

La Presse
5 juin 2004

Page 1 manquante

La Presse
5 juin 2004

Page 2 manquante

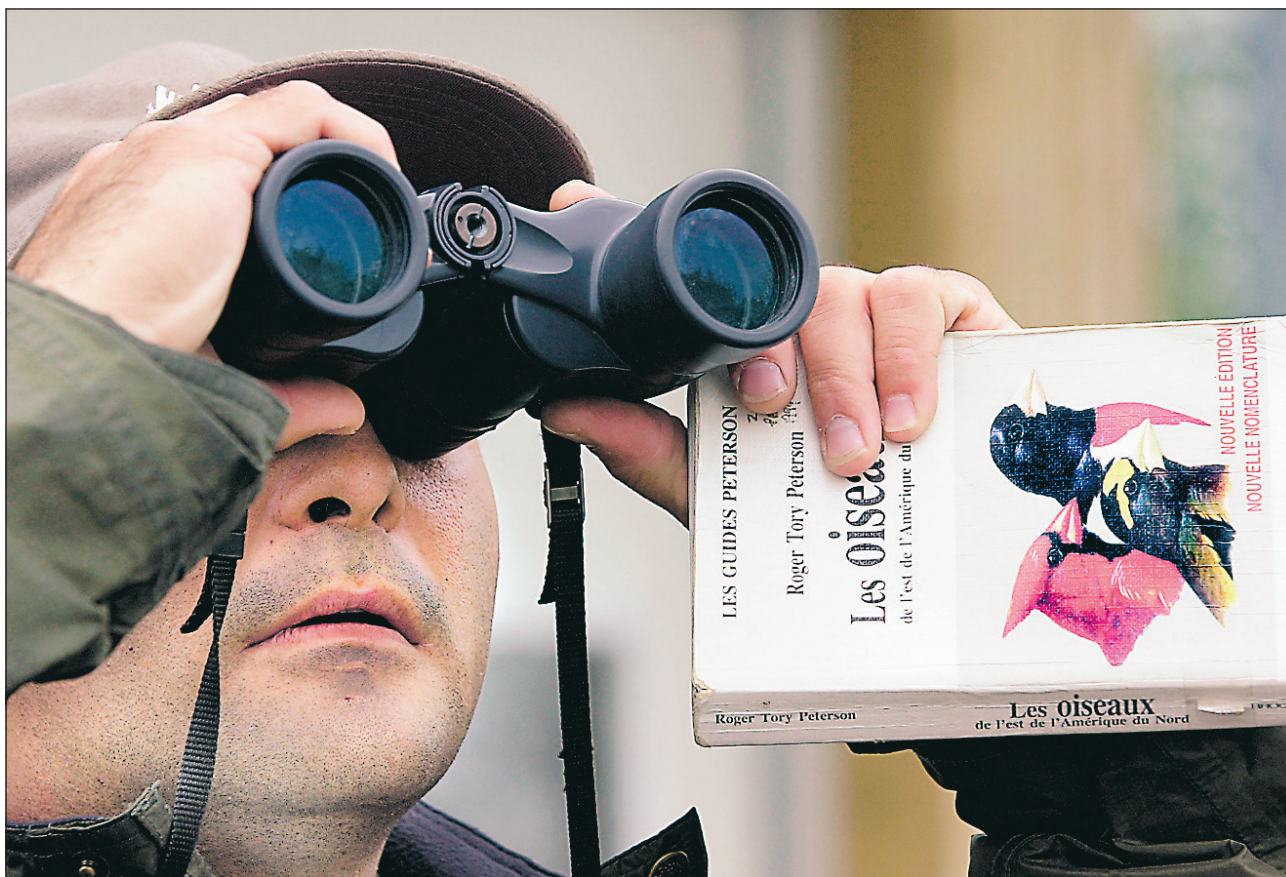


PHOTO BERNARD BRAULT, LA PRESSE ©

Denis Henry, animateur au parc des Îles-de-Boucherville, observe les oiseaux durant le Festival des oiseaux.

Un grand bol de sciences

SCIENCE
suite de la page 2

Après une présentation de la région, l'animateur leur dresse la liste des minéraux qu'ils peuvent trouver et identifier : grenats, micas, steatites — la fameuse pierre à savon — serpentines, pyrite, quartz,

etc. Puis vient l'étape tant attendue de « casser de la roche ». Tout ce qui est trouvé sera rapporté à la maison !

Si c'est l'or qui vous fascine, une visite à la Cité de l'or, de Val-d'Or, s'impose. Cette ancienne mine des années 40-60, de même que le village minier de

Bourlamaque, forment un centre de découvertes trépidantes.

Cet été, il faudra également creuser la programmation d'Archéo-Dimanche ! qui réunit une cinquantaine de sorties archéologiques en juillet et août. Les apprentis archéologues auront les deux mains dans la terre, tandis que les autres découvriront, l'espace d'une après-midi, la richesse archéologique du Québec. Il

est possible d'apporter ses trouvailles pour les faire identifier.

Enfin, le sable expose ses différentes facettes au Musée de la civilisation de Québec. Avec 9000 échantillons des quatre coins de la planète, cette exposition allie géologie et milieu de vie, en plus d'un volet artistique. Un prétexte pour explorer le sable... et à défaut des orteils, y plonger les yeux !

3227383A



www.chateaubromont.com

Château Bromont
DOMAINE HÔTELIER · RESORT HOTELS

1 888 BROMONT

La tête dans les étoiles

ISABELLE BURGUN
AGENCE SCIENCE-PRESSE

La planète Mars sera encore à l'honneur du 9 au 11 juillet au 21^e Festival d'astronomie populaire du Mont-Mégantic. Spectacle 3D à l'intérieur et célébrations à l'extérieur, doublées de conférences et d'observations au télescope de 1,6 mètre.

Moins inquiet pour l'affluence que pour le mauvais temps, Sébastien Giguère, coordonnateur scientifique de l'ASTROLab, espère que les amateurs d'astronomie prendront plaisir à visiter aussi l'ASTROLab. Son salon martien renferme durant l'été une réplique à l'échelle du robot *Sojourner* et une pe-

tite exposition sur l'inépuisable quête de l'eau martienne. À deux pas, le Cosmolab-Velan, consacré à la cosmologie, s'arrête sur *Naissance et histoire du cosmos*. Un volet que l'on pourra également approfondir au Planétarium de Montréal avec sa nouvelle exposition *La quête des origines*, jusqu'au 14 novembre.

Si les télescopes vous passionnent, le parc des îles de Saint-Timothée propose son concours de fabricants les 16 et 17 juillet. Il sera possible de regarder dans tous les modèles proposés.

Ce qui permettra de s'approcher de trois visiteuses estivales, les comètes Neat, T7 Linear et K4 Linear. Si T7

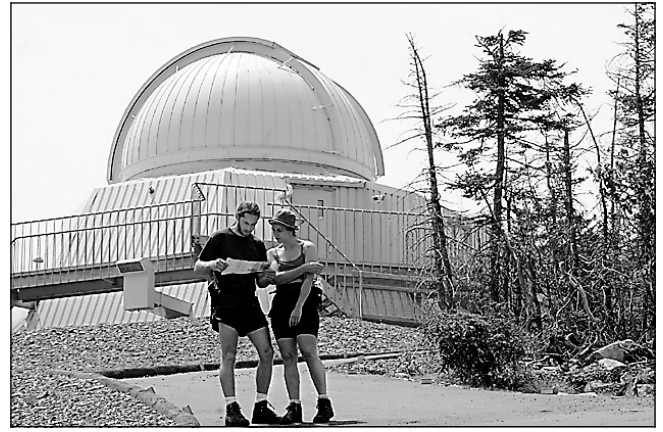


PHOTO ROBERT SKINNER, ARCHIVES LA PRESSE ©
Deux randonneurs au pied du Cosmolab du Mont-Mégantic.

disparaît à la fin du mois de juin dans les lumières du crépuscule, Neat sera visible à la jumelle jusqu'en août, tandis que K4 Linear sera visible très haut dans le ciel et particulièrement brillante vers la mi-août.

Également en août, le sommet du Mont-Tremblant sera tourné vers la voute céleste. Pour la neuvième fois, *Tremblant sous les étoiles* propose

les 15 et 16 août une randonnée avec observation des étoiles, exposition des astronomes amateurs et conférences.

Et, cadeau du ciel, la nouvelle lune annonce des nuits prometteuses pour admirer les Perséides. Plus visible cet été que l'an dernier, cette pluie d'étoiles filantes connaîtra un sommet au Mont-Mégantic, du 10 au 14 août.

Charlevoix

200 ans de tradition touristique

CET ÉTÉ, CHARLEVOIX
VOUS OFFRE DES FORFAITS



À LA HAUTEUR
DE SA RÉPUTATION
PROFITEZ-EN !

1 800 667-2276 • www.tourisme-charlevoix.com



Bonjour!

Québec

Le plein d'énergie

ISABELLE BURGUN
AGENCE SCIENCE-PRESSE

Faites le plein d'énergie en alliant sport et science : au bord de la piste cyclable, la centrale de la Rivière-des-Prairies dévoile ses installations, des puits de turbine à son évacuateur de crues. C'est l'une des 13 sorties électrisantes — et gratuites — que propose Hydro-Québec aux curieux de l'Abitibi à la Montérégie en passant par l'Outaouais.

À compléter par une visite à l'Électrium de Sainte-Julie, le centre d'interprétation des champs électrique et magnétique d'Hydro-Québec.

Quant à la Cité de l'énergie

de Shawinigan, elle met le cap sur le futur. Par l'exposition *La Course à l'hydrogène*, vous pourrez répondre aux nombreuses questions : comment l'hydrogène est-il produit ? Comment fonctionne une pile à combustible ? Tandis que l'exposition permanente propose un retour dans le passé en présentant 100 ans d'innovations industrielles.

Pour finir en beauté, pourquoi ne pas longer le bord du Saint-Laurent jusqu'à Cap-Chat. Cette petite ville gaspésienne possède l'une des plus grandes éoliennes jamais construites : 110 mètres de haut, soit la taille d'un édifice de 30 étages.



PHOTO ROBERT MAILLOUX, ARCHIVES LA PRESSE ©
Forêt d'éoliennes à Cap Chat.

Une activité à saveur d'été!

Explorez le monde captivant de l'électricité grâce à Hydro-Québec en visitant gratuitement les centrales hydroélectriques.

Une idée rafraîchissante pour toute la famille!

