



**NIAGARA
PARKS**

Addenda du guide

de visite de Niagara Glen

2020 – 2021



NIAGARA GLEN

HISTOIRE NATURELLE

La plupart des roches sédimentaires de la gorge de la rivière Niagara se sont formées il y a de 415 à 440 millions d'années, pendant la période silurienne. Niagara Falls, quant à elle, s'est formée il y a environ 10 000 ans, vers la fin de la dernière période. Les énormes rochers que l'on retrouve partout dans le Niagara Glen sont des vestiges de l'érosion rapide qui a eu lieu (et qui se produit encore à ce jour) le long de la rivière Niagara. Les fossiles que l'on peut trouver dans le Niagara Glen représentent une vie marine variée, ce qui démontre que les roches de cette zone proviennent d'une mer ancienne.

ESPÈCES ET CARACTÉRISTIQUES DES PLANTES INDIGÈNES DE LA ZONE FORESTIÈRE CAROLINIENNE

Le Niagara Glen abrite un type de forêt unique au Canada appelé forêt carolinienne. Ce type de forêt est caractérisé par la présence d'une grande variété de plantes et d'arbres à larges feuilles que l'on retrouve généralement dans des climats plus tempérés. Quelques autres plantes dignes de mention :

- Le trille blanc (*Trillium grandiflorum*), la plante provinciale de l'Ontario
- Le tulipier de Virginie (*Liriodendron tulipifera*), le symbole de la forêt carolinienne du Canada et le plus grand arbre que l'on retrouve dans le Niagara Glen

Les mousses et les fougères sont des espèces délicates et uniques que l'on retrouve dans le Niagara Glen. Ces plantes poussent sur les rochers, les parois rocheuses et même dans le sol. Aucune espèce de plante (même les plus communes) ne doit être enlevée de son habitat. On rappelle aux visiteurs qu'il est seulement permis de les photographier.



OBJETS PERDUS

Les objets perdus ayant une grande valeur doivent être remis au service de police de Niagara Parks. Les articles ayant une moins grande valeur peuvent être déposés au Niagara Glen Nature Centre.

SYSTÈME D'ÉCHANGE ÉTHIQUE NATURE EXCHANGE

Le système d'échange éthique Nature Exchange est géré par le Niagara Glen Natural Centre et permet aux visiteurs d'échanger des articles naturels (c.-à-d. roches, fossiles, photographies de plantes et d'animaux, etc.) contre des points et des prix. En vertu du principe Sans trace de Niagara Parks, les photos, dessins, histoires, descriptions

et autres méthodes de collecte non dommageable sont acceptés et fortement encouragés. Le système est un programme entièrement basé sur des points; les articles échangés ne sont pas à vendre. Les objets culturels (c.-à-d. tout ce qui est fait à la main) ne sont pas acceptés



SYSTÈME DE CLASSIFICATION DES NIVEAUX DE DIFFICULTÉ DES SENTIERS

CLASSIFICATION DES NIVEAUX DE DIFFICULTÉ DES SENTIERS

Tous les sentiers du Niagara Glen sont de niveau « modéré », à l'exception de la Whirlpool Trail qui est classée comme étant « difficile ». On encourage les randonneurs à porter des chaussures adéquates et à apporter de l'eau.

MODÉRÉ



Adéquat pour la plupart des randonneurs ayant une expérience de base dans les sentiers; peu d'obstacles; collines ondulantes avec quelques sections plus abruptes.

DIFFICILE



Randonneurs expérimentés; sentiers non balisés; plusieurs sections abruptes pouvant s'étirer sur une grande distance; plusieurs obstacles.

En octobre 2017, Niagara Parks a implanté un nouveau système de classification et de balisage des sentiers de la gorge de la rivière Niagara. Le système est inspiré du système de classification des sentiers utilisé par Parcs Canada et est conçu pour faciliter la capacité des randonneurs à parcourir les sentiers sinueux de la forêt carolinienne qui bordent la gorge rocheuse de la rivière Niagara. Chaque sentier a un symbole et un niveau de difficulté assignés.

- Tous les sentiers, à l'exception de la Whirlpool Trail, sont de niveau « modéré ». Ces sentiers conviennent à la plupart des randonneurs ayant une expérience de base dans les sentiers et présentent peu d'obstacles, des collines ondulantes, ainsi que quelques sections plus abruptes.
- La Whirlpool Trail est classée de niveau diamant noir afin d'avertir les randonneurs de son niveau de difficulté élevé. Le sentier convient aux randonneurs expérimentés et présente des surfaces inégales ou non tracées, ainsi que des sections abruptes et plusieurs obstacles.
- Certaines sections présentent des falaises abruptes, des sentiers accidentés, des rochers glissants, des rochers instables en amont et des rapides. Les conditions hivernales peuvent présenter d'autres dangers, y compris des plaques de glaces et ceux causés et camouflés par les chutes de neige. Les animaux de compagnies doivent être tenus en laisse en tout temps.
- Il est strictement interdit de nager ou de faire du vélo dans la gorge de la rivière Niagara.
- Niagara Parks encourage tous les randonneurs à respecter les zones naturelles en ne jetant aucun débris, en restant sur les sentiers balisés et en rapportant leur matériel. Aventurez-vous sur les sentiers à vos risques et périls, prenez seulement des photographies et ne laissez que vos empreintes de pas.

