

Le Québec pour tous

18 régions à découvrir!



Le Québec pour tous

Destination accessible
4 saisons!

PAGE 4



La Sépaq

Des expériences pour tous les goûts,
partout au Québec!

PAGE 16



Voyager l'esprit en paix

Conseils de nos
voyageurs avertis

PAGE 30

Liberté sur la route ! avec Savaria



Mobilité pour mieux vivre

savaria.com

Le plus grand manufacturier Canadien de conversion de véhicules à planchers abaissés, avec accès latéral et arrière. Fiers d'être fabriqués au Québec et en Ontario, nos véhicules procurent l'indépendance et la mobilité pour les familles, conducteurs et taxis à travers le pays.

**Visitez notre site internet
ou contactez-nous pour
voir comment Savaria
peut vous aider.**



Accès latéral



Accès arrière

1.800.668.8705

4350 Autoroute-13 Laval Québec

 **savaria**_{MD}

Pour un Québec Original... pour tous!

Au Québec, beaucoup d'efforts sont déployés pour que les sites et les services touristiques soient davantage accessibles aux personnes en situation de handicap. Le territoire a beau être grand, il n'y a aucune raison pour limiter les déplacements des voyageurs handicapés et les priver des splendides atouts naturels et culturels dont regorgent les diverses régions. Vous avez des limitations physiques? Vous aimez vous divertir, visiter et voyager? Alors, sortez, et emmenez les vôtres avec vous!

Le Québec pour tous, c'est une base de données de plus de 1 700 entreprises touristiques et culturelles évaluées par Kéroul et certifiées « totalement ou partiellement accessibles » et réparties dans 18 régions du Québec. Près de 300 de ces entreprises sont inscrites sur *La Route Accessible*, et la plupart de celles-ci ont formé leur personnel pour offrir un service adapté aux besoins spéciaux de la clientèle.

Je veux remercier le ministère du Tourisme du Québec, qui a inscrit l'objectif de rendre les lieux accessibles à tous dans le Plan de développement de l'industrie touristique 2012-2020 et qui soutient Kéroul depuis 3 décennies. Merci également à Développement économique Canada, qui rend possible la promotion de *La Route Accessible* à l'extérieur de la province. Merci aux associations touristiques régionales, qui véhiculent le message de l'accessibilité auprès de leurs membres et de leurs visiteurs. Merci enfin aux entreprises, qui reconnaissent l'importance de notre marché et y investissent.

Vive le Québec pour tous!



André Leclerc
Président-directeur général fondateur
Kéroul



© Y. Doubllet

SOMMAIRE

<i>La Route Accessible</i> et les circuits thématiques	2
Destination accessible 4 saisons	4
Voyager en famille	6
Le Québec pour tous	7
■ Abitibi-Témiscamingue	8
■ Bas-Saint-Laurent	9
■ Cantons-de-l'Est	10
■ Centre-du-Québec	11
■ Charlevoix	12
■ Chaudière-Appalaches	13
■ Côte-Nord	14
■ Gaspésie	15
La Sépaq : le plein air accessible	16
■ Îles-de-la-Madeleine	18
■ Lanaudière	19
■ Laurentides	20
■ Laval	21
■ Mauricie	22
■ Montérégie	23
■ Montréal	24
■ Outaouais	26
■ Saguenay-Lac-Saint-Jean	27
■ Québec	28
Conseils de nos voyageurs avertis	30
Transports accessibles	32

ÉQUIPE DE PRODUCTION

Coordination JEAN-FRANÇOIS LAVOIE	Rédaction RENÉ KIROUAC
Administration LYNE MÉNARD	Révision MICHELE CÔTÉ
Recherche et développement LAURE DURAND, PHILIPPE CORDEAU	Graphisme KARL ROWLEY, Krafix.com

♻️ Imprimé sur du papier recyclé

Kéroul 

4545, avenue Pierre-De Coubertin
Montréal (Québec) H1V 0B2 Canada
514 252-3104 infos@keroul.qc.ca www.keroul.qc.ca



© TOM, Julien



La Route Accessible et

Le Québec, c'est plus de 1,6 million de km² de paysages plus beaux les uns que les autres. Sur ce territoire se trouvent d'innombrables attraits touristiques et activités en tous genres pour divertir et faire découvrir les quatre coins de la province. Vous êtes à la recherche d'une destination inspirante, authentique et accessible ? Ça tombe bien ! Dans cette édition de la revue *La Route Accessible*, 18 régions touristiques proposent des expériences de vacances uniques et de l'accessibilité pour tous les besoins !

LA ROUTE ACCESSIBLE : DES THÉMATIQUES POUR TOUS LES GOÛTS !

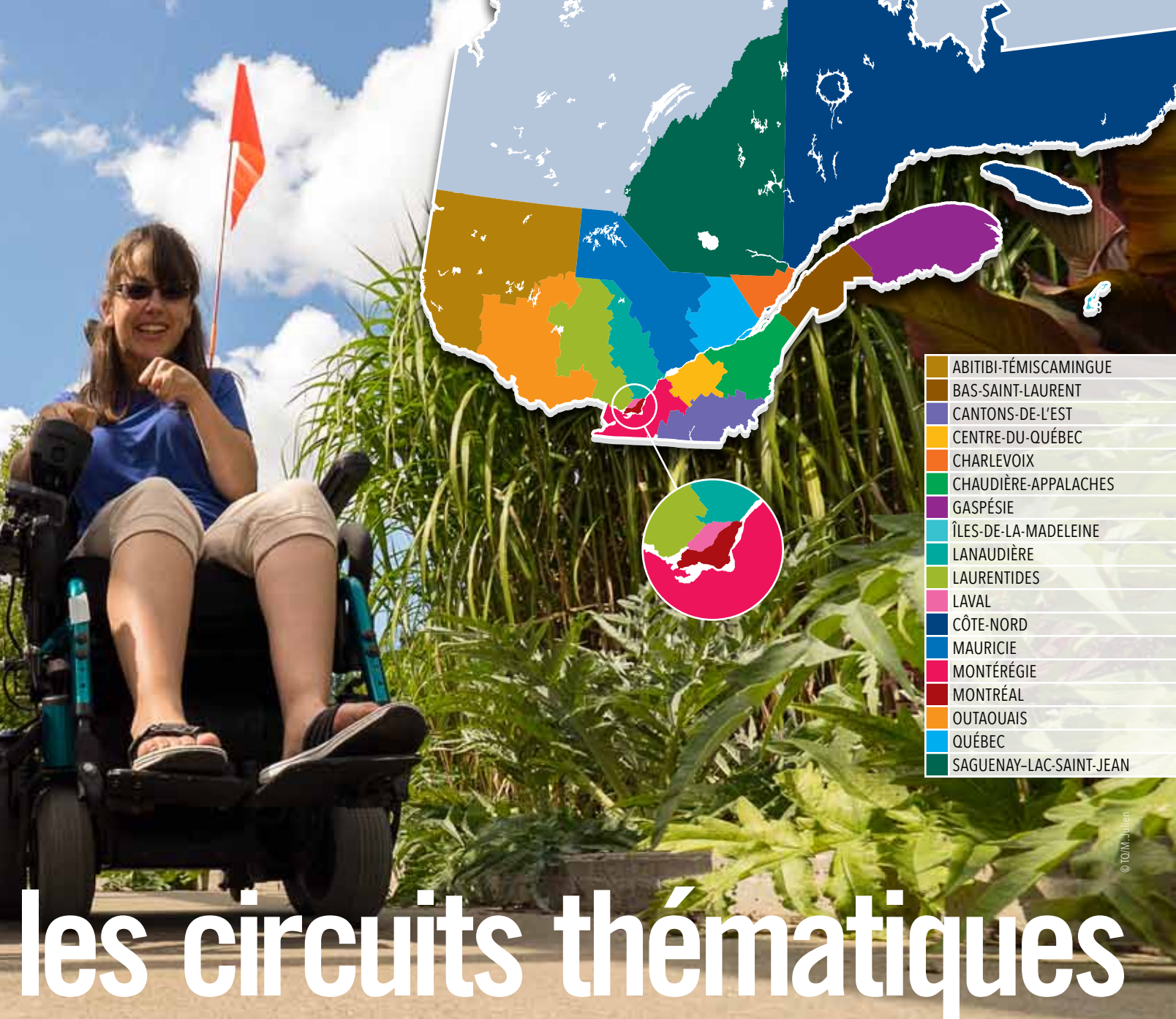
Sur le site Internet LaRouteAccessible.com, les attraits sont regroupés selon plusieurs thématiques, correspondant à vos intérêts et préférences. Vous pouvez ainsi repérer rapidement vos meilleures options parmi les organisations branchées sur *la Route*.

Vous êtes un amant de la **NATURE** ? Consultez les listes d'agrotourisme, de jardins, de parcs nature, de parcs animaliers et d'ornithologie.

Vous êtes intéressé par l'**HISTOIRE** et la **CULTURE** ? Choisissez dans l'inventaire de centres d'interprétation et musées, de lieux historiques nationaux du Canada, ou encore de musées d'art, théâtres et salles de spectacle.

Vous recherchez l'**ACTION** ? Lieux de sports et plein air, et pistes cyclables sont pour vous !

D'autres regroupements thématiques sont aussi disponibles selon les besoins et les goûts de chacun : tourisme d'**AFFAIRE**, tourisme **RELIGIEUX** et **CASINOS**.



ABITIBI-TÉMISCAMINGUE
BAS-SAINT-LAURENT
CANTONS-DE-L'EST
CENTRE-DU-QUÉBEC
CHARLEVOIX
CHAUDIÈRE-APPALACHES
GASPÉSIE
ÎLES-DE-LA-MADELEINE
LANAUDIÈRE
LAURENTIDES
LAVAL
CÔTE-NORD
MAURICIE
MONTÉRÉGIE
MONTRÉAL
OUTAOUAIS
QUÉBEC
SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

© TOM JULIEN

les circuits thématiques

PLANIFIER ESCAPADES ET CIRCUITS : UNE MINE DE PROPOSITIONS !

À partir des attraits et services disponibles sur *la Route*, nous avons bâti des suggestions d'itinéraires accessibles. Ceux-ci se répartissent selon la durée en deux formats, soit deux jours et une semaine; ils explorent différentes régions et thématiques. Vous pouvez les utiliser tels quels, les adapter à votre goût ou encore vous en inspirer pour bâtir votre propre parcours personnalisé.

LES ESCAPADES DE 2 JOURS

Elles sont **CULTURELLES, FAMILIALES** ou **EN DUO**. Après avoir décrit globalement l'endroit à visiter, chaque module détaille la proposition d'activités et

de visites par jour, énumère les services accessibles disponibles sur la route le cas échéant (services orthopédiques, stations d'essence, taxis et transport adapté) et suggère des lieux d'hébergement.

LES CIRCUITS D'UNE SEMAINE

Ces autotours accessibles enfilent les kilomètres, émaillés de nombreuses découvertes en cours de route. Encore là, vous êtes maître à bord, et vous agissez en fonction de vos préférences. Vous devrez compléter l'exercice en choisissant vos lieux d'hébergement, de restauration et autres services.

En voici 2 exemples :

Le circuit **NATURE** vous permet de découvrir l'immensité du Québec, d'entrer en contact direct avec la nature et de respirer le bon air pur ! D'une durée de 8 jours, il s'étire sur 813 km (sans compter le retour), entre le Parc national de la Gatineau et jusqu'à « l'INNU-bliable » Essipit, sur la Côte-Nord.

Le circuit **CULTURE** vous fait visiter les meilleurs musées et les plus importants sites historiques dans l'axe Montréal, Québec, Charlevoix, et entrer dans les univers fascinants d'artistes et d'artisans. D'une durée de 7 jours, il s'étale sur 400 km (aller seulement).

A man with short brown hair, wearing a blue t-shirt and blue jeans, is sitting in a wheelchair with yellow handrails. He is smiling and reaching up to pick a red apple from a tree branch. An orange bucket is hanging from the wheelchair. The background is a lush green orchard with many trees and apples.

4 Destination accessible saisons

québecoriginal

Le Québec

À L'ANNÉE LONGUE EN QUATRE SAISONS

En toute saison, une grande variété de sites et d'activités sont accessibles, en particulier celles qui ont lieu à l'intérieur.

