

PARC NATIONAL D'OKA

GUIDE DÉCOUVERTE

2018



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, un incontournable de la région touristique des Basses-Laurentides, constitue un endroit de détente privilégié, à deux pas de la grande métropole.

Créé afin de protéger la biodiversité d'un échantillon des basses terres du Saint-Laurent, il se démarque par la richesse de sa flore et son passé historique et archéologique. Peu importe la saison, les activités offertes vous feront vivre des expériences inoubliables.

À vous de le découvrir!

Découvrez-en plus à 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

LES INCONTURNABLES



A

LA PLAGE

Le littoral sablonneux de 7 kilomètres est fort prisé par les visiteurs de la région. Que ce soit pour faire une balade paisible, pour profiter du soleil ou pour s'adonner à un des nombreux sports qu'on peut y pratiquer, la plage offre des moments de loisirs bien appréciés.



B

LE SENTIER HISTORIQUE DU CALVAIRE

Point culminant du parc national d'Oka, le sentier historique du Calvaire est praticable en toutes saisons. L'histoire y est bien présente et la beauté du paysage une fois au sommet est époustouflante. Pour encore plus d'émotions, attendez les couleurs automnales et admirez la vue!



C

LE CAMPING

Parmi les plus connus au Québec, le camping du parc national d'Oka offre des emplacements pour tous les types de campeurs. Que vous ayez besoin de plusieurs services ou simplement d'un endroit aménagé pour installer votre tente, vous trouverez un paysage enchanteur où il fait bon camper!



D

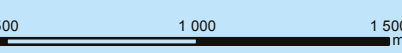
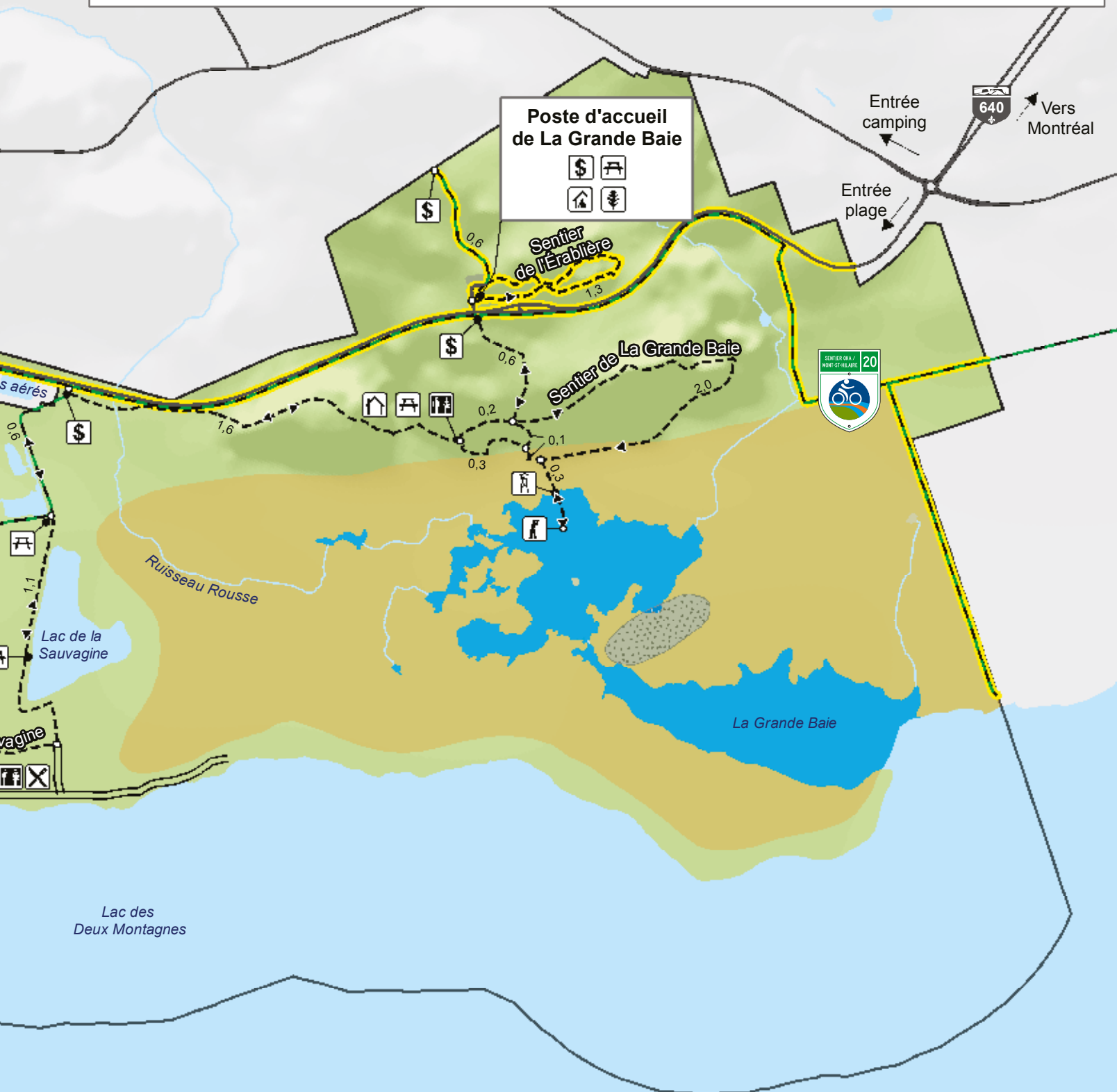
LE SURF DEBOUT À PAGAIE

