

# PARC NATIONAL D'OKA

GUIDE DÉCOUVERTE 2019

# BIENVENUE AU PARC



## **Au pied des collines ancestrales, 11 kilomètres de rives et 7 kilomètres de sable fin à proximité de la métropole.**

Le parc national d'Oka offre, à travers chaque saison, un éventail d'activités riches en couleur. Vous y découvrirez : une plage à perte de vue, des sentiers pédestres qui vous dévoileront l'histoire d'une colonisation et un camping qui offre tous les services nécessaires au plaisir des vacanciers.

Que vous soyez à ski, à vélo, à pied ou sur l'eau, la richesse de la flore du parc national d'Oka et son histoire sauront vous charmer.

À vous de le découvrir !

**Découvrez-en plus à [sepaq.com/oka](http://sepaq.com/oka)**



**Huppi**

### **LE CANARD BRANCHU MÂLE, L'ANIMAL EMBLÈME DU PARC**

Le canard branchu mâle, paré de son éblouissant plumage multicolore, est certainement l'une des plus belles espèces de canards au Québec. Cet oiseau recherche les marécages et les forêts inondées pour nicher, de même que les marais riches en nourriture et pourvus d'un couvert végétal pour y élever sa progéniture. Au parc, le canard branchu se retrouve principalement dans l'érablière argentée bordant le marais de La Grande Baie et le long de la rivière aux Serpents, où il niche dans les cavités des arbres.

**CARTE ANNUELLE  
PARCS NATIONAUX  
DU QUÉBEC**

**Les parcs nationaux du Québec proposent une expérience unique. Explorez pleinement cette nature exceptionnelle avec la carte annuelle Parcs nationaux du Québec :**

- accès illimité à TOUS les parcs nationaux pour 12 mois
- nombreux avantages exclusifs, incluant une nuit gratuite de camping

**Détails à [sepaq.com/carteparcs](http://sepaq.com/carteparcs)**

# LES INCONTOURNABLES



A

## DÉCOUVRIR L'HIVER

Le parc vous fera tomber amoureux de l'hiver. Au menu : VPS (vélos à pneus surdimensionnés ou *fatbikes*), ski de fond, randonnée pédestre, raquettes ainsi qu'une activité spéciale chaque fin de semaine. Sur place, une équipe saura vous renseigner et partager sa passion de l'hiver avec vous.



B

## UNE NUIT À LA BELLE ÉTOILE !

Les Prêt-à-camper Étoile vous feront vivre l'expérience « glamping » par excellence. Tout nouveau concept, qui peut accueillir jusqu'à 6 personnes, dans lequel vous retrouverez l'équipement complet pour un séjour des plus agréables. Offrez-vous un hébergement de luxe en pleine nature.



C

## L'ULTIME TERRAIN DE JEUX AQUATIQUES

Soyez prêt à sauter à l'eau sur un parcours aquatique où agilité et rapidité sont de mise. Une activité familiale qui vous permettra d'avoir des anecdotes à raconter autour du feu de camp.



D

## SUR ROUES EN TOUTES SAISONS

L'activité de vélo est accessible à l'année, au parc national d'Oka, avec la location de VPS (*fatbikes*). En été, roulez sur les 7 km de rives sablonneuses et en hiver venez découvrir la beauté de notre territoire enneigé avec plus de 56 km de sentiers.



E

## PROMENADE EN FAMILLE

Le sentier historique du Calvaire est accessible en toutes saisons, mais atteint son apogée à l'automne, avec une vue incroyablement colorée ! Par beau temps, vous aurez même la chance de pouvoir observer les monts Adirondacks au loin.



