

MARIE-FRANCE
BORNAIS

CAMPING 101



Tout ce que vous devez savoir
avant de planter votre tente
ou de reculer votre VR

SOMMAIRE

CAMPER, ÇA S'APPREND!	12
CHAPITRE 1: 1001 RAISONS DE CAMPER!	15
CHAPITRE 2: S'ÉQUIPER POUR LE CAMPING	22
CHAPITRE 3: OÙ CAMPER?	38
CHAPITRE 4: PLANIFIER SON SÉJOUR EN CAMPING	46
CHAPITRE 5: SUR LA ROUTE	62
CHAPITRE 6: L'ARRIVÉE ET L'INSTALLATION	77
CHAPITRE 7: L'ART DU FEU DE CAMP	89
CHAPITRE 8: L'APPROVISIONNEMENT EN EAU POTABLE	96
CHAPITRE 9: CUISINER EN CAMPING	99
CHAPITRE 10: BIEN DORMIR EN CAMPING	112
CHAPITRE 11: DOUCHES, TOILETTES ET BUANDERIE	120

CHAPITRE12: LES CAPRICES DE LA MÉTÉO.	126
CHAPITRE 13: BIBITTES ET PLANTES TOXIQUES	132
CHAPITRE 14: CAMPER AVEC LES ENFANTS	148
CHAPITRE 15: CAMPER AU FÉMININ.....	155
CHAPITRE 16: ÊTRE UN BON CAMPEUR	160
CHAPITRE 17: L'ENTRETIEN ET L'ENTREPOSAGE DE L'ÉQUIPEMENT	169
CHAPITRE 18: QUELQUES CONSEILS DE SÉCURITÉ	175
CHAPITRE 19: DES LISTES POUR TOUT!.	180
CHAPITRE 20: RESSOURCES UTILES.....	190
LEXIQUE BILINGUE DU JARGON DE CAMPING	200
REMERCIEMENTS	204





CHAPITRE 1

1001 RAISONS DE CAMPER !

Le rapport annuel nord-américain 2021 sur le camping commandité par KOA (Kampgrounds of America, Inc.), une bannière qui regroupe des centaines de terrains de camping privés au Canada et aux États-Unis, indique que cinq fois plus de personnes ont campé pour la première fois en 2020, comparativement à 2019. C'était l'année de la pandémie qui a affecté le monde entier. Cela représente 10,1 millions de nouveaux campeurs... portant ainsi le nombre de ménages adeptes du camping à près de 90 millions au Canada et aux États-Unis!

Mais pourquoi tous ces gens partent-ils camper? Pour la nature? Pour les *road trips*? Pour voir du pays ou faire des activités de plein air comme la randonnée, le canot, le kayak, l'escalade? Pour assister à un festival? Pour se reposer?

POURQUOI CAMPER?

En fait, il y a autant de raisons de camper qu'il y a de campeurs. Posez la question et vous serez surpris des réponses! Alors que certains ont envie de grand air, d'autres veulent voir des paysages extraordinaires.

Si les uns souhaitent mettre de côté pour quelques jours le rythme effréné de la vie urbaine, les autres aspirent à vivre des aventures palpitantes en solo, en duo, en famille ou entre amis. Bref, les raisons pour camper sont nombreuses. En voici quelques-unes.

Découvrir du pays

Le camping est une excellente façon de découvrir une région, une province ou un État. Vous pouvez vous déplacer d'un endroit à l'autre, planifier un *road trip* mémorable en suivant une route panoramique et explorer les différents attraits d'un coin de pays. Les découvertes sont nombreuses, tant du côté des paysages que pour la quantité d'activités sportives à faire, les visites historiques et culturelles. Le camping permet aussi de séjourner au cœur même des parcs nationaux, où il n'y a parfois pas beaucoup de possibilités d'hébergement.

Entrer en contact avec la nature

De nombreuses personnes ont envie de fuir la ville, les foules et le bruit. La pratique du camping implique une grande connexion avec la nature et une expérience d'immersion plus ou moins intense, selon l'endroit visité et le mode de camping. Prendre un bol d'air, observer les animaux dans leur environnement, profiter d'une nuit étoilée, s'émerveiller devant un coucher de soleil, écouter les ululements d'une chouette rayée: le camping, surtout dans une aire naturelle protégée, est une expérience infiniment enrichissante, bonne pour le corps, le cœur, l'esprit et l'âme.