Musées, édifices patrimoniaux, centres d'interprétation, galeries d'art, spectacles, centres de divertissement, centres de santé et de soins personnels, expériences gastronomiques, magasinage, casinos, etc., la liste est riche et diversifiée.

Mais pour qui aime jouer dehors, le Québec se déguste vraiment en quatre temps. Goûtez la chaleur de l'été, les couleurs de l'automne, le caractère vivifiant de l'hiver et la fébrilité du renouveau printanier.

☀ **L'ÉTÉ** La belle saison est la période idéale pour s'éloigner des grands centres et faire le tour du Québec. La nature est luxuriante, observable dans les parcs, les jardins, et sur les sentiers et les routes touristiques. Les sites thématiques extérieurs s'ouvrent à la découverte : histoire, faune, patrimoine. Les activités aquatiques sont à leur meilleur : sports, croisières ou simplement farniente à la plage. Les fêtes et festivals se multiplient, célébrant les arts et la musique, les produits du terroir, les traditions et les fantaisies locales et régionales.

🍁 **L'AUTOMNE** Les touristes internationaux le savent bien, nos arbres feuillus explosent en couleurs chaleureuses, du rouge au jaune, en passant par l'orange. Et l'été indien prolonge l'été, justement. C'est aussi le temps des récoltes dans les vergers, vignobles et cannebergières : de quoi s'occuper et se régaler. Si elles ne font que passer, les grandes oies blanches se laissent observer, impressionnantes par leur nombre et leur longue migration.

Photos © TQ/M. Julien



❄ **L'HIVER** Le Québec, c'est bien plus que les « quelques arpents de neige » décriés par Voltaire. Outre les activités intérieures accessibles à l'année longue, l'hiver offre à ceux qui n'ont pas froid aux yeux de profiter du grand air et des décors enneigés. Montez à bord d'un traîneau à chien ou d'une motoneige. Empruntez gratuitement un Ski-Vel et promenez-vous dans les sentiers enneigés des parcs nationaux du Québec, que ce soit les parcs nationaux du Bic, d'Oka, des Îles-de-Boucherville, du Mont Saint-Bruno, du Mont-Orford et de Mont Tremblant; cet équipement peut facilement être adapté aux fauteuils roulants : le Ski-Vel. Plusieurs stations de sport, notamment de ski, ont des installations accessibles.

🌸 **LE PRINTEMPS** Période d'effervescence : les beaux jours s'en viennent ! Et d'abord, le Québec étant le plus important producteur de sirop d'érable du monde, c'est le temps des sucres où on recueille la sève précieuse et où on la transforme en savoureux produits; les cabanes au cœur des nombreuses érablières vous accueillent à leurs tables. Le printemps, c'est aussi l'occasion d'observer dans le ciel le vol bruyant des oies des neiges et des outardes, de partir à la campagne admirer les vergers en fleurs, d'écouter sur la rive le craquement des glaces qui recouvrent le fleuve, etc.

Voyager en famille

AVEC UNE PERSONNE HANDICAPÉE

Qui dit famille dit enfant(s). Déjà, voyager avec des enfants représente des défis de préparation, de budget, d'animation, et de savoir composer avec les distances, la température et les imprévus. Voyager en famille avec une personne handicapée ajoute à ces défis.

La personne handicapée peut être un enfant, un parent, un des grands-parents ou un ami. Selon l'âge des participants, leurs centres d'intérêt, le niveau d'incapacité de la personne handicapée, le temps et le budget disponibles, il faudra composer un itinéraire et un programme d'activités intéressants pour tous. Et il faut aussi tenir compte de l'accessibilité des infrastructures et des services.

L'objectif du voyage peut varier : visiter des parents et amis, s'offrir des moments de découverte, de sport, de détente. Pour les familles qui veulent vivre ensemble de telles expériences, le Québec est un terrain fertile en propositions de toutes sortes. De fait, toutes les régions ont quelque chose à proposer

aux familles. Par exemple, en Outaouais, juillet est le « Mois de la famille ». Tourisme Laval fait de « s'amuser en famille » un des axes de son positionnement. D'autres associations touristiques mettent de l'avant des attraits incontournables d'intérêt familial. Toutes recèlent des propositions attrayantes.

Pour une famille voyageant avec une personne handicapée, les choix sont plus restreints. Même si de plus en plus de sites touristiques et de services connexes deviennent accessibles, il vaut mieux vérifier à l'avance. Dans ce contexte, la base de données de Kéroul s'avère un outil de premier plan; elle contient une liste documentée de plus de 1 700 entreprises classées totalement ou partiellement accessibles, et de nouvelles inscriptions s'y ajoutent régulièrement.

« Partir longtemps représente un grand défi : quels équipements apporter, les couches, la nourriture. Mais au moins, au Québec, nous sommes dans le même univers médical : hôpitaux, pharmacies, en cas de besoin. J'ai donc revu ma façon de voyager, et j'ai appris à voyager autrement grâce à ces diverses expériences. Ces apprentissages sont une étape vers d'éventuels voyages plus longs ou plus éloignés. »

– Nathalie Richard



le Québec pour tous



**PLUS DE 1 700
ÉTABLISSEMENTS
TOURISTIQUES AVEC
ACCESSIBILITÉ
PARTIELLE
OU COMPLÈTE**



Circuits thématiques, vidéos inspirantes, conseils pratiques et plus encore!

18 régions touristiques proposent des expériences de vacances uniques et de l'accessibilité pour tous les besoins!

Le Québec pour tous, c'est...

Et en complément...

677

**Attraits
et activités**

559

**Restaurants
et bars**

341

**Établissements
d'hébergement**

71

**Lieux d'accueil
touristique**

50

**Terrains
de camping**

48

**Entreprises
de transport**

62

**Services
orthopédiques**

Vous avez besoin d'aide pour planifier votre séjour?

Kéroul a formé plus de 40 conseillers en voyages qui offrent des services sur mesure pour les touristes handicapés et qui connaissent toutes les ressources utiles pour la planification d'un voyage accessible réussi!

www.lequebecpourtous.com



ABITIBI- TÉMISCAMINGUE

ON S'EST PEINTURÉ DES CIELS
DE TOUS LES POSSIBLES

© Sépaq

PARMI LES INCONTOURNABLES

Parc national d'Aiguebelle

(secteur Mont-Brun, au nord de Rouyn-Noranda)

Le parc est situé à la limite de séparation des eaux, entre le bassin versant de la baie James et celui du fleuve St-Laurent; le mot « Abbittibi » signifie justement en algonquin « Là où les eaux se séparent ». Façonné par les volcans puis par les glaciers, son paysage se démarque par divers phénomènes géologiques spectaculaires. Le site comprend un camping partiellement accessible.

Refuge Pageau

À Amos, le Refuge Pageau héberge les animaux sauvages dans le besoin dans une optique de réhabilitation en vue de les remettre en liberté. Lorsque la libération est impossible, il offre un abri à long

terme à ces animaux auxquels il doit la poursuite de sa mission. Fondé par Michel Pageau, « l'homme qui parle avec les loups », l'endroit accueille orignaux, ours, loups, lynx, oiseaux de proie, etc., ainsi que... de nombreux visiteurs.

Lieu historique national du Fort-Témiscamingue/Obadjivan

À Duhamel-Ouest, au nord de Ville-Marie, ce poste de traite dans le commerce des fourrures pendant près de deux siècles témoigne de l'importante rivalité qui existe, aux 17^e et 18^e siècles, entre Français et Anglais; carrefour de rencontres des peuples qui remonte à la présence millénaire d'autochtones, l'endroit est bordé par une forêt enchantée et une magnifique plage.

La région se décline en forêts luxuriantes, en lacs poissonneux, en villes dynamiques et en villages pittoresques. Sa partie nord est réputée pour son potentiel minier et sa forêt boréale, alors que sa partie sud est reconnue pour ses terres fertiles et sa forêt mixte.

Les forces du milieu ont mis en place une initiative originale de mobilisation, CULTURAT, dont l'objectif est d'œuvrer « ensemble pour un beau milieu animé et accueillant qui intègre les arts et la culture à nos espaces ». Il en résulte une profusion de projets à découvrir sur tout le territoire.

À SIGNALER

- * Mémoire : Lieu historique national Le dispensaire de la Garde, La Corne; Village minier de Bourlamaque, Cité de l'Or, Val d'Or; Chantier Gédéon, Angliers.
- * Interprétation : Centre d'interprétation en foresterie, La Sarre; Pavillon d'interprétation de l'esker, Saint-Mathieu-d'Harricana; musée paléontologique Fossilarium, Notre-Dame-du-Nord.

LIENS UTILES

- www.tourisme-abitibi-temiscamingue.org
- www.culturat.org

© Hugo Lacroix





© Nicolas Gagnon



BAS- SAINT-LAURENT

RÉSERVE MONDIALE DE BON TEMPS

Entre sa Route des Navigateurs et celle des Frontières, ses circuits de paysages et de patrimoines, la région propose de prendre le temps, que vous circuliez en voiture ou à vélo, en moto ou en moto-neige. Découvrez ses nombreuses îles dans le fleuve, ses phares centenaires, ses enfilades de villes, villages et campagnes.

À SIGNALER

- * Vieille gare de Rivière-Bleue
- * Auberge la Clé des champs, St-Cyprien de Rivière-du-Loup
- * Sanctuaire Sainte-Anne-de-la-Pointe-au-Père, dédié à la patronne des marins
- * Restaurant Le Rialto, Hôtel Universel, Rivière-du-Loup

LIENS UTILES

www.bassaintlaurent.ca
www.routedesnavigateurs.ca

PARMI LES INCONTOURNABLES

Le Parc national du Bic

S'étirant sur un littoral escarpé au sud du fleuve, non loin de Rimouski, le parc compte la moitié de sa superficie en milieu marin. Le phoque commun, emblème du site, fréquente ses rivages. Son massif montagneux, plus élevé que le milieu environnant, abrite une flore rare et fragile.

Les baleines

Depuis Rivière-du-Loup, prenez la croisière qui vous amène au large du fjord du Saguenay, à l'intérieur du parc marin du Saguenay-Saint-Laurent. C'est le territoire du rorqual commun, du petit rorqual, de la baleine à bosse, du béluga, etc.

Les musées

- Musée François-Pilote à La Pocatière (agriculture et alimentation)
- Musée du Bas-Saint-Laurent à Rivière-du-Loup (histoire régionale et art visuel québécois)
- Musée régional de Rimouski (arts visuels, histoire et sciences)
- Musée de Kamouraska (histoire régionale : rôles des hommes et des femmes, métiers, commerce)
- Site historique maritime de la Pointe-au-Père à Rimouski (sous-marin Onondaga, musée *Empress of Ireland*, phare)



© TOM Julien



CANTONS-DE-L'EST

VIVEZ L'AUTHENTICITÉ D'UNE EXPÉRIENCE UNIQUE

Grand Cru © Escapades Memphrémagog

Paradis de montagnes, collines et vallées, le territoire des Cantons-de-l'Est est couvert à 80 % par la forêt. Son patrimoine architectural cantonnier, légué par l'héritage anglo-saxon, transforme les villages en des lieux des plus pittoresques. Surtout, on y pratique un « Art de vivre » distinctif, qui s'exprime non seulement dans son patrimoine naturel et bâti, mais aussi dans ses communautés dynamiques, et dans une variété d'activités, de produits et de services touristiques favorisant la santé et le bien-être.

PARMI LES INCONTOURNABLES

L'expérience gourmande

Recherchez les tables libellées *Chefs créateurs*, les producteurs *Créateurs de saveurs* dans les marchés publics, ou encore les *Cafés de village*; ils répondent à des critères rigoureux. Complétez l'expérience en visitant des vignobles qui se distinguent, tels que l'Orpailleur à Dunham et le Cep d'Argent à Magog, ou en empruntant l'une ou l'autre des 2 Routes des vins, celle de l'Estrie et celle de Brome-Missisquoi.