Pour en savoir plus, composez le 1 800 ÉNERGIE
ou visitez notre site au www.hydroquebec.com/visitez



 **Hydro
Québec**

POUR EN SAVOIR PLUS

Le répertoire des organismes de culture scientifique du Québec
www.sciencepourtous.qc.ca

Archéo-Québec
www.mcc.gouv.qc.ca/

ASTROLab du Mont-Mégantic
(819) 888-2941
www.astrolab.qc.ca/

Biodôme de Montréal
(514) 868-3040
www.biodome.qc.ca

Centre Astro de Dolbeau
(418) 276-0919
1208, rte de la Friche

Centre de découverte Explorama
Sainte-Anne-des-Monts
(418) 763-2500
www.explorama.org

Centre d'interprétation du vent et de la mer, à Cap-Chat
(418) 786-5543
www.eole.org/cap-chat.htm

Centre des sciences de Montréal
(514) 283-5256
www.centredessciencesdemontreal.com

Cité de l'énergie à Shawinigan
www.citedelenergie.com/

Cité de l'Or
www.citedelor.qc.ca/

Électrium
www.hydroquebec.com/
Fin de semaine d'astronomie aux îles de Saint-Timothée
membres.lycos.fr/cdadfs/cafta.html

Grotte et Musée des cavernes de Saint-Elzéar
(418) 534-4335
www.lagrotte.qc.ca

Grotte Lusk — Parc de la Gatineau
Chelsea
(819) 827-2020

www.capcan.ca/gatineau
Île-aux-Basques (excursion)
Trois-Pistoles
(418) 851-1202

Insectarium de Montréal
(514) 872-1400
www.ville.montreal.qc.ca/insectarium

Jardin botanique de Montréal
(514) 872-1453
www.ville.montreal.qc.ca/jardin

Musée de la Civilisation, Québec
(418) 692-2843
www.mcq.org

Musée de la nature et des sciences de Sherbrooke
(819) 564-3200
www.mnes.qc.ca

Parc de l'Île Saint-Quentin
Trois-Rivières
(819) 373-8151
www.ile-st-quentin.qc.ca

Musée des ondes
Émile-Berliner
(514) 932-9663
1050, rue Lacasse,
Montréal, local C-220

Musée J. Armand-Bombardier
(450) 532-5300
www.fjab.qc.ca

Musée minéralogique et minier de Thetford Mines
www.mmmtm.qc.ca/

Planétarium de Montréal
(514) 872-4530
www.planetarium.montreal.qc.ca

Poudrière de Windsor
(819) 845-5284
www.lapoudriere.qc.ca

Sépaq
www.sepaq.com

Tremblant sous les étoiles
tremblant.com/



L'expérience démontre que ...
Le plaisir des enfants
fait le bonheur des parents !



Avec les ateliers de cirque de Cabriole d'étoiles et les aventures médiévales d'Ultime Frontière, le plaisir est garanti, et gratuit pour vos enfants et vos adolescents*.

RENSEIGNEMENTS : 1 800-463-4467
WWW.CHATEAUMONTSAINTEANNE.COM
*certaines restrictions s'appliquent



Forfaits Estivaux

À 5 minutes en voiture du **Vieux-Québec**

Ambassadeur
Hôtel & Suites

Grandes Vacances

- Admission au Village Vacances Valcartier
- Admission au Mégaparc Galeries de la Capitale (Carte familiale)
- Admission au Théâtre Imax (programme double)
- 1 nuit d'hébergement à l'Hôtel Ambassador

248\$*
/2 adultes & 2 enfants

Destination Grosse Île

- Croisière à bord du Coudrier
- Admission à la visite touristique de Grosse Île
- 1 nuit d'hébergement à l'Hôtel Ambassador

188\$*
/2 adultes

Offre Exclusive
Chambre à **79\$***

1.800.363.4619
www.hotelambassadeur.ca

*Les tarifs indiqués sont valides du dimanche au jeudi inclusivement. Prendre note que du 1^{er} juillet au 6 septembre, des frais additionnels de 20\$ sont applicables pour les nuits de vendredi et samedi. Les taxes sont en sus et le tout est offert selon la disponibilité de l'hôtel.

La «route des fromages» au Centre-du-Québec

LE NOUVELLISTE

NICOLET – La région du Centre-du-Québec propose cet été *La route des fromages et des trouvailles gourmandes*.

L'objectif recherché par cette initiative est de favoriser la promotion des différentes entreprises fromagères de la région et de mieux faire connaître la variété des produits régionaux dans le Centre-du-Québec, reconnu comme étant le berceau laitier du Canada.

Cette région s'enorgueillit en effet de pouvoir compter sur plus d'une douzaine de fromageries sur son territoire et elle produit de ce fait plus de 80 produits fromagers. Vingt de ses fromages ont déjà été primés lors de concours nationaux et internationaux.

La région du Centre-du-Québec est l'hôte du Festival des fromages de War-

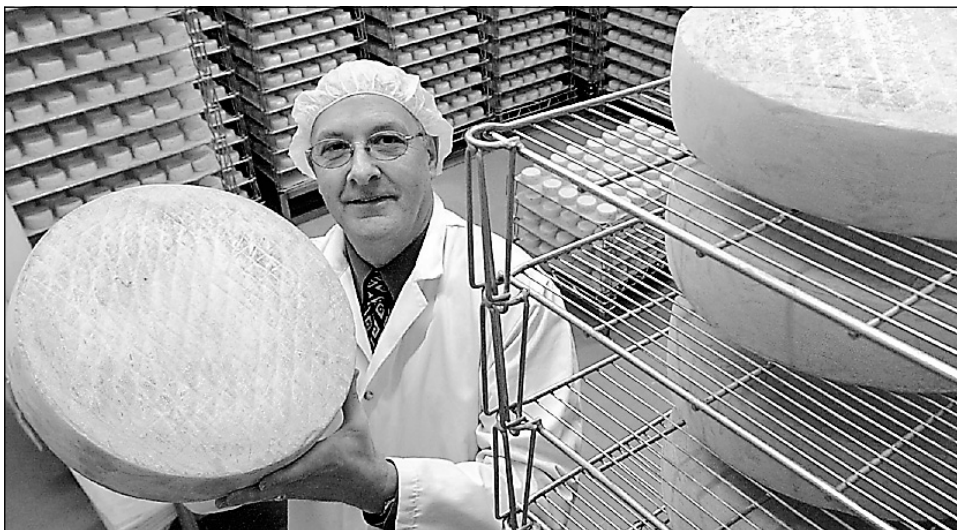


PHOTO ALAIN BÉDARD, LE NOUVELLISTE ©

Le Centre-du-Québec est reconnu comme étant le berceau de l'industrie laitière du Canada. C'est aussi l'hôte du Festival des fromages de Warwick, l'événement fromager du Québec. Ci-dessus, M. Georges Côté dans sa fromagerie Les Fromages Côté de Warwick.

wick, l'événement fromager du Québec. C'est aussi la région pionnière dans la transformation de lait de

brebis et de chèvre et cette région est présentée comme le berceau de la production laitière biologique. Le Cen-

tre-du-Québec est aussi fort réputé pour la production de ses canneberges et de son industrie acéricole.



MINTO PLACE SUITE HOTEL

Une suite qui vaut quatre as!

Ottawa, c'est beaucoup plus que le Parlement. Avec ses festivals, ses musées et ses nombreuses attractions et activités, la capitale nationale est la destination toute désignée cet été.

- Faites une croisière relaxante sur l'Outaouais
- Explorez les sentiers du parc de la Gatineau à bicyclette
- Promenez-vous dans les jardins de Rideau Hall
- Visitez le Musée des beaux-arts, le Musée des civilisations, le Musée de la nature et le Musée des sciences et de la technologie

Après une journée passée à visiter, revenez profiter des services d'un hôtel de luxe coté Quatre Diamants par la CAA

- Spacieux studios et suites de 1 ou 2 chambres à coucher
- Cuisines avec équipement complet
- Restaurants et services aux chambres
- Piscine intérieure de 20 mètres, sauna et bain tourbillon
- Centre de conditionnement physique de calibre mondial



Ottawa (613) 782-2350 Canada et É-U: 1-800-267-3377 Fax: (613) 232-6962

Site Web: www.mintohotel.com Courrier électronique: mpshotel@minto.com
433, avenue Laurier ouest, Ottawa (Ontario) K1R 7Y1

*En occupation simple ou double. Du 25 juin au 5 septembre 2004.

Les tarifs varieront selon le taux d'occupation.

GROSSE-ÎLE

La station de quarantaine

LIEU HISTORIQUE NATIONAL DU CANADA DE LA
Grosse-Île-et-le-Mémorial-des-Irlandais

www.pc.gc.ca



Croisières
Lachance



Parcs
Canada

Croisières* incluant guide interprète et visite de l'île en train-balade



**CROISIÈRES
LACHANCE**
BERTHIER-SUR-MER

TRAVERSÉES QUOTIDIENNES • 1 888 476-7734
www.croisiereslachance.ca

À moins de 30 minutes à l'est des ponts de Québec, sur la rive
sud du fleuve. Autoroute 20, sortie 364. Départs de Berthier-sur-Mer.

*Croisière
à Grosse-Île
À partir de **37,95 \$** /pers.

*Croisière
Nature/Culture
à l'Isle-aux-Grues
À partir de **37,95 \$** /pers.

Photo : Parcs Canada / Luc Déglise



*Fine cuisine,
quiétude
et ravissement*



CROISIÈRE ET GASTRONOMIE

CE FORFAIT INCLUT :

- 2 soupers table d'hôte 5 services
- 2 nuitées • 2 petits déjeuners • 1 croisière et visite à la Grosse-Île ou à l'Isle-aux-Grues

À partir de **124 \$** /pers./nuit
Occupation double, service inclus, taxes en sus.

DÉTENTE ET FINE CUISINE

CE FORFAIT INCLUT :

- 1 souper table d'hôte 5 services
- 1 nuitée • 1 petit déjeuner

À partir de **105 \$** /pers.
Occupation double, service inclus, taxes en sus.

FORFAIT GOLF

CE FORFAIT INCLUT :

- 2 soupers table d'hôte 5 services • 2 nuitées
- 2 petits déjeuners • 1 journée de golf 18 trous

À partir de **120 \$** /pers./nuit
Occupation double, service inclus, taxes en sus.

Parfum de mer,
détente
et fine cuisine



CROISIÈRE ET THÉÂTRE

CE FORFAIT INCLUT :

- 2 soupers table d'hôte
- 2 nuitées • 2 petits déjeuners
- 1 croisière et visite à la Grosse-Île ou à l'Isle-aux-Grues
- 1 billet pour la pièce de théâtre « Pour hommes seulement » présentée à la Roche à Veillon

À partir de **127 \$** /pers./nuit
Occupation double, service inclus, taxes en sus.

SPA PARFUM DE MER (LA MER RACONTE)

CE FORFAIT INCLUT :

- 2 soupers table d'hôte • 2 nuitées • 2 petits déjeuners
- 1 exfoliation aux sels de mer • 1 enveloppement
- 1 massage extérieur en bordure du fleuve

À partir de **179 \$** /pers./nuit
Occupation double, service inclus, taxes en sus.

ESCAPEDE GOLF

CE FORFAIT INCLUT :

- 2 soupers table d'hôte • 2 nuitées
- 2 petits déjeuners • 1 journée de golf 18 trous
- 1 massage complet au Spa Parfum de Mer

À partir de **130 \$** /pers./nuit
Occupation double, service inclus, taxes en sus.