NOUVELLE CARTOGRAPHIE ET SIGNALISATION DES SENTIERS

Niagara Parks a amélioré les repères physiques des sentiers du Niagara Glen en doublant presque leur nombre et en utilisant une nouvelle matière plastique très visible et réfléchissante.



ITINÉRAIRES ET IMPORTANCE D'EMPRUNTER LES SENTIERS BALISÉS

Les randonneurs doivent uniquement emprunter les sentiers balisés et homologués lors des itinéraires et des escales. Les sentiers non homologués n'ont pas été approuvés par Niagara Parks et peuvent entraîner d'importants problèmes liés à la sécurité et à l'écologie. Pourquoi est-il important de demeurer sur les sentiers balisés?

1. Compactage du sol : le compactage du sol empêche la croissance de la végétation et peut entraîner de l'érosion.
2. Réduction de la propagation des espèces envahissantes : plusieurs espèces envahissantes sont disséminées par les humains, qu'il s'agisse de graines provenant d'une zone affectée collées sur les vêtements ou sur des bottes boueuses, ou du transport d'articles infestés comme du bois de chauffage. Emprunter uniquement les sentiers balisés a pour effet de limiter la propagation d'espèces envahissantes dans certaines zones sensibles de la gorge de la rivière Niagara.
3. Création de sentiers non homologués, non sécuritaires : les sentiers non homologués ne sont ni entretenus ni inspectés. Pour cette raison, ils peuvent présenter des conditions dangereuses et augmenter les chances que les randonneurs se perdent. Une fois qu'ils sont établis, il est très difficile de remédier aux sentiers non homologués. Il est aussi extrêmement difficile de localiser les randonneurs qui s'aventurent hors des sentiers balisés et de mettre en place un plan d'urgence pour les secourir.
4. Limitation de l'accès aux espaces naturels sensibles : les sentiers homologués et balisés ont été conçus pour permettre aux randonneurs d'accéder à des espaces naturels uniques tout en évitant les aires écologiques extrêmement sensibles.
5. Augmentation de la fragmentation de la forêt : dans certains cas, les sentiers peuvent servir de barrières aux déplacements des animaux sauvages. Limiter la quantité et la largeur des sentiers aide à la gestion de ces espaces naturels.
6. Contrôle de l'herbe à puce : bien que Niagara Parks prenne des mesures pour enrayer la présence d'herbe à puce le long des sentiers homologués, cette plante est très répandue dans la gorge de la rivière Niagara.

SANS TRACE

PRINCIPES :

1. Préparez-vous et prévoyez
2. Utilisez les surfaces durables
3. Gérez adéquatement les déchets
4. Laissez intact ce que vous trouvez
5. Respectez la vie sauvage
6. Respectez les autres usagers

1. PRÉPAREZ-VOUS ET PRÉVOYEZ

- Assurez-vous de connaître les règlements et les particularités de la région que vous visiterez.
- Soyez prêts à faire face à des conditions météorologiques extrêmes, à des dangers et à d'éventuelles situations d'urgence.
- Planifiez votre excursion afin d'éviter les périodes de pointe.
- Visitez en petits groupes; divisez les grands groupes en sous-groupes de quatre à six personnes.
- Utilisez une carte et une boussole afin d'éliminer la nécessité d'utiliser des roches, des cairns, des rubans ou de la peinture de marquage.

2. UTILISEZ LES SURFACES DURABLES

- Les surfaces durables comprennent les sentiers balisés, la roche, le gravier, la flore séchée, la neige.
- Dans les endroits populaires, restez sur les sentiers existants.
- Restez aux endroits où la végétation est absente.
- Marchez en file indienne au milieu du sentier, même lorsque celui-ci est mouillé ou boueux, afin d'éviter l'élargissement.
- Évitez de marcher aux endroits où les impacts ne font que commencer.

3. GÉREZ ADÉQUATEMENT LES DÉCHETS

- Emballez vos déchets et ramenez-les avec vous. Inspectez les endroits où vous vous êtes reposé et ramenez tous vos déchets, vos restes de nourriture et vos détritrus.
- Rapportez le papier hygiénique et les produits d'hygiène.

4. LAISSEZ INTACT CE QUE VOUS TROUVEZ

- Préservez le passé; examinez les structures et les artefacts culturels et historiques, sans toutefois les toucher.
- Laissez intacts les roches, plantes et autres objets naturels.
- Évitez de transporter ou d'introduire des espèces non indigènes.
- Ne construisez pas de structures ni de meubles et ne creusez pas de tranchées.

