

# **SURVIVRE À 40 SOUS ZÉRO**

*Version originale anglaise*

Rédigée par Elaine Schiman

Illustrée et conçue par Tanya Handley

Photographies de Cathie Archbould, [www.archbould.com](http://www.archbould.com)

**Produite par la Yukon Learn Society**

Publiée par Beth Mulloy

Consultation : Karen Smith et Beth Mulloy

308, rue Hanson

Whitehorse (Yukon) Y1A 1Y6

1-888-668-6280

Septembre 2003

ISBN 0-9687669-4-3

*Version adaptée, en française*

Traduction: Catherine Forest

Version française produite et adaptée par le Partenariat communauté en santé  
(PCs)

Centre de la francophonie

302 rue Strickland, Whitehorse (Yukon) Y1A 2K1

(867) 668-2663 poste 800 ou [www.francosante.org](http://www.francosante.org)

30 septembre 2006

*Ce feuillet a été produit dans le cadre du projet « Au cœur de la vie : la santé »  
du Partenariat communauté en santé (Yukon)*

*La production de ce feuillet a été rendue possible grâce à une contribution  
financière provenant de Santé Canada par l'intermédiaire de la Société Santé en  
français.*

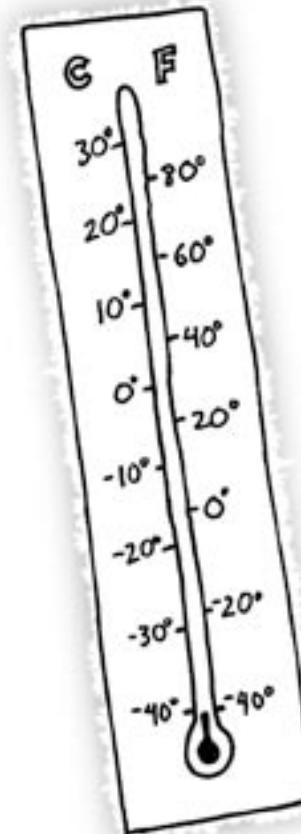
*Les vues exprimées ne reflètent pas nécessairement les vues de Santé Canada ou  
de la Société santé en français.*

## INTRODUCTION



Le monde n'est plus tout à fait le même à 40 sous zéro. Le sol, les maisons et les voitures sont couverts de glace et de neige. Notre souffle se glace au contact de l'air. À l'intérieur, du givre se forme autour des fenêtres et des portes. Chaque fois que l'on ouvre la porte, un courant d'air froid pénètre dans la maison, provoquant un brouillard de glace.

Vivre à  $-40^{\circ}\text{C}$ , c'est comme vivre dans le plus grand congélateur au monde.



Combien de fois par année fait-il **40 SOUS ZÉRO** ou plus froid?

Assez souvent! À Whitehorse, entre 1951 et 2000, il a fait 40 sous zéro ou plus froid 283 fois! Il fait même encore plus froid à certains endroits au Yukon. Par exemple, il y a plus de vagues de froid à Mayo et elles durent plus longtemps.

En juillet, il est difficile de croire qu'il peut faire froid au Yukon. Le soleil est chaud. Les journées sont longues. Les fleurs sont en éclosion. Pour se rafraîchir, il faut aller dans une épicerie à l'air conditionné, boire un grand verre de thé glacé ou plonger dans un lac glacé.

Si vous décidez d'aller vous baigner par une chaude journée d'été, vous verrez qu'il y a moyen d'avoir froid au Yukon, même en plein été. Mais quand vous sortirez de l'eau en grelottant, le soleil et le vent seront au rendez-vous pour vous sécher et vous réchauffer. Vous serez de nouveau à l'aise en l'espace de quelques minutes.

En décembre, c'est une tout autre histoire. Être mouillé à l'extérieur peut être mortel. Si vous avez la malchance de passer à travers la glace et de vous retrouver dans un lac glacé, votre corps deviendra en état de choc. Vous aurez le souffle coupé et aurez de la difficulté à bouger vos membres. Si vous réussissez à rejoindre la terre ferme, la faible lueur du soleil ne suffira pas à vous réchauffer. Le vent ne vous séchera pas. Vous grelotterez et tremblerez plutôt jusqu'à geler sur place. À **40 SOUS ZÉRO**, sans vent, si une personne vêtue légèrement est mouillée, le froid la tuera très rapidement.