**Auberge
du Faubourg**
Centre de Santé
SAINT-JEAN-PORT-JOLI

280, rue de Gaspé Ouest,
Saint-Jean-Port-Joli

1 800 463-7045

www.aubergedufaubourg.com



Manoir des Erables
AUBERGE - RESTAURANT

220, boulevard Taché Est, Montmagny

1 800 563-0200

www.manoirdeserables.com

RÉGION TOURISTIQUE

Chaudière-Appalaches

1 888 831-4411

www.chaudapp.qc.ca

VISITEURS ÉTRANGERS

Les croisières de luxe ont la cote

PIERRE PELCHAT
LE SOLEIL

Les croisières de luxe ou écotouristiques sur le fleuve Saint-Laurent viennent en tête de liste d'une liste de 10 des secteurs à développer pour attirer davantage de visiteurs étrangers au Québec.

C'est ce qu'a indiqué le conseiller en marketing touristique, Jean-Paul Desjardins au cours d'une conférence-atelier à l'Université Laval. Depuis deux ans, M. Desjardins est également le président de l'Office du tourisme et des congrès de Québec.

« Ce type de croisières attire de plus en plus de gens. On le voit en Norvège. On constate également que la clientèle rajeunit. La moyenne d'âge est passée de 63 à 55 ans », a-t-il affirmé.

Ce « Top 10 » a été établi à partir d'un sondage réalisé auprès de 200 entreprises de commercialisation et d'organismes du milieu touristique au Québec.

Au deuxième rang de ce palmarès vient la présentation d'un spectacle audacieux et multimédia mettant en valeur des aspects de la culture québécoise. Selon M. Desjardins, ce type d'événements attire beaucoup de gens. Il rappelle que le spectacle *Elvis Story* était l'attraction qui amenait le plus d'affluence à Québec durant l'été dernier.

Autochtones

En troisième place des secteurs à développer, les experts en marketing ont identifié les territoires amérindiens. « Il y a une forte demande des voyageurs internationaux pour ce type d'attrait. Ils recherchent quelque chose d'authentique. Ils ne veulent pas simplement

un *show*, a expliqué M. Desjardins.

Ensuite, c'est une expérience dans un hébergement particulier qui a été retenue. On pense ici à une nuit passée à l'hôtel de glace, dans un igloo, un tipi.

Le séjour dans un centre multi-santé vient au cinquième rang. « Les visiteurs ne se déplaceront pas uniquement pour un massage. Ils recherchent autant des thérapies corporelles que spirituelles », a indiqué le patron de Desjardins Marketing.

Randonnées

En sixième place, les experts ont choisi les réseaux de sentiers pour des randonnées pédestres et qui permettent également, selon les saisons, la pratique d'activités récréatives dont le vélo, le ski de randonnée, la raquette. « On constate que la raquette est en pleine remontée », a observé M. Desjardins.

L'aménagement d'un imposant parc thématique dont les Américains sont particulièrement friands se classe au septième rang. « En bas de 40 millions de dollars, on n'en parle pas », a-t-il souligné.

Les activités hivernales font également partie des attraits prisés par les voyageurs internationaux.

« Ce n'est pas juste le ski. Il y a aussi la motoneige. L'hiver est en train de gagner de nouveaux galons. On est capable d'aller chercher encore plus de touristes l'hiver », a dit M. Desjardins.

À l'avant-dernier rang du palmarès, on a retenu l'aménagement d'un golf signature de haut de gamme avec une auberge, un centre d'affaires. Une pourvoirie offrant une expérience gastronomique a été classée au 10^e rang.

NOUVEAUTÉ EN MAURICIE

Théâtre en Rivière

Une formidable
expérience
théâtrale!Voyage
au bout du monde

FORFAIT THÉÂTRE

Forfait vedette ÉTÉ 2004

- ❖ Une nuit en chambre régulière
- ❖ Un souper gastronomique 5 services
OU un souper gastronomique
3 services et une collation
- ❖ La pièce du théâtre en rivière:
« Voyage au bout du monde »
- ❖ Le petit déjeuner
- ❖ Le pourboire
- ❖ L'accès à plusieurs activités plein air
et l'équipement nécessaire

À partir de **149 \$**/pers.en occupation double
(taxes en sus)

Alignéart

Visitez le
www.theatreenriviere.com
pour tous les détails.Saint-Paulin / Mauricie • www.baluchon.com
(819) 268-2555 • 1 800 789-5968



PHOTO MICHEL GRAVEL. ARCHIVES LA PRESSE

L'ancienne brasserie Dawes, fondée en 1811, est un témoignage de la présence anglaise à Lachine.

Les autres vieux quartiers

MATHIEU PERREAULT

Le Vieux-Montréal et le Vieux-Québec sont bien connus. Archiconnus, même. Mais on oublie souvent qu'ils ne sont pas les seuls quartiers historiques de la province. Ceux de Trois-Rivières, Lachine ou Terrebonne par exemple, sont moins touristiques, parfois presque aussi bien préservés malgré leur taille modeste.

De plus en plus de vieux quartiers sont mis en valeur, par un mélange d'histoire, de promenades et de restaurants. Lachine, par exemple, lance cet été un dépliant vantant les beautés de son boulevard Saint-Joseph, avec une quinzaine de points d'intérêts historiques.

« Nous avons plusieurs bâtiments patrimoniaux, un musée en plein air avec une cinquantaine de sculptures

monumentales, des activités aquatiques, la piste cyclable et beaucoup de bons restaurants », dit Monique Delisle, directrice des affaires publiques à l'arrondissement de Lachine. « Nous rénovons actuellement les berges, ce qui implique le changement de tous les quais. Ce ne sont pas seulement les usagers de la marina qui en profiteront, mais aussi les promeneurs, qui auront une vue plus agréable. »

Lachine a été la troisième paroisse fondée dans l'île, à la fin des années 1660. Elle doit son nom à la déception de Cavalier de La Salle, son premier seigneur, qui était obsédé par la recherche d'un passage vers la Chine; elle doit sa notoriété au canal du même nom, imaginé en 1689 par les sulpiciens mais bâti en 1825. Il a servi jusqu'en 1970 à la navigation commerciale, mais les plaisan-

ciers y ont accès à nouveau depuis 2002. L'appellation Lachine n'est devenue officielle qu'en 1721; au départ, Cavalier de La Salle (qui est mort assassiné au Texas en 1687) avait baptisé son bébé, Fort Rémy.

Le dépliant parle notamment de la maison LeBer-LeMoyné, la plus vieille encore complète de l'île, construite en 1669 et 1671 par des marchands. Elle abritait le premier poste de traite de fourrure de Lachine, et est maintenant un musée archéologique et ethnologique. L'auberge Heney, bâtie en 1765, faite de pierres des champs selon une architecture typique de la Nouvelle-France, était un endroit où coureurs des bois, militaires et commerçants croisaient le fer. Trois maisons du début du XVIII^e siècle, Quesnel, Jean-Gabriel Picard et Jean-Baptiste Mallet, complètent

le panorama de la Nouvelle-France.

Viennent ensuite les témoignages de la présence britannique: La brasserie Dawes, fondée en 1811, dont l'entrepôt est devenu une salle de spectacles, et les églises St. Stephen's, construite en 1822 pour les travailleurs irlandais du canal, et St. Andrew's, construite en 1832, qui desservait l'élite commerciale écossaise. Fait à noter, la brasserie Dawes a été intégrée en 1909 à Dow, elle-même achetée par O'Keefe en 1974; O'Keefe est passée sous le giron de Molson en 1989.

L'Église des Saints-Anges-Gardiens, érigée en bois au XVII^e siècle, puis construite en pierre en 1865 et reconstruite après un incendie en 1920, témoigne du retour en force de la bourgeoisie francophone à la fin du XIX^e siècle. On y trouve des oeuvres du peintre Ozias Leduc.



PHOTO LA PRESSE ©

Le canal Lachine dans les vieux quartiers de l'arrondissement du même nom, Lachine est un lieu bucolique. C'est la campagne à deux pas de la ville pour les résidents et les visiteurs en excursion d'une journée.

Outre la maison LeBer-LeMoynes, on trouvera un musée assez intéressant sur le commerce de la fourrure, géré par Parcs Canada. Il est installé dans un hangar de pierre construit par un marchand britannique au début du XIX^e siècle, et acquis par la Compagnie de la Baie d'Hudson en 1833. Il y a aussi trois galeries d'art moderne, le Musée plein air, le pavillon Benoît-Verdickt, et le complexe culturel Guy-Descary.

Le parc aménagé sur le paisible et verdoyant promontoire qui se lance dans les rapides de Lachine constitue un endroit rêvé pour un pique-nique. On est beaucoup plus près du Fleuve que dans le Vieux-Montréal, et beaucoup plus éloigné des attrape-touristes. Le long de la piste cyclable, on pourra aussi s'arrêter au marché public, qui est en train d'être rénové au coût de 900 000 \$, et comporte depuis l'an dernier un café-terrasse.

Prenez la route !

La route gourmande des Laurentides

Lors de votre prochaine escapade, dans les Laurentides recherchez ce symbole.

« Par Monts et Délices » enfin une initiative pour s'y retrouver quand on recherche l'authenticité des produits du terroir.

Dépliant disponible sur : MontsetDelices.com

3216294A

ALIMENTS QUÉBEC

CD CLD LAURENTIDES

SADC DES LAURENTIDES EN AVANT le développement (depuis 20 ans!)

UNION CONSOMMATEURS DES LAURENTIDES

Québec Émotion Québec Ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation



Autruches, dessins et jeux d'enfants

MATHIEU PERREAULT

Quand elle était enceinte de son deuxième enfant, Sophie Galarneau a emmené son premier, Georges, à l'Exotarium de Saint-Eustache.

Georges avait alors trois ans. Il en a maintenant presque six. Mais il se souvient encore de la mygale, du varan et du serpent qu'il a pris dans ses mains à ce petit zoo exotique de la Rive-Nord.

« Georges parle encore de l'Exotarium, dit sa maman. Il a été super courageux et il en est très fier. Il n'y a pas beaucoup d'animaux, mais ils sont très exotiques, et on peut les prendre. »

Un congé pour mamans

M^{me} Galarneau a beaucoup réfléchi à la question des activités familiales. Elle s'occupe à plein temps de son petit Henri, et jusqu'en septembre dernier, Georges, qui est maintenant à la maternelle, n'allait que deux jours par semaine à la garderie.

Tous les mercredis, de septembre jusqu'à mai, elle profite du programme *Madame prend congé* du Patro Le Prévoist, rue Christophe-Columb : pendant que les enfants nagent ou jouent au gymnase, les parents — surtout des mamans — ont des activités sportives ou artistiques.

Restent les autres jours. M^{me} Galarneau a connu l'Exotarium par ricochet, grâce à une amie du Patro qui exploite une ferme d'autruches de l'autre côté de la rue, à Saint-Eustache. « Georges a beaucoup aimé voir les autruches, dit la jeune femme du quartier.

PHOTO PIERRE McCANN, LA PRESSE ©

L'éleveur Nicolas Charbonneau tenant un bébé autruche à peine sorti de sa coquille à la ferme Nid d'Otruche.