D'origine hawaïenne, le surf à pagaie est une activité qui combine le surf et le kayak. Sa planche, conçue pour les eaux calmes, est plus imposante (plus longue, plus large et plus épaisse) et, donc, plus stable que la planche de surf traditionnelle conçue, elle, pour les vagues.



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 2018
 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

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 (projet pilote)
Boutique Nature	Premiers soins	Défibrillateur externe automatisé	Limite du parc national
Buanderie	Rampe de mise à l'eau	Longueur des sections de sentier	Zone de préservation
Camping aménagé	Relais		Zone de préservation extrême
		Km	Stationnement



DES SENTIERS À PARCOURIR

SENTIER		LONGUEUR ET ALLER-RETOUR		NIVEAU DE DIFFICULTÉ	LIEU DE DÉPART
	Sentier de l'Érablière	1,3 km	X	F	Poste d'accueil de La Grande Baie
	Sentier de La Grande Baie	4 km	X	F	Poste d'accueil de La Grande Baie
	Sentier du Calvaire d'Oka	4,4 km	X	F	Stationnement du Calvaire d'Oka
	Sentier de la Sauvagine	11,6 km	X	I	Centre de services Le Littoral
	Sentier de la Sauvagine	11,8 km	X	I	Poste d'accueil de La Grande Baie
	Sentier du Sommet	6,7 km	X	D	Stationnement du Calvaire d'Oka - Sentier partagé (vélo de montagne)
	Piste cyclable du parc	3 km	X	F	Centre de services Le Littoral
	La Route verte	7,8 km	X	I	Poste d'accueil de La Grande Baie

Randonnée pédestre Vélo de montagne Vélo

F : facile **I** : intermédiaire **D** : difficile

PROJET PILOTE AUTORISANT LES CHIENS



Le projet pilote encadrant la présence des chiens se poursuit pour une troisième année dans cinq parcs nationaux, dont le parc national d'Oka. La Sépaq a décidé de mener ce projet pilote, sous certaines conditions, afin de mesurer l'impact des chiens sur l'expérience de visite et sur le milieu naturel.

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 et en disposer de façon hygiénique.
- 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 la clé du succès du projet pilote. Pour consulter l'ensemble des règles d'encadrement, rendez-vous à sepaq.com/animaux.

ENDROITS AUTORISÉS AU PARC NATIONAL D'OKA

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

SENTIER D'ÉTÉ	L'Érablière
	Le Calvaire d'Oka
	La Route verte
	Le Sommet
CAMPING	Camping Le Refuge : emplacements 100 à 156 (boucle 3)
	Camping La Crête : emplacements 1 à 41 (boucle 1)
AIRE DE PIQUE-NIQUE	Aire de pique-nique du Calvaire d'Oka
	Aire de pique-nique du poste d'accueil de La Grande-Baie
ACCÈS NAUTIQUE	Aucun accès autorisé
SENTIER D'HIVER	Le Calvaire d'Oka
	La Montée (Le Sommet et Les Chapelles)
	Le Marais (côté nord de la route des Collines)

RENDEZ-VOUS AVEC LA DÉCOUVERTE



JOIGNEZ LE REPTILE À L'AGRÉABLE

La couleuvre est-elle un reptile? Qu'a-t-elle donc en commun avec la tortue? Comment, quand et où peut-on l'observer?