« Le métal devient tellement froid qu'il brise. Une fois, lorsqu'il faisait presque -60 °C, le rétroviseur de ma voiture m'est resté dans la main. »



Herb Wahl,  
Chroniqueur météo à la  
retraite, Whitehorse

## VOUS SURVIVREZ!

Ce livret est conçu pour vous aider à survivre à **40 SOUS ZÉRO**. Vous y trouverez les renseignements suivants :

- Prévenir et reconnaître les lésions dues au froid
- Se vêtir pour affronter le froid
- Garder sa maison au chaud
- Conduire prudemment
- Apprendre des animaux qui vivent dans les pays froids
- S'amuser à l'intérieur comme à l'extérieur



### La journée la plus froide!

La température la plus basse en Amérique du Nord a été enregistrée à Snag, au Yukon, en février 1947. Le mercure a baissé à -63 °C! Cette température a été enregistrée par le chroniqueur météo Gordon Toole. « Quand nous avons appris qu'une température de -63 °C constituait un record, tout le monde est sorti pour effectuer différentes expériences, a affirmé Gordon. Un homme a lancé de l'eau dans les airs. À leur arrivée au sol, les gouttes d'eau s'étaient transformées en morceaux de glace! Lorsque nous respirions, il était possible d'entendre un sifflement. C'était le bruit de notre souffle qui se glaçait au contact de l'air! »

## CHAPITRE 1 : EST-CE QU'UNE TEMPÉRATURE DE 40 SOUS ZÉRO PEUT ÊTRE DANGEREUSE POUR MOI? OUI, BIEN SÛR!



À votre arrivée dans le Nord, vous entendrez les histoires de ceux qui ont trouvé une mort tragique à cause du froid, et les histoires de ceux qui ont survécu.

- ❄ Il y a l'histoire du couple dont la motoneige a passé à travers la glace du fleuve dans le milieu de la nuit. Ils ont réussi à se sortir de là et ont marché pendant des heures jusqu'à ce qu'ils soient secourus, leurs vêtements gelés collés à la peau.
- ❄ Un adolescent est mort gelé au beau milieu de son village. Il a quitté une fête, seul et en état d'ébriété avancé, et s'est endormi dans un banc de neige et ne s'est jamais réveillé.
- ❄ Un canot a chaviré dans une rivière bloquée par la glace. Une femme âgée a réussi à atteindre la rive, mais son mari n'a pas pu s'en sortir.

Le froid peut blesser. Le froid peut tuer.



## LES LÉSIONS DUES AU FROID

Les **gelures superficielles** se produisent quand la peau gèle. Les **engelures** sont encore pires. La peau et le tissu sous-cutané gèlent. Dans le cas d'une gelure superficielle ou une engelure, vous perdez toute sensation au niveau de la peau et celle-ci devient blanche et dure. Habituellement, le nez, les oreilles, les joues, les doigts et les orteils sont les premiers endroits à être touchés.

**L'hypothermie** se produit quand le centre du corps commence à geler. Les tremblements constituent le premier symptôme, car il s'agit de la méthode utilisée par votre corps pour se réchauffer. Si vous cessez de grelotter et que vous avez toujours froid, c'est mauvais signe. C'est le signe que votre corps est trop fatigué pour se réchauffer. Vous vous sentirez aussi faible, fatigué, fâché et confus. Vous pourrez commencer à vous sentir ou à agir comme si vous étiez en état d'ébriété.



« J'ai passé 4 jours et 5 nuits seul dans le bois, après l'écrasement de mon avion. Mes deux pieds ont gelé et je ne pouvais plus bouger. Des avions passaient juste au-dessus de ma tête sans me voir. J'ai survécu parce que mon père et son ami ont continué les recherches après que tout le monde ait abandonné. Je vous conseille de toujours dire à quelqu'un où vous allez, afin que les équipes de recherches sachent où chercher. »

Moe Grant, Pilote,  
Whitehorse

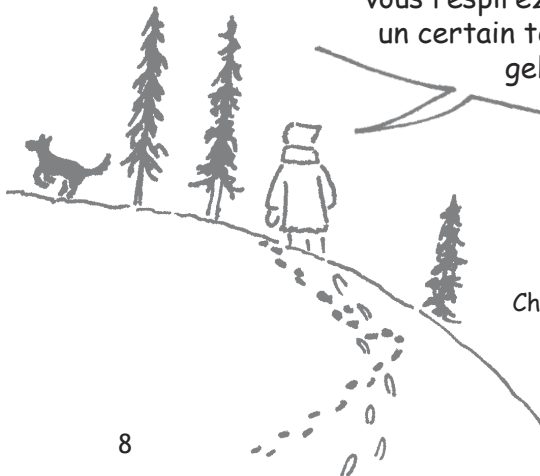
## VOUS SURVIVREZ!