Rosemont. Ça l'a particulièrement impressionné de voir des gens les monter. »

La propriétaire du « Nidotruche », Annie Bugueiro, a organisé la vie de ses autruches en fonction des visites. Notamment, les éclosions sont programmées pour survenir entre le vendredi et le dimanche, jours où la ferme est ouverte aux visites. « En plus des éclosions, les visiteurs peuvent aller dans l'enclos de Jonquille, l'autruche de ma fille de six ans. Les enfants peuvent la flatter. Avant, nous permettions à quelques personnes de la monter, mais maintenant elle est fatiguée. Nous montons parfois d'autres autruches, et nous voulons organiser des courses l'an prochain. C'est plutôt du rodéo. »

Les visiteurs du Nidotruche apprendront à différencier les autruches des émeus : les premières viennent d'Afrique et grandissent jusqu'à neuf pieds, alors que les seconds vivent en Australie et ne font que six pieds. Les mâles et les femelles émeus ont une apparence identique, et ne se distinguent que par leur cri, alors que les sexes sont dis-

tingents chez les autruches. La ferme a trois sortes d'autruches, et vend de la viande et d'autres produits « 100 % naturels ».

Pour les parents plus intéressés par les activités urbaines, une maman de Mont-Royal, Marie-Eve Langlais, a des suggestions artistiques : les cours de dessin du centre Saydie-Bronfman, chemin de la Côte-Sainte-Catherine, juste à l'est de l'autoroute Décarie.

« Occuper trois enfants de quatre, deux et moins d'un an nécessite de l'organisation, dit M^{me} Langlais. Nous avons beaucoup profité des activités du centre des loisirs de Mont-Royal, notamment des courts d'art et la halte-garderie. J'allais aussi chaque semaine au centre Saydie-Bronfman, où Ophélie et ma deuxième, Estelle, ont beaucoup aimé les cours de dessin. »

Le centre Saydie-Bronfman continue cet été les activités pour enfants. Le Musée des Beaux-Arts, rue Sherbrooke, et le Musée d'art contemporain, rue Sainte-Catherine, offrent aussi des activités artistiques pour enfants.



1 forfait³ hôtels

Forfait Plein Air

- Une nuit
- 4 petits déjeuners
- Accès illimité aux activités sur le site ; tennis, vélo, pédalo, kayak, canot, piscines, et plus ...

à partir de :

134\$

2 adultes

2 enfants

(6 à 12 ans)

Taxes en sus

Hôtel Chéribourg



Orford, Cantons-de-l'Est

www.cheribourg.com

1 800 567-6132



Manoir des Sables



Orford, Cantons-de-l'Est

www.manoirdessables.com

1 800 567-3514



Manoir St-Castin



Lac Beauport, Québec

www.stcastin.com

1 800 561-4764



La Presse
5 juin 2004

Page 14 manquante

La Presse
5 juin 2004

Page 15 manquante

Rendez-vous avec les baleines

Plusieurs entrepreneurs offrent des excursions sur le Fleuve

LE NOUVELLISTE

Rorqual, petit rorqual, baleines à bosse, bélugas et même le plus grand mammifère de la planète, la baleine bleue, viennent tous faire une virée pendant une partie de l'année dans le golfe du Saint-Laurent.

De mai à septembre, ces grands animaux marins viennent se nourrir de zooplancton et de krill qui s'accumulent dans les eaux de l'estuaire du fleuve.

Les baleines peuvent être vues de Tadoussac jusqu'à Forestville, là où se rejoignent les eaux douces venant de l'intérieur du continent et l'eau salée de l'Atlantique, propulsée par les marées.

Un sanctuaire de baleines

Selon Veronik de la Chenevière, une biologiste travaillant pour le Groupe de recherche et d'éducation sur les mammifères marins à Tadoussac, le Saint-Laurent est « l'un de ces rares endroits au monde où l'on peut apercevoir autant d'espèces de baleines si proches des côtes et si profondément à l'intérieur d'un continent. »

De plus, la présence inhabituelle des baleines dans le fleuve s'explique par les courants qui permettent un mélange d'eau favorisant une croissance rapide des organismes dont se nourrissent les cétacés. « Les baleines y voient donc un grand avantage à remonter le fleuve aussi loin. »

Mais à part le béluga qui habite les eaux du fleuve à l'année, les grands cétacés préfèrent rebrousser chemin vers des eaux plus chaudes dans le sud avec l'arrivée de l'hiver.

Les touristes peuvent compter sur plusieurs entrepreneurs qui offrent des excursions sur le fleuve pour aller voir les baleines. La plupart se situent le long de la route 138



PHOTO ANDREW VAUGHAN, ARCHIVES PRESSE CANADIENNE ©

Parfois gracieux, souvent étonnant, le ballet des bélugas dans le Fleuve fait déplacer un grand nombre de touristes.

qui longe le Saint-Laurent. Les prix de location des bateaux, la plupart des canots de type Zodiac, peuvent varier de l'un à l'autre. On peut donc négocier.

L'industrie dépend beaucoup évidemment du climat. Plus les vents sont faibles et plus l'eau est calme, plus il est facile d'apercevoir les baleines. Les baleiniers pour touristes ont en effet besoin

d'avoir des eaux calmes pour repérer les jets d'eau des baleines lorsqu'elles font surface. Les touristes sont donc avisés de se donner quelques jours en plus de vacances dans la région au cas où la température serait inclemente.

Les oiseaux sont une autre façon pour repérer les baleines, explique Yvon Bé-

langer, un de ces capitaines de bateaux qui amènent les touristes voir les grands cétacés.

« Vous cherchez les oiseaux, parce qu'ils se nourrissent de poissons, et là où l'on trouve des poissons, on trouve aussi des baleines. »

Excursions fructueuses

Il n'est pas rare pour les touristes d'apercevoir cinq ou six baleines lors de telles excursions. Mais vous pouvez les voir aussi de la côte sur la Rive-Nord du Saint-Laurent, souvent dans de jolis villages comme Sainte-Anne-de-Portneuf. À cet endroit, le fleuve ne fait que 40 kilomètres de largeur. C'est quand même large, mais moins qu'ailleurs.

À Cap-de-Bon-Désir, les touristes sont invités, surtout les jours de grand soleil, à visiter une réplique de phare avec sa corne de brume. Ce secteur surplombant le fleuve est un endroit merveilleux pour admirer les baleines qui chassent leur nourriture à 20 mètres de profondeur.

Selon les spécialistes, le meilleur temps de l'année pour voir les baleines bleues est au mois d'août, lors de leur rassemblement. Mais on peut en voir aussi tôt qu'en avril. Quant aux autres baleines, elles sont là de mai à septembre.

Les touristes doivent apporter des vêtements chauds. Même en plein été, il peut faire froid sur le fleuve et les températures sont toujours changeantes.

Il ne faut pas oublier non plus de bons souliers, des gants, un chapeau, de la crème solaire, et bien sûr, les jumelles et une caméra.

Outre les baleines, les visiteurs peuvent profiter de leur séjour pour faire des excursions à pied dans les terres, visiter des musées, aller à la pêche et effectuer des croisières pour admirer les oiseaux de mer.

Le Parc de la gorge de Coaticook L'eau, la terre et l'air unis

MARYSE CARBONNEAU
LA TRIBUNE

COATICOOK – Difficile de s'imaginer qu'il y a à peine une trentaine d'années, le Parc de la gorge

de Coaticook n'était qu'un « trou » et un dépotoir. En 2004, ce lieu naturel taillé à même la Ville de Coaticook est en passe de devenir un attrait touristique où servi-

ces et activités invitent au séjour.

En plus de la pêche sportive de truites mouchetées, brunes et arc-en-ciel à même la rivière Coaticook, d'autres petits poissons pourront s'ébattre, dès la fin du mois de juin, dans une nouvelle piscine aménagée sur le site de l'ancien bassin.

Quant aux randonnées pédestres, elles demeurent sans contredit un des attraits majeurs du parc avec ses 10 kilomètres de sentiers et son pont suspendu le plus long au monde, auxquels s'ajoutent des randonnées

> Voir PARC en page 18

LES
LAURENTIDES

La destination idéale pour vos vacances estivales

Vélo, équitation, canot, baignade, randonnée pédestre, gastronomie et encore plus...



le Ptit Bonheur
Centre de vacances et de plein air

1 800 567-6788 • www.ptitbonheur.com

Coucher À partir de **41,50\$**
déjeuner et accès au site p.p. + taxes occ. double

L'été :
Voile, pédalo, chaloupe, canot, kayak, baignade, tir à l'arc, hébertisme, randonnée pédestre (60 kms), escalade, volley-ball, feux de camp...

Forfaits de 2 à 7 nuits disponibles



*Hôtel de 70 chambres
Cuisine gastronomique
et cave à vin recherchée*

www.farhillsinn.com

- Lac privé avec plage
- Golf à proximité
- Piscines intérieure et extérieure
- Tennis • Massothérapie

**HÔTEL FAR HILLS INN
VAL-MORIN (Québec)**
Tél. : (514) 990-4409 USA-Ontario-Québec : 1 800 567-6636



Un choix bien NATUREL!

FORFAIT Séjour Parfait

- 70 chambres champêtres
- Cuisine distinction
- Prestigieuse cave à vin
- Piscine extérieure chauffée
- Tennis, pédalos, canots

À PARTIR DE 235\$
TARIF PAR PERSONNE OCCUPATION DOUBLE TAXES EN SUS

Comprenant:

- 2 nuits d'hébergement
- 2 soupers (5 services)
- 2 petits déjeuners
- Accès GRATUIT aux activités
- Service INCLUS sur tous les repas

SUR LE SITE:

- Vert de pratique
- Champ de pratique
- Accès direct à plus de 200 km de pistes cyclables

Fine Cuisine et Service Professionnel

Hôtel La Sapinière
Val-David (Québec)

Plusieurs AUTRES FORFAITS disponibles
Consultez notre SITE INTERNET
<http://www.sapiniere.com>

1244, Chemin de La Sapinière, Val-David, (Québec)
(800) 567-6635 SANS FRAIS
Courriel: info@sapiniere.com

Soyez aux premières loges!



Forfait Parc aquatique

Défiez les nombreuses épreuves du Parc aquatique du Mont Saint-Sauveur! Un séjour familial idéal pour faire le plein de plaisirs et de sensations fortes.

2 nuitées d'hébergement, 2 petits-déjeuners (buffets), 1 dîner en table d'hôte, 1 billet Parc aquatique Mont Saint-Sauveur.

2 pers. À partir de **212 \$**
4 pers. (2 adultes et 2 enfants) À partir de **484 \$**

(Par pers. Occ. double. Services inclus. Taxes en sus) (Services inclus. Taxes en sus)



Forfait Golf & Douceur

Combinez plaisir et détente! Le Manoir Saint-Sauveur propose aux golfeurs aguerris un séjour de relaxation et de gastronomie des plus séduisants.

2 nuitées d'hébergement, 2 petits-déjeuners (buffets), 1 massage ou 1 relaxation, 1 dîner en table d'hôte et 1 partie de golf* (18 trous, voiturette incluse).

À partir de **292 \$**

(Par pers. Occ. double. Services inclus. Taxes en sus)

* 6 parcours au choix totalisant 30 000 verges: de La Vallée, le Chanteclerc, le Bonnetbrook, le Royal Laurentien, Piedmont, Balmoral.



MANOIR
SAINT-SAUVEUR

1 800 361-0505 • www.manoir-saint-sauveur.com

L'eau, la terre et l'air unis

PARC

suite de la page 17

équestres et une quinzaine de kilomètres de sentiers de

vélo de montagne.

