfant accompagnera un moniteur responsable de diriger un des groupes d'intérêts. Cet accompagnement inclura d'assister le moniteur de toutes les manières possibles, allant de la simple supervision des campeurs à l'organisation de la structure des leçons de la journée. Une fois que le participant aura été exposé à plusieurs sites de programmation, ils rencontreront un des directeurs et choisiront des objectifs qu'ils désireront accomplir au cours des cinq semaines restantes. Chacun des participants recevra le support des directeurs et des spécialistes de programmation et instructeurs afin d'atteindre leurs

objectifs. Les participants se voient donner des opportunités de rencontrer leurs directeurs sur une base bihebdomadaire, période durant laquelle les participants auront la chance d'évaluer l'atteinte de leurs objectifs. Nous croyons que cette participation équilibrera le temps passé en sessions, assurant que votre enfant se sentira comblé.

### Programmation avec les groupes

La majeure partie du temps des participants au cours de la deuxième moitié de l'été sera consacrée à travailler avec les groupes de cabanes et de tentes, mettant en application une grande partie de ce qu'ils auront appris au cours de la première partie de l'été. En ce sens, le programme vise à offrir aux participants la partie théorique et l'opportunité de mettre en pratique leurs habiletés de Leadership. Chaque Trailblazer est évalué et pourra nous dire avec quelle section il préférera travailler. Suite à l'évaluation des directeurs, les Trailblazers seront assignés à un groupe de cabane ou de tente et accompagneront les moniteurs et superviseront les campeurs. Cette expérience est précieuse, et pourraient grandement aider ceux qui décideront d'appliquer pour devenir un employé.

### Quatrième session du programme L.I.T.

#### Groupes d'intérêts /groupes de tente

Au cours de cette session, les directeurs des Trailblazers assigneront votre enfant comme accompagnateur d'un groupe d'âge différent de celui de la session précédente. Ceci permettra à votre enfant d'avoir de l'expérience avec des groupes d'âge variés. Il est de notre avis que le fait d'être en contact avec divers styles de leadership, combiné avec une possibilité d'expérience pratique des habiletés de leadership dans un contexte supervisé, est une des meilleures façons pour nos jeunes d'apprendre à développer leur propre style de leadership.

#### Solos

Les solos sont pour plusieurs, une expérience qui les 'transforment'. Mais ce ne sont pas tous les Trailblazers qui ont à participer à cette activité, puisque les places sont limitées. Un « solo » consiste à vivre seul pendant 36 heures dans la nature. Les Trailblazers qui décideront de participer aux solos recevront une toile, de la corde, suffisamment de nourriture pour les 36 heures, un carnet de notes et un stylo. Ce temps passé en solitaire est conçu pour permettre au jeune de faire une réflexion personnelle. Les Trailblazers ne sont pas autorisés à apporter autre chose avec eux et tout sac est sujet à une fouille avant le départ. Un directeur du programme Trailblazer et un guide d'expédition resteront à un site à proximité tout au long des 36 heures et une tournée de sécurité sera faite sur une base régulière pour vérifier que tout se passe bien pour nos solistes.

### Évaluations du programme L.I.T.

#### Hebdomadaire

Les Trailblazers seront évalués sur une base hebdomadaire par les employés qui seront leurs mentors. Nous encourageons les employés à donner autant de commentaires constructifs que possibles. Ces évaluations hebdomadaires permettront aux directeurs de savoir quels Trailblazers font un bon travail et ceux qui ont besoin de suivi et d'encouragement supplémentaires. Les directeurs tenteront aussi de rencontrer chacun des Trailblazer individuellement au moins une fois

par session pour parler de problèmes qu'ils pourraient avoir rencontrés, ou pour les féliciter pour leur bon travail. Sur une base régulière les L.I.T. seront encouragés à se fixer des buts et des objectifs personnels. De cette façon le directeur L.I.T. pourra faire un bon suivi et s'assurer d'une évolution constante de ses apprentis.

### Mensuelle

Il y a deux évaluations formelles à mi-chemin afin de laisser savoir aux participants où ils en sont et pour leur permettre de s'améliorer une fois que nous leur avons fait part de ce qu'ils doivent améliorer. Ces évaluations sont très similaires aux évaluations de nos employés. Elles seront conservées en filière et utilisées l'an prochain pour déterminer l'accessibilité à poser sa candidature pour un poste d'animateur.

### Divers du programme L.I.T.

Nos apprentis moniteurs participent aussi à l'organisation et à l'animation d'une variété d'activités incluant une de nos activités grand groupe. De plus, chaque année, les Trailblazers ont la chance de laisser leur marque sur le camp grâce au projet Trailblazers. Le groupe des Trailblazers décide de quelle façon ils souhaitent redonner au camp, que ce soit en reconstruisant les bancs du cercle du conseil, ou en fabriquant de nouvelles enseignes pour les tentes et cabanes du camp. Le projet des Trailblazer est décidé conjointement entre les participants et les directeurs et occupera les jeunes pour une bonne partie de la seconde moitié de l'été. À la fin de l'été, ce projet sera complété et un souvenir du passage de votre enfant demeurera au camp, rappelant les générations futures de la contribution de nos apprentis moniteurs.