Prendre un bain de forêt

Les scientifiques ont prouvé que les séjours en pleine nature avaient un impact majeur sur la santé physique et mentale. Passer du temps en compagnie des arbres a des effets bénéfiques sur le rythme de sommeil, la pression artérielle, l'attention et la mémoire, et diminue même les symptômes de la dépression, entre autres choses. Au Japon, se promener dans les bois en pleine conscience porte un nom: le *shinrin-yoku*. On l'a traduit en anglais par *forest bathing* – les bains de forêt. Cela ne signifie pas de se laver dans une rivière ou un lac, mais bien de passer du temps au calme dans la forêt et de s'en imprégner le plus possible par l'entremise des cinq sens. Les études du D^r Qing Li, au Japon, ont prouvé que les phytoncides, des substances volatiles dégagées par les arbres, ont un effet positif sur le corps humain. Si le sujet vous intéresse, je vous recommande

vivement la lecture du livre *Shinrin yoku: L'art et la science du bain de forêt*, du D^r Qing Li.

Se ressourcer ou se retrouver

Certaines personnes font de leur sortie en camping une expérience de pleine conscience ou de spiritualité, afin de reconnecter avec elles-mêmes. Camper devient une retraite en nature. D'autres encore s'y adonnent pour passer du temps de qualité en famille, en amoureux, entre amis. C'est parfois même une tradition familiale qui se transmet d'une génération à l'autre!

Relever de nouveaux défis

De plus en plus de personnes vont camper afin de relever de nouveaux défis. Mettant de côté pendant quelques jours ou quelques semaines le confort de la vie « ordinaire », elles adoptent le rythme de la nature afin de découvrir un mode de vie plus traditionnel ou un savoir-faire particulier, comme le *bushcrafting* ou la survie en forêt. Certaines personnes choisissent de relever des défis comme la longue randonnée doublée d'une expérience de camping minimaliste.

Développer des compétences

La pratique du camping permet de développer de nombreuses compétences, peu importe l'âge. Il n'est jamais trop tard pour apprendre à faire un feu de camp, à cuisiner sur les braises, à ériger une tente. Le camping permet de développer la débrouillardise, le sens de l'orientation, la confiance en soi, l'autonomie, le jugement, la socialisation, l'estime de soi. Les enfants peuvent apprendre très tôt à lire une carte routière, à nommer des plantes, à reconnaître des chants d'oiseaux, à repérer la Grande Ourse, à respecter les consignes de sécurité, à s'adapter à de nouveaux environnements et à découvrir des langues étrangères. Ce sont des compétences qui vont leur servir toute leur vie.

Créer des souvenirs

Les voyages en camping sont souvent mémorables, pour toutes sortes de raisons. Ils permettent de déconnecter du quotidien et de passer du temps de qualité avec les personnes qui nous sont chères, les amis, la parenté... ou avec soi-même. C'est l'occasion de remplacer les séries télé par un feu de camp accompagné de guimauves et de bonnes histoires, de s'ancrer totalement dans la réalité et le moment

présent. Il permet aussi d'apprendre à se débrouiller avec les moyens du bord, de revenir à l'essentiel, de ralentir la cadence.

Faire du sport

Sans surprise, bien des campeurs sont aussi des sportifs. Camper leur permet de faire de la randonnée pédestre (*hiking*), du *backpacking* (expédition en randonnée de plusieurs jours), du canot, du kayak, du vélo de montagne, de l'escalade, de la spéléologie ou de la pêche sportive.

Se détoxifier de la techno

J'apprécie énormément la qualité du réseau Wi-Fi et de la bande passante quand je dois travailler sur la route ou en camping. Mais il y a un temps pour chaque chose et si vous ressentez le besoin de recharger vos batteries, eh bien, c'est intéressant d'aller dans un endroit qui n'est PAS connecté.