L'ASTROlab

Logé dans le Parc national du Mont-Mégantic, à Notre-Dame-des-Bois, l'ASTROlab constitue l'observatoire le plus performant au Canada. Le soir venu, contemplez le ciel de la première réserve internationale de ciel étoilé. Le Parc du Mont-Mégantic comporte un autre secteur d'intérêt, celui de Franceville, après Scotstown.

Le Zoo de Granby

Primé, innovateur, le Zoo de Granby dépayse et fascine. Il abrite près de 1000 animaux répartis en plus de 225 espèces; parmi ses animaux exotiques, plusieurs font partie de plan de survie des espèces en raison de leur statut précaire en nature.

À SIGNALER

- * Lieu historique national du Canada Louis-S.-St-Laurent, Compton
- * Musée de la nature et des sciences, Sherbrooke
- * Centre d'interprétation de la nature du lac Boivin, Granby
- * Étang Burbank, Danville
- * Labyrinthe Memphrémagog, Magog
- * Spa Eastman, Eastman
- * Vignoble La Halte des pèlerins, Sherbrooke

- * Delta Sherbrooke Hôtel et Centre de congrès
- * Les Chalets U, Austin

LIENS UTILES

www.cantonsdelest.com

www.createursdesaveurs.com

Une croisière gastronomique sur le lac Memphrémagog

Escapades Memphrémagog propose une expérience sensorielle à ne pas manquer à bord du bateau Le Grand Cru, au départ de Magog.



© Zoo de Granby



Spa Eastman © Sébastien Larose



Bien situé à environ une heure des grands centres urbains de Montréal, Québec et Trois-Rivières, au sud du fleuve Saint-Laurent, le Centre-du-Québec s'anime de quelques villes et de nombreux villages. Ses campagnes et ses vallons sont sillonnés par de longs sentiers pour la motoneige et le quad, sans oublier les quelque 1 000 km de pistes cyclables. La nature permet un agrotourisme savoureux, incluant des produits de l'érable, des fromages locaux réputés, des fruits comme la canneberge et même des vins locaux.

CENTRE-DU-QUÉBEC

LA ROUTE EST BELLE, LE TEMPS EST BON

© Tourisme Érablé

À SIGNALER

- * Parc Marie-Victorin, Kingsey Falls
- * Maison La Coulée, Drummondville (gîte touristique)

LIENS UTILES

- www.tourismecentreduquebec.com
- www.routedesnavigateurs.ca

PARDI LES INCONTURNABLES

Découvrir et mieux comprendre la nature

Situé en bordure de la Réserve de la Biosphère du Lac-Saint-Pierre, le Centre d'interprétation de Baie-du-Febvre vous informe sur la plus importante halte migratoire printanière de la grande oie des neiges ! À Bécancour, le Centre de la biodiversité du Québec, sensibilise jeunes et adultes à l'existence et à la conservation des espèces biologiques du Québec. De la mi-septembre à la mi-octobre, le Centre d'interprétation de la canneberge déroule son tapis flottant de fruits rouges; assistez à la récolte de canneberges à Saint-Louis-de-Blandford.

Vie culturelle

Le Musée des religions du monde à Nicolet vous invite à partager les fondements des grandes traditions religieuses mondiales, y compris dans ses dimensions religieuses amérindiennes et inuits. À Odanak, le Musée des Abénakis est la première institution muséale autochtone du Québec.

Événements

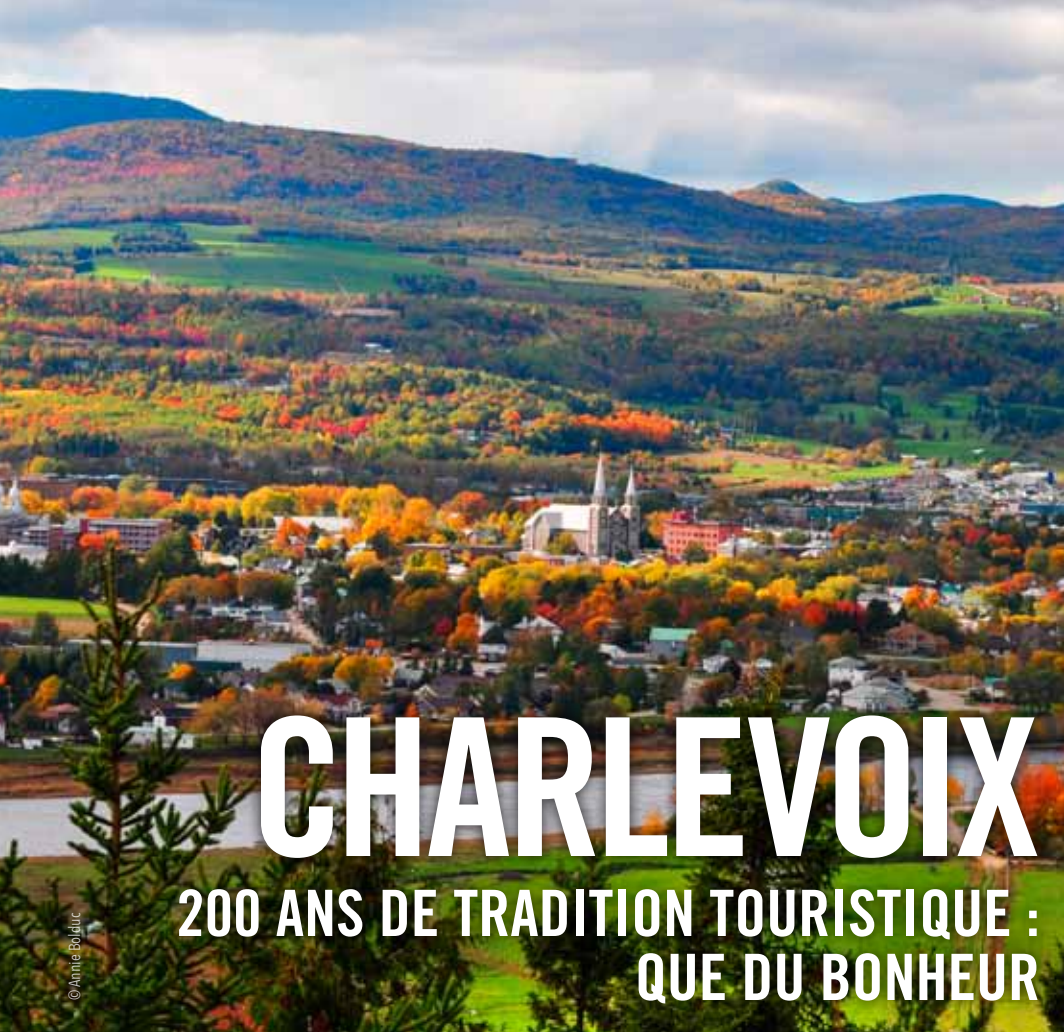
Des festivals hauts en couleur ponctuent le calendrier estival. Signalons, à Drummondville, le Mondial des cultures et le Festival de la poutine; à Victoriaville, le Festival des fromages fins; à Sainte-Perpétue, le Festival du cochon, etc.



Musée des religions du monde © Olivier Croteau



© Tourisme Victoriaville et sa région



CHARLEVOIX

200 ANS DE TRADITION TOURISTIQUE : QUE DU BONHEUR

Charlevoix se positionne comme une région hospitalière dont les paysages séduisent peintres, poètes, écrivains et musiciens. Elle doit à l'impact d'une énorme météorite le caractère extravagant de son paysage montagneux, en plein cœur du bouclier canadien, alliant la majesté de ses montagnes à l'immensité du fleuve Saint-Laurent. Désignée Réserve de la Biosphère par l'Unesco, la région présente une faune et une flore particulières.

PARMI LES INCONTOURNABLES

La Route du Fleuve

Parmi les plus belles routes panoramiques en Amérique du Nord, ce segment routier s'étend sur 50 km, de Baie-Saint-Paul à La Malbaie, en passant par les Éboulements et Saint-Irénée : des points de vue à couper le souffle en surplomb du fleuve.

Les arts et l'histoire

Le Musée d'art contemporain de Baie-Saint-Paul présente à la fois des expositions d'artistes reconnus tout en offrant ses espaces à de jeunes artistes prometteurs. Le Musée maritime de Charlevoix, à Saint-Joseph-de-la-Rive, met en valeur le patrimoine maritime à travers l'histoire des goélettes qui ont navigué sur le fleuve Saint-Laurent, la vie des marins et les connaissances des charpentiers maritimes. Le Musée de Charlevoix à La Malbaie s'intéresse aux patrimoines artistique, historique et ethnologique de la région. La créativité se déploie dans de nombreux ateliers, boutiques et galeries d'art, par exemple la galerie d'art Au p'tit Bonheur de La Malbaie. Enfin, la musique enchante au Domaine Forget de Saint-Irénée, site d'un festival International et d'une académie internationale de musique et de danse...

La nature

Le Centre d'interprétation et d'observation de Pointe-Noire, à Baie-Sainte-Catherine, se situe à la rencontre des eaux de l'estuaire du Saint-Laurent et du fjord du Saguenay, dans le Parc marin; remarquable pour ses phénomènes océanographiques influencés par le rythme des marées, le site offre un panorama exceptionnel pour observer les oiseaux et mammifères marins. Des parcs nationaux disposent de campings accessibles : celui des Grands-Jardins (secteur Pied-des-Monts) à Saint-Urbain de Charlevoix et celui des Hautes-Gorges-de-la-Rivière-Malbaie - Le Cran à Clermont. Sur la rivière Malbaie, le parc municipal de Clermont propose un Parcours des Berges. Amateurs de ski alpin, la région offre le plus haut dénivelé à l'est des Rocheuses canadiennes : 770 m au Massif de Charlevoix, à Petite-Rivière-Saint-François.

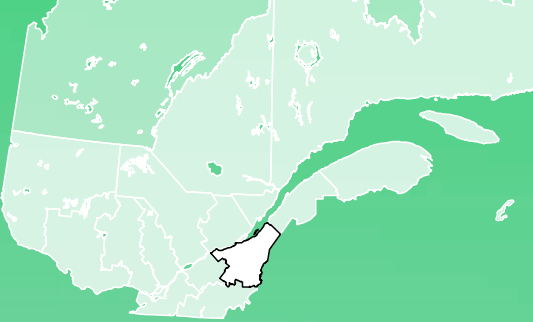
À SIGNALER

- * Fairmont Le Manoir Richelieu, incluant 3 restaurants (Le Bellerive, Le Charlevoix, Le Saint-Laurent), La Malbaie
- * Casino de Charlevoix, La Malbaie

LIEN UTILE

www.tourisme-charlevoix.com





La bien-nommée région est traversée par la rivière Chaudière et, à sa frontière sud près du Maine, par la chaîne de montagnes des Appalaches. Véritable jardin en face de la ville de Québec, elle défile le long du fleuve certains des plus beaux villages du Québec, où moulins à eau, manoirs et demeures ancestrales témoignent de plus de trois siècles d'histoire.

Chaudière-Appalaches, c'est aussi le pays de l'amiante à Thetford Mines, celui de l'entrepreneuriat beauceron illustré dans le musée de Saint-Georges-de-Beauce, celui de bâtisseurs tels que J.-A. Vachon (alimentation), Alphonse Desjardins (coopératives financières), les Bourgault (sculpture sur bois), J.-E. Bernier (exploration de l'Arctique), Marius Barbeau (ethnologie et anthropologie), etc.



CHAUDIÈRE-APPALACHES

VIVEZ LES PLUS BEAUX VILLAGES

Photos © TQ/M. Julien

À SIGNALER

- * Maison Alphonse-Desjardins, Lévis (*Mention Kéroul*)
- * Épopée de la moto, Saint-Jean-Port-Joli
- * Lieu historique national des Forts-de-Lévis
- * Musée minéralogique et minier de Thetford-Mines

LIENS UTILES

www.chaudiereappalaches.com
www.routedesnavigateurs.ca

PARMI LES INCONTOURNABLES

Les beaux villages

Leur architecture, leurs aménagements paysagers, leurs spécialités gastronomiques ou artisanales charment le visiteur. À Sainte-Croix, les jardins du Domaine Joly-de-Lotbinière méritent qu'on s'y arrête.