5. RESPECTEZ LA VIE SAUVAGE

- Observez la faune en gardant vos distances. N'approchez ni ne suivez jamais un animal sauvage.
- Ne nourrissez jamais les animaux sauvages. Cela nuit à leur santé et affecte leurs comportements naturels, en plus de les exposer aux prédateurs ou à d'autres dangers.
- Protégez la faune et votre nourriture en entreposant vos rations et vos déchets dans des endroits sûrs.
- Maîtrisez vos animaux de compagnie ou laissez-les à la maison.
- Tâchez d'éviter les animaux sauvages aux périodes sensibles : accouplement, nidification, élevage des petits ou en hiver.

6. RESPECTEZ LES AUTRES USAGERS

- Respectez les autres visiteurs et préservez la qualité de l'expérience.
- Soyez courtois; laissez passer les autres randonneurs sur le sentier.
- Reposez-vous loin des sentiers et des autres randonneurs.
- Évitez tout bruit excessif; tâchez de préserver les sons de la nature.

UTILISATIONS PERMISES ET RÉGLEMENTÉES

- Les activités comme la randonnée, l'observation d'oiseaux et la photographie sont encouragées et autorisées dans le Niagara Glen.
- L'escalade de blocs (l'escalade de rochers sans utiliser de corde) est une activité réglementée qui nécessite un permis d'escalade de blocs émis par Niagara Parks.
- Vous devez avoir votre permis d'escalade de blocs sur vous en tout temps. Le permis peut être acheté au Niagara Glen Nature Centre ou au Butterfly Conservatory.
- Offrir des randonnées guidées est également une activité réglementée dans la région de Niagara Glen qui exige un permis de guide touristique, ainsi que la réussite du test de guide propre à Niagara Glen. Les permis et les tests connexes doivent être obtenus au Rapidsview Licence Office.
- La pêche le long de la rivière Niagara n'est autorisée qu'avec un permis de pêche valide délivré par la province de l'Ontario. La prudence est de mise en raison du débit rapide de l'eau et de ses fluctuations régulières.

LÉGISLATION APPLICABLE

La gorge de la rivière Niagara et les animaux et les plantes qui s'y trouvent sont protégés par un certain nombre de lois et de règlements provinciaux et fédéraux. Certaines de ces lois comprennent :

LOI SUR LES PARCS DU NIAGARA :

- Confère à Niagara Parks l'autorité de gouverner et de gérer les zones à l'intérieur de ses limites, sans se limiter au patrimoine naturel et culturel du corridor de la rivière Niagara.

LOI DE 1997 SUR LA PROTECTION DU POISSON ET DE LA FAUNE :

- Régit la gestion et la possession de la faune, y compris les permis de chasse et de pêche.

LOI DE 2007 SUR LES ESPÈCES EN VOIE DE DISPARITION (ONTARIO) ET LOI SUR LES ESPÈCES EN PÉRIL (CANADA) :

- Protège les espèces qui sont en voie de disparition et leurs habitats. Le classement des espèces à risque est le suivant : disparue de l'Ontario, en voie de disparition, menacée, préoccupante.

LOI DE 2015 SUR LES ESPÈCES ENVAHISSANTES :

- Régit la possession et la propagation d'espèces envahissantes jugées nuisibles à l'environnement et à l'économie de la province.

LOI DE 1994 SUR LA CONVENTION CONCERNANT LES OISEAUX MIGRATEURS :

- Protège la majorité des espèces d'oiseaux migrateurs du Canada. La convention comprend le Canada, les États-Unis et le Mexique.

LOI SUR LES PÊCHES :

- Vise à encadrer la gestion et la surveillance judicieuse des pêches, ainsi que la conservation et la protection du poisson et de son habitat, notamment par la prévention de la pollution.

INTERDIT

LOI SUR LES PARCS DU NIAGARA – RÈGLEMENT 829

En vertu de la loi sur les parcs du Niagara, règlement 829, le comportement suivant est requis dans la propriété de Niagara Parks :

Nul ne doit, dans les parcs :