Pour de plus amples informations veuillez consulter la section d'information des [expéditions générales](#)

## Programme W.O.L.F.

### Premier séjour du programme W.O.L.F.: certifications et ateliers

Durant leur premier séjour au camp, les participants au W.O.L.F. prendront part à plusieurs ateliers et certifications. Voici des exemples de sujets qui pourraient être couverts lors des ateliers :

Gestion du Risque	Gestion d'un groupe	Gestion d'expédition	Habilités techniques / Programmation
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestion des risques en plein air</li> <li>- Sécurité sur l'eau</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pédagogie et enseignement au Y Kanawana</li> <li>- Historique des expéditions au Y</li> <li>- Dynamique de groupe</li> <li>- Caractéristiques des groupes d'âge</li> <li>- Théories de leadership et techniques</li> <li>- Animation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Camping sans Trace</li> <li>- Gestion d'un campement</li> <li>- Planifier un menu et gestion de la nourriture</li> <li>- Gestion et réparation d'équipement</li> <li>- Brûlage, noeuds et abris</li> <li>- Survie et cuisine en plein air</li> <li>- Planification de routes</li> <li>-Hygiène</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Topographie, cartes et boussoles</li> <li>- Éducation environnementale</li> <li>- Technique de feu</li> <li>- Légendes, folklore et jeux de rôles</li> <li>- Activités de survie</li> <li>- Jeux</li> <li>- Sauna</li> </ul>

Ce programme ne fournira pas les certifications requises pour travailler comme guide, mais se veut une base sur laquelle les participants pourront développer les compétences nécessaires pour devenir guide. Par contre, deux certifications reconnues qui font parties des standards de l'industrie du tourisme d'aventure comme guide de canot-camping seront fournies lors de leur formation :

**FQCK canotage I et canotage Eau Vive niveau II :** Fournira les bases en canotage en eau calme sur le Lac Kanawana et des techniques plus avancés en eau vive sur la rivière Rouge. Ces cours prépareront les participants pour guider des expéditions sur l'eau.

**Secourisme général:** Ce cours certifié de 16 heures couvre tous ces volets :

**Volet premiers soins (12 heures)**

- Comment intervenir en cas d'urgence
- Le système des services médicaux d'urgence
- Vérifier, appeler, secourir
- Urgence des voies respiratoires
- Urgences respiratoires et circulatoires
- Premiers soins en cas d'arrêt respiratoire et cardiaque
- Blessure à la tête et à la colonne vertébrale
- Blessures aux os, aux muscles et aux articulations
- Soins des plaies
- Urgences médicales soudaines
- Urgences liées à l'environnement

## Deuxième séjour du programme W.O.L.F.

Lors du deuxième séjour, l'ensemble du groupe participera à une expédition de 10 jours. Tous les participants contribueront à l'expédition tant au niveau de l'organisation que du leadership et seront accompagnés par leur instructeur et un autre guide. Tout au long de l'expédition, des ateliers seront donnés et les participants auront la chance de mettre en pratique et de tester leurs habiletés. Cette expédition constituera une composante majeure de l'évaluation finale du programme.

## Troisième et quatrième séjour du programme W.O.L.F.

L'objectif de ces séjours est d'intégrer les participants du programme W.O.L.F. dans les programmes d'expédition tenue au Y Kanawana, ce qui se produira sur le camp tout comme en expédition. Chaque participant sera assigné à un programme, soit le programme explorateur, aventuriers ou voyageur (se référer à la section [Programme d'expédition](#) et à la section [itinéraires](#)) où ils pourront observer les guides en action.

### En expédition :

Lors du troisième séjour, les W.O.L.F. seront observateurs et assisteront le guide, toutefois, IL EST À NOTER QU'AUCUNE RESPONSABILITÉ MÉDICALE OU CONCERNANT LA SÉCURITÉ NE SERA ASSIGNÉE À UN PARTICIPANT DU W.O.L.F.. Lors du Quatrième séjour, les W.O.L.F. devront assumer une plus grande responsabilité avant et en expédition. Une responsabilité spécifique leur sera assignée lors de leur expédition (gestion de la nourriture, gestion de l'équipement ou animation d'activités). Durant ce séjour, chaque W.O.L.F. animera une activité de survie avec des campeurs plus jeunes ainsi qu'un atelier sur la sécurité en rivière avant une expédition.

### Sur le site :

Il y aura des observations de groupes de campeurs et des activités sur le camp principal afin d'accroître le développement des habiletés de gestion de groupe. Durant leur temps au camp, il sera attendu des W.O.L.F. qu'ils participent à la construction du feu de camp d'ouverture, les ronds de feux dans les diverses sections, ainsi que l'animation d'un groupe lors d'une excursion.

### Solos :

Les solos sont pour plusieurs, une expérience qui les 'transforment'. Un « solo » consiste à vivre seul pendant 36 heures dans la nature. Les W.O.L.F. qui décideront de participer aux solos recevront une toile, de la corde, de la nourriture en quantité suffisante pour 36 heures, un carnet de notes et un stylo. Ce temps seul est conçu pour permettre la réflexion sur soi. Les W.O.L.F. ne sont pas autorisés à apporter autre chose avec eux et tout sac est sujet à une fouille avant le départ. Un directeur et un guide d'expédition seront présents à un site à proximité tout au long des 36 heures et une tournée de sécurité sera faite au travers des 36 heures pour vérifier que tout se passe bien pour nos solistes toutes les quelques heures.

## Évaluations du programme W.O.L.F.

Les participants du programme W.O.L.F. reçoivent des évaluations formelles et informelles tout au long du programme. Le cours de premiers soins inclut des évaluations écrites et pratiques, alors que le canotage est basé sur les performances en canot uniquement. En plus de ces évaluations, le participant complètera un examen formatif. Les participants recevront de la rétroaction continue lors de rencontres individuelles et à l'aide de grilles d'observation produites par les guides d'expédition.