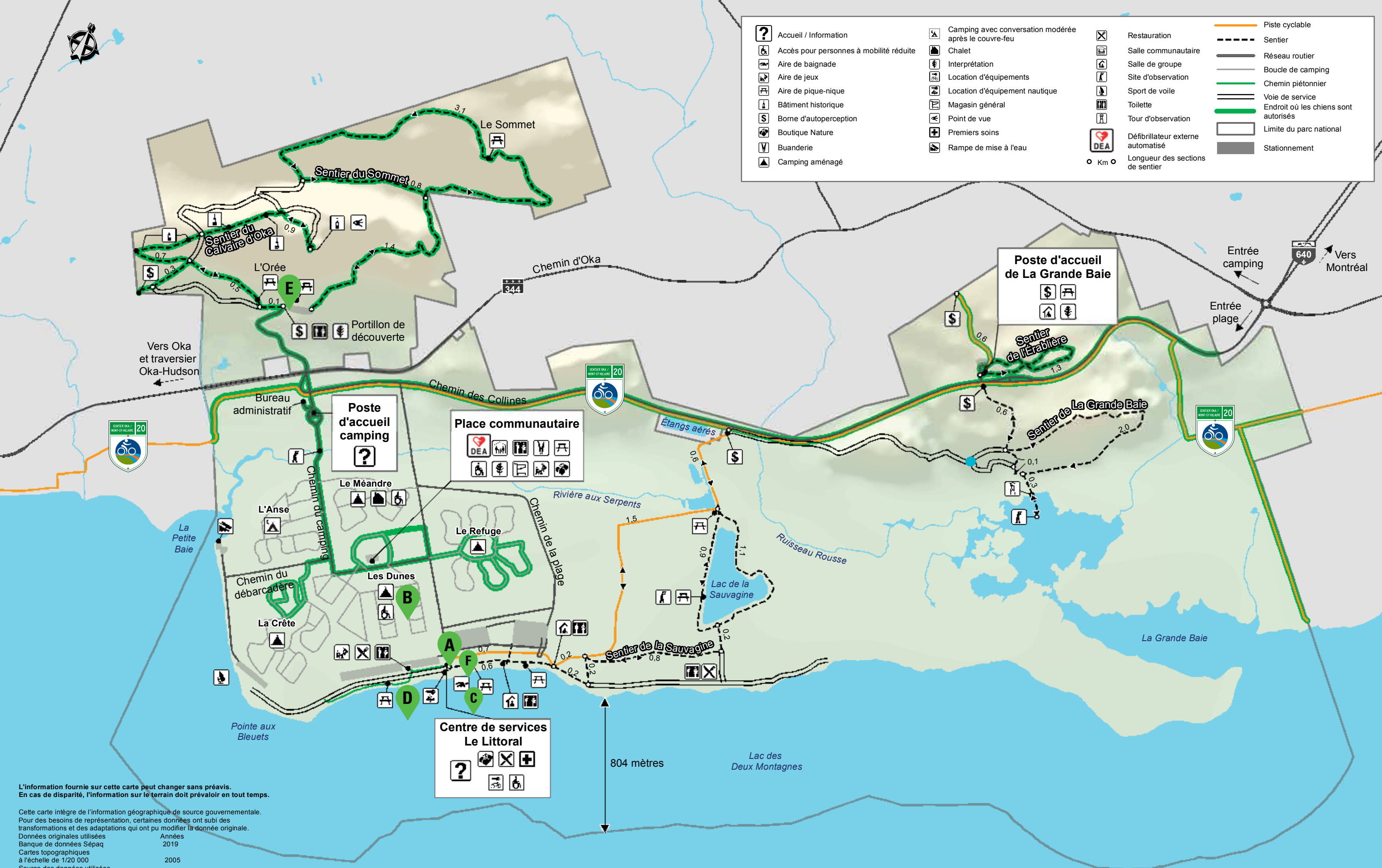
F

## L'ÉTÉ À SON MEILLEUR

Lors des chaudes journées d'été, rien n'est plus agréable qu'une journée à la plage. C'est 7 km de rives sablonneuses qui vous attendent au parc national d'Oka, l'une des plus grandes plages naturelles au Québec. Tout est en place pour rendre votre journée inoubliable ; bar laitier, aire de jeux, bistro, location d'équipement nautique, etc.