- a. enlever ou endommager une plante, un arbrisseau ou une fleur;
- b. grimper sur un arbre ou une clôture, les enlever ou les endommager;
- c. grimper sur un banc, un siège, un monument ou un panneau, les enlever ou les endommager;
- d. grimper sur un pont, un mur ou une construction semblable, les abîmer ou les endommager;
- e. abîmer ou endommager un bâtiment;
- f. abîmer ou endommager tout autre bien de Niagara Parks;
- g. jeter, déposer ou faire jeter ou déposer des objets ou des débris dans les parcs;
- h. laisser un animal, notamment un cheval ou un chien, en liberté dans les parcs;
- i. faire de l'équitation dans les parcs sans la permission d'un agent;
- j. nager ou se baigner, sauf dans une zone de baignade;
- k. avoir en sa possession un fusil à air comprimé, une arme à feu, un fusil à gaz comprimé ou à ressort, du matériel de tir à l'arc ou une catapulte;
- l. allumer ni faire partir des pièces de feux d'artifice, notamment des pétards ou des fusées sans la permission d'un agent;
- m. sans la permission d'un agent qui agit comme surveillant, faire ou allumer un feu dans les parcs, sauf dans un foyer fourni par Niagara Parks ou dans un poêle ou un barbecue portatifs utilisés dans une aire de pique-nique ou une zone de stationnement désignées par Niagara Parks;
- n. se promener, à pied ou autrement, sur l'herbe ou le gazon des parcs là où un panneau l'interdit;
- o. prononcer des paroles offensantes ou insultantes ni se comporter de façon à nuire inutilement à l'utilisation et à la jouissance des parcs par autrui;
- p. lancer des pierres ou d'autres projectiles;
- q. rechercher des clients éventuels pour une personne, un commerce, une maison de chambres, un restaurant ou un hôtel;
- r. mendier ou solliciter des souscriptions ou des contributions;
- s. vendre ou mettre en vente des articles, des objets ou des services sans l'autorisation écrite de Niagara Parks;
- t. offrir à une personne ou placer sur un véhicule ou à l'intérieur de celui-ci des imprimés, notamment des écrits, des brochures, des prospectus ou des réclames;
- u. flâner entre minuit et le lever du soleil;
- v. stationner un véhicule, sauf dans une zone de stationnement désignée par Niagara Parks;
- w. stationner un véhicule dans un espace de stationnement réservé aux personnes handicapées, sauf si le véhicule est identifié en tant que véhicule servant aux personnes handicapées;
- x. stationner un véhicule dans une zone de stationnement désignée par Niagara Parks avant ou après les heures affichées pour la zone désignée;
- y. stationner un véhicule entre minuit et 6 h, sauf sur un emplacement de camping désigné par Niagara Parks;
- z. chasser, piéger ou maltraiter les oiseaux ou les animaux;
- aa. endommager ou détruire un avis affiché.

CLASSIFICATION DES ESPÈCES EN PÉRIL

DISPARUE : toute espèce ne vivant plus nulle part dans le monde.

DISPARUE DE L'ONTARIO : toute espèce indigène vivant quelque part dans le monde, mais ne vivant plus à l'état sauvage en Ontario.

EN VOIE DE DISPARITION : toute espèce indigène risquant, de façon imminente, de disparaître de l'Ontario ou de la planète.

MENACÉE : toute espèce indigène risquant de devenir en voie de disparition en Ontario.

PRÉOCCUPANTE : toute espèce indigène sensible aux activités humaines ou aux événements naturels.

CLASSIFICATION DES ESPÈCES EN PÉRIL

- En Ontario, la salamandre sombre du Nord habite seulement dans la gorge de la rivière Niagara. Cette espèce en voie de disparition habite à quelques endroits dans la gorge et est très sensible aux changements de la qualité de l'eau de son habitat.
- La tortue serpentine est une espèce préoccupante. Cette espèce, autrefois répandue, est la plus grande tortue d'eau douce au Canada. Elle passe la majorité de sa vie dans l'eau. Comme la plupart des reptiles et des amphibiens de l'Ontario, cette espèce est constamment menacée par la perte de son habitat, la prédation, le braconnage et la mortalité sur les routes.
- L'airèle à longues étamines est une espèce d'arbuste menacée de la famille des bleuets. Parce qu'il existe une très petite population d'airèles à longues étamines dans la gorge de la rivière Niagara, certaines mesures ont été prises afin d'atténuer l'impact des randonneurs sur son habitat. En Ontario, la seule autre population de cette plante est située près de Kingston.
- Le mûrier rouge (*Morus rubra*) est un arbre indigène rare qui figure sur la liste des espèces en voie de disparition. Il existe 21 arbres connus dans la gorge de la rivière Niagara. Cet endroit est l'un des 10 sites où cet arbre est signalé en Ontario. Il existe très peu de mûriers rouges purs, car cette espèce s'hybride souvent avec le mûrier blanc. Ce dernier est originaire de Chine et est souvent utilisé comme arbuste ornemental en Amérique du Nord.

ESPÈCES DISPARUES OU DISPARUES DE L'ONTARIO

- Le dernier crotale des bois de la gorge de la rivière Niagara a été aperçu en 1941. C'est maintenant une espèce considérée comme étant disparue de l'Ontario. Malheureusement, toutes les espèces de crotales sont souvent tuées délibérément par les humains, car ceux-ci craignent sa morsure. La seule espèce de crotale sauvage indigène qui subsiste en Ontario est le Massasauga. Cette espèce est menacée.
- Le ginseng à cinq folioles est une espèce disparue du Niagara Glen, mais il existe des populations sauvages ailleurs en Ontario. Cette espèce est préoccupante, car la plante est souvent récoltée illégalement pour ses racines auxquelles sont attribuées des propriétés médicinales.