Si vous pensez que vous souffrez de gelures superficielles, d'engelures ou d'hypothermie, voici quelques conseils :

### À faire :

- Réchauffez une engelure en la recouvrant avec une partie du corps non recouverte de vêtement, par exemple votre main nue.
- Bougez. Marchez, sautez, balancez vos bras ou bougez vos doigts.
- Desserrez tout vêtement ajusté.
- Buvez quelque chose de chaud, ou mangez, afin de donner de l'énergie à votre corps pour créer de la chaleur.
- Une fois arrivé dans un endroit chaud, enlevez tout vêtement mouillé. Réchauffez-vous avec des couvertures, des boissons chaudes et un bain chaud. Collez-vous contre la peau nue chaude d'une autre personne.

« Quand il fait très froid,  $-50^{\circ}\text{C}$  ou  $-60^{\circ}\text{C}$ , il est préférable de ne pas prendre de grandes inspirations. Si vous respirez profondément pendant un certain temps, vous pouvez vous geler les poumons. »



Gordon Toole,  
Chroniqueur météo à la retraite,  
Watson Lake

### À ne pas faire :

- Ne fumez pas. Fumer ralentit la circulation sanguine et vous rend plus susceptible aux engelures.
- Ne buvez pas d'alcool. Boire de l'alcool refroidit votre corps plus rapidement. Être sous l'effet de l'alcool peut aussi vous pousser à prendre de mauvaises décisions qui pourraient vous tuer!
- Ne réchauffez pas partiellement une engelure si vous pensez qu'elle pourra geler à nouveau plus tard. Il est préférable de laisser cette partie de votre corps gelée jusqu'à ce que vous soyez en mesure de la réchauffer complètement.

« La plupart des lésions dues au froid se produisent parce que les gens repoussent trop leurs limites. Ils ont froid et sont trempés, mais ils pensent que ça ne vaut pas la peine de s'arrêter et de faire un feu pour se réchauffer. Ils pensent seulement à retourner à la maison. Mais, par le temps qu'ils arrivent à la maison, ils souffrent déjà d'une lésion due au froid qui aurait pu être évitée. »



Gerard Parsons,  
Médecin, Dawson City



## CHAPITRE 2 : CONSEILS VESTIMENTAIRES POUR LES JOURNÉES À 40 SOUS ZÉRO

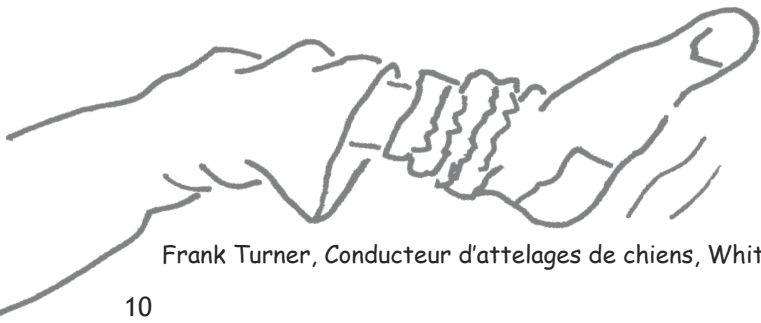


À **40 SOUS ZÉRO**, la plupart des habitants du Nord préfèrent avoir chaud plutôt que d'avoir l'air dans le vent. Tout à coup, cet horrible chapeau jaune qui donne à votre tête l'allure d'une grosse banane devient intéressant juste parce qu'il est chaud!

À **40 SOUS ZÉRO**, tout le monde se ressemble. Avec un long manteau chaud, un capuchon qui vous cache la moitié du visage, de grosses bottes et de bonnes mitaines, on peut seulement voir vos yeux, bordés de cils givrés. Pourquoi se soucier d'être à la mode quand c'est presque impossible de reconnaître qui se cache derrière tout cet attirail?

Ce qui est le plus dans le vent à **40 SOUS ZÉRO**, c'est de s'habiller chaudement!