Si vous êtes curieux et avide de nouvelles connaissances sur les reptiles, alors cette randonnée vous fascinera!

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 désormais plutôt rares.

Venez percer quelques-uns des mystères des chiroptères en compagnie d'un garde-parc naturaliste.

APPRENTI ARCHÉO

Les Premières Nations ont laissé des traces de leur passage sous la forme de vestiges de feux, d'outils en os et de fragments de poterie. Ces artefacts ont été conservés pendant plus de 2000 ans, enfouis dans le sol du territoire du parc national d'Oka.

Venez découvrir ces objets sous la supervision d'un archéologue et aidez-nous ainsi à les préserver.

ENFOURCHEZ VOTRE VÉLO

Enfourchez votre vélo et roulez sur la Route verte, un corridor de plus de 40 km qui relie le parc aux municipalités environnantes. À partir de ce corridor, les adeptes de bicyclette utilisent une piste cyclable asphaltée pour se rendre au bord du lac. Les amateurs de vélo de montagne expérimentés seront aussi comblés en empruntant le sentier du Sommet : 6,7 km de terrain accidenté.



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



LES CHAMPIGNONS...UN MONDE À DÉCOUVRIR

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

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.





CALVAIRE D'OKA

Site classé historique, le Calvaire d'Oka est, en fait, un des plus vieux chemins de croix en Amérique du Nord. L'aménagement rustique du sentier de marche, l'architecture d'inspiration romane des bâtiments qui jalonnent le parcours et la représentation du chemin de croix de Jésus-Christ au travers des bas-reliefs invitent à la méditation.

LA FÊTE DE LA POMME

Désormais une tradition lors de l'Action de grâce au parc national d'Oka, la Fête de la pomme vous offre 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 et une dégustation de fromage et de pommes de la région.

SOIRÉE PIERRES ET MYSTÈRES

Une enquête datant de l'ère de glace est en cours afin de découvrir les responsables du relief du parc. Effectuez des expériences, découvrez les indices et résolvez le mystère, le tout en compagnie d'un garde-parc naturaliste. Une activité captivante pour petits et grands!



**Programmation
et informations
complémentaires
(heures, lieux)
disponibles aux
différents centres
de services**

DORMIR SOUS LES ÉTOILES



Afin de profiter pleinement du parc national d'Oka et de la panoplie d'activités qui s'y tiennent, plusieurs possibilités d'hébergement s'offrent à vous. Que vous possédiez votre équipement ou que vous préférerez le confort d'un prêt-à-camper, vous trouverez chez nous une option à votre mesure. Voici les types d'hébergement qui sont offerts :

- Camping aménagé sans services, 1 service, 2 services ou 3 services
- Prêt-à-camper Traditionnel
- Prêt-à-camper Étoile
- Chalets Compact

DÉBUT DES RÉSERVATIONS SAISON 2019

Chalet, camp rustique et yourte

28 avril 2018 (été) et

18 septembre 2018 (automne/hiver)

Camping et prêt-à-camper

27 octobre 2018

1 800 665-6527 | sepaq.com



PAR ICI LES FAMILLES!

Photo: Mathieu Dupuis

POUR VOUS SIMPLIFIER LA VIE ET POUR VOUS PERMETTRE D'ÉCONOMISER, VOICI QUELQUES PETITS PRIVILÈGES QUE L'ON VOUS RÉSERVE.

Pour vos enfants de 17 ans et moins

ACCÈS GRATUIT
aux parcs nationaux

**PRÊT
D'ÉQUIPEMENTS***
de plein air

ACTIVITÉS VARIÉES
et enrichissantes

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

*quantités limitées



Repérez ce sceau qui identifie les expériences idéales pour vous.