••• CONSIDÉRATIONS RELATIVES AUX ESPÈCES ENVAHISSANTES ••• (PRÉVENIR LA PROPAGATION DES ESPÈCES ENVAHISSANTES)

Niagara Parks lutte activement contre la propagation des espèces non indigènes, exotiques et envahissantes afin de protéger les espèces de plantes indigènes plus sensibles et leurs communautés respectives. Les espèces envahissantes peuvent perturber les réseaux trophiques (alimentaires), dégrader l'habitat et introduire des parasites et des maladies. Cela peut contribuer au péril de certaines espèces.

Les espèces envahissantes les plus courantes sont le nerprun cathartique (*Rhamnus cathartica*), le nerprun bourdaine (*Frangula alnus*), le frêne puant (*Ailanthus altissima*), l'érable à Giguère (*Acer negundo*), l'érable de Norvège (*Acer platanoides*), l'alliaire officinale (*Alliaria petiolata*) et le phragmite commun (*Phragmites australis*).

Vous pouvez contribuer à prévenir la propagation des espèces envahissantes des façons suivantes :

- Nettoyez votre matériel et vos animaux de compagnie.
- Achetez des espèces locales et non envahissantes.
- Évitez de transporter du bois.
- Signalez la présence de ces espèces.
- Gérez les espèces envahissantes que vous trouvez sur votre propriété.
- Débarrassez-vous des espèces envahissantes de façon adéquate.
- Connaissez et respectez les règlements relatifs aux espèces envahissantes.

RÈGLEMENTS PROVINCIAUX

En Ontario, la loi de 2015 sur les espèces envahissantes énonce des règlements visant à prévenir et à contrôler la propagation des espèces envahissantes. Il est illégal d'importer, de posséder, de déposer, de relâcher, de reproduire, de cultiver, de vendre, d'acheter, de louer ou d'échanger une espèce envahissante interdite. Si par hasard vous attrapez un poisson, un invertébré ou une espèce végétale envahissante interdite en pêchant, vous devez immédiatement la détruire afin qu'elle ne puisse se reproduire ou croître.

CONSIDÉRATIONS RELATIVES À LA FAUNE

La gorge de la rivière Niagara abrite une faune et une flore diversifiées. Il est de la responsabilité de chacun d'éviter les conflits entre les humains et la faune. Voici certaines considérations relatives à la faune :

- Respectez et admirez la faune de façon sécuritaire. Ne vous approchez jamais d'un animal sauvage, de sa tanière ou de sa progéniture.
- Prenez seulement des photographies et ne laissez que vos empreintes de pas.
- Ne nourrissez pas et n'appâtez pas les animaux sauvages. Jetez tous les aliments dans les bacs aménagés à cet effet aux aires de pique-nique et de cuisson. Les animaux sauvages n'ont pas besoin de l'aide des humains pour trouver de la nourriture, même s'ils ont l'air mal nourris. Les nourrir peut avoir de nombreux impacts sur leur comportement et leur santé. Les répercussions sont généralement négatives pour l'animal. Nourrir les animaux sauvages entraîne :
 - une mauvaise nutrition;
 - la propagation de maladies;
 - des comportements non naturels (l'animal n'a plus peur des humains);
 - de la pollution;
 - une surpopulation;
 - une migration retardée ou absente;
 - une augmentation de l'hybridation.
- Ne manipulez pas la faune. Manipuler la faune est aussi néfaste pour les humains que pour les animaux eux-mêmes. Plusieurs animaux sauvages sont également porteurs de parasites qui peuvent être transmis aux humains.
- Ne transportez pas les animaux sauvages, même si ceux-ci semblent abandonnés. Ne les transportez pas hors de leur habitat. Si vous apercevez un animal qui semble en détresse ou blessé, communiquez avec la société de protection des animaux locale.
- Dans le cas (extrêmement rare) où un coyote s'approcherait de vous :
 - prenez vos enfants ou vos animaux de compagnie dans vos bras;
 - ne courez pas et ne faites pas dos à l'animal;
 - levez vos bras au-dessus de votre tête;
 - tentez de paraître GRAND et parlez FORT! Criez « va-t'en! »
 - reculez doucement;
 - tentez de l'intimider en ouvrant votre parapluie, en lui lançant un objet ou en secouant vos clés.
- Ne laissez pas vos animaux de compagnie poursuivre, harceler ou coincer un animal sauvage. Les chiens doivent être tenus en laisse en tout temps sur la propriété de Niagara Parks.
- Certains animaux, comme les salamandres, vivent sous les rochers ou les rondins et dans les feuilles mortes; évitez donc de marcher sur les rochers et les rondins, et restez sur les sentiers balisés. D'autres animaux peuvent se cacher ou avoir fait leur nid entre les crevasses des rochers, dans les arbres et dans des terriers.