« Quand je participe à la course d'attelages de chiens Yukon Quest, mes outils principaux sont mes vêtements. Ils me permettent d'avoir ni trop chaud ni trop froid. Je porte de bons vêtements, particulièrement ceux faits de fibres naturelles, comme la laine. J'apporte aussi plusieurs paires de bas. Si j'ai les pieds au sec, c'est tout mon corps qui sent mieux. »



Frank Turner, Conducteur d'attelages de chiens, Whitehorse

## DE QUOI SONT FAITS LES VÊTEMENTS CHAUDS?

- Les vêtements de laine sont très chauds parce que la laine n'absorbe pas l'humidité. Ils vous gardent au sec même si vous transpirez ou si vous êtes mouillé.
- Il existe aussi de nouvelles fibres synthétiques qui permettent de conserver la chaleur du corps, même quand elles sont humides, comme le polypropylène.
- Le coton vous donnera froid, parce qu'il absorbe l'humidité. C'est une fibre qui met aussi plus de temps à sécher.

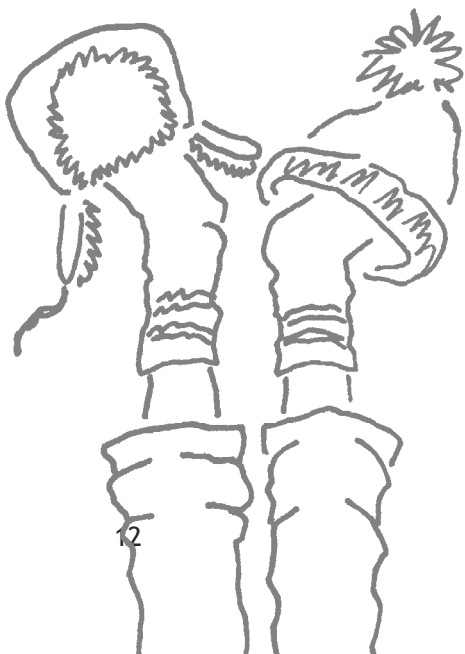
« Quand j'étais enfant, ma mère tricotait des serre-poignets qui empêchaient l'air froid de passer dans nos manches. Nos mocassins et nos mitaines étaient aussi doublés en fourrure de loup ou de castor. Le capuchon de nos parkas était bordé de fourrure de carcajou, parce qu'il s'agit de la seule fourrure qui ne givre pas à cause de notre souffle. »

Pearl Keenan, Aînée Tlingit, Teslin



## VOUS SURVIVREZ!

- Portez un chapeau et une écharpe pour protéger vos joues, votre menton, votre nez et vos oreilles. Le fait de porter une écharpe permet aussi de réchauffer l'air que vous allez respirer.
- Les mitaines sont préférables aux gants, car vos doigts resteront plus chauds en étant collés les uns aux autres.
- Portez des bottes souples, comme des mukluks. Ils favorisent une meilleure circulation sanguine au niveau des pieds afin que ceux-ci demeurent plus chauds.
- Habillez-vous en pelures d'oignon. Le fait de porter plusieurs couches de vêtements permet de conserver votre chaleur. Si vous transpirez, enlevez des couches, ou ralentissez. Être mouillé et avoir froid peut être mortel.
- Assurez-vous de porter un manteau qui coupe le vent.
- Si vous êtes exposé au froid pour un certain temps, apportez des vêtements supplémentaires, afin de pouvoir vous changer si vous êtes humide.



« Comme dit le vieil adage :  
"Si vous avez froid aux  
pieds, mettez un chapeau."  
C'est parce que vous perdez  
de 30 % à 50 % de votre  
chaleur corporelle par la  
tête. Le fait de porter un  
chapeau vous permet de  
conserver cette chaleur. »

Gerard Parsons,  
Médecin, Dawson City

## CHAPITRE 3 : LE CHAUFFAGE DOMESTIQUE À 40 SOUS ZÉRO



À **40 SOUS ZÉRO**, la plupart des habitants du Nord passent plus de temps à l'intérieur qu'à l'extérieur. Vous voulez que votre maison soit le mieux chauffée et le plus confortable possible, parce que vous y passerez beaucoup de temps.

Le fait d'avoir un système de chauffage domestique est loin d'être une simple question de confort, c'est une question de survie. Imaginez ce que ce serait de ne pas avoir de chauffage dans votre maison à **40 SOUS ZÉRO**! Tout pourrait geler chez vous, y compris les conduites d'eau. Vous pourriez avoir à déboursier des milliers de dollars pour réparer les dommages!