Le monde aquatique et maritime

L'Islet présente son Musée maritime du Québec, incluant la visite du brise-glace Ernest Lapointe. À Lévis, le Lieu historique national du chantier A. C. Davie illustre l'un des plus célèbres chantiers

maritimes du Québec, en opération de 1832 à 1989. À Charny, le Parc des Chutes-de-la-Chaudière, hautes de 35 mètres, est un endroit saisissant où se rincer l'œil.

Les plaisirs hors saison

Observez les grandes oies des neiges, en migration au printemps et à l'automne, à Montmagny. Et photographiez les couleurs d'automne, dans cette région où on retrouve 50 % des érables à sucre du Québec, lesquels ne manqueront pas de couler au printemps!





CÔTE-NORD

ENTRE NATURE ET DÉMESURE

© Marc Loselle

La région touristique de la Côte-Nord est née de la fusion stratégique de deux grandes régions, Manicouagan et Duplessis. Longeant le fleuve, qui devient estuaire puis golfe, sa côte est jalonnée de phares, de sites d'observation des baleines, d'archipels et même de plages. Mais il n'y a pas que la côte. La Côte-Nord est aussi terre de chasse et pêche, de motoneige, de parcs, nature et paysages. L'Unesco a reconnu le territoire de Manicouagan-Uapishka réserve mondiale de la biosphère.

PARMI LES INCONTOURNABLES

La route des Baleines

La Côte-Nord suit le Saint-Laurent sur 1250 kilomètres (777 miles) de côtes, entre Tadoussac et Blanc-Sablon. C'est vraiment la « route des Baleines », puisque 13 espèces différentes, dont la baleine bleue et le béluga, fréquentent les eaux de l'estuaire et du golfe, et ce, pas très loin au large des côtes. Vous pouvez faire des excursions en mer, à bord du meilleur bateau d'observation au Canada, le AML Grand Fleuve, ou des bateaux du Groupe Dufour, ou sur le catamaran Katmar, pour observer ces animaux fascinants. Vous pourrez même en voir de la rive en plusieurs endroits !

Perfectionnez vos connaissances au Centre d'interprétation des mammifères marins de Tadoussac, au Centre d'interprétation et d'observation de Cap-de-Bon-Désir aux Bergeronnes, au Centre de découverte du milieu marin des Escoumins, ou plus loin au Centre d'interprétation de la station de recherche des îles Mingan à Longue-Pointe-de-Mingan.

Le barrage Manic-5

C'est le plus grand barrage à voûtes multiples et contreforts au monde. Le barrage Daniel-Johnson (Manic-5) se trouve à 2 h 30 de Baie-Comeau; une

visite guidée gratuite permet de se rendre à l'intérieur et sur sa crête. Dans la même veine, on peut aussi visiter la centrale Jean-Lesage (Manic-2), à quelques minutes seulement de Baie-Comeau.

L'Archipel de Mingan

Composé d'îles et d'îlots, l'archipel est célèbre pour ses géants de pierre multiformes appelés monolithes. La Réserve de parc national du Canada de l'Archipel-de-Mingan vous reçoit dans ses deux Centres d'accueil et d'interprétation, celui de Longue-Pointe-de-Mingan, et celui de Havre-Saint-Pierre.

À SIGNALER

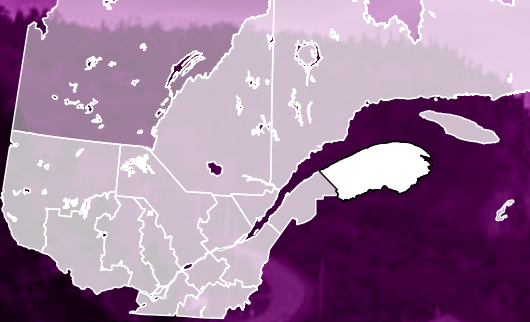
- * Centre Archéo Topo, Les Bergeronnes
- * Maison de transmission de la culture innue (Shaputani), Sept-Îles
- * Poste de traite Chauvin, Tadoussac
- * Parc de la Rivière-aux-Rochers - Piège à saumon, Port-Cartier
- * Jardin des Glaciers, Baie-Comeau
- * Centre national des naufrages du Saint-Laurent, Baie-Trinité

LIEN UTILE

www.tourismecote-nord.com



© Optik 360



Le tour de la Gaspésie, ce parcours mythique de 885 km, revendique une notoriété encore justifiée aujourd'hui. En bordure de mer nommée fleuve, golfe ou baie, il propose des sites naturels remarquables, un monde animal fascinant (colonies d'oiseaux, rivières à saumon), le tout animé par une population offrant une grande variété d'activités de découverte et de loisir.

Soucieuse de bien recevoir la visite, la région a mis sur pied la certification *Qualité Tourisme Gaspésie*, attribuée aux entreprises soucieuses de bien servir la clientèle et d'adopter des pratiques durables.

À SIGNALER

- * Exploramer, La mer à découvrir, Sainte-Anne-des-Monts
- * Musée acadien du Québec, Bonaventure
- * Site d'interprétation Micmac de Gespeg, Gaspé
- * Musée de la Gaspésie, Sainte-Thérèse-de Gaspé
- * Site historique du Banc-de-Pêche-de-Paspébiac
- * Site Mary Travers, dite « La Bolduc », Newport

LIEN UTILE

www.tourisme-gaspesie.com

GASPÉSIE

GASPÉSIE, JE T'AIME

© Steve Deshenes

PARMI LES INCONTOURNABLES

Le Parc national de l'Île-Bonaventure et du Rocher-Percé

Le majestueux rocher Percé constitue l'un des emblèmes touristiques du Québec; rattaché à la terre ferme à marée basse seulement, ce monument naturel aux falaises escarpées compte encore une arche sculptée par les éléments. L'Île-Bonaventure accueille à chaque printemps la plus grande colonie au monde de fous de Bassan; ces oiseaux au plumage blanc reviennent en couple et occupent toujours le même nid.

Le parc national Forillon (Mention Kéroul)

Situé sur la pointe de la Gaspésie, le parc Forillon possède une biodiversité remarquable. Son territoire est composé de quatre grands écosystèmes (aquatique, côtier, marin et forestier). Pendant des milliers d'années, la péninsule a été peuplée

successivement de Micmacs, pêcheurs, marchands de morue, chasseurs de baleine, gardiens de phare, etc.

Le Jardin de Métis (Mention Kéroul)

Profitant d'un microclimat spécifique, le site reconnu mondialement occupe une centaine d'hectares, où fleurissent plus de 3 000 espèces et variétés de plantes réparties dans 15 jardins. De plus, il est enrichi d'œuvres d'art, d'expositions et de boutiques.

Parc national de Miguasha

Inscrit sur la *Liste du patrimoine mondial de l'UNESCO*, le parc protège et met en valeur des fossiles de poissons et de plantes datant de 380 millions d'années, quand les espèces ont effectué le passage de la mer à la terre.

© Jean-Pierre Huard





La Sépaq

LE PLUS GRAND RÉSEAU DE PLEIN AIR AU QUÉBEC

La Société des établissements de plein air du Québec (Sépaq) est une entreprise commerciale gouvernementale qui gère 49 établissements œuvrant en tourisme de nature. Dispersés à travers le Québec, ces établissements se répartissent en trois réseaux comprenant :

23

PARCS NATIONAUX ET
LE PARC MARIN DU
SAGUENAY-SAINTE-LAURENT

15

RÉSERVES FAUNIQUES ET
LA POURVOIRIE SÉPAQ ANTICOSTI

10

CENTRES TOURISTIQUES

© Mathieu Dupuis, parc national d'Okla, Sépaq

SÉPAQ > DES EXPÉRIENCES

POUR TOUS LES GOÛTS, PARTOUT AU QUÉBEC

Le plein air accessible

La nature généreuse du Québec procure une multitude de lieux propices à l'émerveillement, à la détente et à la pratique d'activités de loisirs. La brochette d'activités proposée par la Sépaq, peu importe la saison, est multiforme : observation et découvertes, randonnées, activités nautiques et aquatiques, sports et aventures, hébergement en camping, chalet et auberge, la liste stimule et séduit. Adhérent à la politique « À part entière », cette loi québécoise visant à assurer l'exercice des droits des personnes handicapées, la Sépaq s'engage et innove en rendant accessibles bon nombre de ces options.

L'accessibilité, progressive et variable

La Sépaq gère un processus continu d'implantation et d'amélioration de l'accessibilité aux personnes ayant

des limitations. Elle met en place tout un train de mesures dans les différents centres d'activités de plein air, chacun selon sa vocation et sa réalité. Comme il s'agit d'un processus évolutif, qui concerne une cinquantaine d'établissements distincts, avec leur dynamique propre, il serait inapproprié de présenter ici le détail des facilités par établissement.

Attention! Tout n'est pas disponible partout! À chaque client de vérifier ce qui s'applique à la destination de son choix, selon ses besoins et ses préférences. Selon le cas, vous trouverez des précisions sur le niveau d'accessibilité des stationnements, des lieux d'accueil, des aires publiques (facilités de restauration, boutiques, aires à pique-nique et aires de jeux), des services sanitaires (toilettes, douches, lavabos), des sentiers, de l'hébergement ou d'autres éléments plus spécifiques (quais, embarcations, équipements), etc.

SÉPAQ > UN EXEMPLE REMARQUABLE

LE PARC D'OKA

RÉGION : BASSES-LAURENTIDES

En 2012, l'équipe du parc national d'Oka a remporté la *Mention Kéroul*, qui vise à souligner le travail des gestionnaires offrant des services accessibles aux personnes à capacité physique restreinte. Cette année-là, le Parc se démarqua notamment en rendant disponibles pour le camping en prêt-à-camper des tentes Huttoxia, adaptées aux besoins des personnes à mobilité réduite. Il y a maintenant quatre tentes Huttoxia adaptées, offrant comptoirs et table adaptés, rampe d'accès, système de barrure adapté pour les portes et fenêtres, emplacement pour le feu surélevé et table de pique-nique accessible; de plus, elles sont situées à proximité d'un bloc sanitaire avec une douche accessible.

Une nouveauté côté hébergement : deux chalets Compact accessibles. Ces nouvelles constructions, d'une seule pièce, peuvent accueillir jusqu'à 4 personnes (parfait pour un couple ou une famille) et sont équipés du

matériel nécessaire pour la préparation des repas, d'une toilette et d'un bain. Accessibles en voiture à l'année.

Différentes activités de découverte sont facilement accessibles sur place. De plus, deux types d'équipement sont prêtés gratuitement à la clientèle à mobilité réduite :

- un fauteuil tout-terrain, l'hippocampe, permettant l'accès à la plage et aux activités nautiques sur le lac des Deux-Montagnes, ainsi qu'aux sentiers de randonnée pédestre, et ce, autant en été qu'en hiver, en y disposant un ski sous la roue avant;
- le Ski-Vel, un équipement sur lequel il est possible d'installer un fauteuil roulant permettant l'accès aux sentiers de randonnée pédestre hivernaux.

Pour plus de détails, consultez le plan d'action 2015-2017 de la Sépaq en matière d'accessibilité : www.bit.ly/sepaq-accessibilité



LE PLEIN AIR ACCESSIBLE

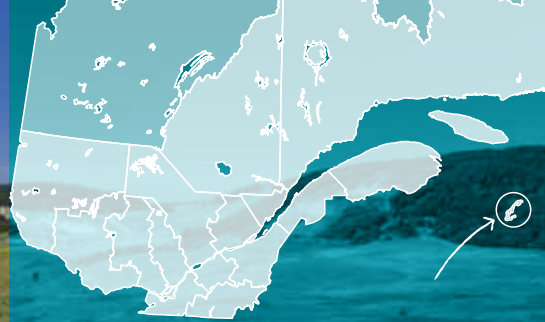
FAITES DES PARCS NATIONAUX DU QUÉBEC VOTRE DESTINATION

Profitez de la saison estivale pour découvrir des territoires uniques. Les 24 parcs nationaux du réseau Parcs Québec proposent une offre variée d'activités et d'hébergement vous invitant à explorer une nature généreuse.