FAUNE PRÉSENTE

- Le corridor de la rivière Niagara abrite plusieurs espèces d'animaux. Il s'agit principalement de la terre d'élection du cerf de Virginie. Mais il n'est pas rare de voir aussi des coyotes, des renards roux, des visons, des castors, des écureuils gris, des tamias rayés, des moufettes, des ratons laveurs, ainsi que d'autres espèces de rongeurs. Malgré le fait que sa présence se fasse rare dans la plus grande partie du Canada, l'opossum de Virginie se retrouve partout à Niagara Parks.
- En outre, la gorge de la rivière Niagara a reçu la désignation de zone internationale importante pour la conservation des oiseaux en raison de la présence de grandes populations d'espèce de goélands qui hivernent à cet endroit. En plus des 19 espèces de goélands qui ont été identifiées dans la gorge de la rivière Niagara, on voit également plusieurs autres espèces communes comme la buse à queue rousse, le faucon pèlerin, l'urubu à tête rouge, le geai bleu, la benoîte du Canada, ainsi que plusieurs espèces de canards.
- De même, plusieurs espèces d'amphibiens et de reptiles habitent le corridor de la rivière Niagara, entre autres des grenouilles, des crapauds, des salamandres, des serpents et des tortues. Malheureusement, la plupart de ces espèces sont sensibles aux changements se produisant dans leur habitat, ce qui les rend vulnérables à l'extinction.
- Selon la saison, on peut entendre une grande variété d'espèces de grenouilles et de crapauds le long de la rivière Niagara. Parmi celles-ci, on retrouve la rainette crucifère, la rainette faux-grillon de l'Ouest, la grenouille léopard, la grenouille verte, le ouaouaron et le crapaud d'Amérique. Le crapaud d'Amérique se reconnaît facilement à sa peau sèche recouverte de verrues. Les crapauds fréquentent généralement la terre ferme, tandis que les grenouilles ont besoin de zones humides pour survivre.
- La gorge de la rivière Niagara abrite la salamandre sombre des montagnes, la salamandre sombre du Nord et la salamandre cendrée du Nord. Les salamandres sont de fascinantes créatures qui ressemblent à des lézards et qui ont une peau humide semblable à celle des grenouilles. Pour cette raison, leur habitat doit être situé près de l'eau ou dans l'eau. Les salamandres peuvent également s'abriter sous une roche ou une souche. Certaines espèces de salamandres sont aquatiques toute leur vie, alors que d'autres sont semi-aquatiques. Quelques espèces de salamandres deviennent entièrement terrestres lorsqu'elles atteignent l'âge adulte. La salamandre présente une caractéristique unique : sa capacité à régénérer ses membres ou d'autres parties de son corps s'ils en viennent à être arrachés.
- Les serpents sont très communs dans la gorge de la rivière Niagara. Heureusement, aucune espèce venimeuse n'y habite... en tout cas, pas depuis longtemps. Les espèces de serpent les plus communes sont la couleuvre rayée, la couleuvre tachetée et la couleuvre d'eau.

• AUTRES DANGERS : STRESS THERMIQUE, • TIQUES ET HERBE À PUCE

STRESS THERMIQUE

Des maladies peuvent survenir lorsqu'une personne est exposée à toute combinaison de facteurs générant de la chaleur, notamment la température de l'air et du corps, l'humidité, le mouvement de l'air, le rayonnement du soleil, les surfaces chaudes, les sources de chaleur, ainsi que les vêtements inadéquats. Le corps se refroidit grâce à l'évaporation de la sueur à la surface de la peau. Un taux élevé d'humidité empêche le corps de se refroidir efficacement. Lorsque le corps n'est pas en mesure de se refroidir à cause de la chaleur excessive, de sérieux problèmes de santé peuvent survenir :

- **ÉRUPTIONS MILIAIRES** : éruptions cutanées rouges sur la peau, causant une sensation de démangeaison aigüe
- **CRAMPES DE CHALEUR** : douleurs musculaires aigües
- **ÉPUISEMENT DÛ À LA CHALEUR** : causé par la chaleur excessive et la déshydratation.
 - Notons parmi les symptômes : peau pâle, étourdissements, nausée, vomissements, évanouissement et température corporelle légèrement élevée
 - Le repos, les compresses froides, les sacs de glace et un environnement frais peuvent aider à atténuer les symptômes
- **COUP DE CHALEUR** : le corps n'est plus en mesure de se refroidir et la température corporelle augmente à un niveau critique
 - Notons parmi les symptômes : confusion, comportement étrange, perte de conscience, peau chaude et sèche et température corporelle anormalement élevée
 - Composez le 9-1-1 immédiatement. Il s'agit d'une urgence médicale.