Découvrez toutes nos destinations famille à sepaq.com/famille

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.

 **Sépaq**

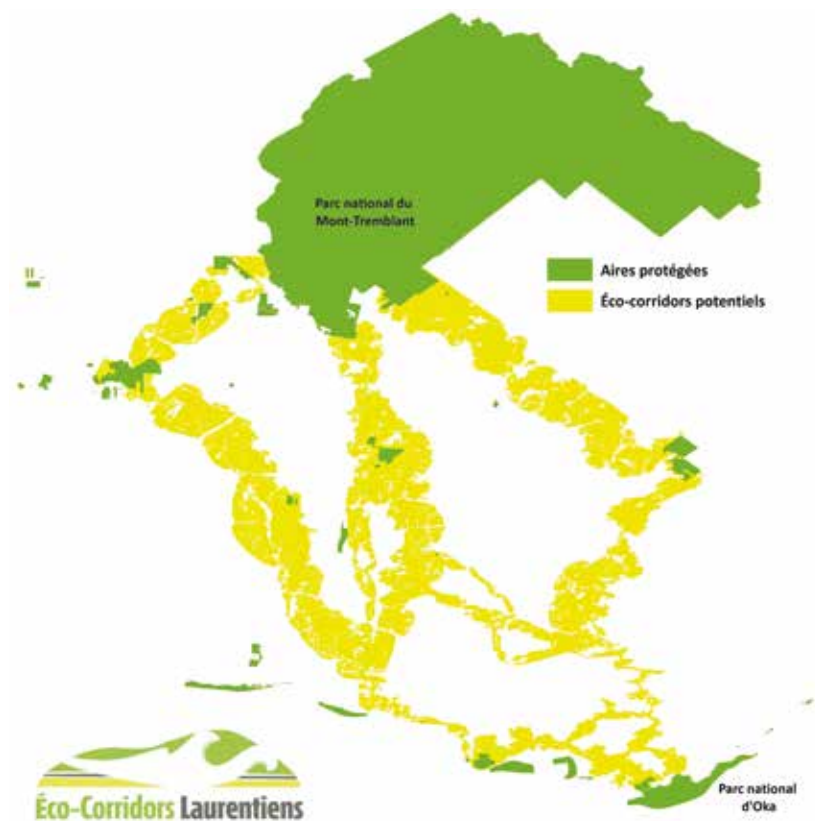
CONSERVER POUR DEMAIN



ÉROSION

L'érosion des berges au parc national d'Oka pose des enjeux de conservation sur deux volets : d'abord sur la préservation des artefacts enfouis dans le sol d'un site archéologique (BiFm-1) de plus en plus dénudé par l'action des vagues et, ensuite, sur le recul de 4 kilomètres de la lisière forestière constituée, entre autres, de trois écosystèmes forestiers exceptionnels et de plantes rares. De plus, le remplacement de l'infrastructure de stabilisation actuelle devra être le plus cohérent possible en regard du paysage et de la mission des parcs nationaux du Québec.

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



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.



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 céphalanthe, 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.

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

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

MARAIS 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 km² 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.

PRUDENT ^{DE} NATURE



En nature, ma **sécurité**,
c'est ma **responsabilité**



Photo: Steve Deschênes, Parc national des Grands-Jardins

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. Certains organismes peuvent vous aider à planifier vos activités de façon sécuritaire. N'hésitez pas à les contacter. De plus, nous vous invitons à consulter sur le site Web sepaq.com/securite les fiches-conseils relatives aux activités offertes par la Sépaq.

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.
-  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.
-  Les animaux trouvent tout ce dont ils ont besoin dans la nature pour se nourrir. Les nourrir peut leur être très dommageable. Ne laissez pas votre nourriture ou vos déchets à la portée des animaux.
-  Nous vous demandons de rapporter tous vos déchets.
-  Les animaux domestiques ne sont pas acceptés dans les parcs nationaux du Québec. Toutefois, les chiens-guides et les chiens d'assistance sont admis.

PROJET PILOTE AUTORISANT LES CHIENS

Le projet pilote encadrant la présence des chiens se poursuit dans les parcs nationaux de FRONTENAC, de la JACQUES-CARTIER et d'OKA. Dès le 18 mai 2018, les parcs nationaux d'AIGUEBELLE et du LAC-TÉMISCOUATA se joindront au projet. Consultez les règles d'encadrement et les endroits autorisés sur le site Web de la Sépaq à sepaq.com/animaux.