## QUELS SONT VOS CHOIX?

Vous pouvez chauffer votre maison avec :



Du bois de chauffage



Du mazout



Du gaz propane

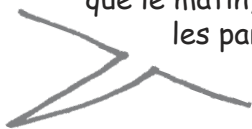


De l'électricité

Le bois de chauffage s'achète à la corde.

Une corde de bois mesure 4 pieds de largeur,  
par 4 pieds de hauteur, par 8 pieds de  
longueur.

« J'ai passé mon premier hiver au Yukon dans  
une tente en toile chauffée par un poêle à bois.  
On ne sortait pas de notre lit à moins que ce soit  
absolument nécessaire. Il faisait tellement froid  
que le matin, les couvertures étaient gelées sur  
les parois de la tente. La neige ne fondait  
même pas sur nos bottes. »



Gordon Toole,  
Chroniqueur météo à  
la retraite,  
Watson Lake



## VOUS SURVIVREZ!

Les habitants du Nord doivent chauffer leurs maisons pendant la majeure partie de l'année, environ de septembre à mai. Vous devez donc prendre bien soin de votre système de chauffage.

- Demandez à une entreprise d'entretien de systèmes de chauffage de venir effectuer une vérification de votre système au moins une fois par année.
- Nettoyez votre poêle à bois une fois par mois. Ramenez la cheminée plusieurs fois par année.
- Pour vous procurer du mazout ou du gaz propane, consultez les pages jaunes de l'annuaire téléphonique.
- Pour vous procurer du bois de chauffage, communiquez avec un bûcheron (woodcutter) sous Firewood dans les petites annonces du journal. Le bois de chauffage est habituellement moins cher pendant l'été.
- Si vous désirez couper votre bois de chauffage vous-même, communiquez avec le gouvernement du Yukon pour vous procurer un permis de coupe de bois gratuit.
- Assurez-vous d'avoir plus d'une source de chauffage dans votre maison si jamais l'une d'elles ne fonctionnait pas.





## CHAPITRE 4 : CONDUIRE À 40 SOUS ZÉRO

Si **40 SOUS ZÉRO** est une température difficile pour votre corps, c'est aussi une température très difficile pour votre voiture. La courroie d'entraînement, la durite de servodirection, les capuchons d'essieux et divers joints d'étanchéité dans le moteur ont tendance à briser plus facilement quand il fait froid. Et la dernière chose que vous souhaitez à **40 SOUS ZÉRO**, c'est d'être en panne sur l'autoroute!

Le meilleur conseil quant à la conduite à **40 SOUS ZÉRO** c'est... de ne pas conduire!!

Quand il fait si froid, il est préférable de rester près de la maison.

« La première fois que j'ai conduit à **40 SOUS ZÉRO**, la transmission est restée bloquée en première vitesse.

Mes roues tournaient carré et la voiture sautillait sur la route. Quand je me suis arrêté pour prendre un sac de plastique qui était dans le coffre arrière, le sac s'est défait, en mille morceaux qui ont été emportés par le vent. Je n'aurais jamais cru qu'une telle chose puisse se produire. »

Gerard Parsons,  
Médecin, Dawson City



Par contre, il n'est pas toujours possible de ne pas utiliser sa voiture. Si vous devez conduire par une telle température, voici ce que vous pouvez faire pour être en sécurité et vous assurez de ne pas tomber en panne.

-  Préparez votre voiture au début de l'hiver. Utilisez de l'huile, du liquide lave-glace et des pneus conçus pour le froid.
-  Installez un chauffe-bloc et un chauffe-batterie sous le capot.
-  Branchez votre véhicule la nuit.
-  Démarrez votre voiture chaque deux à trois heures durant la journée pour la garder chaude.
-  Conduisez plus lentement si la route est glacée ou si la visibilité est réduite.
-  Pour les plus longs déplacements, avisez un ami, un membre de votre famille ou un collègue avec qui vous communiquerez à votre arrivée. Si cette personne ne reçoit pas votre appel, elle pourra envoyer des secours.