SIGNES ET SYMPTÔMES DU STRESS THERMIQUE :

- Étourdissements
- Maux de tête
- Faiblesse
- Pouls accéléré
- Nausée et crampes
- Douleur à la poitrine
- Respiration difficile
- Diarrhée

Des soins médicaux immédiats sont nécessaires si les symptômes suivants se manifestent :

- Température corporelle élevée
- Peau sèche et chaude (la personne ne transpire plus)
- Confusion ou perte de conscience

PRÉVENTION DU STRESS THERMIQUE :

- Buvez assez d'eau pour ne pas ressentir les effets de la soif, soit environ une à deux tasses toutes les 15 à 20 minutes lorsque vous fournissez un effort physique ou intense dans un environnement chaud.
- Les électrolytes sont essentiels au fonctionnement des muscles. Bien que le régime alimentaire nord-américain moyen contienne habituellement assez de sel pour la plupart des conditions de travail, travailler dans des environnements chauds peut causer des carences en sel. Afin de remplacer le sel évacué par la transpiration, mangez des aliments salés. Les capsules de sel ne sont pas recommandées. Consultez un professionnel de la santé si vous prenez des médicaments ou si vous avez des problèmes de santé.
- Prenez des pauses dans des endroits plus frais ou ombragés.
- Portez des vêtements appropriés pour la tâche et l'environnement (utilisez un écran solaire).
- Évitez les boissons alcoolisées, la caféine et les boissons gazeuses.
- Prenez de fréquentes pauses quand la chaleur se fait écrasante.
- Apprenez à reconnaître les signes et symptômes du stress thermique.

FACTEURS AUGMENTANT LA VULNÉRABILITÉ AUX TROUBLES DUS À LA CHALEUR :

- Âge : les glandes sudoripares ne fonctionnent plus aussi efficacement avec l'âge.
- Condition physique et état de santé : votre état de santé général et votre condition physique peuvent affecter votre capacité à tolérer la chaleur.
- Médicaments d'ordonnance : certains médicaments peuvent nuire à votre capacité de transpirer; ils peuvent aussi réduire la tolérance de votre peau au rayonnement du soleil (en cas de doute, posez la question à votre médecin ou à votre pharmacien)

EXPOSITION AU SOLEIL :

- Rappelez-vous que vous pouvez être exposé aux rayons UV même par temps nuageux ou brumeux, pas seulement par temps ensoleillé.
- Les rayons UV sont plus puissants entre 11 h et 16 h; tâchez de limiter votre temps d'exposition au soleil entre ces heures (si possible) et utilisez un écran solaire.
- Utilisez un écran solaire avec un FPS de 15 ou plus.
- Appliquez l'écran solaire au moins 30 minutes avant d'aller à l'extérieur. Portez une attention particulière aux oreilles, au visage, au cuir chevelu, au cou et au dos; réappliquez l'écran solaire en suivant les directives du fabricant.
- Choisissez des endroits ombragés pour vos activités extérieures ou pour vous reposer.
- Portez des lunettes de soleil afin de protéger vos yeux des rayons UV.
- Portez un chapeau à large bord avec rabat arrière afin de protéger l'arrière de votre cou.
- Les gens qui travaillent à l'extérieur doivent savoir où se trouvent les distributeurs d'écran solaire et les utiliser au besoin.

NOTE : Les produits insectifuges contenant du DEET peuvent réduire l'efficacité des écrans solaires. Pour contrer cet effet, appliquez l'écran solaire 30 minutes avant d'appliquer le produit insectifuge.

TIQUES ET MALADIE DE LYME

Les tiques sont de petits insectes à carapace dure, de couleur sombre, qui sont munis de palpes. Elles peuvent s'accrocher aux vêtements et se déplacer pendant des heures avant de mordre et de commencer à se nourrir. La morsure d'une tique est indolore, et il est fréquent qu'une personne ne se rende pas compte qu'elle a été piquée. Les tiques se nourrissent du sang de leur hôte (animal ou humain) en insérant leurs palpes dans la peau.

RISQUES POUR LA SANTÉ LIÉS AUX TIQUES

La maladie de Lyme est une infection causée par une bactérie appelée *Borrelia burgdorferi*. En Ontario, seules les morsures de la tique à pattes noires (autrefois appelée tique du chevreuil) peuvent transmettre la maladie. Les tiques à pattes noires ne sont pas toutes porteuses de la bactérie. Une tique doit être accrochée à la peau et se nourrir depuis au moins 24 heures pour pouvoir transmettre la maladie de Lyme. Les signes et symptômes précoces sont : fièvre, maux de tête, douleurs musculaires et articulaires, fatigue, ganglions enflés et éruption cutanée grandissante. Ces symptômes apparaissent généralement une à deux semaines après la morsure d'une tique infectée, mais peuvent également apparaître après seulement trois jours ou ne se manifester qu'après plusieurs mois. Consultez un médecin si vous remarquez ces symptômes ou si vous ressentez un malaise après une piqûre de tique. La plupart des cas de la maladie de Lyme se soignent par la prise d'antibiotiques.

