ÉQUIPEMENT DU BÉNÉVOLE
ENTRETIEN DE SENTIERS DE VÉLO DE MONTAGNE

Ça y est, vous êtes inscrit à une activité d'entretien de sentiers de vélo de montagne! Avant de partir dans le bois, il est toutefois important de prendre quelques instants et de bien préparer cette journée en plein air.

Voici donc une liste de suggestions afin que vous soyez bien préparé.

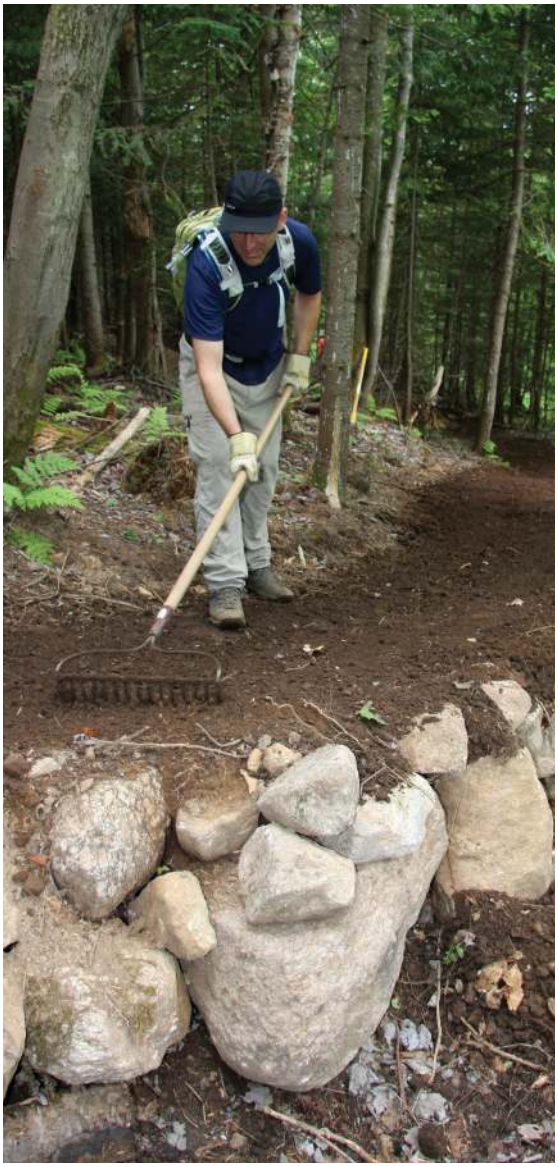

PHOTO : GILLES MORNEAU

LA TÊTE

Un chapeau, une casquette, un bandana ou une tuque vous protègera des rayons UV ou du froid, selon la température.

Lunettes de protection (recommandées), de soleil ou de vélo. Elles vous protégeront contre les rayons UV, les intempéries et les débris, particulièrement si vous utilisez un Pulaski ou une scie à chaîne. Sachez que votre paire préférée à 200 $ ne protège pas mieux que la paire à 5 $ achetée dans une pharmacie.

Les lunettes de sécurité sont obligatoires pour opérer les outils à moteur tel que scie à chaîne ou débroussailleuse.

LE CORPS

Pour l'habillement, il est préférable d'utiliser plusieurs couches, car la température du matin est souvent bien différente de celle de l'après-midi. Prévoyez aussi un manteau imperméable qui respire bien. N'oubliez pas que vous aurez à travailler dans les sentiers et donc à vous salir. Vos nouveaux vêtements de vélo sont très efficaces et très beaux, mais seront inadéquats pour déplacer des roches et des branches. Favorisez plutôt des vêtements que vous ne craignez pas d'endommager.

Le port d'un pantalon long est recommandé. Pour les travaux en forêt, ils vous protégeront des arbustes, insectes et débris. Les guêtres de randonnée/ski de fond sont très pratiques aussi, car elles protègent en même temps vos bottes. Pour plusieurs, l'inconfort ou la chaleur du pantalon long compense avantageusement l'inconfort d'avoir de la terre ou du gravier dans les bottes.

LES PIEDS

Chaussures ou bottes : quoi choisir? L'idéal est une botte de marche qui supporte bien la cheville. Les semelles à crampons sont favorisées par rapport aux bottes de travail. Par contre, vous ne bénéficierez pas de la protection additionnelle de l'embout d'acier d'une botte de travail standard, donc la prudence est de mise. Les espadrilles ne sont pas recommandées, car elles offrent peu de protection lors de la manipulation d'outils pesants et coupants. Si vous prévoyez utiliser des outils à moteurs (scie à chaîne, débroussailleuse), les bottes à embouts d'acier sont obligatoires. Dans tous les cas, prévoyez une bonne paire de bas! Une paire de rechange pourrait aussi apporter un peu de confort à la séance d'après-midi.