Pour de plus amples informations veuillez consulter la section d'information des [expéditions générales](#)

## Informations général des expéditions

### Activités de préparation au camp

La sécurité et le bien-être de votre enfant sont notre priorité numéro un. Nous assurons la sécurité de votre enfant 24 heures par jour. Un programme d'expédition est un défi de tailles pour un campeur et le but principal de notre équipe est de s'assurer que votre enfant est bien préparé et conscient des réalités qu'implique l'expérience dont lui ou elle fera partie. En tant que membre des expéditions, votre enfant aura l'opportunité de participer dans les blocs de programmation suivants afin de compléter sa préparation :

#### *Particularités des programmes d'expéditions :*

- Participation lors de la planification des menus. Les campeurs ont la chance de choisir leurs repas et l'ordre du menu. Par la suite, le guide d'expédition vérifie que tous les repas sont équilibrés et respectent les portions établies par le Guide alimentaire Canadien.
- Préparation de l'équipement de groupe : une session pendant laquelle les campeurs élaborent la liste d'équipement de groupe qui est ensuite vérifiée par le guide afin de s'assurer qu'il ne manque rien.
- Situations : Soyez prêts! À quoi s'attendre en expédition au travers d'épreuves et de jeux amusants!
- Sécurité aquatique. Comment agir sécuritairement dans l'eau et quoi faire pour assurer sa propre sécurité.
- Construction de feu de camp. Techniques de construction de feux qui inclura une compétition pendant laquelle les campeurs mangeront un repas cuit sur le feu.
- Portage : techniques de pagayage et récupération en T (quoi faire si votre canot chavire!).
- La préparation de l'équipement personnel est un volet lors duquel le campeur apprendra à faire ses bagages spécifiquement pour les expéditions (quoi emporter et comment s'en servir).

#### *Particularités des expéditions en eaux vives :*

- Discussion sur l'hydrologie. Atelier dans lequel le campeur apprendra les différentes composantes d'une rivière, les techniques de pagayage spécifiques à la descente de rivière ainsi que l'identification des dangers présents en eau vive.

#### *Particularités du programme voyageur :*

- Habilités de survie et cuisine en plein air, un atelier dans lequel les participants apprennent la cuisine sur feu tout en explorant des techniques de survie avancées.

Toutes ces activités permettront aux campeurs de développer des habiletés en nature, de la confiance en-soi et nous permettrons d'évaluer les habiletés de votre enfant afin de le préparer adéquatement pour l'expérience de canot qu'il ou elle s'apprête à vivre.

## Itinéraire

Nous faisons de grands efforts afin de planifier nos expéditions de canot en fonction des âges de nos campeurs, du niveau de la condition physique et des habiletés de chacun des participants. Dans les programmes d'expédition, chaque participant sera informé de l'itinéraire pour son expédition. Voici pourquoi il est extrêmement important de bien remplir tous les documents requis afin que notre équipe soit bien informée du développement personnel de votre enfant et de sa situation.

## La vie d'un campeur en expédition

Votre enfant participera à plusieurs activités au camp, le plus fréquemment, avec ces colocataires de cabanes lorsqu'ils seront sur la propriété du camp Y Kanawana. Au cours des premières journées au camp, vos enfants auront la chance de participer chaque matin à des ateliers de préparation pour leur aventure.

Au cours de l'expédition, l'horaire typique suivi est habituellement tel que suit :

7 h	Réveil
7 h 30	Réalisation des diverses tâches : ramassage de bois, préparation du déjeuner
9 h	Démontage du site de campement et remplissage des canots
10 h 30	Pagayage vers le site de camping
11 h 15	Jeux en canot et sieste.
12 h 30	Repas à la plage
14 h	Pagayage vers le site de camping
15 h	Monter le site et baignade
16 h	Jeux coopératif, jeux de connaissance et jeux de confiance
17 h 30	Préparation du repas et accomplir les tâches
19 h 30	Activité d'aventure
21 h	Brossage de dents et dodo!

## Nourriture et hygiène

Notre menu lors d'expéditions comprend une variété d'ingrédients qui sont tout aussi savoureux que nutritionnels! Le menu sera choisi par les campeurs et vérifié par la suite par nos guides. Ceux-ci vérifieront que les menus choisis comprennent tous les éléments nutritionnels nécessaires à l'effort physique fourni par chacun des participants. Lors d'une expédition, la nourriture est parmi l'un des facteurs les plus importants du succès de celle-ci.

Repas	Nom des repas offerts
Déjeuner	Crêpes de canot, bagels, gruau de voyage, granola frit, pommes cuites, Grilled cheese, Bannock aux baies, couscous aux bananes, galettes de riz, omelette, pain doré, couscous crémeux, compote, Red River
Dîner & Souper	Soupe orientale, roulée, riz au thon, riz sauvage, pizza de pitas, chili végétarien, Gâteau l'Hermite, soupe de légumes, sauté Thai, fusili, macaroni au fromage, burritos, Pot-pourri, riz espagnol, Hot-dogs et salade de fèves, pâtes Alfredo, taboulé, beignet de maïs, ragoût d'aubergine et patate douce, riz à la noix de coco et curry, roulés californiens végétariens, sandwich à l'avocat, salade de pâtes, rouleaux aux dattes, ratatouille, rouleaux au thon, pâtes à l'ail et huile, pâtes rouges
Collations	Barres Nutrigrain, barres Granola, Mélange de randonnée (sans noix!), rouleaux de fruits, rouleaux de yogourt, fruits séchés

## La météo en expédition

Les expéditions organisées par le Y Kanawana voyagent au travers des parcs dans le nord du Québec et de l'Ontario, où la température peut varier grandement au cours d'une journée. Il est important lorsque les articles du campeur sont emballés, que la pluie, les nuits froides et des journées venteuses augmenteront probablement la difficulté de l'activité elle-même. Généralement, au mois de juillet, la température tourne autour d'une moyenne de 20 degrés Celsius, mais au mois d'août, la moyenne peut varier entre 20 degrés durant le jour à 10 degrés la nuit. Veuillez vous référer à la liste d'articles à apporter afin de fournir l'équipement nécessaire à votre enfant pour son expédition.