Accueil / Information	Camping avec conversation modérée après le couvre-feu	Restauration	Piste cyclable
Accès pour personnes à mobilité réduite	Chalet	Salle communautaire	Sentier
Aire de baignade	Interprétation	Salle de groupe	Réseau routier
Aire de jeux	Location d'équipements	Site d'observation	Boucle de camping
Aire de pique-nique	Location d'équipement nautique	Sport de voile	Chemin piétonnier
Bâtiment historique	Magasin général	Toilette	Voie de service
Borne d'autoperception	Point de vue	Tour d'observation	Endroit où les chiens sont autorisés
Boutique Nature	Premiers soins	Défibrillateur externe automatisé	Limite du parc national
Buanderie	Rampe de mise à l'eau	Longueur des sections de sentier	Stationnement
Camping aménagé			



L'information fournie sur cette carte peut changer sans préavis.  
En cas de disparité, l'information sur le terrain doit prévaloir en tout temps.

Cette carte intègre de l'information géographique de source gouvernementale.  
Pour des besoins de représentation, certaines données ont subi des transformations et des adaptations qui ont pu modifier la donnée originale.  
Données originales utilisées : Années 2019  
Banque de données Sépaq  
Cartes topographiques à l'échelle de 1/20 000 : 2005  
Source des données utilisées : Ministère de l'Énergie et des Ressources naturelles  
© Gouvernement du Québec



# DES SENTIERS À PARCOURIR

	SENTIER	LONGUEUR ALLER-RETOUR	NIVEAU DE DIFFICULTÉ	LIEU DE DÉPART
	Sentier de l'Érablière	1,3 km	F	Poste d'accueil de La Grande Baie
	Sentier de La Grande Baie	4 km	F	Poste d'accueil de La Grande Baie
	Sentier du Calvaire d'Oka	4,4 km	F	Stationnement du Calvaire d'Oka
	Sentier de la Sauvagine	6 km	F	Centre de services Le Littoral
	Sentier du Sommet	6,7 km	D	Stationnement du Calvaire d'Oka - Sentier partagé (vélo de montagne)
	Piste cyclable du parc	3 km	F	Centre de services Le Littoral
	La Route verte	7,8 km	I	Poste d'accueil de La Grande Baie

Randonnée pédestre Vélo de montagne Vélo Chien en laisse autorisé

F : facile I : intermédiaire D : difficile

## ACCÈS ENCADRÉ POUR LES CHIENS



Les chiens sont admis au parc national d'Oka, dans certains endroits désignés.

Tous les détails à [sepaq.com/animaux](http://sepaq.com/animaux)

### PRINCIPALES RÈGLES D'ENCADREMENT\*

- En tout temps, le chien doit rester dans les endroits autorisés.
- Le chien doit être tenu en laisse (max. 3 m) et sous surveillance en tout temps.
- La personne responsable doit immédiatement ramasser les excréments de son animal.
- Le chien qui aboie, qui hurle ou qui nuit au bien-être, à la quiétude et à la sécurité des autres visiteurs n'est pas toléré.

\*Toute personne qui contrevient à l'une ou l'autre de ces règles est susceptible de devoir quitter le territoire et/ou de recevoir un constat d'infraction, le cas échéant.

Le respect de la réglementation est essentiel et l'offre pourrait être revue si un relâchement était constaté.

### ENDROITS AUTORISÉS

Les chiens sont admis principalement du côté nord de la route des Collines et dans trois boucles de camping du côté sud.