Les oiseaux peuvent être observés tout au long du 3,5 kilomètres de sentiers ornithologiques nouvellement

aménagés et munis de mangeoires, nichoirs et même d'une tour d'observation.

Avis à ceux qui oseront se cacher dans le parc à la nuit tombante, prenez garde, car des soirées *meurtres et mystère* prendront place à partir de la dernière semaine de juin, et

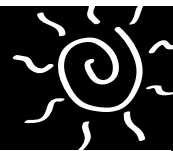
ce, jusqu'à la fin août. L'auteur et metteur en scène, Benoit Pelletier, est d'ailleurs toujours à la recherche d'une victime à joyeusement assassiner par ses comédiens.

Mais le meilleur moyen de découvrir le Parc de la gorge, c'est encore d'y faire un tour.

LES
LAURENTIDES

La destination idéale pour vos vacances estivales

Vélo, équitation, canot, baignade, randonnée pédestre, gastronomie et encore plus...



TOURISME

Mont Tremblant

Un monde de villégiature

1 800 322-2932

www.tourismemonttremblant.com



Golf à Tremblant !

À partir de **\$120** p.p. (Occ. dble)*

Incluant :

- Une ronde sur Le Diable ou Le Géant (avec voiturette)
- Déjeuners du matin
- Une nuit dans une luxueuse Suite avec foyer

* Golf du lundi au jeudi après 11h08.

Valide jusqu'au 10 juin; jusqu'au 22 juillet, ajouter 30\$.



**HOMWOOD
SUITES**

Hilton

1-888-288-2988

Hilton HHonors



Cet été, vivez le meilleur de Tremblant.

Au cœur du village piétonnier...

- 2 nuits d'hébergement
- 2 petits déjeuners buffet
- Télécabine illimitée
- 1 accès à la plage
- 1 partie de mini-golf ou 1 descente de luge

À partir de 82\$*

*par personne, par nuit.
Basé sur une occupation double dans un studio.
Minimum 2 nuits. Redevance de villégiature & taxes en sus.



Marriott
REWARDS

1-888-272-4000

www.marriott-tremblant.com

GRAY ROCKS

SKI • GOLF • TENNIS



Sur les rives du lac Ouimet, un hôtel quatre étoiles, à cinq minutes de Tremblant.

- 36 trous de golf
- 22 terrains de tennis
- Académie de golf et tennis
- Plage privée et marina
- Équitation, bicyclette
- Piscine intérieure, programme social
- Club pour enfants, garderie
- Prix spéciaux pour les jeunes de 6 à 17 ans

Gîte et couvert gratuits pour les 5 ans et moins

Forfait hébergement

27 juin – 30 juillet, 2004

1 nuit, occupation double, déjeuner et souper, plusieurs services

À partir de : **136\$** par personne, taxes en sus

Forfait familial

18 juin – 22 août, 2004

Demeurez 3 nuits ou plus et profitez de ces 3 activités :

- Au pays des merveilles – Sainte-Adèle
- Le Parc aquatique de Saint-Sauveur
- Passeport activités à Tremblant

Pour **99\$** additionnel, taxes en sus

Pour une famille de quatre personnes (2 adultes et 2 enfants de moins de 12 ans)

1 800 567-6767 • www.grayrocks.com

LE GRAND LODGE MONT-TREMBLANT

RÉSERVEZ
MAINTENANT
ÉCONOMISEZ
Jusqu'à
80\$*
PAR JOUR

**2 RONDES
DE GOLF
99\$***

GRATUIT ENFANTS; HÉBERGEMENT 17 ET - / REPAS 5 ET -

**112 SUITES AVEC BALCON • RESTAURANT & BAR
• SPA; PISCINE INT., GYM • PROGRAMME D'ACTIVITÉS
ACCÈS GRATUIT; PLAGE PRIVÉE - LAC OUIMET,
EMBARCATIONS NAUTIQUES & TERRAINS DE TENNIS**

1.800.567.6763

www.legrandlodge.com

* TAXES EN SUS-CERTAINES CONDITIONS S'APPLIQUENT.

Une nouvelle tente... c'est tentant!

LA TRIBUNE

Que vous optiez pour le camping à titre d'hébergement lors de la pratique de votre activité préférée ou que vous en fassiez une activité en soi, peut-être songez-vous à troquer votre vieille tente pour une jeunesse aux courbes plus invitantes. Belle idée! Mais avant de procéder, offrez-vous un voyage intérieur afin de bien saisir vos priorités et vos besoins...

Partez-vous pour les Îles-de-la-Madeleine où les vents pourraient vous faire faire un tour de l'île à même votre tente si elle n'est pas ancrée en double voire en triple? Prévoyez-vous surtout des randonnées sur plusieurs jours, du vélo ou du canot-camping où il sera préférable de voyager léger? Partez-vous à la chasse

aux moustiques? Les enfants prendront-ils part au pique-nique?

Une fois vos projets d'aventure démythifiés, appuyez-vous sur quelques principes de base...

Priorisez l'espace! Même si vous partez en solo ou en duo, il vous sera agréable de vous déplacer autrement qu'à genoux et de vous changer debout, sans vous tortiller sur votre matelas de sol comme une couleuvre. Vous devez aussi pouvoir y entrer une partie de votre attirail et étaler vos vêtements hors de votre sac à dos. Pour une fois, *think big!*

Contre les intempéries

Peu importe le prix que vous paierez, votre tente va couler! Même dans la meilleure qualité, avec des coutures croisées et scellées de tout bord, tout

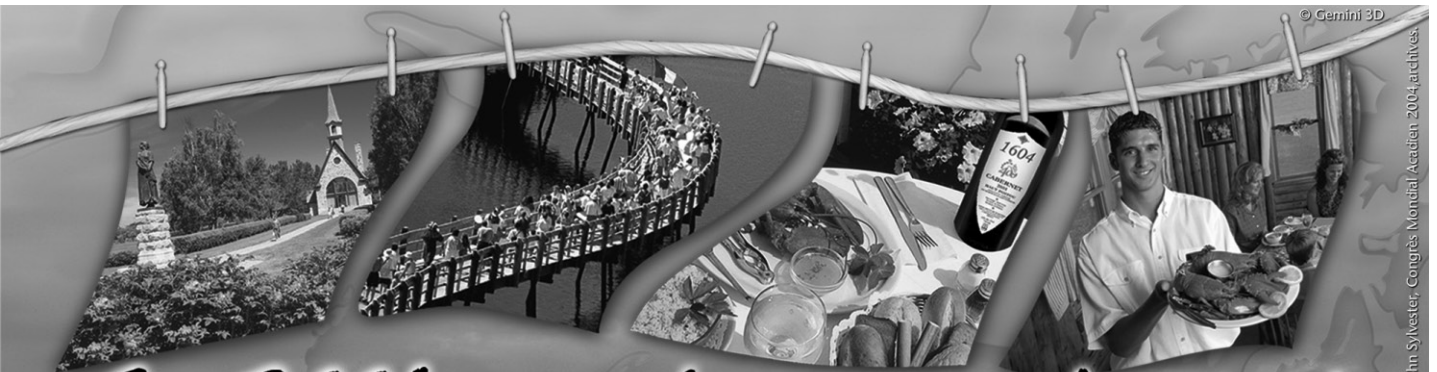
côté, la pluie et les intempéries vont finir par avoir le dernier mot. Alors préparez vous à sceller les coutures de la tente et de l'entretoit, de temps à autre, avant de partir à l'aventure...

Protégez vos dessous... et votre moral! En installant une bâche sous votre tente, vous en prolongerez la durée de vie, vous gagnerez en étanchéité et en propreté. Pour une trentaine de dollars chez le quincaillier ou ailleurs, mettez la main sur une ou deux bâches bleues en plastique. La première sous la tente, la seconde au-dessus, suffisamment étendue pour protéger de la pluie votre table de pique-nique, vos bottes et le devant de la tente. Parce que parfois, il pleut longtemps.

Assurez-vous d'une bonne circulation d'air afin de favoriser l'évacuation de l'humidité qui cherchera à contaminer vos bas-culottes, votre robe de soirée, votre smoking, votre sommeil et votre bonne humeur. Tenez compte entre autres de la distance créée par les pôles entre la tente et l'entretoit et privilégiez une bonne entrée d'air dans le vestibule.

Parce que plus durables, préférez les pôles en aluminium à celles en fibre de verre et le polyester au nylon.

Montez votre tente au moins une fois avant de partir. Pour la sceller, mais pour éviter également d'avoir l'air fou devant votre voisin de site... ou la douce moitié que vous désirez initier aux joies du camping!



© Gemini 3D

Photos : Tourisme Terre-Neuve et Labrador, ATN des Îles, Tourisme Île-du-Prince-Édouard/John Sylvester, Congrès Mondial Acadien 2004, archives

En 2004, ça s'passe en Acadie!

En 2004 l'Acadie célèbre 400 ans d'histoire et de succès. Des événements de grande envergure se déroulent partout dans les 4 provinces du Canada Atlantique.



L'Acadie, accueillante depuis 400 ans!

L'ACADIE
www.acadievacances.com

Canada

SA
SOCIÉTÉ NATIONALE DE L'ACADIE

Prenez la Clef des champs

CANTONS DE L'EST

À L'AUBERGE AU RELAIS DE L'ABBAYE: Reposez-vous dans une de nos 5 chambres douillettes avec s. de bain privée. Possibilité de bain tourbillon et air climatisé. À 4 km de Magog, vue imprenable sur le lac. Forfaits romantique, détente et golf disponibles. Piscine creusée. 1 888 847-3721. www.relaisdelabbaye.qc.ca

AUBERGE DES GRANDS JARDINS: Repas champêtre et gîte. Venez déguster nos produits maison et du terroir. Mini ferme. Piscine. Info 1 888 433-6033 www.aubergegrandsjardins.com

AUBERGE LE SAINT-AMANT: North Hatley, vue magnifique du lac Massawippi, en pleine nature, 2 km du centre-ville, 3 chambres, piscine, resto français et cuisine santé. Forfait: table d'hôte, nuitée et petit-déjeuner, 75 \$ par pers. en occupation double. 819-842-1211

B&B VILLA MASSAWIPPI: **** Situé à North Hatley, au bord du magnifique Lac Massawippi, ce gîte est l'endroit idéal pour refaire le plein d'énergie. Offrez-vous une chambre confortable et spacieuse avec foyer, salle de bain complète et balcon privé donnant vue sur le lac. Massage disponible. Intimité assurée. Plage privée avec canot et pédalo. Déjeuner copieux servi à la chambre ou au balcon. 125-135 \$, taxes incluses, par nuit en occupation double. Info: Tél.: (819) 842-1689; fax: (819) 842-3125; internet: www.gitescanada.com/villamassawippi

CAMP GRISON: Est un camp d'équitation pour les enfants de 6 à 14 ans. Équitation tous les jours, Mini-zoo, baignade, randonnée à cheval. Aussi activité pour adulte et élevage de chevaux Haflinger. Hébergement disponible à l'année. Région Orford / Valcourt. Tél.: 1 866 532-4382. www.grison.com