## Équipement de groupe fourni par le camp

Ne pas oublier de consulter la liste d'article à apporter ([packing list](#)) qui se trouve sur notre site internet.

Au cours de son expédition, nous nous attendons à ce que votre enfant ait en sa possession les articles identifiés sur la liste d'articles à apporter (ou un substitut approprié). De plus, nous fournirons à votre enfant, certaines pièces d'équipement qui serviront autant à son usage qu'à celui de son groupe.

À titre informatif, la liste suivante vous indique l'équipement qui sera fourni à votre enfant par le camp Y Kanawana lors de son expédition :

Nuit et vie au campement	Cuisson et hygiène	Transport	Autre
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tentes</li> <li>- Haches et une scie</li> <li>- Pelle</li> <li>- Papier de toilette et hand sanitizer</li> <li>- Sacs poubelles</li> <li>- Trousse de survie</li> <li>- Téléphone satellite fonctionnel</li> <li>- Argent en cas d'urgence</li> <li>- Enveloppe hydrofuge incluant itinéraires d'expéditions, menu, livre de recettes et informations en cas d'urgence</li> <li>- Trousse de premiers soins avec Epi-pens</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Chaudrons et poêlons</li> <li>- Bols et cuillères</li> <li>- Savon biodégradable et hand sanitizer</li> <li>- Sac moustiquaire pour sécher la vaisselle</li> <li>- Traitement de purification de l'eau</li> <li>- Eau filtrée</li> <li>- Barils de nourriture</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Canots</li> <li>- Pagaies</li> <li>- Sac à corde</li> <li>- Kit de secours en eau vive</li> <li>- Veste de flottaison individuelle ajustée pour chaque participant</li> <li>- Écobe pour chaque embarcation</li> <li>- Kit de réparation pour canots</li> <li>- Sac de transport pour les sacs au sec</li> <li>- Sac au sec des participants</li> <li>- Équipement de canot (lignes de sûreté, lampes de poche, devise sonore, pagaie d'extra, veste de flottaison individuelle supplémentaire)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Librairie</li> <li>- Matériel de programmation pour les activités choisies</li> <li>- Jeu de poches</li> </ul>

Tout notre équipement est vérifié avant chaque départ par nos guides d'expéditions, les campeurs et notre équipe de gestion de l'équipement. Cette procédure nous permet de nous assurer que l'équipement est sécuritaire, propre, que les réparations nécessaires sont faites et tout problème identifié et réglé avant le départ en expédition. Cette politique nous permet de nous assurer que nos programmes soient sécuritaires et nous nous assurons que la sécurité de votre enfant prime avant tout et en tout temps.

## Santé, bien-être et sécurité en expédition

### Trousses de premiers soins en expédition

Chaque expédition quitte le camp avec une trousse de premiers soins entièrement équipée de matériel spécifique des expéditions en région sauvage et assemblée de façon à être à l'épreuve de l'eau. Les trousses de premiers soins comprennent les articles suivants :

Brûlures et saignements	Blessures	Outils	Médicaments
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gazes (stérile et non stérile)</li> <li>- Pansements (formes et grandeurs variées)</li> <li>-Peau de recouvrement</li> <li>- Deuxième peau</li> <li>- Opsite et pansements papillon</li> <li>- Bandes stériles</li> <li>- Gauze abdominale</li> <li>- Ruban adhésif médical</li> <li>- Seringue d'irrigation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bandages triangulaires</li> <li>- "Sam splints"</li> <li>- Bandages élastiques</li> <li>- Couverture thermique</li> <li>- Glace artificielle</li> <li>- Hypafix</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pression sanguine</li> <li>- Stéthoscope</li> <li>- Thermomètre</li> <li>- Pincés</li> <li>- ciseaux</li> <li>- Masque de poche</li> <li>- Désinfectant pour les mains</li> <li>- Gants</li> <li>- Tampons d'alcool et de benzalconium</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tylenol et Advil</li> <li>- Antihistaminique</li> <li>- Onguent antibiotique</li> <li>- Epi-pen et fioles d'épinéphrine supplémentaires</li> <li>- Lotion calamine et gel d'aloès vera</li> <li>- Huile de thé</li> <li>- Charbon actif</li> <li>- Solution avec électrolyte</li> <li>- Crème antifongique</li> <li>- Solution antibiotique en cas d'infection des yeux ou des oreilles</li> </ul>

Tout matériel de premiers soins est conservé sous clé lorsque sur le camp et est vérifié toutes les semaines par nos guides d'expédition et notre équipe de gestion du matériel afin de s'assurer que nous ayons en tout temps le matériel nécessaire et en bon état. (Veuillez noter que tous nos protocoles médicaux en région sauvage sont signés par un médecin afin de permettre à tous nos guides de pratiquer les traitements nécessaires en région sauvage).

### Évacuation lors d'une expédition

Nos Guides d'expédition sont entraînés pour donner des soins en région éloignée. Tout en suivant les normes de l'association Aventure écotourisme Québec, une évacuation peut prendre jusqu'à 48 heures dépendant des conditions météorologiques et de l'accessibilité. Nous essayons d'être le plus efficaces possible lors d'une évacuation et nos membres du personnel sont spécialement formés pour ce genre d'éventualité. Dans le cas d'une évacuation aérienne ou d'une évacuation terrestre, le directeur vous informera directement de la situation.