<b>Sentier d'été</b>	L'Érablière, Le Calvaire d'Oka, Le Sommet La Route verte : La Vagabonde
<b>Camping</b>	Camping Le Refuge : emplacements 51 à 99 (boucle 2) et emplacements 100 à 156 (boucle 3) Camping La Crête : emplacements 1 à 41 (boucle 1)
<b>Aire de pique-nique</b>	Calvaire d'Oka, Poste d'accueil de la Grande-Baie
<b>Accès nautique</b>	<b>Aucun accès autorisé</b>
<b>Sentier d'hiver</b>	Le Calvaire d'Oka, Le Sommet, Le Marais (section nord)



# RENDEZ-VOUS AVEC LA DÉCOUVERTE



## CHAUVES-SOURIS

Elles ont longtemps frappé l'imaginaire et, à tort, suscité la crainte. Malheureusement, elles subissent maintenant une grande menace ; de nombreuses espèces, naguère abondantes, sont devenues désormais plutôt rares. Venez percer quelques-uns des mystères des chiroptères en compagnie d'un garde-parc naturaliste.

## LES CHAMPIGNONS... UN MONDE À DÉCOUVRIR

Venez vous initier au règne des champignons ! Où que l'on se trouve dans le parc national d'Oka, la fonge (du latin fungus) est omniprésente. Les champignons sont de précieux partenaires des arbres et des forêts qui seraient nettement moins luxuriantes sans eux. Ils passent souvent inaperçus, et pourtant leurs ramifications se développent constamment sous nos pieds !

**Location de vélo  
disponible au  
centre de services  
Le Littoral.**

## LA FÊTE DE LA POMME ET DU FROMAGE

Faisant désormais partie de nos traditions lors de l'Action de grâce au parc national d'Oka, la Fête de la pomme et du fromage a de quoi titiller tous vos sens : les couleurs flamboyantes du feuillage de nos arbres, les derniers sons de la nature avant la saison froide, l'odeur typique de nos bois à l'automne accompagnent une dégustation de fromage et de pommes de la région.

## PLEIN AIR ACCESSIBLE À TOUS

Rendre le plein air accessible à tous est très important pour l'équipe du parc national d'Oka. Nous nous assurons donc d'être innovateurs dans le domaine et de proposer une offre diversifiée à la clientèle à mobilité réduite. Vous trouverez à votre disposition : deux chaises hippocampe, un ski vel, des chalets Compacts et prêt-à-camper Traditionnel adaptés. Sans oublier qu'une magnifique passerelle d'un kilomètre longe le lac des Deux-Montagnes afin d'offrir une vue imprenable sur ce décor.





## KAYAK DE NUIT

Pagayez sur les eaux calmes du lac des Deux-Montagnes en toute quiétude la nuit et, soudainement, portez un regard neuf sur ce qui vous entoure. Un garde-parc naturaliste se fera un plaisir de vous faire découvrir cet environnement enchanteur.



### **AU SOMMET À VÉLO**

**Vous êtes amateurs de sensations fortes, de décors époustouflants et de nature à l'état pur ?**

**Le sentier du Sommet est l'endroit par excellence pour dépenser votre énergie sur votre vélo de montagne. Un sentier de 6,7 km qui vous sortira de votre zone de confort !**



## VOIR LE PARC SOUS UN NOUVEAU JOUR

Pendant les chaudes journées, n'hésitez pas à voir le parc sous un nouvel angle. La vue est magnifique sur les eaux calmes du lac des Deux-Montagnes, que ce soit à canot, en SUP, à pédalo ou en kayak. Il y en a pour tous les goûts. Rendez-vous sur la plage principale pour découvrir le parc tout en vous rafraîchissant.

## DÉCOUVRIR L'HIVER

N'ayez plus peur d'avoir froid, la variété des activités au parc est si surprenante qu'il est certain que vous y trouverez le sport qui vous fera aimer l'hiver. Plus de 50 km de sentiers de ski de fond, des sentiers de raquette et de randonnée pédestre, une soixantaine de kilomètres de sentiers accessibles aux VPS (*fatbikes*) en plus d'une programmation spéciale toutes les fins de semaine.

## SE FONDRE DANS LA NATURE

Venez découvrir la faune et la flore à travers 9 stations qui feront travailler vos méninges et parfois votre cardio. Une activité idéale en famille afin de permettre à chacun d'apprendre et de rire. N'oubliez pas votre appareil photo, pour immortaliser ce moment !