## VOUS SURVIVREZ!

Assurez-vous d'avoir une trousse de survie pour l'hiver dans votre véhicule en tout temps. Voici quelques idées d'articles qui pourraient faire partie de cette trousse :

- Des couvertures
- Des vêtements chauds supplémentaires
- Des allumettes
- Des chandelles
- Une trousse de premiers soins
- Une lampe de poche
- Une pelle
- Une hache
- Une radio et des piles supplémentaires
- Un téléphone cellulaire
- De la nourriture

« Je n'effectue pas de longs déplacements quand il fait 40 sous zéro ou plus froid. Les véhicules sont susceptibles de briser quand il fait si froid. Les pneus se dégonflent. L'huile à moteur se transforme en gélatine. Les pièces de métal cassent. J'ai même déjà cassé un cric en changeant une crevaillon. »



Bill Miller, Chroniqueur météo, Whitehorse

## CHAPITRE 5 : LES OISEAUX ET LES ANIMAUX À 40 SOUS ZÉRO

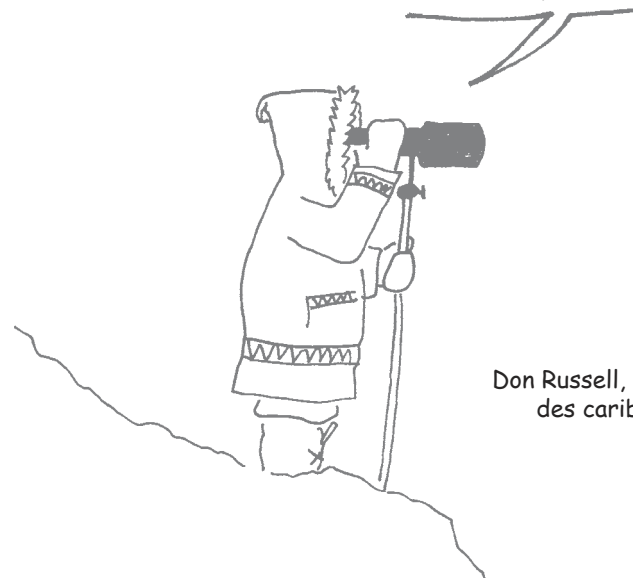


Nous pensons que ces hivers glaciaux sont difficiles pour nous. Mais nous sommes habituellement protégés du froid grâce à nos vêtements, à nos maisons et à nos voitures chauffées.

Les animaux et les oiseaux n'ont pas cette chance. Pouvez-vous vous imaginer rester dehors sans vêtement ni souliers? Comment font-ils?

La majorité des animaux nordiques sont naturellement parés pour le froid. Leurs caractéristiques physiques et leurs comportements leur permettent de survivre à des températures extrêmement froides.

« Plus vous allez au nord, plus les animaux sont petits et bas sur pattes. Les renards et les lièvres ont les pattes plus courtes et de plus petites oreilles que les renards roux et les lièvres d'Amérique que l'on retrouve plus au sud. Les caribous de Peary ont les pattes plus courtes que les caribous qui habitent plus au sud. Le fait d'avoir un plus petit corps permet aux animaux qui vivent dans le Nord de survivre plus facilement. »



Don Russell, Biologiste spécialiste des caribous, Whitehorse

**Les caribous** ont deux couches de fourrure qui recouvrent leur corps, leurs oreilles, leur nez et leur museau. Les couches emprisonnent la chaleur du corps. Leur museau est court et épais, ce qui permet à l'air d'être réchauffé avant de descendre dans les poumons du caribou.

**Les grizzlys** déplacent jusqu'à une tonne de terre pour se construire un tunnel et une tanière qui les gardera suffisamment au chaud. Ils y hibernent pendant six mois. Leurs rythmes cardiaque et respiratoire ralentissent. Ils ne mangent pas de l'hiver!

**Les souris sylvestres** vivent seules pendant l'été, mais l'hiver, elles se blottissent les unes contre les autres dans des nids de groupes pour rester au chaud.

**Les lagopèdes** se creusent un abri dans la neige pour se protéger du vent. Il fait plus chaud près du sol que sur la neige.

**Les corbeaux** grelottent toute la journée quand ils ne volent pas, car grelotter génère de la chaleur.



## VOUS SURVIVREZ!

Parfois, ce qui fonctionne pour les animaux peut aussi s'avérer utile pour les humains.

- Pensez au caribou : portez plusieurs couches de vêtements pour emprisonner la chaleur de votre corps. Portez une écharpe ou un capuchon pour réchauffer l'air avant de le respirer.
- Pensez au grizzly : assurez-vous que votre maison restera assez chaude pour tout l'hiver.
- Pensez à la souris sylvestre : blottissez-vous contre quelqu'un ou serrez quelqu'un dans vos bras pour vous réchauffer.
- Pensez au lagopède : creusez un trou dans la neige pour vous réchauffer ou construisez un abri de neige.
- Pensez au corbeau : quand vous vous mettez à grelotter, c'est parce que votre corps génère sa propre chaleur.