Fermez les yeux et pensez-y deux minutes. Pas d'appels. Pas de réunions virtuelles. Pas de bips, de boïng et de ding! Pas de courriels. Pas de réseaux sociaux. Pas de télévision. Branchez-vous plutôt sur le réel: écoutez le chant des oiseaux, le bruissement du vent dans les grands pins et le murmure d'un ruisseau. Vous pourrez partager vos *stories*, photos et commentaires plus tard...

UNE FOULE D'ACTIVITÉS!

Les terrains de camping privés et publics offrent quantité d'activités, allant des randonnées à l'ornithologie, en passant par la baignade dans une piscine chauffée ou un lac, la pêche au bar rayé ou à la truite, les soirées de danse country, les courses de véhicules téléguidés, la photographie ou l'observation du ciel étoilé. Les expériences varient selon les endroits et croyez-moi, il y en a pour tous les âges et tous les goûts.

Renseignez-vous avant de partir, vous ferez d'étonnantes découvertes. Vous pouvez dresser une liste de ce que vous aimeriez faire: elle vous orientera vers les campings qui correspondent à vos envies. Et n'oubliez pas que vous pouvez écrire: NE RIEN FAIRE!

QUELLES ACTIVITÉS AIMERAIS-JE FAIRE EN CAMPING ?

- Activités de découverte
- Agrotourisme
- Baignade (plage, piscine)
- Bingo
- BMX
- Bushcrafting* (survie en forêt)
- Canot
- Canyoning (exploration de canyons)
- Course sur sentier
- Cuisine
- Concerts, festivals, spectacles
- Danse country
- Équitation
- Escalade
- Feux de camp
- Fossiles, minéralogie, géologie
- Forest bathing* (bains de forêt)
- Frisbee
- Géocachette
- Golf
- Golf miniature
- Hébertisme
- Heure du conte
- Jeux de société
- Jeux extérieurs (pétanque, *washers*, Mississippi, etc.)
- Kayak
- Lecture
- Marche
- Mini-ferme
- Musique
- Ornithologie
- Observation de la faune et de la flore
- Observation du ciel étoilé/ astronomie
- Orientation avec carte et boussole ou GPS
- Pêche
- Plage
- Photographie
- Randonnée pédestre
- Slackline* (sport d'équilibre sur une sangle élastique)
- Stand Up Paddle* (planche à pagaie)
- Tennis et badminton
- Terrain de jeux
- Vélo
- Vélo de montagne
- Visites touristiques
- Visites de centres d'interprétation, de musées
- Volleyball
- Volleyball de plage
- VTT
- Yoga
- NE RIEN FAIRE

LES SOIRÉES CAUSERIE ET LES ANIMATIONS

Les causeries de soirée dans les parcs provinciaux et les parcs nationaux sont un *must* pour tous les campeurs ! Ces courtes présentations, souvent suivies d'un feu de camp et de guimauves grillées, font partie des plaisirs des visites dans les parcs nationaux. Vous pourrez en apprendre davantage sur les batraciens, les oiseaux chanteurs, la géologie, les plantes, l'histoire locale, les légendes et plus encore ! Vérifiez le tableau des activités à l'entrée ou près des blocs sanitaires.

LES DIFFÉRENTS TYPES DE CAMPEURS

En fonction de vos goûts, de vos besoins et de votre disponibilité, vous pourriez devenir un campeur saisonnier, semi-nomade ou nomade. Le saisonnier et le nomade sont à l'opposé : le premier s'installe pour plusieurs mois au même endroit, alors que le dernier bouge tout le temps. Entre les deux, il y a le semi-nomade.

Les campeurs saisonniers

Les campeurs saisonniers s'installent souvent au même endroit de la mi-mai à la mi-octobre, année après année, comme s'ils étaient à leur chalet. Ces sédentaires ont un réseau établi (famille ou amis) sur le terrain de camping et ils apprécient les services fournis et les activités proposées. Ils passent leur été ou leurs jours de congé à cet endroit. Sur place, ils laissent bateau, vélos, planches à pagaie, VTT, BBQ, équipement de pêche, etc. On peut parfois être un campeur saisonnier dans un parc provincial ou même un hôte de camping et accueillir les voyageurs (cela se fait dans les parcs provinciaux de la Nouvelle-Écosse, pour des séjours plus courts cependant).

