

LA PRESSE TOURISTIQUE

Laurentides | Printemps 2025 | GRATUIT

AU RYTHME DU PRINTEMPS

Sur la route des
pow-wow

Eau vive, vive le
printemps

Le terroir en bouteille
grâce aux abeilles

UNE PROPRIÉTÉ DE
MÉDIA LO

LA SAISON DE L'ENTRE-DEUX

Le printemps n'a jamais été ma saison préférée - moi qui adore l'hiver et la neige! Mais depuis quelques années, je vois cette période autrement.

Plutôt que de voir la boue et la neige fondante, j'observe plutôt la nature : les quelques bourgeons dans les arbres qui poussent, l'odeur de la neige qui fond, les petites fleurs qui font leurs premières apparitions, les points de vue des montagnes qui changent chaque jour, devenant un peu plus vert chaque fois.

Le printemps, c'est aussi ce moment de l'année où les gens recommencent à sortir et à profiter de l'extérieur. On dirait que tout le monde est plus souriant, le cœur réchauffé du soleil d'avril. Enfin! La saison des festivals, des bières sur les terrasses, des marches tard le soir, des sorties de vélo, se pointe le bout du nez.

Dans les prochaines pages, vous trouverez donc des idées pour profiter de cette saison de l'entre-deux autrement. À travers mes recherches et les textes de nos collaborateurs, j'ai moi-même découvert une panoplie d'idées et d'activités à faire pour profiter de cette saison, comme la route des pow-wow qui commence dès le mois de mai.

Le printemps, c'est parfait pour prendre la route et découvrir des nouveaux endroits gourmands. Geneviève Quessy nous amène dans les Hautes-Laurentides pour découvrir le vin de miel. Puis, Julie Landry-Moreau nous propose une route culturelle et historique pour découvrir notre région et les artistes d'ici. Pour certains, le printemps veut aussi dire renouveau. Catherine Verdon nous propose donc des retraites pour « cultiver son intérieur » dans la section Bien-être. Puis, notre collaboratrice Aurélie Tisseur vous invite à célébrer le printemps de quatre manières originales.

Ce printemps, pourquoi ne pas explorer notre région différemment? En attendant que les activités d'été recommencent, partez à la découverte du patrimoine, assistez à des spectacles, explorez les lacs, goûtez aux nouveaux plats ou café du commerce près de chez vous. Il y a tant à voir et à faire pour égayer la saison en attendant le retour des journées estivales.

Bonne exploration!

Marie-Catherine Goudreau
Rédactrice en chef | mcgoudreau@medialo.ca



SOMMAIRE

Laurentides | Printemps 2025 | Gratuit

Couverture : Une sortie de canot sur le lac Tremblant au coucher de soleil : l'activité parfaite pour célébrer l'arrivée des beaux jours qui s'allongent. Le Centre nautique Pierre Plouffe offre la location d'embarcations nautiques pour profiter des paysages montagneux autour du lac. **Photo de couverture** : Tremblant

04 Vibrer au rythme des pow-wow

06 Quatre invitations à célébrer le printemps

10 Sentier national au Québec : Les Laurentides

12 Chasse et pêche : Nos dindons sauvages

14 Explorer l'arrière-pays grâce au quad

16 Les défis sportifs à mettre à son agenda

18 Route culturelle à travers les Laurentides

22 Coups de cœur de l'équipe

23 Pause-café entre arts et mouvements

26 Bien-être : Cultiver son intérieur



LA PRESSE TOURISTIQUE

lapresstouristique.ca

MÉDIALO

250 Rue Jacques Plante Bureau 204,
Repentigny, QC J5Y 0L2
www.medialo.ca
514 394-7156

ÉQUIPE DE LA PRESSE TOURISTIQUE

Rédactrice en chef :
Marie-Catherine Goudreau
Directrice du magazine :
Sabrina Desjardins
Directeur artistique :
Etienne Derepentigny
Éditrice régionale :
Élise Léonard

Conseillers en solutions médias :

Nathalie Chalifoux Joëlle Bélisle
Stéphanie Lomas Sarah Carrière

Collaborateurs :

Aurélie Tisseur Julie Landry-Moreau
Catherine Turgy Geneviève Quessy
Michel Therrien Catherine Verdon

MÉDIALO

Président : Frédéric Couture
Vice-Présidente : Véronique Gauthier
Directeur de production :
Cédric Juguet
Publié par **Médialo inc.**
Impression : **Imprimerie Solisco**
Distribution : **Médialo inc.**

Plus de 100 points de dépôt

Franke Mercedes-Benz • Ste-Agathe



Voici la CLA 250 4Matic 2025 • Une intelligence séduisante • Une polyvalence attrayante.

Location	Paiement aux deux semaines	Rabais	Département des ventes
2.99%*	357\$*	0\$ Comptant*	Ouvert les samedis
48 mois	*Taxes en sus	Expire le 30 avril 2025	For English information please call.



Mercedes-Benz

Franke Mercedes-Benz • 1751 rue Principale, Ste-Agathe-des-Monts • Ouvert les samedis (Ventes)
For english info please call • 1 888 480-9075

*© Mercedes-Benz Franke Sainte-Agathe. Inventaire # 71409, CLA250 4MATIC 2025. Prix de vente 62 058.14\$ - 2 000\$ (rabais) = 60 058.14\$, 357.43\$ aux deux semaines pour 48 mois et 12 000 km par année. Les prix indiqués n'incluent pas TVQ, TPS, les frais d'immatriculation, d'assurance et d'enregistrement du véhicule. Les offres peuvent changer sans préavis et ne peuvent être jumelées à aucune autre offre. L'offre prend fin le 30 avril 2025.