« La neige devient plus sèche et plus abrasive à **40 SOUS ZÉRO**. Donc, plus il fait froid, plus les pattes des chiens sont sensibles à la neige. Pendant la Yukon Quest, je mets des couvre-pattes à mes chiens pour protéger leurs pattes. En l'espace d'une course, je peux utiliser plus de mille couvre-pattes! »

Frank Turner, Conducteur  
d'attelages de chiens,  
Whitehorse



## CHAPITRE 6 : RÉJOUISSÉZ-VOUS! IL FAIT 40 SOUS ZÉRO!



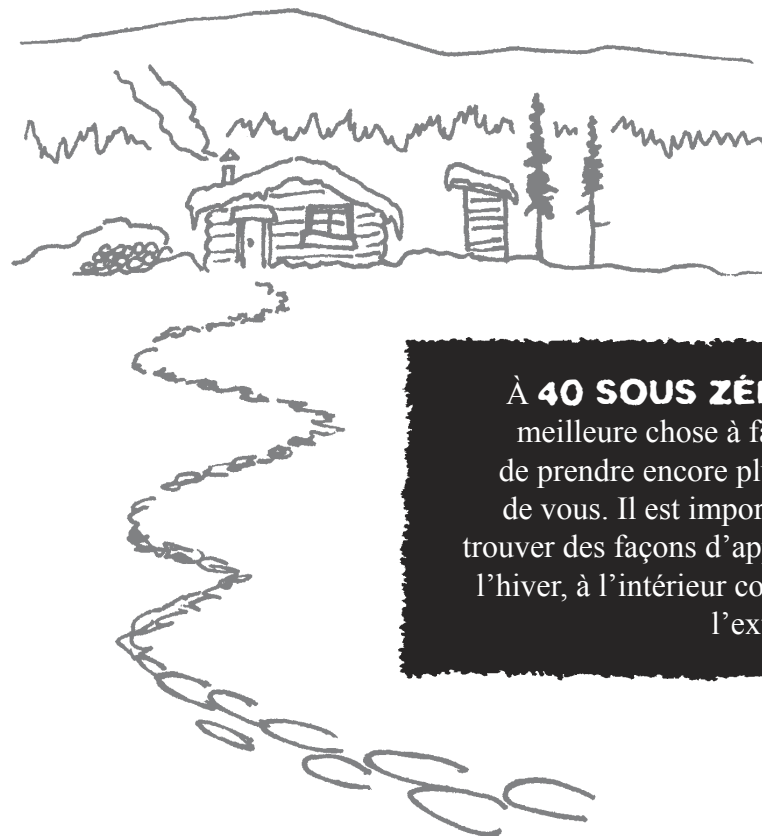
Les habitants du Nord vivent dans le froid tout l'hiver. Il ne fait peut-être pas **40 SOUS ZÉRO** tous les jours, mais il fait quand même froid. Les nuits sont plus longues l'hiver, il fait donc noir pendant une grande partie de la journée. Parfois, le froid et l'obscurité peuvent vous donner l'impression que vous êtes en train de devenir fou!

Peut-être même que vous souffrez de « névrose de solitude » ou « *cabin fever* ».



## À QUOI RESSEMBLE LA NÉVROSE DE SOLITUDE?

-  Vous êtes très triste. Vous n'arrivez pas à cesser de pleurer.
-  Vous vous sentez seul, comme si vous n'aviez personne au monde.
-  Vous mangez trop.
-  Vous buvez trop de café ou d'alcool.
-  Votre maison semble soudainement bien petite.
-  Vous détestez tout le monde. Vous êtes souvent fâché.
-  Vous n'avez pas d'énergie.



**À 40 SOUS ZÉRO**, la meilleure chose à faire est de prendre encore plus soin de vous. Il est important de trouver des façons d'apprécier l'hiver, à l'intérieur comme à l'extérieur.

## VOUS SURVIVREZ...

### À L'EXTÉRIEUR AUSSI!

- Try a new winter sport, like snowboarding, skating or curling.
- Go for a walk. Invite a friend along, or take the dog.
- Take the children to a sliding hill.
- Go outside in the middle of the day, when it's light.
- At night, try a walk in the moonlight, or get together with friends for a bonfire.
- Make your outside time "warmer" by taking along a thermos full of tea or hot chocolate and a snack.