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
Réservations : 1 800 665-6527
Courriel : parc.oka@sepaq.com
www.sepaq.com/oka

Dépôt légal : 2018
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Graphisme : Simplement Concept | Imprimeur : Solisco
Révision linguistique : André Fecteau
Traduction : ABACA traduction
Photos : Parc national d'Oka, Sépaq ; Stéphane Audet, Dominic Boudreault, Mathieu Charland, Mathieu Dupuis, Sébastien Larose, Pier-Luc Legault



Garant
des forêts
intactes®

ACTIVITÉS HIVERNALES



DÉCOUVERTE

SENTIERS

LONGUEUR

ALLER-RETOUR

DIFFICULTÉ

LIEU DE DÉPART

APPRIVOISEZ LES JOIES DE L'HIVER

- Activités thématiques les fins de semaine
- Location de vélos *fatbike*
- Randonnée pédestre sur neige
- Raquette
- Ski de fond
- Plus de 35 kilomètres linéaires, dont 29 de ski classique, 23 en pas de patin et 8 en nordique

ÉCOLE DE SKI DE FOND

8 semaines de plaisir pour les 4 à 13 ans :

- Techniques en ski classique et en pas de patin
- Inscription à ecoledeski.oka@sepaq.com

PROLONGEZ VOTRE SÉJOUR !

- Camping rustique
- Chalets Compact



SENTIERS	LONGUEUR	ALLER-RETOUR	DIFFICULTÉ	LIEU DE DÉPART
* Le Rivage Ouest (A)	2,6 km	X	F	Centre de services Le Littoral
* Le Rivage Est (A)	3,2 km	X	F	Centre de services Le Littoral
* Les Dunes (B)	3,8 km	X	F	Centre de services Le Littoral
* Le Calvaire d'Oka (F)	12,4 km	X	D	Centre de services Le Littoral
* Le Calvaire d'Oka (F)	6 km	X	D	Poste de perception
L'Écureuil	3,5 km	X	F	Centre de services Le Littoral
Le Sommet	16,2 km	X	D	Centre de services Le Littoral
Le Sommet	9,2 km	X	D	Poste de perception
Le Calvaire d'Oka	10,8 km	X	D	Centre de services Le Littoral
Le Calvaire d'Oka	3,8 km	X	D	Poste de perception
Le Marais	14 km	X	D	Centre de services Le Littoral
Le Centenaire (1)	4 km	X	F	Centre de services Le Littoral
La Pinède (2)	4 km	X	F	Centre de services Le Littoral
La Grande Baie (3)	13,9 km	X	D	Centre de services Le Littoral
Le Calvaire d'Oka et Le Sommet – Ski nordique	8 km	X	D	Poste de perception
Le Louis Hébert (6)	7,2 km	X	F	Centre de services Le Littoral
La Poursuite (8)	14,5 km	X	D	Centre de services Le Littoral

* Randonnée pédestre sur neige Randonnée à raquettes Randonnée à vélo *fatbike* Randonnée à skis

F – Facile I – Intermédiaire D – Difficile

EN QUÊTE D'ÂVENTURE

Parcourez les flots

NRS



VAPOR ►

La veste de flottaison Vapor de NRS vous offre l'allure, la sensation et la performance d'une veste de flottaison haut de gamme à un prix abordable. Son coussin de flottaison en mousse souple s'adapte à votre corps pour vous assurer un confort tout au long de la journée.

Pelican

UNISON 136T ►

L'UNISON 136T de Pelican associe un concept élégant avec une performance générale remarquable. Basé sur une coque multibouchain à fond plat, ce kayak tandem à cockpit fermé offre une excellente stabilité et une capacité supérieure.



sail.ca

BELOEIL | BROSSARD | LAVAL | QUÉBEC | VAUDREUIL-DORION
BURLINGTON | CAMBRIDGE | ETOBICOKE | OSHAWA | OTTAWA | VAUGHAN

SAIL

LA PLUS GRANDE DESTINATION PLEIN AIR