**Programmation complète dans tous les centres de services.**

**De plus, un garde parc naturaliste pourra répondre à toutes vos questions les vendredis et samedis de 16 h 30 à 18 h 30 au magasin général. Venez le rencontrer.**

# DORMIR SOUS LES ÉTOILES



Dormir au parc national d'Oka vous permet de profiter pleinement de l'ensemble des activités qui y sont offertes. La vaste gamme d'hébergements qui sont offerts chez nous permet à tous de prolonger le plaisir de se trouver dans la nature et d'être aux premières loges pour observer la faune et la flore au calme.

- Camping aménagé sans services, 1 service, 2 services ou 3 services
- Prêt-à-camper Étoile (6 pers.)
- Prêt-à-camper Traditionnel (4 pers.)
- Chalets Compact (4 pers.)

## DÉBUT DES RÉSERVATIONS SAISON 2020

### Chalet, camp rustique et yourte

27 avril 2019 pour l'été et  
17 septembre 2019 pour automne/  
hiver)

### Camping et prêt-à-camper

11 mai 2019

1 800 665-6527 | [sepaq.com](http://sepaq.com)

# PAR ICI LES FAMILLES !



**Gratuit !** Pour vos enfants de 17 ans et moins

En toute saison, vos enfants vous accompagnent gratuitement.

### ACCÈS AUX PARCS NATIONAUX

**PRÊT D'ÉQUIPEMENTS\*** de plein air

**ACTIVITÉS VARIÉES** et adaptées pour toute la famille

**PRÊT D'ACCESSOIRES\*** pour les jeunes enfants

\*Certaines conditions s'appliquent.

## NOS COUPS DE CŒUR

### AU PARC NATIONAL D'OKA

Jetez un coup d'œil à nos incontournables : une activité à ne pas manquer, un sentier à découvrir en famille ou un lieu d'hébergement où il fait bon se rassembler.

- Sur la plage, une aire de jeux a été ajoutée près de la zone pique-nique. Les pirates de 2 à 4 ans et les acrobates de 5 à 12 ans seront séduits !
- Un mur d'escalade intérieur, des tables de babyfoot, du ping-pong, une panoplie de jeux de société et encore plus sont à votre disposition à la place communautaire.
- Du cinéma en plein air à la place communautaire.

# CONSERVER POUR DEMAIN



## Saviez-vous que ?

L'axe Grands Lacs/Saint-Laurent constitue le plus grand système d'eau douce à la surface de la Terre.

**Près de 80 % de la superficie des terres humides du Saint-Laurent présentes au début de la colonisation sont aujourd'hui disparues.**

Le bassin versant de la rivière des Outaouais est le plus grand au Québec.

Les populations d'oiseaux des marais sont en déclin dans toute leur aire de répartition, c'est-à-dire la zone où une espèce peut être présente.



**Près du tiers des espèces en péril au Canada vivent à l'intérieur ou à proximité des terres humides, et environ la moitié des espèces d'oiseaux en péril dépendent des milieux humides pour se reproduire.**

Le marais de La Grande Baie permet encore à ce jour d'observer la végétation indigène typique d'un marais dominée par la quenouille, le céphalanthé, les nymphes et les nénuphars. En 2010, on inventoriait pas moins de 148 espèces végétales dans les zones inondées de la Grande-Baie.

Lors des inondations de mai 2017, les milieux humides du parc national d'Oka ont permis de retenir au-delà de 10 millions de litres d'eau de plus qu'en temps normal.