## Exigences physiques pour les participants en expédition

Une expédition de canot-camping est une activité qui nécessite un effort physique vigoureux. Il est donc important de comprendre que nous faisons tout notre possible pour supporter et encourager votre enfant durant cette activité, mais qu'un bon niveau de condition physique est requis afin de vivre une expérience plaisante. Au début de chaque session, chaque campeur devra passer une évaluation de ses capacités en natation. Ce test sera supervisé par notre équipe aquatique. Les campeurs devront démontrer qu'ils peuvent nager 150 mètres sans veste de sécurité. Selon les résultats de ce test, nous nous réservons le droit de refuser un participant si nous jugeons qu'il ne possède pas les capacités minimales pour participer à un voyage de canot-camping.

## Protocoles de sécurité à Kanawana

Au camp Y Kanawana, la gestion du risque est notre priorité et nous avons des protocoles stricts en place pour tous nos programmes d'expéditions. Toute activité à haut risque entreprise au Y Kanawana est soumise à des protocoles de santé et d'hygiène, un protocole de portage, un protocole en eau vive accompagnée par un plan complet de gestion du risque concernant chacune des activités qui auront lieu au cours de l'expédition (canotage, cuisson, conduite, construction de feu, etc.). La sécurité et le bien-être de votre enfant est notre priorité numéro un.

## Risques inhérents à une expédition de canot

Une expédition de canot est une activité qui comporte des risques élevés et présente certains risques qui sont inhérents à la participation à n'importe quel voyage de canot. Selon [Aventure Écotourisme Québec](#), voici les risques inhérents à une expédition :

### Risques inhérents à la météo

Coup de chaleur, épuisement dû à la chaleur, coup de soleil déshydratation, hypothermie, vent, éclairs, précipitations, saison et manque de visibilité.

### Risques inhérents causés par l'environnement

Chute d'eau, trous, courants, constructions humaines, rochers, passoires

### Risques inhérents au fait d'être sur l'eau

chavirement, noyade, blessures mineures (égratignures, bosses), blessures majeures (dislocation d'épaule, blessure à la colonne vertébrale), difficulté à rejoindre un participant, fatigue, blessures causées par du matériel mal attaché ou ajusté, stress ou peur, complications médicales.

### Risques inhérents au portage

Canot tombant sur un participant, matériel tombant sur un participant, frappé par une branche ou un arbre tombant, entorse due à l'état des chemins, piqûres d'insectes, fatigue.

### Risques inhérents causés par les participants

Manque de connaissance, mauvais nageur et mauvaise compréhension de l'information fournie, refus de suivre les instructions des guides et un mauvais ajustement de l'équipement de flottaison.

En tant que partie intégrante de notre plan de gestion du risque, nous nous assurons de garder nos participants informés des risques rattachés à chacune des activités et nos attentes par rapport à ces activités et risques. Ceci implique que nous

les gardons informés de choses telles que l'horaire journalier, l'itinéraire emprunté, des rappels réguliers de sécurité et de toute activité à haut risque. Nous orientons nos efforts sur la prévention des risques pendant le voyage (ex.: hydratation, écran solaire, alimentation, etc.). De plus, chaque itinéraire est planifié en fonction des capacités des participants inscrits et est adaptable selon la dynamique de groupe et son énergie.

## Équipement de sécurité accompagnant l'expédition

Afin d'assurer que nos jeunes soient en sécurité pendant leur expédition, nous nous assurons que chaque groupe quitte le camp avec les articles suivants :

- Un téléphone satellite fonctionnel et testé au préalable
- Une trousse de survie bien équipée
- Une trousse de premiers soins bien équipée pour les blessures en milieu sauvage vérifié par nos guides avant chaque départ
- Une trousse de réparation complète
- Fusil à fusées éclairantes avec un minimum de 4 fusées éclairantes
- Un GPS fonctionnel
- Cartes appropriées, boussole et itinéraire pour l'expédition
- 1 repas supplémentaire pour chaque expédition – un repas supplémentaire pour chaque 8 jours d'expédition
- Liste de numéros en cas d'urgence
- Itinéraire d'évacuation et directions de route
- Trousse de sauvetage en eau vive (mousquetons, ligne de sauvetage, sangles, poulies, prussiques) lorsqu'applicable
- Chaque veste de sauvetage individuelle doit être équipée de sifflets attachés par des cordes élastiques
- 1 pagaie supplémentaire (1 par canot)
- Écoper pour chaque canot

Une copie de l'information relative à chacune des expéditions incluant une copie détaillée de l'itinéraire emprunté sur l'eau et sur terre, ainsi qu'une copie des informations en cas d'urgence de chacun des campeurs est conservée au bureau du camp en tout temps au cours de l'expédition afin d'assurer une intervention rapide et bien informée dans l'éventualité d'une urgence.

## Communication disponibles

En région éloignée la communication a toujours représenté un défi pour nos guides. C'est pour cela que nous leur fournissons pour chaque expédition quittant la propriété principale du camp, un téléphone satellite ainsi qu'un outil GPS avec puce de localisation. Ceci permet aux guides de communiquer avec le camp ou les autorités appropriées en cas d'urgence ou dans l'éventualité où un changement de route est nécessaire. Il est important de comprendre qu'ils sont capables de communiquer avec nous, mais que malheureusement, nous sommes dans l'impossibilité de communiquer avec eux. Un responsable en cas d'urgence est désigné et peut être joint 24 heures par jour par cellulaire et par téléphone satellite afin de s'assurer qu'il y a toujours une présence disponible en cas d'urgence.

## Faites connaissance avec nos guides

Au Y Kanawana, nous sommes très fiers de pouvoir dire que nous embauchons des guides qui sont amicaux, travaillants et qui adorent travailler avec les enfants d'été en été. Tous nos guides d'expéditions ont dû suivre de multiples formations avancées afin d'être embauchés. Ils ont au minimum 19 ans et ont une grande expérience en expédition.