COMMENT VOUS PROTÉGER

- Portez des vêtements de couleurs claires afin de pouvoir apercevoir les tiques plus facilement.
- Portez des chandails à manches longues et des pantalons.
- Portez un chapeau si vous ne pouvez éviter les contacts avec les branches au-dessus de vous.
- Portez des souliers et des bas et rentrez votre pantalon à l'intérieur de vos bas.
- Appliquez sur vos vêtements et sur votre peau exposée un produit insectifuge ou un antimoustique en vaporisateur qui contient du DEET ou de l'icaridine.
- Après une sortie à l'extérieur, vérifiez la présence de tiques sur votre corps en examinant bien votre cuir chevelu, vos chevilles, vos aisselles, vos aines, votre nombril, ainsi que le derrière de vos oreilles et de vos genoux. Utilisez un miroir afin d'examiner votre dos, ou demandez à quelqu'un de le faire pour vous.
- Prenez une douche après une sortie à l'extérieur afin de vous débarrasser des tiques qui ne se seraient pas encore attachées à vous.
- Mettez vos vêtements dans la sècheuse à haute température pendant une heure afin de tuer les tiques qui pourraient s'y être logées.

RETIRER UNE TIQUE

- Portez des gants ou protégez vos mains à l'aide d'un tissu ou d'un mouchoir.
- Si la tique est attachée, utilisez une pincette à embout fin et saisissez la tique aussi près que possible de la peau. N'utilisez pas vos doigts.
- Tirez sur la tique vers le haut, doucement, mais fermement en vous assurant de bien retirer la tique entière (y compris la tête). N'appuyez pas sur la tique et évitez de l'écraser.
- Mettez la tique dans un contenant étanche (par exemple, une bouteille avec un bouchon qui visse) et communiquez avec le bureau de santé de votre collectivité pour la faire analyser. Lavez ensuite la zone de morsure avec de l'alcool à friction ou de l'eau et du savon.

HERBE À PUCE

Niagara Parks met tout en œuvre pour débarrasser ses sentiers de l'herbe à puce. Cependant, cette plante demeure fortement présente dans ses espaces naturels. Apprenez à la reconnaître!

- L'herbe à puce est une plante qui a la forme d'un buisson ou d'une vigne grimpante. Le contact avec cette plante peut causer une forte démangeaison accompagnée de rougeurs. On peut retrouver l'herbe à puce dans toutes les provinces, à l'exception de Terre-Neuve, et cette plante est très commune dans la gorge de la rivière Niagara.
- Ses feuilles composées de trois folioles sont facilement identifiables. L'herbe à puce peut prendre la forme d'une petite plante au niveau du sol, d'une vigne grimpant aux arbres et aux rochers, ou même d'un arbuste. Soyez vigilants et restez sur les sentiers!
- Toutes les parties de la plante, y compris ses racines, contiennent une résine toxique appelée urushiol. Tout contact avec la sève libérée par la plante abimée peut causer une réaction.
- Les symptômes apparaissent habituellement de 24 à 48 heures après le contact avec la sève de la plante. La gravité de la réaction dépend de la sensibilité de la personne et de la quantité de sève qui entre en contact avec sa peau. Des cloques se forment fréquemment sur les parties atteintes, qui provoquent une vive démangeaison.
- Même si les animaux ne réagissent pas au contact de l'herbe à puce, la résine toxique (huile) peut se retrouver dans leur fourrure et contaminer un humain.
- Si la fumée d'un plant d'herbe à puce en combustion est inhalée, elle risque de causer une inflammation des poumons extrêmement douloureuse et des problèmes respiratoires graves qui peuvent entraîner la mort. Si l'herbe à puce est ingérée, elle peut causer des dommages au tube digestif, aux voies respiratoires, aux reins ou à d'autres organes.
- En cas de contact avec de l'herbe à puce, lavez la région atteinte avec de l'eau froide et du savon immédiatement. Il est préférable d'utiliser de l'eau froide, car l'eau chaude dilate les pores et augmente les chances que la sève soit absorbée par la peau.
- Si vous développez une réaction, consultez un médecin. L'irritation de la peau (démangeaisons, inflammation et rougeurs, cloques et, dans des cas plus graves, écoulement de pus) causée par le contact avec de l'herbe à puce disparaît généralement entre 7 et 15 jours.
- Les vêtements qui peuvent avoir été en contact avec de l'herbe à puce doivent être enlevés avec précaution, lavés avec de l'eau chaude et du savon, puis séchés à l'extérieur pour plusieurs jours. Rappelez-vous de porter des gants pour manipuler des objets potentiellement contaminés. Les vêtements qui peuvent avoir été en contact avec de la sève ne doivent pas être lavés avec d'autres vêtements afin d'éviter toute contamination.

EN CAS D'URGENCE

- En cas d'urgence, composez le 9-1-1.