« Quand la température descend, les gens ont tendance à rester dans leur maison au début. Mais après un certain temps, ils s'habillent chaudement et continuent leurs activités habituelles. Certains jouent au golf sur le pont de glace sur le fleuve ou font une randonnée à ski ou avec leur équipe de chiens de traîneau ou à motoneige. Quand tous les lacs sont gelés, c'est beaucoup plus facile de se déplacer. »

Gerard Parsons, Médecin,  
Dawson



## VOUS SURVIVREZ...

### À L'INTÉRIEUR!

- Installez-vous confortablement avec une courtepointe, un bon livre et une tasse de chocolat chaud.
- Mangez de la nourriture épicée des pays chauds, comme le Mexique et la Thaïlande.
- Écoutez de la musique qui vous rappelle les chaudes journées d'été, comme de la salsa et du reggae.
- Louez un film qui vous transporte dans un endroit chaud... comme à la plage.
- Organisez un beach party... à l'intérieur! Servez de la salade de fruits et des boissons rafraîchissantes. Demandez à tout le monde de porter des vêtements de plage.
- Travaillez sur un projet créatif que vous avez toujours remis au lendemain.

Et rappelez-vous, peu importe à quel point il fait froid, l'été reviendra dans quelques mois!

« J'ai de très beaux souvenirs des hivers de mon enfance, quand toute la famille était réunie dans la maison. C'est pendant ces moments que mes parents nous transmettaient les enseignements de notre culture et que j'ai appris à faire de la broderie perlée, des mitaines, des manteaux et des raquettes. »

Pearl Keenan, Aînée Tlingit,  
Teslin





La **Yukon Learn Society** est un organisme à but non lucratif qui se consacre à la promotion de l'alphabétisation partout au Yukon.

La Yukon Learn Society a mis sur pied la série de livrets ***C'est possible au Yukon*** afin d'offrir de la documentation pertinente et facile à lire pour les apprenants yukonnais.

Faites-nous part de vos suggestions. Avez-vous une idée de livret ***C'est possible au Yukon*** qui est propre à notre réalité nordique? Avez-vous des commentaires sur ce livret ou sur un autre livret de cette série? Veuillez communiquer avec nous au 867-668-6280 ou sans frais au 1-888-668-6280.

Dans cette série :

***Aller chez le médecin (disponible en français)***

Livrets à venir :

***Faire un jardin et récolter un lecteur***

***Être un apprenant***

## REMERCIEMENTS :

Plusieurs personnes ont fourni de l'information et des idées pour ce livret. Nous tenons à remercier les personnes suivantes pour leur aide :

Moe Grant

Griffiths Heating and Sheet Metal

Linda et Mark Hoffman

Pearl Keenan

Bill Miller, Environnement Canada

Dave Motley, Metro Chrysler

Peter Novak

Gerard Parsons et Suzanne Crocker

Pier Rienks, gouvernement du Yukon

Remy Rodden, gouvernement du Yukon

Don Russell, Service canadien de la faune

Marilyn Smith

Nancy Thomson

Gordon et Rose Toole

Frank Turner

Herb Wahl

Yukon Learn pour la permission d'adapter et traduire le feuillet en français

## SOURCES :

Certains renseignements contenus dans ce livret proviennent d'autres livres, publications et de l'Internet. En voici la liste :

Cold Comfort: Surviving the Yukon Winters, de Lori Schroeder et Joy Snyder, Yukon Conservation Society, 1994.

The Climates of Canada, de David Phillips, Environnement Canada, 1990.

*Le refroidissement éolien : des faits dans le vent*, Environnement Canada, août 2001.

*“Worksafe Yukon”*, Commission de la santé et de la sécurité au travail du Yukon, automne/hiver 2002.

*Construire un feu*, de Jack London,  
[www.pagebypagebooks.com/Jack\\_London/To\\_Build\\_a\\_Fire](http://www.pagebypagebooks.com/Jack_London/To_Build_a_Fire)

[www.members.shaw.ca/metric](http://www.members.shaw.ca/metric)

<http://www.msc.ec.gc.ca/education/windchill>

<http://www.weatheroffice.ec.gc.ca>

### ***Pour la version française :***

Isabelle Salesse (Service d'orientation et de formation des adultes)

Catherine Forest (traduction)

Sandra St-Laurent, PCS (revision)

Tanya Handley (graphisme)

Mélodie Simard (Carrefour d'immigration rurale- Yukon (CIR))