Tous nos guides sont formés dans les domaines suivants au cours de leur formation avec le Y Kanawana afin de s'assurer qu'ils soient bien préparés contre l'inattendu et possèdent les habiletés nécessaires leur permettant d'assurer la meilleure expérience qui soit à votre enfant :

Orientation, cartes et boussoles	Dynamique et gestion de groupe	Gestion et réparation de l'équipement
Cuisson en nature et gestion de la nourriture	Team building	Gestion du risque
Hygiène et suivi de la santé	Théorie sur le leadership et ses applications	Activités de survie et éducation environnementale
Âges et stades de développement chez l'enfant	Procédures d'urgences (incluant des simulations)	Noeuds et construction d'abris
Gestion du comportement	Lecture de la météo	Révision de premiers soins

## Transport jusqu'au point de départ de l'expédition

Toutes les expéditions se déplacent en véhicule 15 passagers conduits par un de nos chauffeurs. Chaque véhicule est inspecté avant et après chaque départ. Le groupe doit être informé de toutes les règles de sécurité dans le véhicule avant le départ et un arrêt est prévu en route pour les besoins naturels et étirements à l'extérieur du véhicule. Le Y Kanawana possède une remorque sécuritaire et appropriée pour le transport de l'équipement et des canots, ainsi qu'un repas pour que les participants puissent se rendre à destination. Musique, chants et cri d'équipe sont très populaires avec tous nos groupes et notre personnel s'assure que le voyage est plaisant et excitant! (Veuillez s'il vous plaît nous avertir si votre enfant est malade en voiture afin que nous puissions agir en conséquence).

## Faites connaissance avec nos chauffeurs

Nos chauffeurs sont des individus courtois qui se font une fierté d'assurer la sécurité et le confort de leurs passagers. Tous nos chauffeurs ont leur permis de classe 4b, sont âgés d'au moins 25 ans, ont une grande expérience de conduite et un bon dossier de conduite. Tous nos chauffeurs sont formés dans les domaines suivants au cours de leur formation offerte par le Y Kanawana afin de s'assurer qu'ils sont préparés pour les situations inattendues et possèdent les habiletés nécessaires afin d'assurer la meilleure expérience qui soit pour votre enfant :

Changement de pneu et autres réparations de bases sur la route	Sécurité avec la remorque	Inspection du véhicule	Gestion et sécurité des passagers
--	---------------------------	------------------------	-----------------------------------

## Coût d'évacuation

Dans l'éventualité d'une urgence majeure survenant au cours d'une expédition et qu'une évacuation par avion ou hélicoptère est requise afin d'assurer la sécurité de votre enfant, vous serez tenu responsable des frais encourus par l'évacuation.

## Renseignements supplémentaires

Voici des liens vers les sites web des organisations que nous utilisons afin de former notre personnel ainsi que les diverses normes de l'industrie du plein air auxquelles nous nous conformons.

Nom de l'organisation	Certification	Site Web
Wilderness Medical Associates	Wilderness First Responder	<a href="http://www.wildmed.ca">www.wildmed.ca</a>
Wilderness Safety System	Wilderness First Responder	<a href="http://www.wildernesssafetysystems.com">www.wildernesssafetysystems.com</a>
Rescue 3 International	White Water Rescue Technician level 1 and 2	<a href="http://rescue3international.com">http://rescue3international.com</a>
Esprit Rafting	White Water Rescue Technician Level 1 and 2	<a href="http://www.whitewater.ca">www.whitewater.ca</a>
Fédération Québécoise du Canot et du Kayak	Canotage 1 Niveau 2, canotage eau vive Niveau 2, canotage eau calme	<a href="http://www.canot-kayak.qc.ca">www.canot-kayak.qc.ca</a>
Nom de l'organisation	Site Web	
Association des Camps du Québec	<a href="http://www.camps.qc.ca">www.camps.qc.ca</a>	
Aventure Écotourisme Québec	<a href="http://www.aventure-ecotourisme.qc.ca">www.aventure-ecotourisme.qc.ca</a>	
YMCA Canada	<a href="http://www.ymca.ca">www.ymca.ca</a>	
Y du Québec	<a href="http://www.yquebec.org">www.yquebec.org</a>	
Leave No Trace Canada	<a href="http://www.leavenotrace.ca">www.leavenotrace.ca</a>	
Fédération Québécoise du Canot et du Kayak	<a href="http://www.canot-kayak.qc.ca">www.canot-kayak.qc.ca</a>	

Nous espérons que l'information contenue dans ce guide vous aura aidé, vous et votre enfant, à préparer un été rempli d'aventures et de découvertes au Y Kanawana. Cependant, si vous avez encore des questions après la lecture de ce guide, n'hésitez pas à communiquer avec le bureau du camp. Nous sommes toujours heureux de vous parler!

*Camp Y Kanawana (Montréal) Lun-Ven, 9-4, 1435 rue Drummond, 4e étage, Montréal, Qc, H3G 1W4, Tél: 514-849-5331, poste 224, Fax: 514-849-5863*

*Camp Y Kanawana (Saison estivale) (St. Sauveur) 673 montée Saint-Elmire, St-Sauveur des Monts, Qc, J0R 1R1, Tél: 450-227-2414, Fax: 450-227-0385*

*Courriel: [camp.kanawana@ymcaquebec.org](mailto:camp.kanawana@ymcaquebec.org)*

*Site web: [www.ymcakanawana.ca](http://www.ymcakanawana.ca)*

*Pour de plus amples informations sur les centres de Les Y du Québec, leurs programmes et installations, veuillez consulter notre site web : [www.ymcaquebec.org](http://www.ymcaquebec.org)*

## Appendices: exemple d'itinéraire

### Y Kanawana expédition explorateur (itinéraire):

Le programme des explorateurs est un programme conçu pour être une introduction à la vie en expédition et c'est pour cela que nous croyons que la distance totale parcourue n'est pas un facteur déterminant dans la qualité de l'expérience! C'est aussi pour cela que la distance totale parcourue au cours de cette expédition est de 10km sur une période de 4 jours dans le parc Papineau-Labelle!