DOMAINE BELLE-VUE SUTTON: Chalets à louer, 2 à 5 chambres. Semaine, week-end, saison. Piscine intérieure, sauna, vue sur les montagnes. 450-538-3736. www.domainebellévuesutton.com

GÎTE CHEZ JEANNE: Un oasis de paix en montagne situé entre le lac Mégantic et le Parc du Mont-Mégantic. 5 chambres, 3 soleils. Entre 70 \$ et 100 \$ /2 pers. 819-657-4426 www.3sympatico.ca/chez.jeanne

LA CANARDIÈRE B & B: Situé au cœur de North Hatley, au bord de la rivière. Baignade, canot et pédalo disponibles. Forfaits croisières en bateau d'époque. Déjeuners succulents. 4 soleils. Entre 75 \$ et 115 \$ /2 pers. taxes et déjeuners inclus. 819-842-2279. www.bbcanada.com/canardiere

LES VICTORINES DU LAC: *** Paradis au bord du Lac Mégantic. Plage privée. 15 chambres climatisées, salles de bains privées. À partir de 105 \$ /2 pers. avec déjeuners. Voir forfaits sur internet: Astrolab, golf, massage, équitation, excursions. À partir de 155 \$ /2 pers. (PAM). 1 866 494-6904. www.victorines.qc.ca

CENTRE DU QUÉBEC

GÎTE COULIS DE CAMPAGNE: 3 soleils. Maison ancestrale aux confins des Appalaches, divers forfait disponibles, fine cuisine régionale avec réservation, 80 \$ en occupation double, 130 \$ avec souper, taxes et petit-déjeuner inclus. 418-428-4884

GÎTE LA MAISON DOUCE: Au cœur de Plessisville, un joyau à proximité de terrains de golf, de la route verte, de théâtres d'été. Accueillant. Ch. occ. d. 55 \$, occ. s. 45 \$. Hôtesse Madeleine. 819-362-2896

CENTRE DU QUÉBEC

GÎTE PLAISIRS PARTAGÉS: Gîte centenaire situé à Warwick dans les Bois-Francs entouré de 6 terrains de golf et théâtres. Piste cyclable à proximité. Forfaits disponibles. Tél. et télécopieur: 819-358-9560 www.plaisirspartages.qc.ca

CHARLEVOIX

AUBERGE CULTURELLE ET MAISON DE CAMPAGNE:

Le Crapet-Soleil, une auberge-bistro culturelle aux mille couleurs, vivante et chaleureuse juchée sur une île paradisiaque. Pour des Nuits Festives, plus de 30 spectacles (musique /danse /théâtre) y sont présentés cet été dans une ambiance intime de cabaret intemporel qui vous fera rêver! Vous serez enchantés par notre menu bistro santé aux saveurs de la mer et nos déjeuners-soleil! Informez-vous de nos forfaits souper-spectacle et souper / coucher /spectacle. Hébergement sympathique sur place: chambres, cabines ou tipi amérindien. Pour le repos total, maison champêtre avec vue sur le fleuve disp. toute l'année sem., fin de sem. Accessible pour handicapés. www.crapetsoleil.com 418-438-1010.

AUBERGE LA COURTEPONTE: *** Entre mer et montagne, au cœur du village pittoresque de Petite Rivière St-François, un havre de paix où tranquillité, bonne chère et hospitalité vous attendent. Non fumeur. 1 888 788-5858. www.quebecweb.com/courtepointe

GÎTE DU QUAI: Quai de Pointe-au-Pic, 2ième étage avec vue sur le fleuve, quelques pas du Casino, proximité de terrains de golf, forfaits observation des baleines, fin de semaine massothérapie, utilisation possible de la cuisine pour groupe de 5 personnes et +. 418-665-7214, www.gitescanada.com/7809.html

LOCATION TOURISTIQUE DANS CHARLEVOIX: Vous cherchez rêver pour vos vacances? Offrez-vous un séjour dans un chalet ou une maison avec vue sur le fleuve St-Laurent. Trans-Action Charlevoix inc. 418-635-1191 www.transac.qc.ca

MAISONS DE CHAMBRES TOURISTIQUES: 7 chambres avec cuisine, sinette, terrasse privée, vue superbe des monts des Grands Jardins. De 30 \$ à 45 \$, très propre. Près de Baie St-Paul. Accueil chaleureux. Sur réservation, tél.: 418-639-2348.

CHAUDIÈRE/APPALACHE

CENTRE DE VACANCES LA CHARTREUSE: *** L'endroit idéal pour découvrir la nature et une grande variété d'animaux (chevaux, chèvres...) Visites à la ferme, repas familiaux ou gastronomiques, camps de vacances 6 - 12 ans et hébergement familial, cours d'équitation et forfaits sur mesure. www.lachartreuse.ca 418-253-6570

MANOIR D'IRLANDE: Gîte du passant, classifié 4 soleils, 4 chambres dont une avec salle de bain privée, ancien presbytère anglican, décor d'antan, confort d'aujourd'hui. 1 877 447-2027 manoirdirlande@qc.aira.com

LAURENTIDES

HÔTEL HARFANG DES NEIGES: Ste-Adèle. Forfait Week-end Romantique incluant 2 nuits, chambre avec bain tourbillon double et foyer, 2 petits-déjeuners à la chambre, 2 soupers 5 services, ½ bouteille de mousseux. Vue sur le lac et les montagnes, mini-frigo, DVD, CD, piscine. Lac et pédalos gratuits. Seulement 360 \$ pour deux (+ taxes et pourboires). www.harfangdesneiges.com 1 800 363-5624. 45 minutes de Montréal.

3232967-8

Prenez la Clef des champs



MAURICIE

GÎTE DU CARREFOUR ET MAISON HISTORIQUE J.L.L. HAMELIN: Louiseville. Vous offre la possibilité de séjourner dans l'un des plus prestigieux "Bien Culturel national". 1-819-228-4932 www.giteducarrefour.com

MONTÉRÉGIE

AUBERGE DE LA RIVE: ★★★ Forfait Golf: 2 jours, 1 nuit, le forfait comprend: 2 droits de jeu au prestigieux Club de Golf Sorel-Tracy "Les Dunes", hébergement et le déjeuner continental, 84,95 \$ p.p.o.d.. 3 jours, 2 nuits, 144,95 \$ p.p.o.d., départ après 13h, voiture électrique gratuite. Disponible du lundi au vendredi seulement. Plusieurs autres forfaits disponibles. Sorel-Tracy. Tél.: 1 800 369-0059, Internet: www.aubergedelarive.qc.ca

GÎTE DU RIVAGE: Situé sur le bord de la Rivière Richelieu, dans un des villages les plus pittoresques du Québec. Tarif 60 \$ occupation double, taxes et déjeuner copieux inclus. Pour réservation: Claude 450-787-3779.

OUTAOUAIS

CHÂTEAU-THÉÂTRE ÉPI D'OR: (Secteur lac Viceroy-Ripon) B & B. 5 ch. multimédias sur scène et sur 3 écrans géants: 1- pièce de théâtre patriotique "Aie Québec!.. Les Voix du Passé", 2- Contes et Légendes de la Petite-Nation, 3-Les Peintres de la P.-N., le samedi soir 20h45. Forfait: Spectacle + coucher + pet.-déj. = 60 \$ /2 pers. Tennis, Golfs, plage et parcs fauniques à prox. Canoës gratuits sur belle rivière. Tél.: 1-819-428-7120. www.chateauepidor.com ou chateau.theatre.epidor@sympatico.ca

LE REFUGE DU CERF: Chalets en bois rond authentique, "le confort d'aujourd'hui dans la chaleur d'autrefois". Près rivière, pédalos, canots, piscine et plage. 1 866 521-6232 ou www3.sympatico.ca/chaletsrefuge

QUÉBEC

APPARTEMENT TOURISTIQUE: (Studio) Au Bord du Fleuve, 18 min. du centre-ville de Québec, (air climatisé) vacances ou affaire. Location 4 jours et plus sem. et mois. Michel 418-658-4703 gite-auborddufleuve@sympatico.ca

B & B AU PETIT ROI: 4 soleils. Vieux-Québec. Vous accueille en roi et reine dans une majestueuse maison (150 ans), de 75 à 85 \$ /2 pers. incluant délicieux petit-déj. www.oricom.ca/petitroi 1 800 656-1770.

QUÉBEC

CONDOTEL/MOTEL CANADIEN: Ste-Anne de Beaupré, à mi-chemin entre Québec et Charlevoix. Chambre standard, studio, suite et condo, confortables avec cuisine, air climatisé et salle de bains complète. Forfait Golf 49,50 \$, Forfait Baleines 59,50 \$. Ces prix sont à partir de, par personne, occupation quadruple. Taxes en sus. www.motelcanadien.com 1 800 463-5179.

EN HAUT DE LA CHUTE MONTMORENCY: Gîte touristique situé sur la route de la Nouvelle France, en face du parc de la Chute Montmorency, Théâtre La Dame Blanche, à 10 km du Vieux-Québec. Accueil familial; coucher et déjeuner. Tél/fax: 418-666-4755

GÎTE ET MOTEL DU MANÈGE: Gîte 4ch., s. de b., terrasse vue sur le Vieux-Québec, l'Île d'Orléans, Chutes Montmorency... Motel 14 ch., déjeuners, piste cyclable tout près. 418-661-6901. www.gitemoteldumanege.com

HÔTEL TERRASSE DUFFERIN: (Château de la Terrasse) Passer un moment au bord du fleuve Saint-Laurent et au centre du Vieux-Québec vous intéresse? Alors offrez-vous un séjour chez nous dans une ancienne demeure, chambres avec salle de bains privée, télévision câblée, petit-déjeuner continental, stationnement payant. Tél.: 418-694-9472. www.terrassedufferin.com

LE GÎTE UN ÉTÉ BLEU B & B: 4 SOLEILS. Neuville, à quelques minutes de Québec, venez vivre la différence. Un lieu de détente, une ambiance feutrée, et un encadrement sur la nature. Près d'un sanctuaire d'oiseaux et directement sur la route verte. Passionnée de cuisine, les matins sont gourmets et contemplatifs. 1-418-876-3298 www.etebleu.webhop.net

MOTEL LUCERNE: Ste-Anne de Beaupré, à 20 min de Québec. Chambres avec terrasse privée ou vue panoramique sur le fleuve. Piscine ext. et coin jeux enfants. Forfaits disponibles. www.lucernemotel.com ou 1 888 827-3141.



- Emplacement exceptionnel voisin du Vieux-Québec
- Décor magnifique, ambiance chaleureuse.
- Planchers de bois.
- Unique à Québec, petit déj. servi dans galerie d'art.

TARIF COURANT: SUPÉRIEUR:
115\$ en occupation double 125\$

91, Grande Allée Est, Québec. Réservation: 1-418-523-1220.
Meilleur rapport qualité/prix à Québec.
<http://www.quebecweb.com/rca>

Auberge Aux 3 Lucarnes
Profitez du calme de notre site panoramique.

Atmosphère chaleureuse
 Chambres et suites avec baignoire à remous, foyer, balcon et salon.
 Piscine et vélo. À 10 min de la piste cyclable.