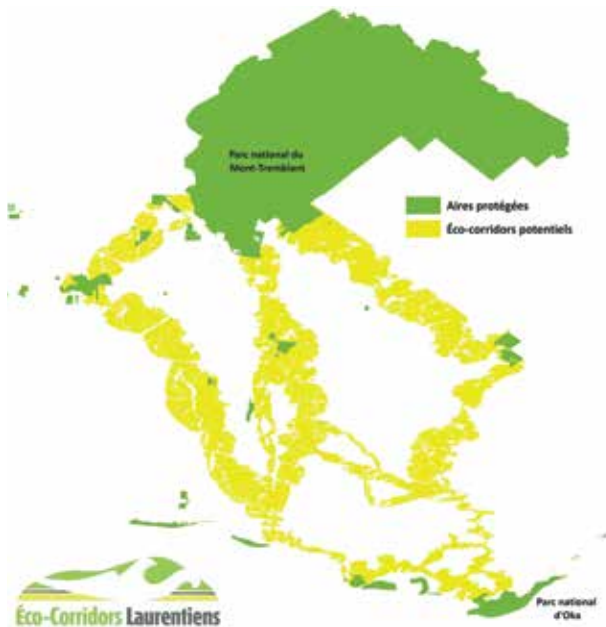
La plage du parc national d'Oka lui confère son caractère unique et constitue un habitat très rare dans la grande région de Montréal.



## CONNECTIVITÉ DES HABITATS

L'ensemble de la faune et de la flore du parc national d'Oka cherche constamment à conquérir de nouveaux habitats en périphérie. La richesse biologique du parc rayonne donc sur toute la région d'Oka. L'occupation du territoire adjacent ne permet toutefois pas toujours à cette faune et à cette flore de trouver de nouveaux espaces où s'implanter. Le rôle des corridors écologiques dans le déplacement des espèces, principalement dans un contexte de réchauffement climatique, est bien connu.

Voilà pourquoi une initiative visant la connectivité avec les deux autres parcs nationaux de notre région, soit le parc national du Mont-Tremblant et le parc national de Plaisance, est en cours.



**Malgré son apparence désertique, la plage constitue le deuxième habitat en importance quant au nombre d'espèces végétales au parc national d'Oka.**



## MARAI DE LA GRANDE BAIE

Le marais de La Grande Baie, protégé par le parc national d'Oka, contribue à la biodiversité régionale de façon remarquable en offrant un habitat de 1,5 km<sup>2</sup> pour les besoins des espèces régionales fréquentant les milieux humides à un stade ou un autre de leur vie.

En plus de rendre de nombreux services écologiques comme absorber les crues spontanées et améliorer la qualité de l'eau, c'est l'endroit privilégié par le canard branchu, l'animal emblème du parc national d'Oka.



**Si vous voulez en savoir plus sur les initiatives et les enjeux de conservation dans les parcs nationaux du Québec, rendez-vous à [parcsquebec.com/blogue](https://parcsquebec.com/blogue).**

# PRUDENT <sup>DE</sup> NATURE



Photo: Steve Deschênes, Parc national des Grands-Jardins

## EN NATURE, MA SÉCURITÉ, C'EST MA RESPONSABILITÉ

La Sépaq a pour mission d'assurer l'accessibilité à des milieux naturels représentant les joyaux de la nature québécoise. Elle a à cœur la sécurité de ses visiteurs. Elle vous invite à être prudent de nature!

Vous préparer adéquatement constitue le premier pas vers la pratique agréable et sécuritaire de vos activités. **VOUS ÊTES RESPONSABLE DE VOTRE PROPRE SÉCURITÉ** et la gestion des risques fait partie intégrante de votre expérience.

Avant de partir pour une excursion, **ASSUREZ-VOUS DE POSSÉDER LES COMPÉTENCES ET HABILITÉS REQUISES** à la pratique de l'activité choisie **ET DE RESPECTER VOS CAPACITÉS PHYSIQUES**. Votre sortie ne doit vous laisser que d'agréables souvenirs. Nous vous invitons à consulter nos fiches-conseils relatives aux activités offertes par la Sépaq, disponibles à [sepaq.com/securite](http://sepaq.com/securite). Vous y trouverez aussi une liste d'organismes qui peuvent vous aider à planifier vos activités de façon sécuritaire.