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
DÉJEUNER	Camp	Lac Des Sept- Frères	Lac Des Sept- Frères (5)	Lac Des Sept- Frères (7)
AVANT-MIDI	Départ pour le parc	Pagayage : 3 kilomètres sur eau calme	Pagayage : 2,5 kilomètres sur eau calme	Pagayage : 1,5 kilomètres sur eau calme  Arrêt au Gardien Lac Des Sept- Frères
MIDI	Repas en route	Campement(2) rive droite du Lac Des Sept-Frères	Campement(2) rive gauche du Lac Des Sept-Frères	Repas en route
APRÈS-MIDI	Mise à l'eau au Lac Des Sept-Frères - Briefing sur le pagayage et la sécurité - Montage du campement - Explication hygiène	Pagayage: - 2,5kilomètres sur eau calme - Activités de survie - Montage du campement	Pagayage: - 2,5kilomètres sur eau calme - Activités de survie - Montage du campement	
SOUPER	Premier repas	Repas	Repas	
SOIRÉE	Activité d'aventure		Activité environnementale	

## Y Kanawana expédition aventuriers eau calme (itinéraire) :

Le programme des aventuriers eau calme est un programme conçu pour être un défi tout en vivant en expédition et c'est pour cela que nous croyons que la distance totale parcourue n'est pas un facteur déterminant dans la qualité de l'expérience! C'est aussi pour cela que la distance totale parcourue au cours de cette expédition est de 22km sur une période de 4 jours dans le parc Papineau-Labelle!

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
DÉJEUNER	Camp	Lac St-Denis	Lac du Crochet	Lac Montjoie
AVANT-MIDI	Départ et en route pour le parc!	Pagayage : -1 kilomètre d'eau calme sur le Lac St-Denis -355m. portage -1 kilomètre d'eau calme sur le Lac Rognon	Pagayage : - 0,3 kilomètres of eau calme on Lac du Crochet - 130m. portage - 0,8 kilomètres d'eau calme sur le ruisseau -100m. portage -0,3 kilomètres d'eau calme sur le Lac du Castor - 690m. portage	Pagayage : -4,5 kilomètres of eau calme Lac Montjoie  Sortie au Gardien Montjoie
DÎNER	Repas en route	Lac Rognon	Petit Lac Week-end (fin du portage)	Repas en route
APRÈS-MIDI	Mise à l'eau au Lac St-Denis -Briefing sur le pagayage et la sécurité Pagayage: 4,5 kilomètres d'eau calme - Briefing sur l'installation du campement - Briefing sur l'hygiène	Pagayage: -1 kilomètres of eau calme Lac Rognon -1 kilomètres of eau calme on Lac Perdu -110m. portage - 2 kilomètres of eau calme on Lac du Crochet - Monter le camp	Pagayage: -0,5 kilomètres d'eau calme sur le Petit Lac Week-end -220m. portage -0,8kilomètres d'eau calme sur le Lac Week-end -250m. portage -1kilomètres. d'eau calme sur le Lac l'Aéropiane -300m. portage -0,2 kilomètres d'eau calme sur le Lac Montjoie	
SOUPER	Briefing du premier repas	Repas	Repas	
SOIRÉE	Activité d'aventure	Activité de survie	Lac Montjoie	

## Y Kanawana expédition aventuriers eau vive (itinéraire) :

Le programme des aventuriers eau vive est un programme conçu pour être une introduction à la vie en expédition de rivière et c'est pour cela que nous croyons que la distance totale parcourue n'est pas un facteur déterminant dans la qualité de l'expérience! C'est aussi pour cela que la distance totale parcourue au cours de cette expédition est de 27kilomètres sur une période de 4 jours dans le parc de la Vallée de la Jacques-Cartier!

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
DÉJEUNER	Camp	Du Morillon	Du Portage	Les Alluvions
AVANT-MIDI	Départ et en route pour la rivière!	Pagayage : R3-40m Portage-422m R1-30m R1-300m 4 kilomètres of FW	Pagayage : R1-150m 2 kilomètre d'eau calme R2-200m R2-R3-220m 185m portage (R3-R4)	Pagayage : 2 kilomètres d'eau calme R1-450m R2-150m Swift R2-190m 2 kilomètres d'eau calme
DINER	Repas en route	L'Ekwatek	Confluence de la rivière Sautauriski	Sortie à la Fin du circuit de canot
APRÈS-MIDI	-Mise à l'eau à Du Scotora -Briefing sur les rapides et la sécurité -Nager dans le R1 - rencontre sur l'installation du campement - Briefing sur l'hygiène	-Pagaye: 3 kilomètres of eau calme R2-18m R2-R3-30m R1-30m - Adventure activity - Campsite set-up	R1-R2-150m R2-300m R1-30m R1-60m 2 kilomètres of eau calme - Pagayage vers le campement Les Alluvions - Monter le camp	
SOUPER	Briefing du premier repas	Repas	Repas	
SOIREE	Activité d'aventure  Du Morillon	Activité de survie  Du Portage	Activité environnementale  Les Alluvions	

## Y Kanawana expédition voyageurs 1 (itinéraire):

Le programme des voyageurs 1 est un programme conçu pour être un défi tout en vivant une longue expédition et c'est pour cela que nous croyons que la distance totale parcourue n'est pas un facteur déterminant dans la qualité de l'expérience! C'est aussi pour cela que la distance totale parcourue au cours de cette expédition est de 63,5km sur une période de 8 jours dans le parc de la Vérendrye!