LES MAINS

Les gants de travail en cuir sont moins confortables que des gants de vélo, mais résistent beaucoup plus longtemps. Si vous avez à déplacer ou à transporter des roches, ou encore creuser la terre pour dégager une racine, vous risquez de percer vos gants de vélo en l'espace de 2 minutes. Pour le travail dans la boue, des gants imperméables (en caoutchouc) sont recommandés. Les gants de travail en coton dont la paume est recouverte de caoutchouc sont une option intéressante.

© Vélo Québec 2013

ÉQUIPEMENT DU BÉNÉVOLE
ENTRETIEN DE SENTIERS DE VÉLO DE MONTAGNE

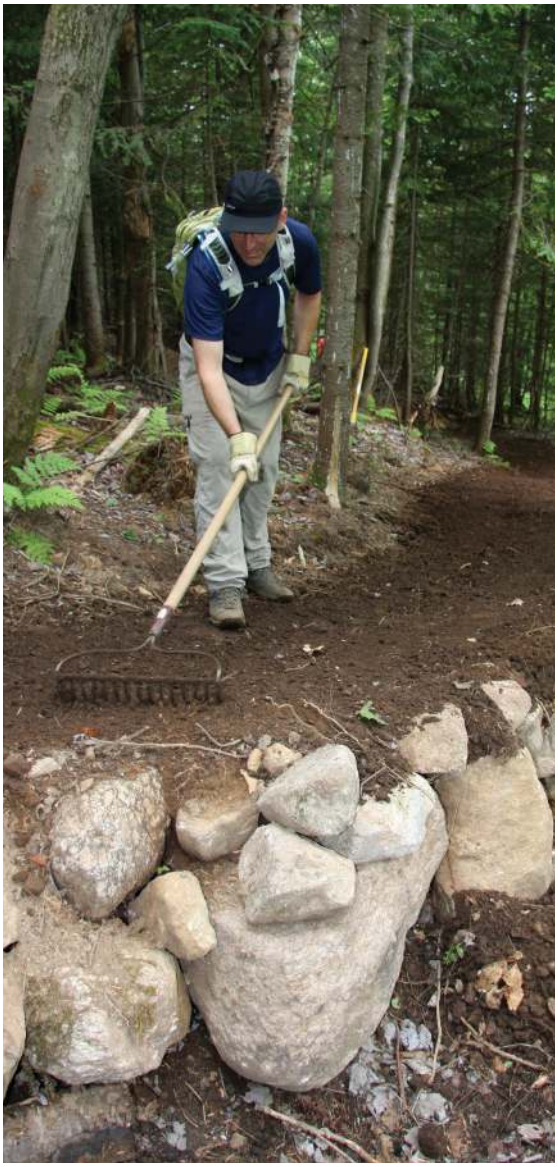

PHOTO : GILLES MORNEAU

ÉQUIPEMENTS DIVERS

SAC À DOS. En plus de servir à transporter votre lunch et de l'eau, vous pourrez y mettre quelques outils et vos vêtements de rechange. Prévoyez qu'il ne reviendra probablement pas très propre à la maison... Un format 15 à 30 litres est suggéré pour contenir suffisamment de matériel.

DE L'EAU. Beaucoup d'eau. Quand vous travaillez, ne sous-estimez pas la quantité d'eau requise. Calculez 1 litre d'eau pour 1,5 h de travail au minimum. Les bouteilles de type Nalgene sont incassables et pratiques à apporter, mais l'idéal reste encore un sac à dos avec un réservoir d'une capacité minimale de 2 litres.

PROTECTION ANTI MOUSTIQUES ET CRÈME SOLAIRE. Ces 2 articles devraient constamment se trouver dans votre sac. La crème Watkins est la plus efficace contre les insectes. De plus, souvenez-vous que des vêtements pâles attirent moins les moustiques. Les chapeaux dotés de moustiquaires sont une bonne option selon la période de l'année, un front en sueur attirant davantage les moustiques.

LUNCH. Même si un lunch peut être fourni lors de certaines journées d'entretien, prévoyez toujours au minimum une collation comprenant des barres tendres, fruits séchés, noix ou autres. Un bon lunch vous aidera à passer une bonne journée et performer pendant des heures.

S'ils ne vous appartiennent pas, les outils que vous transporterez et utiliserez lors de la corvée seront sous votre responsabilité. Qu'ils soient à vous ou empruntés, vous vous devez de les rapporter. N'oubliez pas de ne jamais laisser de déchets dans les sentiers.

N'oubliez pas : votre bonne humeur et votre esprit d'équipe contribueront à la qualité de votre expérience et des résultats de la journée!

© Vélo Québec 2013