OFFERTS AU PARC NATIONAL D'OKA

TENTES HUTTOPIA ADAPTÉES | CHALETS COMPACT ADAPTÉS | SENTIERS ADAPTÉS | FAUTEUIL HIPPOCAMPE

Photo : Mathieu Charland



Situées au cœur du golfe Saint-Laurent, un collier d'îles aux noms évocateurs : du Havre Aubert, du Cap aux Meules, du Havre aux Maisons, de la Pointe aux Loups, de Grosse Île, de la Grande Entrée, toutes reliées entre elles par la route 199, sauf l'île d'Entrée.

L'économie de l'archipel est basée sur la pêche et le tourisme. S'offrent aux visiteurs des beautés naturelles : longues plages, dunes à la flore maritime, falaises de grès gris et rouge. Côté faune, une grande variété d'oiseaux et des mammifères marins, où dominent les phoques. Quant à la pêche, elle comprend différents crustacés, mollusques et poissons; histoires de pêcheurs et dégustations de prises constituent des menus de choix.

À SIGNALER

- * Économusée de la fromagerie, Havre-aux-Maisons
- * Boulangerie Madelon, Cap-aux-Meules
- * Camping Parc de Gros-Cap, L'Étang-du-Nord
- * Motel des îles, Havre-aux-Maisons

LIEN UTILE

www.tourismeilesdelamadeleine.com

ÎLES-DE-LA-MADELEINE

UN ARCHIPEL EN PLEINE MER

© Michel Bonato

PARMI LES INCONTOURNABLES

Une journée à la plage

C'est le pèlerinage obligé à la mer. Choisissez un endroit préférablement à l'abri du vent, quelque part le long de ces 300 kilomètres de plage de sable blond : baignade, marche d'exploration, construction de château de sable, cueillette de coquillages à marée basse ou pur farniente, autant d'options qui s'offrent à vous.

Créations d'artistes et d'artisans

Le Circuit arts visuels et métiers d'art des Îles-de-la-Madeleine regroupe des boutiques, galeries et ateliers voués aux arts visuels et aux métiers d'art des Îles. Celles qui font partie de ce circuit offrent, entre autres, des produits dont plus de 50 % sont des créations originales réalisées en atelier par des artistes ou des artisans.

Le Site historique de la Grave

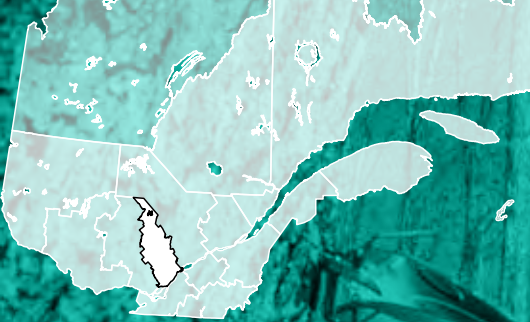
Situé à Havre-Aubert, le site réunit une panoplie de services et d'activités. On y trouve notamment le Musée de la mer, l'Aquarium des Îles; on y célèbre le Festival acadien, ainsi que le plus grand concours amateurs de châteaux de sable au monde !



© D.L. Jester



© Michel Bonato



« On vient entendre la douce musique de ses centaines de chutes et cascades, comme celle de ses festivals. » Culture, nature, nourriture et aventure, c'est plein d'allure ! Et la région en met plein la vue pour les sportifs, dans un horizon de quatre saisons.

À SIGNALER *Des propositions gourmandes*

- * Arômes et lavande, Lanoraie
- * Chocolaterie Le Cacaoyer, L'Assomption
- * Au Sentier de l'Érable, Sainte-Julienne
- * Cabane à sucre Dupuis, Saint-Jacques-de-Montcalm
- * Cabane à sucre Suzanne et Roland Roberge, Saint-Damien
- * Les femmes Collin (cabane à sucre), Saint-Esprit
- * Sucrierie du Rang Double, Saint-Lin-Laurentides

LIEN UTILE

www.lanaudiere.ca



LANAUDIÈRE

TERRE DE GRANDS ESPACES

Photos © Tourisme Lanaudière

PARMI LES INCONTOURNABLES

Culture, histoire et patrimoine

Un des événements phares est le Festival de Lanaudière, le plus grand festival de musique classique au Canada; à Joliette, l'amphithéâtre Fernand-Lindsay et la salle Rolland-Brunelle du centre culturel sont accessibles. Par ailleurs, plusieurs salles de la région le sont également : le Théâtre Côte à Côte à Mascouche, le Théâtre du Vieux-Terrebonne, la Salle L'Opale à Saint-Lin-Laurentides, le Théâtre Hector-Charland à L'Assomption et le cabaret-théâtre de la Montagne-Coupée à Saint-Jean-de-Matha.

On peut aussi visiter le Musée d'art de Joliette (*Mention Kéroul*), le Musée Gilles Villeneuve à Berthierville et des endroits marqués par l'histoire, tels que le Lieu historique national du Canada Sir Wilfrid-Laurier à Saint-Lin-Laurentides, la Maison Antoine-Lacombe et ses jardins à Saint-Charles-Borromée et le Site historique de l'Île-des-Moulins dans le Vieux-Terrebonne.

Le patrimoine religieux comporte quelques monuments, dont la Chapelle des Cuthbert (1786) à Berthierville, les églises de la Purification (1723+) à Repentigny, Saint-Louis-de-France (1877) à Terrebonne et Saint-Henri (1885) à Mascouche. L'Abbaye Val-Notre-Dame, occupée par les moines cisterciens d'Oka et récemment construite à Saint-Jean-de-Matha, combine ressources spirituelles et une gamme de produits alimentaires.

Plein air, sports et nature

Parmi les nombreux parcs, signalons celui des Chutes-Darwin à Rawdon, le Parc régional des Chutes-Monte-à-Peine-et-des-Dalles (secteur Saint-Jean et Sainte-Mélanie) à Sainte-Béatrix et le parc du Grand Coteau, au cœur du centre-ville de Mascouche.

Pour les sportifs, Arctic Aventure à Entrelacs se spécialise dans la motoneige, et Kinadapt à Rawdon dans les traîneaux à chiens. Le golf est à l'honneur à Saint-Liguori (Montcalm) et à Terrebonne (Le Versant). Plusieurs centres de plein air profitent d'un décor exceptionnel, par exemple Accès Plein Air à Chertsey, le Centre Plein Air L'Étincelle à Saint-Alphonse-de-Rodriguez et le Havre familial Centre de Plein air à Sainte-Béatrix. C'est à Saint-Alphonse-de-Rodriguez qu'opère le Camp Papillon, l'un des plus importants camps de vacances pour enfants handicapés en Amérique du Nord.



LAURENTIDES

1^{re} DESTINATION DE VILLÉGIATURE QUATRE-SAISONS AU QUÉBEC

Photos © Tourisme Laurentides

PARMI LES INCONTOURNABLES

Destination Mont-Tremblant

C'est un « Centre de villégiature » complet, un village animé offrant l'hébergement, la restauration et une panoplie d'activités, au cœur du Parc national du Mont-Tremblant. Outre le fait qu'elle soit considérée le centre de ski no 1 de l'est de l'Amérique, la station propose du camping accessible dans 3 secteurs. Elle comporte son casino et son centre de congrès. Le Domaine Saint-Bernard, un parc écotouristique communautaire, propose des sentiers de randonnée.

La Vallée de Saint-Sauveur

À une heure environ de Montréal, la Vallée de Saint-Sauveur vibre à l'année longue et propose une variété d'options : restaurants, festivals, boutiques, galeries d'art, factoreries, spas, sans oublier les activités de plein air.

Activités de plein air

Le Parc national d'Oka (Camping des Dunes) (*Mention Kéroul*) est un site exceptionnel en termes d'accessibilité (voir l'article portant sur la Sépaq) : on peut pique-niquer, faire de la randonnée, emprunter des véhicules non-motorisés adaptés, se baigner, s'héberger dans les tentes accessibles Huttopia ou

les chalets Compact, etc. Par ailleurs, le camping accessible est aussi présent à Brownsburg-Chatham, Ivry-sur-le-Lac, Labelle, Saint-André-d'Argenteuil et Sainte-Agathe-des-Monts. Renommée pour le ski, la région compte plusieurs stations avec des facilités accessibles : Morin Heights, le Mont-Avalanche, le Mont-Habitant.

Les Basses-Laurentides

Non loin de Montréal, on peut accéder à des trouvaillies. Par exemple, à Saint-André-d'Argenteuil, il y a le Lieu historique national du Canada du Canal-de-Carillon, le Parc Carillon, la Centrale hydroélectrique de Carillon et le Musée régional d'Argenteuil. Saint-Eustache propose le moulin à farine Légaré, le Musée de Saint-Eustache et de ses Patriotes, une église patrimoniale, les cabanes à sucre Bertrand et Constantin, une ferme de reptiles (l'Exotarium) et même un fameux marché aux puces. À Mirabel, on peut faire de l'agrotourisme chez Intermiel, au vignoble Négondos ou à la cabane à sucre Lalande, ou jouir des facilités du Parc du Domaine Vert ou du Parc national éducatif du bois de Belle-Rivière. On gagne à sortir des sentiers battus...

Le tourisme de villégiature quatre saisons dans les Laurentides est un créneau d'excellence où la région peut jouer un rôle de leader en Amérique du Nord et dans le monde. La qualité et la variété de son hébergement, combinée à son offre d'activités de plein air dans des décors naturels exceptionnels, contribuent à ce positionnement.

À SIGNALER

- * Hôtel-Manoir Saint-Sauveur, Saint-Sauveur
- * Village du Père Noël, Val-David
- * Le Gîte Vita Bella, Saint-Adolphe d'Howard (1^{er} gîte classifié accessible au Québec)
- * Route des Gerbes d'Angélica, Mirabel (jardins, production en floriculture à vocation humanitaire)

LIEN UTILE

- * www.laurentides.com





Île de Laval a regroupé ses 14 municipalités en une seule ville en 1965. « Urbaine de nature », comme elle se définit elle-même, Laval est à la fois territoire d'urbanité et de ruralité. En effet, la ville compte des centres commerciaux aussi complets que le Carrefour Laval et le Centre Laval, d'installations éducatives et ludiques, de nombreux restaurants, et près de 30 % de son territoire est une zone agricole où on trouve 150 producteurs.

LAVAL

ÉTONNANTE : PLEIN D'AFFAIRES À FAIRE

À SIGNALER

- * SkyVenture
- * Centre de la nature
- * Salle André-Mathieu
- * Cosmodôme
- * Ferme Marineau
- * Théâtre Marcellin-Champagnat

LIEN UTILE

www.tourismelaval.com

PARMI LES INCONTURNABLES

S'amuser et se cultiver en famille

Le Cosmodôme est un centre des sciences de l'espace. Ce musée interactif vous transporte dans l'univers des planètes. Chez SkyVenture, vous pouvez défier les lois de l'apesanteur à bord du premier simulateur de chute libre intérieur au Canada. Le Musée Armand-Frappier, dont la mission est de favoriser la compréhension d'enjeux scientifiques reliés à la santé humaine, offre des activités éducatives à l'ensemble de la population.

Les spectacles en vedette

Laval compte plusieurs salles de spectacle dont l'offre variée attire un public friand de culture. Le Théâtre Marcellin-Champagnat accueille des spectacles d'humour, de théâtre et de danse en plus des conférences voyages des Grands Explorateurs. La salle André-Mathieu présente les grands noms de la scène québécoise ainsi que des concerts de l'Orchestre symphonique de Laval. Quant à la Maison des arts de Laval, elle propose chaque année un programme diversifié en théâtre et en danse ainsi que des productions conçues spécialement pour un jeune public.

Vieux-Sainte-Rose

Ce quartier au nom fleuri est traversé d'une rue pittoresque bordée de bâtiments historiques, dont l'église Sainte-Rose-de-Lima et des maisons anciennes ainsi que des boutiques, galeries, cafés et bonnes tables. Le Parc de la Rivière-des-Mille-Îles, qui est adjacent au quartier, est parcouru de sentiers au fil desquels on découvre un paysage époustouflant, un refuge faunique, des marais en fleurs, des forêts marécageuses et un centre d'interprétation.