[sepaq.com/securite](http://sepaq.com/securite)

## AIDE-MÉMOIRE

### AVANT DE QUITTER

- Prévoir partir en groupe d'au moins deux personnes.
- Vous informer des prévisions météorologiques.
- Apporter de l'eau et de la nourriture même s'il s'agit d'une activité de quelques heures.
- Prévoir des chaussures et des vêtements appropriés et adaptés aux conditions climatiques.
- Avertir un proche de l'endroit exact de votre destination ainsi que du moment prévu de votre retour.

### UNE FOIS SUR PLACE

- Ne pas compter sur votre téléphone cellulaire.
- Vérifier le temps requis pour compléter votre activité.
- Respecter la signalisation et les avis d'interdiction, dont ceux concernant les feux à ciel ouvert.

### AU RETOUR

- Une fois votre activité terminée, veuillez rapporter au personnel tout bris, anomalie ou problème remarqués.

## RAPPEL

- 📄 Lors de votre visite dans un parc national, ayez toujours en votre possession le reçu de votre droit d'accès ou votre carte annuelle d'accès.
- 🚫 Rappelez-vous que les animaux sont dans leur habitat naturel et que vous êtes un visiteur. Pour assurer à la fois votre sécurité et la leur, il est interdit de les nourrir, sans quoi ils pourraient en venir à perdre leur crainte naturelle des êtres humains et adopter des comportements agressifs.
- 🚫 Afin de préserver les richesses naturelles, il est interdit de prélever des éléments naturels (animaux, plantes, bois mort, roches, etc.) Aussi, pour éviter le piétinement de la flore, vous devez demeurer dans les sentiers de randonnée aménagés.

## EN CAS D'URGENCE : 911

SÛRETÉ DU QUÉBEC: 310-4141 (numéro unique) / 4141 (pour cellulaire)

\*Là où les réseaux cellulaires sont accessibles. Les frais encourus lors des opérations de recherche et de sauvetage sont à la charge du bénéficiaire. Il est possible de se procurer auprès d'un assureur une protection relative à ces risques.

### Parc national d'Oka

2020, chemin d'Oka  
Oka (Québec) J0N 1E0  
Information : 450-479-8365  
Réservation : 1 800 665-6527  
[parc.oka@sepaq.com](mailto:parc.oka@sepaq.com)  
[sepaq.com/oka](http://sepaq.com/oka)

Dépôt légal : 2019  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
Graphisme : Simplement Concept | Imprimeur : Solisco  
Traduction : ABACA traduction  
Révision linguistique : Ginette Bédard  
Photos : Parc national d'Oka, Sépaq : Mathieu Dupuis,  
Stephane Audet, Sébastien Larose, Pier-Luc Legault,  
Dominic Boudreault, Hugo Lacroix, Gabriel Trahan



100%



# ACTIVITÉS HIVERNALES



## ÉCOLE DE SKI DE FOND

Une école de ski de fond pour les 4 à 13 ans permet aux enfants de découvrir les différentes techniques de ce sport, entourés d'une équipe motivée et dynamique.

- Inscription à [ecoledeski.oka@sepaq.com](mailto:ecoledeski.oka@sepaq.com)

## APPRIVOISEZ LES JOIES DE L'HIVER

Peu importe la saison, le parc est accessible et déborde d'activités afin de vous faire découvrir un territoire exceptionnel. Que ce soit le point de vue du Calvaire, du vélo sur les rives enneigées, de la randonnée pédestre sur neige ou bien des kilomètres de sentiers de ski de fond dans un espace naturel, il vous sera impossible de ne pas succomber aux charmes de l'hiver à Oka.

## PROLONGEZ VOTRE SÉJOUR!

**10 chalets Compact**

**Camping rustique**





**PAS BESOIN DE TÉLÉPHONE  
POUR RÉPONDRE À L'APPEL  
DE LA NATURE.**