Les semi-nomades

Les campeurs semi-nomades s'installent au même endroit pour un bout de temps et y pratiquent leurs activités favorites en couple, en famille, entre amis ou en solo. Ils passent par exemple trois semaines sur une plage du Nouveau-Brunswick ou du Maine, puis ils rentrent à la maison et font quelques sorties ici et là en camping, pendant les longs week-ends.

Les nomades

Les nomades ont la bougeotte et ne restent pas très longtemps au même endroit, préférant découvrir toutes sortes de choses dans une région précise ou plusieurs régions/provinces/États. Ce sont les campeurs voyageurs, les *roadtrippeux*, qui s'installent quelques jours dans un camping, explorent les alentours, puis partent vers une autre destination. Il y a des campeurs nomades aguerris qui sont sur la route pendant des semaines!





CHAPITRE 2

S'ÉQUIPER POUR LE CAMPING

Vous avez envie de vous initier au camping. Super! Mais par où commencer? De quoi avez-vous besoin? Que devez-vous savoir? Quelles sont les règles à suivre? Existe-t-il une étiquette du camping ou un code d'éthique répondant aux valeurs de conservation de la nature et de développement durable? C'est ce que nous allons voir!

Si vous êtes totalement *rookie* en matière de camping et que vous vivez en milieu urbain, faites de petits essais avant de vous lancer dans la GRANDE aventure. Le prêt-à-camper ou *glamping* – un mot-valise mariant les termes «*glamorous*» et «*camping*» – vous permettra de vous initier sans prendre de gros risques. Il s'agit de louer pour quelques nuits un type d'hébergement se trouvant en milieu naturel, disposant des équipements de base, de façon à vous familiariser avec l'abc du camping avant de vous rendre dans un magasin de plein air pour dépenser plusieurs centaines de dollars en équipement.

Plusieurs terrains de camping offrent maintenant cette option de plus en plus populaire. Vous pouvez louer un équipement pour camper en tente, louer une roulotte, une tente-roulotte, un véhicule récréatif motorisé ou encore séjourner dans un mini-chalet, une tente Hékipia, Huttopia ou oTENTik, une yourte, un tipi ou tout autre hébergement insolite. Vous n'avez que votre literie, votre nourriture et vos effets personnels à apporter.

LENTEMENT, MAIS SÛREMENT !

Lors de vos premières expériences, allez-y doucement, avec indulgence et bienveillance. Faites quelques courtes sorties, près de chez vous, de façon à vérifier votre degré d'appréciation de l'activité, votre aisance en milieu naturel, votre capacité d'adaptation, puis évaluez votre expérience. Avez-vous aimé l'aventure ? Avez-vous bien dormi ? Avez-vous bien mangé ? Avez-vous surmonté l'épreuve d'une toilette sèche ? Êtes-vous en mesure de supporter la présence des insectes piqueurs sans perdre la tête ? Oui ? Continuez ! Non ? Peut-être que quelques informations, conseils et astuces vous permettront d'améliorer l'expérience !

CAMPER AVEC UNE TENTE

Beaucoup de campeurs s'initient au camping en s'achetant une tente. Il s'agit d'une méthode relativement économique de voyager, peu compliquée, qui a fait ses preuves depuis des décennies. La tente apporte un minimum de protection contre les éléments, les insectes et les petites bêtes qui peuvent venir renifler près des murs de toile pendant la nuit.

Dans les années 1960 et 1970, les campeurs aguerris devaient déplier une énorme tente en toile et l'ériger – en équipe – à l'aide de longs poteaux en acier, de piquets et de cordages divers. La tente était plus ou moins à l'épreuve de la pluie et mettait une éternité à sécher après une ondée. Bien souvent, elle sentait le mois. C'était l'époque du matériel lourd et encombrant, qui remplissait le coffre du bon vieux *station wagon* ou s'empilait sur le toit avec une collection de câbles pour attacher le tout.