La nature

Découvrez le Centre de la nature (*Mention Kéroul*), parc urbain et oasis de verdure ouvert à longueur d'année et comptant une serre tropicale, une ferme, un vaste bassin d'eau et des sentiers de randonnée. L'agrotourisme est bien présent sur l'île, qui est renommée notamment pour ses cultures de fleurs. Entre autres, la Ferme Marineau produit des petits fruits, en serre et en champ, et s'adonne aussi à la culture maraîchère, dont celle de nombreuses variétés de maïs. Pour mieux connaître la rivière des Prairies, son harnachement et la force de l'eau, visitez le C.I.EAU, centre d'interprétation de la centrale hydroélectrique sur cette rivière.





MAURICIE

LA BELLE D'À CÔTÉ A PLUS D'UN TOUR DANS SON SAC

Avantageusement située à moins de 90 minutes de route pour 80 % de la population de la province, la Mauricie est traversée par la rivière Saint-Maurice, affluent du fleuve Saint-Laurent. Elle couvre un immense territoire composé à 85 % de nature sauvage, au grand plaisir des amateurs de plein air. Elle est aussi marquée par son histoire industrielle et religieuse, et par sa créativité culturelle et festive.

PARMI LES INCONTOURNABLES

Effervescence urbaine à Trois-Rivières

Fondée en 1634, Trois-Rivières est la deuxième plus vieille ville au Canada, après Québec. Chargée d'histoire, elle abrite le Lieu historique national du Canada Les Forges du Saint-Maurice, entreprise sidérurgique établie dès 1730. Visitez Boréalis, le Centre d'histoire de l'industrie papetière, plus récente certes, mais non moins importante pour l'économie de la région en son temps. Enfin, le Musée québécois de la culture populaire et sa Vieille Prison ont de quoi surprendre.

Située sur le bord du fleuve, la ville jouit d'un parc portuaire aménagé, aire de promenade récréotouristique proposant diverses animations, spectacles et festivals. Chaque été, en plein cœur du vieux Trois-Rivières, le FestiVoix se déploie sur treize scènes extérieures et intérieures, et met en valeur la voix sous toutes ses formes, dans une grande diversité de styles musicaux.

Shawinigan, entre histoire industrielle et merveilles naturelles

La Cité de l'Énergie (*Mention Kéroul*) comprend un centre des sciences qui abrite notamment la 2^e tour d'observation la plus élevée au Québec, un spectacle

multimédia et une exposition permanente; elle contient aussi un secteur historique incluant la visite d'une centrale électrique. Aire naturelle de conservation remarquable, le Parc national de la Mauricie défile ses lacs, forêts, chutes et cascades, réseau de sentiers et panorama exceptionnels; il inclut deux terrains de camping accessibles, La Clairière et Rivière-à-la-Pêche.

Patrimoine religieux

Inauguré en 1888, le Sanctuaire Notre-Dame-du-Cap est un lieu de pèlerinage situé sur le bord du fleuve; on y trouve la basilique, le petit sanctuaire, le pont des chapelets, des jardins, etc. La cathédrale de l'Assomption (1858) à Trois-Rivières est décorée de vitraux créés par Guido Nincheri. Lieu historique national du Canada, l'église Notre-Dame-de-la-Présentation (1924) de Shawinigan recèle des œuvres d'Ozias Leduc, surnommé le « Michel-Ange du Québec ». Classée monument historique national, l'église Notre-Dame-de-la-Visitation de Champlain (1878) conserve plusieurs pièces anciennes du patrimoine religieux de France et du Québec, remontant aussi loin qu'avant 1685.

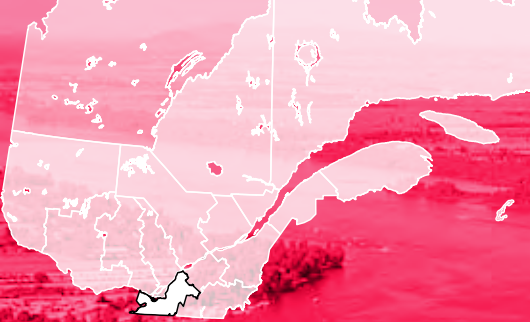
À SIGNALER

- * Salle J. Antonio Thomson, Trois-Rivières
- * Camping Otamac, Lac-à-la-Tortue

LIEN UTILE

www.tourismemauricie.com





Le vaste territoire de la Montérégie, parsemé de villes, de villages et de campagnes fertiles, se décline avec des dominantes historiques et gourmandes. La rivière Richelieu qui la traverse jusqu'au lac Champlain, lequel est situé à cheval sur la frontière canado-américaine, a connu son lot d'échanges commerciaux et guerriers avec les amérindiens et les voisins du sud. Ses rives ont aussi vibré lors des Rébellions sanglantes de 1837-1838. D'où la création du circuit touristique transfrontalier, la *Route du Richelieu*.

L'agrotourisme prédomine en Montérégie. Première au Québec pour la production de cidre et de pommes, et pionnière dans la création du cidre de glace, la région propose la *Route des cidres*, incluant de nombreuses cidreries. Elle offre aussi sa *Route des Vins de la Montérégie*, regroupant plusieurs vignobles. C'est aussi la région où l'on retrouve le plus grand nombre d'érablières à vocation touristique : le temps des sucres y est un régal à chaque printemps. Les petits fruits en autocueillette, les fromageries et charcuteries, les miels et hydromels, les fermes d'élevage et la production de lavande complètent les produits savoureux inscrits dans le *Circuit du Paysan*.

À SIGNALER

- * Théâtre de la Dame de cœur, Upton
- * Verger-cidrerie Larivière, Saint-Théodore d'Acton
- * Vinaigrerie Gingras, Rougemont

LIENS UTILES

- www.tourisme-monteregje.qc.ca
- www.routedurichelieu.ca
- www.maroutedesvins.com
- www.maroutedescidres.com
- www.lecircuitdupaysan.com



MONTÉRÉGIE

UNE RÉGION D'ESCAPADES, À DEUX PAS DE MONTRÉAL

Photos © Tourisme-Montérégie

PARMI LES INCONTOURNABLES

Des lieux d'histoire et de mémoire

Plusieurs lieux historiques nationaux du Canada conjuguent intérêt et accessibilité : celui de la Bataille-de-la-Châteauguay, à Howick; celui du Fort-Lennox, à Saint-Paul-de-l'Île-aux-Noix; et ceux du Fort-Chambly, du Canal-de-Chambly et du Canal-de-Saint-Ours. Également dignes de mention la Maison amérindienne à Mont-Saint-Hilaire, le Parc historique Pointe-du-Moulin à Notre-Dame-de-l'Île-Perrot, le Complexe archéologique de Pointe-du-Buisson à Beauharnois, Exporail, Le Musée ferroviaire canadien à Saint-Constant et la Maison nationale des patriotes à Saint-Denis-sur-Richelieu.

Le Zoo Parc Safari (Mention Kéroul)

Situé à Hemmingford, l'endroit vous emmène en *Safari Aventure* : vous circulez dans votre propre voiture parmi plus de 800 animaux venant de 5 continents. Il y a aussi le *Zoo Parc Safari* : à pied, vous observez lions, tigres, guépards et daims dans des habitats bien aménagés. Enfin, l'*Aquaparc* vous permet de vous rafraîchir tout en vous amusant.

Escapades en nature

Deux parcs nationaux proposent des journées de plein air à deux pas de Montréal. Renommé pour la randonnée pédestre, le Parc national du

Mont-Saint-Bruno comprend un réseau de sentiers, des forêts matures et cinq lacs; on peut y visiter le Vieux-Moulin. Îlot de verdure au beau milieu du fleuve, le Parc national des Îles-de-Boucherville invite à la détente. À Mont-Saint-Hilaire, la Réserve naturelle Gault de l'Université McGill protège près de 1 000 hectares de milieux naturels.





MONTREAL

AU CARREFOUR DE LA CULTURE,
DE LA CRÉATIVITÉ ET DE L'INNOVATION

PARMI LES INCONTOURNABLES

Des lieux d'histoire, celle de Montréal et celle du Canada

Le Vieux-Montréal et le Vieux-Port ont préservé de façon exceptionnelle de nombreux vestiges et monuments des époques antérieures. Plusieurs institutions proposent d'explorer ce riche passé. Pointe-à-Callière, le musée d'archéologie et d'histoire de Montréal, est érigé sur le lieu de fondation de la cité. Non loin de là, le Centre d'histoire de Montréal met l'accent sur la ville d'aujourd'hui et la diversité de ses patrimoines.

On compte trois lieux historiques nationaux du Canada, celui du Commerce-de-la-fourrure-à-Lachine, celui du Canal-de-Lachine et celui de Sir George-Étienne-Cartier, l'un des principaux artisans de la Confédération canadienne. Mentionnons également le Musée McCord d'histoire canadienne, ainsi que le Musée Stewart, basé à l'île Sainte-Hélène, et qui célèbre l'influence des civilisations française et britannique en Nouvelle-France et en Amérique du Nord.

Des lieux de culture

Amateurs d'art, vous serez comblés par les expositions renommées du Musée des Beaux-Arts ou, selon vos préférences, par celles du Musée d'Art

contemporain. Les amateurs de musique ou de théâtre ne seront pas en reste : la Place des Arts, la Maison symphonique et de nombreuses salles de spectacle présentent une grande variété de propositions et d'artistes.

Des sites d'événements et d'animation

Alors que la ville célèbre des festivités à longueur d'année, elle vibre encore plus fort durant la belle saison. Elle a aménagé une Place des festivals, qui accueille notamment les activités extérieures d'événements aussi courus que le Festival international de Jazz ou le Festival Juste pour rire. Pour les événements sportifs ou les spectacles à grand déploiement, on se retrouve au Centre Bell, au Parc olympique et au Stade Saputo. Et pour les congrès et conventions, les touristes d'affaire profitent des installations polyvalentes et ultramodernes du Palais des Congrès.

Des lieux de culte

Dans « cette ville aux cent clochers » (Mark Twain, 1881), de nombreux temples recèlent des trésors d'architecture, de patrimoine et d'histoire. Parmi ceux-ci, on note l'Oratoire Saint-Joseph, qui accueille plus de 2 millions de visiteurs annuellement; né de la dévotion du Saint Frère André, l'endroit s'anime de fêtes liturgiques, de concerts d'orgue,



Photos © TQ/M. Julien

d'expositions et de jardins. La basilique Notre-Dame de Montréal est certainement l'un des bâtiments les plus précieux du patrimoine religieux québécois. D'autres églises méritent la visite : la basilique Saint-Patrick, la Chapelle Notre-Dame-de-Bon-Secours, etc.

Des lieux de science et de nature

Le Centre des sciences de Montréal se démarque par son approche interactive accessible à tous et par sa mise en valeur de l'innovation technologique, dans un cadre à la fois éducatif et ludique.

Quant à lui, Espace pour la vie réunit quatre institutions où la nature et les sciences sont à l'honneur, pour mieux connaître et protéger la biodiversité de notre planète; il comprend notamment le Jardin botanique (*Mention Kéroul*), avec sa collection de 22 000 espèces et cultivars, ses dix serres d'exposition, sa Maison de l'arbre, sa cour des sens – une expérience olfactive, tactile et auditive destinée aux non-voyants – et plus d'une vingtaine de jardins thématiques répartis sur 75 hectares; le Biodôme, qui recrée certains des plus beaux écosystèmes des Amériques; l'Insectarium, l'un des musées favoris des enfants, abritant une collection de quelque 250 000 spécimens d'insectes naturalisés ou vivants, une fourmière et plusieurs autres vivariums captivants. Mentionnons également la Biosphère, un musée de l'environnement situé sur l'île Sainte-Hélène.



Montréal combine le charme européen et l'éclectisme nord-américain. Célébrant ses 375 ans en 2017, elle se découpe en quartiers diversifiés et cosmopolites. Elle aime la fête et la bonne chère. Elle tire de ses racines multiculturelles une capacité de créer la modernité; ainsi, Montréal est désignée ville UNESCO de design, et elle est reconnue comme un chef de file des arts numériques. C'est une ville aux mille attrait !

À SIGNALER

- * Marché Bonsecours
- * Marché Atwater
- * Casino de Montréal
- * Quais du Vieux-Port
- * Musée Grévin
- * Grande bibliothèque
- * Restaurant Toqué!