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
DÉJEUNER	Camp	Lac Grand	Lac Nichotea	Lac Paget
AVANT-MIDI	En route to Parc de La Vérendrye	Pagayage: -6 Kilomètres d'eau calme sur le Lac Grand -Eau vive	Pagayage: -4.5 Kilomètres Lac Nichotea -3 Kilomètres Lac Nicolas	Pagayage: -1 Kilomètre d'eau calme on Lac Paget -1100m portage to Lac Du Noyer -2 Kilomètres d'eau calme on Lac du Noyer and streams
DÎNER	Repas en route	Dîner sur le pont/eau vive	Dîner sur le Lac Nicolas	Fin du portage de 50m
APRÈS-MIDI	Mise à l'eau: Grand Barrage Route 28 Pagayage: -6.5 Kilomètres d'eau calme sur Lac Grand -Briefing du premier campement -Briefing d'hygiène	Pagayage: -3.5 Kilomètres d'eau calme sur Lac Nichotea -Montage du campement	Pagayage: -5 Kilomètres d'eau calme sur Lac Nicolas -620m portage vers Lac Paget -1 Kilomètres vers le camp	Pagayage: -0.5 Kilomètres d'eau calme entre Lac du Noyer and Baie McLaurin -40 m portage -4 Kilomètres d'eau calme sur Baie McLaurin jusqu'au campement
SOUPER	Briefing du premier repas	Souper	Souper	Souper
SOIRÉE	Activité d'aventure Lac Grand	Lac Nichotea	Activité environnementale Lac Paget	Baie McLaurin
	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7	JOUR 8
DÉJEUNER	Baie McLaurin	Lac Byrd	Lac Nizard	Lac Duman
AVANT-MIDI	Pagayage: -1 Kilomètre d'eau calme -bridge -4 Kilomètres d'eau calme on Baie McLaurin -3 Kilomètres d'eau calme on Lac Byrd	Pagayage: -2.5 Kilomètres Lac Byrd -130m portage -2 Kilomètres Lac Crepin -Portage -1 Kilomètre Lac Cabanac	Pagayage: -3 Kilomètres Lac Nizard	Pagayage: -2.5 Kilomètres Lac Duman -1 Kilomètres Moran Creek -0.3 Kilomètres Lac Fabliau -1 Kilomètres Moran Creek Fin: Route 27 au Lac Mitchell
DÎNER	Lac Byrd	Lac Cabanac	Lac Nizard au Ruisseau	Repas en route
APRÈS-MIDI	Pagayage: -5 Kilomètres d'eau calme on Lac Byrd -Monter le camp	Pagayage: -0.5 Kilomètres Lac Cabanac -820m portage -0.5 Kilomètres Lac de la Table -65 m portage -1.5 Kilomètres Lac Tambour -355m portage -1 Kilomètres Lac Nizard jusqu'au campement	-0.5 Kilomètres Ruisseau -Barrage de castor -0.5 Kilomètres Ruisseau -1 Kilomètres Lac Duman jusqu'au campement	En route
SOUPER	Souper	Souper	Souper	Camp

## Y Kanawana expédition LIT (itinéraire):

Le programme des Trailblazer est conçu pour être une introduction à la vie en expédition et en région sauvage et donc, nous croyons que la distance totale n'est pas un facteur déterminant afin d'assurer une expérience exceptionnelle! C'est pour cela que la distance totale pour cette expédition est de 49,2 kilomètres parcourus sur cinq jours dans le Parc de la Verendrye!

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4	JOUR 5
DÉJEUNER	Camp	Kondiaronk	Kondiaronk	Antostagan	Jean-Péré
MATIN	Déplacement vers le site de Camping Sépaq Kondiaronk	Pagaye : -8,5 kilomètres sur eau calme	Pagaye: -0,8 km eau calme sur Kondiaronk - 55m. portage jusqu'au Ruisseau Kondiaronk - 0,5km eau calme -70m. portage -0,2km eau calme -85m. portage -0,3km eau calme -140m. portage -0,3km eau calme -240m. portage	Pagaye: - 5,5km sur eau calme -Beaver Dam - 2,5km sur eau calme	Pagaye : -5 km jusqu'à Le Domaine  Sortie à Le Domaine
MIDI	Repas en voiture	Kondiaronk	Ruisseau Kondiaronk Bottom of portage trail 240m.	Antostagan -1m. portage	Repas en voiture
APRÈS-MIDI	Mise à l'eau à Kondiaronk  Pagaye: -4 kilomètres vers le site de campement  -Montage du site de camp  -Rappel sur l'hygiène	Pagaye: - 5 kilomètres sur eau calme  -Montage du site de camp	Pagaye: -1,5 km sur eau calme -120m. portage - 1,5 km sur eau calme sur le Lac Barker -270m. portage -5km sur eau calme sur Antostagan  -Montage du site de camp	-3,5km eau calme sur Antostagan -330m. de portage -500m eau calme sur Lac Alénys -Portage Lac Choisel -600m sur eau calme sur Lac Choisel -180m portage vers Jean-Péré -1,5 km sur Jean-Péré -Montage du site de camp	
SOUPER	Premier repas	Repas	Repas	Repas	
SOIRÉE	Activité d'aventure Lac Kondiaronk	Activité de survie Lac Kondiaronk	Antostagan	Activité environnement. Jean-Péré	