Avec les années, les équipements se sont modernisés, les tentes sont devenues plus compactes, plus résistantes, mieux conçues, plus légères et faciles à ériger. L'équipement s'est énormément amélioré et bénéficie des nouvelles avancées technologiques comme l'éclairage à DEL, les matériaux utilisés par la NASA, le plastique sans BPA et j'en passe.

Plusieurs campeurs, qu'ils soient en tente ou en VR, érigent également un abri-cuisine ou un abri-moustiquaire sur leur campement. Cette structure autoportante, facile à monter et à démonter, est pourvue de murs en moustiquaire, de façon à pouvoir cuisiner et manger en restant à l'abri des insectes piqueurs et de la pluie. Choisissez un modèle assez grand pour contenir la table à pique-nique de votre site de camping.

Comment choisir une tente ?

Il y a beaucoup de modèles sur le marché et il est nécessaire de se poser des questions avant d'arrêter son choix. Quand va-t-on camper ? Où ? Combien de personnes dormiront dans la tente ? A-t-on besoin d'un modèle « familial » ou d'une tente pour dormir à deux ou en solo ? Est-ce pour une randonnée dans l'arrière-pays ? Est-ce qu'on fera du camping trois saisons ou seulement pendant l'été ? Est-ce qu'on l'utilisera souvent ? Est-ce qu'on dispose d'un budget généreux ou restreint ? Autant de questions – et bien d'autres encore – à se poser !

Les manufacturiers sérieux présentent des tentes résistantes, hydrofuges, faites de matériaux de qualité. Elles sont en forme de dôme, de A, de tunnel, ou carrées. Les coutures sont scellées et les arceaux télescopiques sont solides, mais légers. Les moustiquaires assurent la ventilation tout en offrant une bonne protection contre les insectes piqueurs.

Il est important de choisir un modèle qui correspond au genre de camping qu'on prévoit faire. Camperez-vous avec votre voiture, sur un site aménagé, ou souhaitez-vous faire une expédition hors des sentiers battus ? Le camping d'hiver vous interpelle-t-il ?

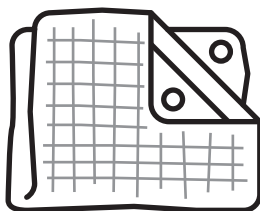
Si vous pouvez vous rendre à votre site de camping avec votre véhicule et transporter de l'équipement (camping en voiture ou *car camping*), le poids importe moins. Plusieurs modèles de tentes de différentes formes, hauteurs et configurations sont offertes. Elles se

montent et se démontent en quelques minutes, avec un minimum d'efforts et de pièces. Elles sont souvent autoportantes.

Les tentes sont habituellement vendues avec un double-toit (*rain fly*) qui s'installe au-dessus de la structure de base. Elles ont parfois un vestibule d'accès, très pratique pour ranger du matériel ou retirer des vêtements sales ou trempés sans salir la tente. Elles sont aussi souvent équipées de petits gadgets intéressants, comme des pochettes de rangement et un crochet pour suspendre une lampe.

N'OUBLIEZ PAS LE TAPIS DE SOL !

Prenez soin d'acheter un tapis de sol de la même dimension que la tente (*footprint*), pour la protéger du gravier, des branches et des aspérités sur le sol qui pourraient percer la toile. Placez-le sous la tente (pas de débordement sur les côtés pour éviter le ruissellement sous la tente). Certains campeurs installent également une bâche à l'intérieur (plus grande que la surface du plancher, de façon à ce que les côtés remontent un peu) pour empêcher l'eau ou l'humidité d'imprégner le matériel (sacs à dos, sacs de couchage, matelas de sol).



Quelle grandeur de tente choisir ?

En magasinant les tentes, on voit sur les étiquettes des fabricants qu'elles conviennent pour une personne, deux, trois... six personnes. C'est un calcul minimum. Quelle est la taille de vos campeurs ? Quel type de matelas de sol allez-vous utiliser ? Avez-vous besoin d'espace pour les sacs à dos ? Est-ce qu'il y a des enfants dans le groupe ? Fido dormira-t-il dans la tente ? Voulez-vous vous tenir debout dans la tente ?