BON À SAVOIR

- * **Tourisme Montréal**
www.tourisme-montreal.org
- * La carte **Musées Montréal** donne accès à 41 musées de la métropole
www.museesmontreal.org
- * Le **Passeport MTL Culture** s'adresse aux amateurs de théâtre, de danse, d'art visuel ou de musique
www.passeportmtlculture.com



© Musée canadien de l'histoire

OUTAOUAIS

UNE RÉGION AUX MULTIPLES FACETTES

C'est une région où ville et nature se voient en harmonie, combinant avantageusement culture et plein air. De plus, faisant partie de la région de la capitale nationale canadienne, l'Outaouais donne accès aux nombreux attraits de la ville d'Ottawa toute proche.

PARMI LES INCONTOURNABLES

Les musées nationaux

Situé à Gatineau, le Musée canadien de l'histoire (l'ancien Musée des civilisations) est le plus visité au Canada. Chef-d'œuvre architectural, il contient notamment la plus grande collection de mâts totémiques en salle au monde ! Et juste de l'autre côté de la rivière Outaouais, à Ottawa, s'offre à vous une déclinaison variée de musées, ayant pour thématiques les beaux-arts, la nature, la guerre, l'aviation et l'espace, la photographie contemporaine, etc.

Les parcs

Situé à Montebello, non loin du Fairmont Le Château Montebello – qui lui-même vaut le détour –, le Parc Oméga propose de parcourir 17 km de route sinueuse à bord de votre véhicule. Dans cette succession de collines, de lacs et de grands espaces, repérez des animaux sauvages dans leur habitat naturel, tels que bisons, wapitis, ours, sangliers, loups, cerfs de Virginie, etc. Un autre parc exceptionnel, celui de la Gatineau à Chelsea, est l'endroit idéal pour des pique-niques et des randonnées; le site inclut le Domaine Mackenzie-King, lieu champêtre légué par le 10^e premier ministre du Canada, et qui comprend notamment des jardins et des ruines remplies d'histoire. Enfin, le Parc national de Plaisance, situé au

cœur de la rivière Outaouais, est fréquenté par plus de 230 espèces d'oiseaux et constitue un endroit de prédilection pour les ornithologues; à noter, le centre municipal d'interprétation du patrimoine de Plaisance vous invite à revivre l'aventure géologique, du peuplement et du développement de son territoire.

À deux pas d'Ottawa

La proximité d'Ottawa invite à visiter les institutions fédérales telles que le Parlement ou encore Rideau Hall, là où réside le gouverneur général. Des événements aussi colorés que le Festival canadien des tulipes, le plus important au monde et qui se tient au printemps, vaut le déplacement.

À SIGNALER

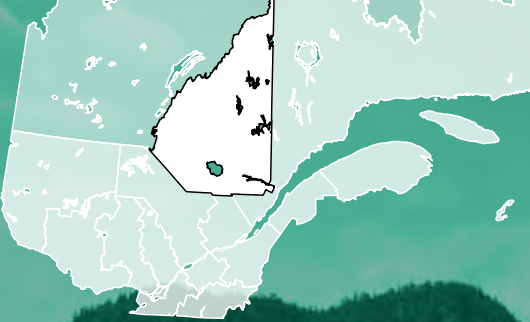
- * Casino du Lac-Leamy, Gatineau
- * Ramada Plaza Manoir du Casino, Hull
- * En juillet, c'est le « Mois de la famille » en Outaouais.

LIEN UTILE

www.tourismeoutaouais.com



© Commission de la capitale nationale



Le bien nommé Royaume s'articule autour de deux pièces d'eau géantes, la rivière Saguenay et le lac Saint-Jean. Le Saguenay propose la Route du Fjord, corridor monumental ponctué de villages pittoresques et de baies tranquilles, assorti du Parc national du Fjord à Baie-Éternité et du Musée du Fjord à La Baie. Véritable mer intérieure, le lac Saint-Jean a un pourtour dont la fréquentation, en auto ou à vélo, est un classique. On y trouve une abondance d'attractions historiques, amérindiennes, naturelles et sportives, et surtout les Bleuets, résidents fiers et accueillants, dont le surnom s'inspire du petit fruit emblématique sauvage qui foisonne dans la région.

À SIGNALER

- * Centre d'interprétation de l'agriculture et de la ruralité, Metabetchouan-Lac-à-la-Croix
- * Vieille fromagerie Perron (Musée du fromage cheddar), Saint-Prime
- * Centre des congrès et hôtel La Saguenéenne, Chicoutimi
- * Musée amérindien de Mashteuiatsh
- * Pulperie de Chicoutimi
- * Moulin des Pionniers, La Doré
- * Musée de la Défense aérienne de Bagotville
- * Musée Louis-Hémon, Péribonka

LIEN UTILE

www.saguenaylacsaintjean.ca

SAGUENAY— LAC-SAINTE-JEAN

IL Y A DE GRANDES CHOSES À FAIRE AU PAYS DES GÉANTS

© Fabrice Lemblay

PARMI LES INCONTOURNABLES

Le Zoo sauvage de Saint-Félicien

Le Zoo s'impose comme centre de conservation de la biodiversité boréale. Sur un territoire surdimensionné où résident plus de 1 000 animaux issus de 75 espèces indigènes et exotiques, circulez à bord du train dans le Parc des sentiers de la nature, où l'humain est en cage et les animaux en liberté. Le Zoo comporte aussi le Boréalium (pavillon d'accueil) et une partie pédestre divisée en six secteurs, incluant une petite ferme.

La Fabuleuse histoire d'un Royaume

Premier spectacle historique à grand déploiement au Canada, la Fabuleuse, trentenaire, impressionne par sa démesure et ses effets spéciaux. Opérant

dans le Théâtre du Palais municipal de La Baie, elle raconte l'histoire du Québec et l'épopée des bâtisseurs de la région. Elle réunit sur scène 150 comédiens, et des chevaux, voitures, musique et danse, feux et lumières. Fabuleux !

Le Village historique de Val-Jalbert

Il occupe à Chambord un magnifique site naturel où se trouvait au début de siècle dernier une petite ville bâtie autour de son usine de pâte à papier. À la fermeture du moulin en 1927, l'endroit a été déserté. Il revit maintenant comme un musée à ciel ouvert avec ses personnages attachants, ses bâtiments d'époque et la vertigineuse chute Ouiatchouan.



© Pulperie de Chicoutimi



QUÉBEC

BERCEAU DE L'AMÉRIQUE FRANÇAISE

PARMI LES INCONTOURNABLES

De grands musées

Le Musée national des beaux-arts du Québec abrite la plus grande collection d'art du Québec, forte de plus de 38 000 œuvres, tout en assurant une présence de l'art international. Les Musées de la civilisation regroupent quatre musées distincts, dont le Musée de la Place Royale, qui présente l'histoire de la Nouvelle-France et de la Place-Royale à travers celle de ses habitants, de Samuel de Champlain à aujourd'hui, et le Musée de la civilisation proprement dit, qui explore les différentes facettes de la réalité humaine d'hier et d'aujourd'hui.

Histoire militaire

Gérées par la Commission des champs de bataille nationaux, les Plaines d'Abraham comptent parmi les plus prestigieux parcs urbains au monde et les plus importants parcs historiques au Canada. D'autres lieux historiques nationaux du Canada peuvent aussi être visités, celui du Parc-de-l'Artillerie et celui des Fortifications de Québec. Enfin, la Citadelle de Québec héberge dans sa forteresse un régiment - le 22^e Bataillon, canadien-français, créé en 1914 (aujourd'hui le Royal 22^e Régiment), et un musée.

Patrimoine religieux

Sainte-Anne-de-Beaupré se démarque par son sanctuaire très fréquenté; on peut aussi y visiter le musée de Sainte-Anne. À Québec même, la basilique cathédrale Notre-Dame-de-Québec est l'église primatiale du Canada; la cathédrale Holy Trinity (1800-1804) est le premier édifice expressément construit hors des îles britanniques pour servir de cathédrale anglicane; quant à lui, le monastère des Augustines propose un musée et, depuis peu, de l'hébergement dans l'ancien cloître restauré.

Nature et plein air

Des sites et des décors à vocations diverses, tous axés sur la nature. À Sainte-Foy, l'Aquarium du Québec occupe 16 hectares et est habité par 10 000 animaux marins. À Beaupré, des sentiers longent le Canyon Sainte-Anne et permettent d'explorer des parois et des roches vieilles de 1,2 milliard d'années, sur les deux rives abruptes de la rivière Sainte-Anne-du-Nord. Toujours à Beaupré, le Mont Sainte-Anne est l'hôte d'un centre de villégiature et d'une station de ski de grand calibre. À Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier, la Station touristique Duchesnay, gérée par la Sépaq, constitue un centre de villégiature 4 saisons, terrain de jeu majestueux pour pratiquer de nombreuses activités.





© TO.M. Julien

À quelques minutes de la ville de Québec, le Parc de la Chute-Montmorency est un des sites les plus spectaculaires de la province; avec ses 83 mètres de hauteur, soit 30 mètres de plus que les chutes du Niagara, l'imposante chute Montmorency domine le paysage; on y trouve sentiers, téléphérique et hébergement. Situé dans un décor pittoresque à Saint-Laurent-de-l'Île-d'Orléans, le

Parc maritime de Saint-Laurent relate l'époque aujourd'hui révolue de la construction navale en bois à l'île d'Orléans. Enfin, à Saint-Joachim, la Réserve nationale de faune du Cap Tourmente est constituée de marais, de plaines et de forêts; elle a pour but de protéger un marais à scirpe d'Amérique, principal habitat de la grande oie des neiges en périodes migratoires.



Fondée en 1608 par Samuel de Champlain, reconnue par l'UNESCO comme joyau du patrimoine mondial, Québec est la seule ville fortifiée d'Amérique du Nord. Regorgeant de nombreux trésors, elle est bien plus qu'une ville musée; à l'intérieur des murs du Vieux-Québec et au-delà, elle multiplie les initiatives gastronomiques, événementielles, culturelles, sportives et commerciales.

Sa région n'est pas en reste : l'Île d'Orléans constitue le plus grand site patrimonial du Québec. La route de la Nouvelle-France, l'une des plus vieilles artères de l'Amérique du Nord et qui relie le Vieux-Québec à la Côte-de-Beaupré, est émaillée de points d'intérêt. La vallée de la Jacques-Cartier et son parc national s'imposent pour leur villégiature et leurs activités de plein air.

À SIGNALER

À Québec

- * Parlement de Québec
- * Observatoire de la capitale
- * Festival d'été de Québec (site extérieur)
- * Hôtel Château Laurier
- * Au village huron de Wendake
- * Hôtel-Musée Premières Nations
- * Site traditionnel huron Onhoüa Chetek8e
- * Artisans et artistes indiens du Québec

À l'Île d'Orléans

- * L'Espace Félix-Leclerc, Saint-Pierre-de-l'Île-d'Orléans
- * Ferme Le Beau Markon, Sainte-Famille-de-l'Île-d'Orléans

LIEN UTILE

www.quebecregion.com



© Jean-François Bergeron

Conseils de nos voyageurs avertis

BIEN VOUS CONNAÎTRE

Choisir votre destination en fonction de ce que vous aimez (culture, plein air, repos, etc.) et de son accessibilité.

Vérifier quelles sont vos capacités et si vos capacités ont changé depuis votre dernier voyage, surtout si votre déficience est liée à un accident, une maladie ou au vieillissement.

Prenez vos précautions et pensez « pratique » : munissez-vous de votre dossier médical et d'une assurance voyage, préparez votre carnet d'adresses avec les coordonnées de votre médecin, emportez les médicaments habituels et une trousse de survie.

Avant votre départ, pourquoi ne pas faire un tour chez votre fournisseur de fauteuil ou de matériel orthopédique ou chez votre fabricant pour une mise au point ?

Durant votre séjour, si une réparation s'impose, contactez un des endroits recensés sur le site de www.LaRouteAccessible.com

BIEN PRÉPARER VOTRE VOYAGE POUR MIEUX EN PROFITER

Plus vous faites des recherches au sujet des endroits accessibles, plus votre voyage sera accessible. Même si vous trouvez un hôtel accessible, encore faut-il qu'il soit situé dans un endroit où il y a des restaurants, des activités et des moyens de transport accessibles.