Forfaits disponibles : Théâtre « 5 étoiles » avec Marcel Leboeuf, Benoît Brière, Martin Drainville, Diane Lavallée et Lise Martin (service de navette)

Culturel : Légendes Fantastiques et plusieurs autres
 Équitation et Santé
 À partir de : **106 \$** p.p., occ. double

1 877 826-2971 / www.aux3lucarnes.com

CENTRE SANTÉ
Le aux oiseaux

Besoin de détente et de vous reconnecter Avec votre mieux-être!

Venez vivre des moments inoubliables dans un site enchanteur.

Nous offrons des forfaits santé sur mesure afin de vous réapproprier votre pleine santé physique, émotionnelle et spirituelle

Info : 1-888-569-5775
www.sante-ileauxoiseaux.ca

Le Kingsville B+B

Endroit privilégié des gens d'affaires Parmi les plus beaux au Québec...

La campagne en ville...
 Piscine, près du golf, piste cyclable...
 3 chambres, grands lits, salles de bain privées

65\$ / simple - 85\$ / double,
 incluant petits-déjeuners variés

609, rue Notre-Dame Est
 Thetford Mines
 Sans frais : 1 877 353-GITE



PHOTO MARTIN CHAMBERLAND, ARCHIVES LA PRESSE ©

Gilles Jourdenais, le propriétaire de la Fromagerie du marché Atwater en plein travail. Les marchés publics offrent un éventail de produits.

Grands projets pour les marchés publics



PHOTO MARTIN CHAMBERLAND, ARCHIVES LA PRESSE ©

Aller au marché, c'est aussi personnaliser ses achats, échanger avec d'autres personnes. Pour plusieurs, c'est une amélioration de sa qualité de vie.

MATHIEU PERREAULT

La fin de semaine, Annie Van der Merschen et Nicolas Gaudreau ne peuvent pas vraiment faire la grasse matinée. Leurs filles Juliette et Céleste, qui ont cinq et deux ans, se lèvent à la même heure que d'habitude, entre 7 h et 8 h.

Pour célébrer quand même le samedi, la petite famille va au marché Jean-Talon. « À cette heure-là, il n'y a pas beaucoup de monde, dit Annie, qui est avocate. Avant que les allergies de Juliette se déclarent, on déjeunait tranquillement à la boulangerie Première Moisson. Maintenant, on ne fait que les courses. Ça commence bien la fin de semaine. Quand les filles étaient plus jeunes, des fois on revenait à la maison avant 9 h, les courses de la semaine terminées. »

Ces derniers temps, Juliette et Céleste s'intéressent beaucoup à la construction du sta-

tionnement souterrain, dans la partie est du marché. « Ça fait une attraction de plus pour elles », dit Nicolas, qui est historien de l'art. Le trou n'est visible que du trottoir de Henri-Julien.

Le réaménagement du marché Jean-Talon a fait couler beaucoup d'encre. Des voisins craignaient que la circulation automobile atteigne des seuils intolérables, des habitués avaient peur que leur marché s'embourgeoise. Le projet a tout de même fini par être approuvé, et la nouvelle aile du marché, qui mélangera épiceries fines et maraîchers, ouvrira l'automne prochain.

« Le réaménagement répond à la popularité sans cesse croissante des marchés », explique la directrice des communications de la Corporation de gestion des marchés publics de Montréal, Isabelle Létourneau. « Les gens veulent savoir

► Voir MARCHÉS en page 23

Grands projets...

MARCHÉS suite de la page 22

d'où ils achètent leur nourriture. Nous n'avons pas de statistiques de fréquentation, mais les améliorations et les agrandissements que nous faisons sont bien accueillis. »

Parallèlement aux travaux du marché Jean-Talon, la Corporation poursuit le rajeunissement du marché de Lachine, dont elle s'occupe depuis l'an dernier. « C'est un très vieux marché, du début du siècle, dit M^{me} Létourneau. Nous avons rénové l'est, et nous faisons l'aile ouest maintenant. »

En 2002, le marché Atwater a été rénové à son tour, avec l'ajout d'une terrasse en bois à l'arrière, et de magasins et épicerie à l'est du marché, mais avec une intégration urbanistique. Depuis des appartements en copropriété s'y sont installés, de même qu'un

supermarché et le marché Warsaw, qui a quitté le boulevard Saint-Laurent l'an dernier.

Les marchés de quartier ont aussi été rafraîchis. Le cas le plus spectaculaire est celui du marché Mont-Royal, à la sortie du métro, qui a bénéficié du réaménagement de la place au complet. Le marché au coin de Jean-Brillant et Côte-des-Neiges avait été rénové peu avant. En tout, il y a 14 marchés de quartier à Montréal, et quatre marchés publics (Atwater, Jean-Talon, Lachine et Maisonneuve).

Un essai sera fait plus tard cette année à Outremont. En août et septembre, la rue Dolard sera fermée, près de Van Horne, quelques dimanches, pour un petit marché d'agriculteurs biologiques. Ce seront les mêmes qui sont au marché Maisonneuve, certains samedis d'août, depuis l'an dernier.



PHOTO ROBERT SKINNER. ARCHIVES LA PRESSE ©

Les marchés publics représentent un incontournable pour les citoyens qui souhaitent goûter aux saveurs fraîches de nos campagnes.

festival ORFORD

grands musiciens concerts intimes

**centre d'arts
ORFORD**

Centre d'arts Orford
3165, chemin du Parc
Orford (Québec)
CANADA J1X 7A2
T (819) 843-9871
1 800 567-6155 (sans frais)
F (819) 843-7274

un heureux contraste

29 juin > 14 août 2004

Ne manquez pas nos brunchs champêtres
ainsi que nos soirées thématiques !

Forfaits soupers-concerts aussi disponibles.

**La musique de chambre
à l'honneur depuis plus de 50 ans**

www.arts-orford.org

29 juin, 20 h	—	Carte blanche à Jacques Lacombe
3 juillet, 14 h	—	Promenade à Darmstadt
9 juillet, 20 h	—	Les grandes retrouvailles I
10 juillet, 19 h	—	Cantabile Concert-bénéfice
16 juillet, 20 h	—	La révélation
17 juillet, 20 h	—	Entre vous et moi
23 juillet, 20 h	—	Les grandes retrouvailles II
24 juillet, 20 h	—	Cordes vagabondes
30 juillet, 20 h	—	Le secret danois
31 juillet, 20 h	—	Symbiose et sérénité
6 août, 20 h	—	Hommage à Joseph Rouleau — Avec Marie-Nicole Lemieux
7 août, 20 h	—	Les grandes retrouvailles III
8 août, 14h	—	Au cœur de l'émotion
10 août, 20 h	—	Au cœur de l'émotion
13 août, 20 h	—	Monsieur
14 août, 20 h	—	Rendez-vous à Vienne

Grâce à la collaboration de :

Culture et Communications Québec
Avec la participation de :
• Société Québec
• Fonds jeunesse Québec
• Fonds de développement et de l'offre touristique

Des kilomètres de voies cyclables

Vous songez à effectuer une longue randonnée à vélo, mais vous ne savez pas quelles pistes cyclables choisir ?

Nous avons répertorié les plus importantes pistes cyclables de la Belle Province afin de vous aider à effectuer un choix.

Bonnes randonnées !

Circuit des traditions

www.reseauxpleinair.com/

Corridors verts d'Asbestos

www.villededanville.com/

Cycloparc PPJ

www.cycloparcppj.org/

La Route verte

www.routeverte.com

L'Estriade

www.estriade.com/

Le Petit train du Nord

www.laurentides.com/

Le Sentier transcanadien

www.tctrail.ca/

Parc linéaire des Bois-Francs

parclineairebf.ivic.qc.ca/

Parc Rouyn-Noranda Taschereau

www.groupevelo.com/

Parc linéaire Témiscamingue

www.temiscamingue.net/

Piste cyclable Amos

www.ville.amos.qc.ca/

Pistes cyclables de Rimouski

www.ville.rimouski.qc.ca/

Piste cyclable des Berges

www.poledesrapides.com/fr/

Piste cyclable de Saint-Honoré

www.ville.sthonore.qc.ca/

Piste cyclable de Wickham

www.wickhami.com/piste/

Piste cyclable du canal de Lachine

www.poledesrapides.com/

Piste cyclable, municipalité

de Sainte-Marie

[www.municipalite.sainte-](http://www.municipalite.sainte-martine.qc.ca/piste.html)

[martine.qc.ca/piste.html](http://www.municipalite.sainte-martine.qc.ca/piste.html)

Répertoire des pistes cyclables au Québec

www.velo-ski.ca.tc

Réseau cyclable de Joliette

www.ville.joliette.qc.ca/

Témiscaming

[www.temiscaming.net/](http://www.temiscaming.net/pistcyclable.html)

[pistcyclable.html](http://www.temiscaming.net/pistcyclable.html)

Véloroute de la Chaudière

www.veloroutedelachaudiere.com/

Véloroute des Bleuets

www.veloroute-bleuets.qc.ca

Ville de Québec à vélo

[www.ville.quebec.qc.ca/fr/](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)

[ma-ville/velo.shtml](http://www.ville.quebec.qc.ca/fr/ma-ville/velo.shtml)



PHOTO ARCHIVES LA PRESSE ©

Suivez la flèche pour quelques bons tuyaux d'où rouler cet été, suivez la flèche...

VOTRE ESPACE

jeux

Forfait

L'INCONTOURNABLE






Pour retrouver l'enfant en soi, jouer dehors du matin au soir et se laisser bercer par la nature

Un véritable retour aux sources...