Consulter d'autres personnes en situation de handicap et qui ont des besoins semblables aux vôtres.

N'hésitez pas à consulter les forums, blogues et sites Web sur les voyages accessibles pour avoir les commentaires d'autres personnes handicapées. Assurez-vous que l'information soit récente.

CONSULTER UN AGENT DE VOYAGE

Un agent de voyage qui a été formé pour répondre aux besoins des personnes handicapées peut faire toute la différence dans la qualité et l'appréciation de votre voyage.

www.keroul.qc.ca/agents-de-voyages.html

RÉSERVER À L'AVANCE

Les hôtels qui ont des chambres accessibles n'en comptent généralement que quelques-unes, alors vaut mieux vous y prendre à l'avance pour réserver et demander une confirmation de réservation si possible. Il est bon de savoir qu'il y a davantage de chambres accessibles dans les centres urbains, que celles avec deux lits sont limitées et que les salles de bain accessibles comportent parfois une douche, parfois un bain, le tout étant variable d'un endroit à l'autre. Spécifier à l'établissement hôtelier que vous avez besoin d'un banc de douche.

Pour rendre vos déplacements plus faciles et agréables, nous vous conseillons de réserver vos transports 48 heures à l'avance, de préciser les services spéciaux requis à l'agent au moment de la réservation et de vous renseigner à propos des cartes à l'accompagnement.

SPÉCIFIER VOS BESOINS

Il est primordial de mentionner vos limitations et vos besoins spéciaux lors de votre réservation d'hébergement et de transport, et de communiquer à nouveau avec eux 48 heures à l'avance pour confirmer le tout.

BIEN PLANIFIER VOTRE ITINÉRAIRE

Si l'on sait à quoi s'attendre, ça nous facilitera beaucoup la vie une fois rendu sur place. Il y a souvent plusieurs façons de se rendre à un même endroit, et certains endroits sont beaucoup plus accessibles que d'autres. Les déplacements seront-ils faciles, autant pour l'aller-retour qu'une fois sur place ? Voilà des éléments à valider absolument !

AVOIR UN « PLAN B »

Même dans les voyages les mieux planifiés, ça ne va pas toujours comme sur des roulettes. Devant les imprévus et les obstacles, que faites-vous ? Grève des transports, pile qui vous laisse tomber, erreur de réservation, chambre où le lit n'est pas à la hauteur promise, etc. Ayez un « plan B » ou encore le nom d'une personne qui peut vous aider à en trouver un en cas de besoin.

APPRÉCIER VOTRE VOYAGE

Un voyage amène toujours son lot de plaisirs et d'appréhensions, mais il faut garder en tête que voyager, c'est accepter de sortir de son confort et que chaque problème a sa solution.

Vous avez planifié le plus possible, vous avez consulté d'autres personnes handicapées et vous avez un « plan B » ? Maintenant, appréciez votre voyage et sachez prendre avec humour les situations imprévues, quelles qu'elles soient... Après tout, ça fait partie de l'expérience du voyageur !

VIGNETTE D'ACCOMPAGNEMENT TOURISTIQUE ET DE LOISIR

La vignette d'accompagnement touristique et de loisir accorde la gratuité d'entrée, dans les endroits participants, à l'accompagnateur d'une personne âgée d'au moins 12 ans, ayant un handicap ou un problème de santé mentale et nécessitant l'aide d'un accompagnateur pour ses sorties touristiques ou de loisir.

Pour connaître l'organisme accrédité de votre région : www.vatl.org/nous_joindre.php

Les voyageurs de l'extérieur du Québec doivent contacter Kéroul pour obtenir la vignette durant leur séjour : 514 252-3104 ou infos@keroul.qc.ca

AIDES À LA PERSONNE

Entreprises offrant les soins de préposés et des services d'assistance ou d'accompagnement lors d'activités à l'extérieur du domicile.

Bayshore, soins à domicile

Montréal : 514 879-5657 ou 1 800 322-9228

Québec : 418 650-6302 ou 1 855 771-0953

www.bayshore.ca/fr/locations/quebec-fr

Quiétude chez soi

450 907-1591

www.quietudechezsoi.com

Réseau Servirplus (partout au Québec)

450 467-7000 ou 1 800 264-1888

www.servirplus.qc.ca

ADHÉREZ À *Kéroul*



MISSION

*Rendre le tourisme et la culture accessibles
aux personnes à capacité physique restreinte*

MEMBRE INDIVIDUEL

25 \$ / année

AVANTAGES :

- Recevoir quatre fois par année *Le Baladeur*, le seul magazine sur le tourisme accessible au Québec
- Recevoir la revue *La Route Accessible*
- Participer à l'assemblée générale annuelle
- Participer à la vie touristique et culturelle accessibles
- Contribuer au développement de l'accessibilité
- Soutenir une organisation dont vous partagez les valeurs et dont la mission vous tient à cœur !

MEMBRE ORGANISME

60 \$ / année

AVANTAGES :

- Recevoir quatre fois par année *Le Baladeur*, la revue québécoise de tourisme et de la culture accessibles (1 à 25 copies par parution)
- Recevoir la revue *La Route Accessible* (1 à 100 copies, au choix)
- Bénéficier d'une conférence gratuite sur les voyages une fois l'an
- Recevoir par courriel, tous les deux mois, le *Kéroul en bref* et ainsi être informé des grands dossiers concernant l'accessibilité
- Participer à l'assemblée générale annuelle
- Soutenir une organisation dont vous partagez les valeurs et dont la mission vous tient à cœur !



Photos © TOIM - Julien

ADHÉSION À KÉROUL

Un geste concret qui place l'accessibilité au cœur des préoccupations !

Les membres sont une des forces vives de Kéroul. Ils sont appelés à participer et à communiquer leurs expériences touristiques. Par leur présence, ils témoignent de la vitalité du tourisme accessible et de son importance dans notre société.

- Nouvelle adhésion
 Renouvellement
 Membre individuel (25 \$) :
déficience (s'il y a lieu) _____
 Membre organisme (60 \$) :
contact _____
nombre de membres _____
 Don : _____

(un reçu d'impôt sera émis pour tout don de 20 \$ et plus)

Nom : _____
Adresse : _____
Ville : _____
Province : _____
Code postal : _____
Tél. (dom.) : _____
Tél. (bur.) : _____
Courriel : _____

Paiement par carte de crédit :

Carte de crédit : Visa MasterCard

Numéro : _____

Date d'expiration : _____

Ou par chèque à l'ordre de Kéroul

Kéroul

4545, av. Pierre-De Coubertin
Montréal (Québec) H1V 0B2

Tél. : 514 252-3104
Télec. : 514 254-0766

infos@keroul.qc.ca
www.keroul.qc.ca

Transports accessibles

LOCATION D'UN VÉHICULE ADAPTÉ ET SERVICES EN ROUTE

MINIFOURGONNETTE

Minifourgonnette avec rampe d'accès pouvant accueillir jusqu'à trois personnes en fauteuil roulant motorisé et quatre accompagnateurs. Réserver le plus tôt possible surtout en période estivale.

Location Jean Légaré

514 522-6466 ou 1 877 457-5342

www.locationlegare.com/fr/location/specialises/mini-fourgonnette-adaptee

VOITURE

Location d'une voiture avec commandes manuelles ou poignées de volant

ALAMO : 1 800 651-1223

www.alamo.ca/fr_CA/car-rental/customers-with-disabilities.html

AVIS : 1 800 321-3652

www.avis.com/car-rental/content/display.ac?contentId=Avis-Access-CA_fr-004532

ENTERPRISE :

1 866 225-4284 1 866 534-9250 (ATS)

www.enterprise.ca/fr/help/customers-with-disabilities.html

SERVICES EN ROUTE

- Postes d'essence recommandés par le CAA Québec offrant le service à la pompe.
- Entreprises de services orthopédiques qui effectuent la réparation, la vente et la location de fauteuils roulants et d'autres aides à la mobilité (vente et location)

Pour obtenir les coordonnées, consultez la région choisie sur www.LaRouteAccessible.com

Vignette de stationnement : pour de l'information, consultez www.keroul.qc.ca sous l'onglet Services aux voyageurs.

www.keroul.qc.ca/vignette-de-stationnement.html

TRANSPORT COLLECTIF – INTERURBAIN

AUTOCAR

Pour connaître les trajets, les horaires et les tarifs, consultez le site Web de la Fédération des transporteurs par autobus. Lors de votre réservation, spécifiez que vous voyagez en fauteuil roulant. (l'onglet interurbain) www.federationautobus.com/fr/les-modes-de-transport-par-autobus

TRAIN

Pour voyager en train, vous devez faire une réservation par téléphone avec VIA Rail au 1 888 842-7245 ou au 1 800 268-9503 (ATS) et non par Internet. Lorsque vous faites votre réservation au moins 48 heures et plus à l'avance, assurez-vous que les gares de votre ville de départ et d'arrivée sont accessibles.

TRANSPORT COLLECTIF – LOCAL

TRANSPORT ADAPTÉ

Chaque municipalité au Québec offre du transport adapté. Pour réserver, il est nécessaire d'avoir un numéro d'utilisateur.

TAXIS ADAPTÉS

Pour les coordonnées de toutes les compagnies qui offrent des taxis adaptés, consultez www.LaRouteAccessible.com

AUTOBUS RÉGULIER ET MÉTRO – Montréal

La majorité des lignes d'autobus offrent des véhicules à plancher surbaissé.

www.stm.info/fr/acces/acces-en-fauteuil-roulant

Le métro de Montréal compte 9 stations accessibles. Pour consulter la carte indiquant les stations de métro avec ascenseur : www.stm.info/fr/acces/acces-au-metro-par-ascenseur

Un service de navette accessible (747) est offert 24 heures par jour, 7 jours sur 7, entre l'aéroport Montréal-Trudeau et la Gare d'autocars de Montréal (métro Berri-UQAM). www.stm.info/fr/infos/reseaux/bus

AUTOBUS – Québec

Tour de ville accessible à Québec avec le Bus rouge 418 664-0460 ou 1 800 267-8687

www.toursvieuxquebec.com/fr/forfait/Bus-Rouge

GRATUITÉ POUR L'ACCOMPAGNATEUR

EN AVION

Un accompagnateur d'une personne handicapée peut voyager gratuitement ou obtenir un rabais sur son billet selon la compagnie aérienne, le trajet à parcourir et/ou le tarif choisi. Plus de détails sur le site de Kéroul sous l'onglet Services aux voyageurs : www.keroul.qc.ca/gratuite-pour-accompagnateur.html

EN TRAIN

Possibilité d'une gratuité sur présentation des documents exigés par VIA Rail.

1 888 842-7245 ou au 1 800 268-9503 (ATS).

www.viarail.ca/fr/infos-voyages/besoins-speciaux/accessibilite

EN AUTOCAR

Gratuité sur présentation de la Carte québécoise à l'accompagnement disponible auprès de la Fédération des transporteurs par autobus.

418 476-8181, poste 208.

www.federationautobus.com/carte-a-laccompagnement

EN TRANSPORT COLLECTIF

À Montréal, accès gratuit à l'accompagnateur d'une personne ayant un statut d'accompagnement obligatoire (déterminé lors de l'admission ou pour des fins de familiarisation). Pour plus de détails, communiquez avec la STM au 514 280-8211.

www.stm.info/fr/ta



québec original

©TQ / P. Mastrovito



©TQ/J.J.-F. Hamelin

découvrez
planifiez
réservez

1 877 BONJOUR



QuebecOriginal.com



ORTHOFAB

Le seul fabricant québécois de fauteuils roulants manuels et motorisés



Venez nous visiter!

2160, rue De Celles
Québec (Québec) G2C 1X8

Depuis 1988, Orthofab met à votre service une équipe multidisciplinaire dédiée et expérimentée accompagnant vos besoins de mobilité, de posture et d'aide aux transferts et ce, partout au Québec.

Fauteuils roulants

Quadriporteurs

Composants de posture

Aides à domicile



Le MAP motorise votre fauteuil roulant manuel



CONTACTEZ-NOUS
sac@orthofab.com
1.800.463.5293

Découvrez notre nouveau site internet
www.orthofab.com



Suivez-nous!