Une nuit à l'auberge
Un souper - Un petit-déjeuner | Accès au centre aquatique
Une heure d'activité
(vélo, canot ou kayak par personne / par jour)

À partir de

108\$

/ personne

Pourboires inclus • Taxes en sus
Tarifs sujets à changement sans préavis

1 877 265-3185



Lac-à-l'Eau-Claire
ST-ALEXIS-DES-MONTS



www.lacaleauclaire.com

3214770A

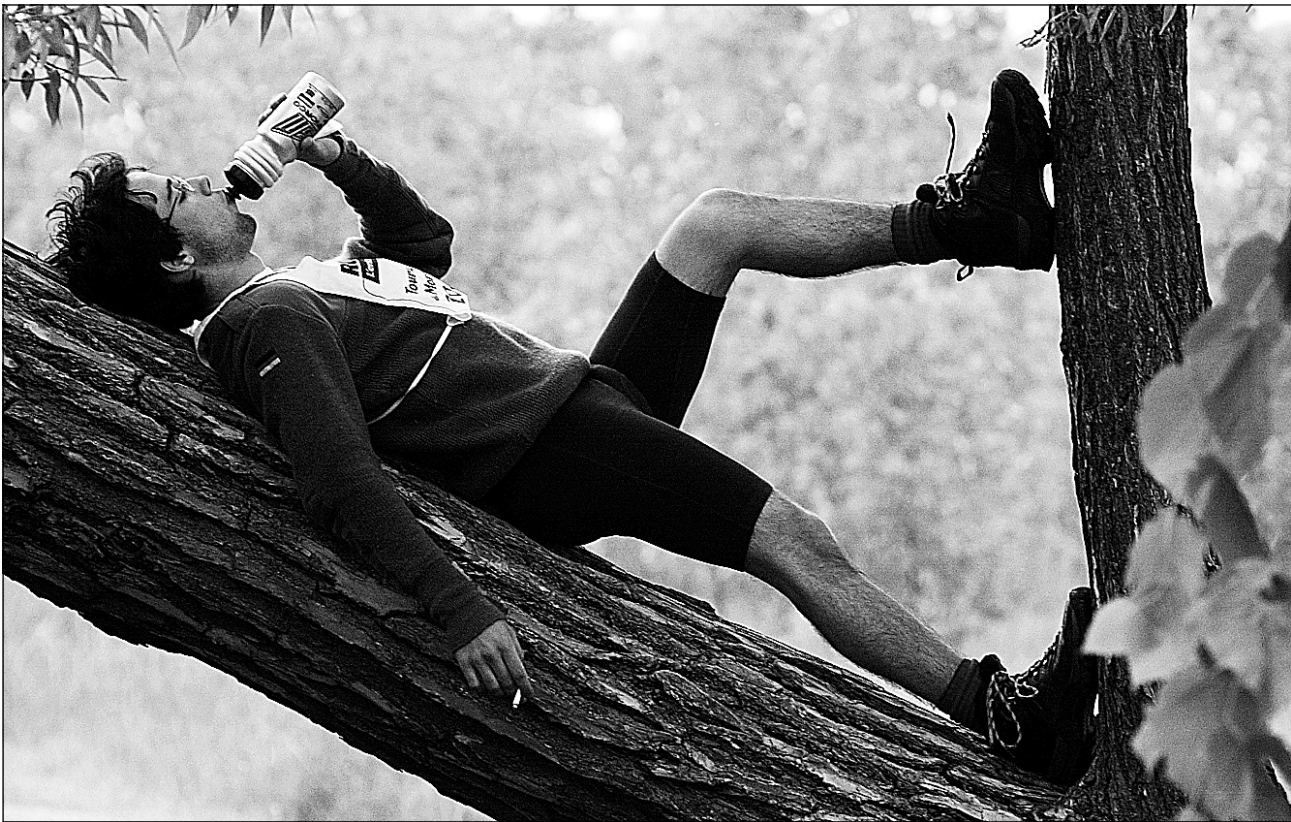


PHOTO BERNARD BRAULT, ARCHIVES LA PRESSE ©

Au Tour de l'île de juin 2000, un participant, Jean Philippe Barrière, avait trouvé un perchoir confortable pour prendre un peu de répit.

Du vélo pour toute la famille

MATHIEU PERREAULT

L'an dernier, la plus jeune participante du Tour de l'île avait 7 ans. Elle a mis un peu moins de cinq heures à parcourir les 45 kilomètres à bicyclette dans les rues de Montréal, en prenant trois longues pauses avec ses parents.

Pour Patrick Howe, le directeur des communications de Vélo-Québec, voilà la preuve que le vélo devient de plus en plus familial. « Il y a de plus en plus de monde pour le Tour la nuit, qui ne fait que 23 kilomètres, explique-t-il en entrevue dans la Maison des cyclistes, rue Rachel Est. C'est vrai que ça commence tard, à 21 h. Mais le Tour de l'île est maintenant vraiment familial, à 50 kilomètres. Voilà cinq ans, le parcours avait 66 kilomètres. »

L'an dernier, 5000 personnes ont fait le tour de nuit et 30 000, celui de jour. Cette

année, les tours auront lieu cette fin de semaine (du 4 au 6 juin). Plus de 420 000 personnes sont attendues au total pour la semaine d'activités entourant la « Féria du vélo de Montréal ».

Pour satisfaire la demande croissante en itinéraires familiaux, Vélo-Mag, la maison d'édition de Vélo-Québec, publie cette année *Les Petites Escapades*, un guide de 31 randonnées dans 11 régions du Québec, allant de 24 à 102 kilomètres. Une caractéristique du nouveau guide fait toute la différence: des profils topographiques qui indiquent les montées et les descentes. Les promeneurs du dimanche qui sont allergiques aux côtes peuvent choisir des parcours moins accidentés, et savoir quand arrêtera le supplice.

Des indications détaillées — environ une demi-douzaine par tranche de 10 kilomètres — font qu'il est pra-

tiquement impossible de se perdre. Les intersections en Y et en T, les courbes, le nom des rues, et même l'allure des ponts, sont décrits.

Le parcours le moins long est celui de l'île aux Coudres, 24 kilomètres, mais avec une côte de 100 mètres de dénivelée. Le lac Saint-Joseph, près de Québec, est la seule autre promenade de moins de 40 kilomètres. La plus longue est le parc de la Mauricie, classée « de difficile à intermédiaire ». Quatre des 31 randonnées sont « faciles », et 14 « de faciles à intermédiaire ». Les plus proches de Montréal sont à Oka, dans la pinède, et sur les deux rives de la rivière des Outaouais.

Le guide de la route verte, aussi publié par Vélo-Mag, est moins détaillé dans ses indications, mais il indique les attractions touristiques et des noms de boutiques de vélo et des auberges. « Les aubergistes sont maintenant

plus sensibles aux besoins des cyclistes, dit M. Howe. Voilà quelques années, ils devaient parfois accrocher leurs vélos sur des arbres. Maintenant, beaucoup de gîtes du passant ont des enclos sécuritaires, et certains offrent même des petits services mécaniques. »

Les familles plus ambitieuses, mais qui craignent les pépins, peuvent viser des randonnées organisées par l'agence de voyages de Vélo-Québec. Huit escapades de trois jours et deux nuits sont offertes, dont la plus facile est au Surouît, au sud-ouest de Montréal. Les étapes des escapades tournent autour de 50 à 70 kilomètres, sauf pour celle de Charlevoix, qui est réservée aux sportifs. On dort dans des hôtels deux et trois étoiles. Des voyages plus long, d'une semaine, sont aussi organisés en Gaspésie et au Bas-Saint-Laurent, en Ontario, aux États-Unis et en Europe.

L'île préférée des oiseaux

SYLVIE RUEL
LE SOLEIL

Longue de huit kilomètres et large de 1,6 km, l'île aux Grues est la plus longue et la seule habitée parmi les 21 îles et îlots de l'archipel de l'île aux Grues, qui s'étire à l'est de Québec entre l'île d'Orléans et l'île aux Coudres. Environ 125 personnes y vivent à l'année. Du printemps à l'automne, l'île est reliée à Montmagny par un traversier qui fait la navette à marée haute. L'hiver, c'est un petit avion qui assure la liaison matin et soir.

Cette île idyllique qui fut la terre d'adoption du peintre Riopelle est aussi l'île préférée des oiseaux. On y a dénombré jusqu'à 218 espèces de volatiles dont certaines inusitées et très rares. Cette île est également une halte incontournable pour des milliers d'oies des neiges qui, au printemps et à l'automne, s'abattent sur l'île en un bruyant concert. Elles piquent leur long bec dans la vase et se nourrissent de scirpe d'Amérique, une plante qui abonde dans les endroits où se croisent les eaux douces et les eaux salées. L'oiseau blanc, qui voyage aller-retour entre la côte est américaine et le Grand Nord, attire en automne de nombreux chasseurs dans l'île. Et même si la chasse est maintenant permise au printemps, les insulaires préfèrent ranger



PHOTO BERNARD BRAULT, ARCHIVES LA PRESSE ©

L'île aux Grues est la destination favorite d'un fort joli volatile, l'oie des neiges. Elles sont des milliers à y transiter au printemps et à l'automne pour s'y nourrir d'une algue qui abonde dans la région.

leur fusil et réserver cette saison pour l'observation (les oies quitteront l'île à la fin mai).

« Les mois d'avril, de mai et de juin sont les plus beaux pour l'observation des oiseaux, mentionne l'ornithologue Jocelyn Landry, qui accompagne les ornithologues amateurs et professionnels dans l'île pour leur faire découvrir la population ailée. Ils peuvent observer cette faune sur les grèves, en forêt et sur les battures qui couvrent l'est de l'île. La grande batture qui unit l'île aux Grues à l'île aux Oies, sa voisine, constitue un immense marais sauvage qui est reconnu zone importante pour la con-

servation des oiseaux. Un chemin d'une longueur de six kilomètres, bien signalisé avec panneaux d'interprétation, traverse ce haut marais, où vivent plusieurs espèces de bruants, des canards et que survolent aussi des oiseaux de proie. Ceux qu'on observe le plus souvent sont le busard Saint-Martin et le hibou des marais, qui a l'habitude de chasser le jour.

L'île aux Grues est aussi l'un des seuls endroits au Québec où on a la chance de voir le râle jaune, un volatile menacé dont on entend le chant inusité seulement la nuit. Son cri ressemble au bruit sec causé par

deux cailloux qu'on frappe ensemble. Cet oiseau figure parmi les plus rares et les moins connus en Amérique du Nord. L'île a aussi vu passer plusieurs oiseaux inusités, tel un flamant rose et un pélican brun, volatile qui ne se voit habituellement qu'en Floride. « Aussi, il ne faut pas chercher les grues à l'île aux Grues, prévient Jocelyn Landry. Il n'y en a pas. On aurait simplement confondu la grue avec le héron bleu ! »

Pour information :
Corporation touristique de l'île aux Grues : (418) 241-5117

Changer d'air

LA TRIBUNE

Y'est grand temps d'en finir avec le stress du boulot, de larguer la routine, la télécommande, la visite au centre commercial, de s'éloigner de son patron et de ses collègues. Remarquez que dans le cas du boss et des copinots de travail, tout est relatif, un peu de grand air leur ferait peut-être le plus grand bien ! Pensez à votre prochain.

Vous avez déjà fait vos choix pour vos vacances estivales ? Vous rêvez depuis des mois déjà d'Orford, d'Oka ou du parc de la Gatineau avec les enfants ? Votre douce moitié et vous-même désirez aller tester votre amour en canot-camping à Frontenac, dans le parc de la Mauricie ou sur la rivière Bonaventure ? Avec les copains, vous avez décidé de louer une cabane en bois rond ou

un chalet flottant dans une ZEC loin de chez vous ?

Merveilleux, mais vaut mieux réserver dès maintenant si ce n'est déjà fait. Depuis l'an dernier, la Sépaq a mis de l'avant un système de réservation permettant aux vacanciers de se dégoter une place quatre mois d'avance sur tout le réseau... Et la nouvelle n'est pas tombée dans les oreilles de malentendants !

Déjà en avril l'an dernier, plus de 4000 réservations avaient déjà été enregistrées sur le réseau de la Sépaq pour la période estivale, provoquant un désagréable effet de surpri-

se chez les éternels retardataires, les indécis et les rois de l'impro.

Et ces abonnés de la dernière minute ne seront pas épargnés l'été prochain. Aux dernières nouvelles, le taux de réservation avait augmenté de plus de 40 % au Québec. N'attendez plus si vous ne voulez pas vous retrouver en train de monter votre tente dans la cour arrière du bungalow de votre belle-mère !

Pour réserver dans un des parcs, composez le 1-800-665-6527 ou expédiez votre courriel à inforeservation@sepaq.com