->1289813

VIBRER AU RYTHME DES POW-WOW

Dès le début du mois de mai, les pow-wow commencent dans une trentaine de communautés du Québec autochtone. Le pow-wow traditionnel de Kitigan Zibi est l'un des premiers à lancer la route des pow-wow, qui se poursuivra jusqu'en septembre, une occasion de vivre et de partager culture et traditions lors des week-ends de l'été. **Par Marie-Catherine Goudreau**



Photos : Stéphane Audet

Le pow-wow de Kitigan Zibi, qui a lieu du 31 mai au 1^{er} juin, débute par une grande entrée où les danseurs, vêtus de leurs tenues traditionnelles, pénètrent dans l'arène. Une prière d'ouverture est prévue, ainsi que des chants d'honneur interprétés par les aînés et les groupes de tambours. « Traditionnellement, les danseurs de la "grass dance" entrent en premier pour aplanir le sol. Ce geste a une signification symbolique profonde », explique Robin Cayer de la communauté Anishinaabe (algonquienne) de Kitigan Zibi située près de Maniwaki.

Selon cette dernière, le pow-wow est un espace de partage culturel où les gens peuvent en apprendre davantage sur les traditions autochtones. « Des aînés et gardiens du savoir peuvent transmettre leurs enseignements et raconter leurs histoires. » L'événement offre aussi un espace de guérison et de résilience. « Particulière pour ceux qui ont été touchés par le colonialisme, comme les pensionnats autochtones. Il permet de se reconnecter à ses racines », rapporte Mme Cayer.

« Pour les Autochtones, le pow-wow est un moyen d'affirmer leur culture, et ce, depuis des générations. Il incarne la solidarité entre les Nations », lit-on sur le site web de Tourisme Autochtone Québec. On met de l'avant les tambours, la danse, les regalias, la cuisine et l'artisanat des peuples autochtones. D'ailleurs, le pow-wow comporte toujours un caractère cérémoniel et spirituel, que ce soit par les chants traditionnels ou les tambours sacrés.

À chacun sa signification

Du côté de la communauté Kanien'kehá:ka (mohawk) de Kanehsatà:ke, le déroulement de leur pow-wow annuel varie au fil des années selon l'organisateur et le maître de la cérémonie. Cette année, le pow-wow aura lieu du 31 août au 1^{er} septembre. L'événement attire entre 3000 et 5000 personnes.

À l'origine, le pow-wow a été initié par des membres de la communauté à la suite de la résistance de Kanehsatà:ke (crise d'Oka) en 1990. « Ça s'est fait dans l'objectif de

guérison, de créer des liens, de renouer entre nations et culturellement. Ça n'a jamais été pris en charge par la nation, mais plutôt par des individus de la communauté », souligne Véronique Vincent de Tourisme Kanehsatà:ke.

« Il faut comprendre que chaque pow-wow est différent. Il ne faut pas comparer et il faut rester ouvert à vivre quelque chose de différent », souligne Mme Vincent. « Un conseil que je donnerais, c'est de ne pas avoir peur de venir! C'est ouvert à tous. Il faut simplement avoir les bases : l'ouverture, l'écoute et le respect. » À savoir que certains pow-wow peuvent avoir un aspect compétitif.

Les regalia : une signification importante

Le regalia est un habit traditionnel que portent les danseurs lors du pow-wow. Celui-ci est conçu entièrement des mains de celui qui le revêt et représente son identité ainsi que son lien avec la danse et la communauté. Le danseur l'a vu préalablement dans un rêve.

« Les regalias sont très personnels à chaque personne. Chaque élément du regalia revêt une signification culturelle, transmet un enseignement et porte souvent l'esprit des ancêtres de celui ou celle qui la porte », explique Mme Cayer. Que ce soit par les plumes, le perlage, les couleurs ou les motifs, tout ce qu'on observe sur cette tenue a une signification.

Les danses

Les danses sont un élément central du pow-wow, et elles ont toute une signification particulière et spirituelle. Du côté de Kitigan Zibi, on pourra voir durant le pow-wow entre autres la « men's dance », qui imite les guerriers traquant des animaux ou des ennemis. Ou encore la « women's dance », qui est une danse gracieuse et spirituelle. « Les danseuses bougent lentement avec des pas ar-

rhythmés qui symbolisent leur profonde connexion à la Terre. » Puis, il y a certains moments durant la journée où tous sont invités à danser.

Pour la communauté Kanien'kehá:ka (mohawk) de Kanehsatà:ke, la « smoke dance » revient chaque année.

Des impacts économiques et de reconnaissance

Depuis quelques années, on observe une augmentation de l'engouement pour le pow-wow de la communauté de Kitigan Zibi. L'année dernière, entre 3000 et 7000 personnes y ont participé. « Je pense que de plus en plus de gens veulent apprendre sur les traditions et expérimenter le pow-wow », soutient Robin Cayer.

Les pow-wow sont aussi une occasion de découvrir l'artisanat et la cuisine autochtone. Des artisans proposent des objets traditionnels faits à la main, comme des mocassins, des bijoux, des pièces en perlage ou encore des toiles. On retrouve aussi des plats inspirés des traditions autochtones. Pour plusieurs artisans, ces événements représentent une source de revenus essentielle.

En plus de leur portée économique, ces rassemblements renforcent la visibilité des communautés et affirment leur présence sur le territoire. « Le pow-wow contribue à la reconnaissance de notre communauté et de notre culture », souligne Véronique Vincent.

L'événement de Kanehsatà:ke pourrait d'ailleurs évoluer dans les prochaines années. Tourisme Kanehsatà:ke souhaite y intégrer de nouvelles activités et tiendra des consultations avec la communauté pour orienter son développement.

« Le pow-wow a été créé dans un objectif de guérison, de créer des liens, de renouer entre nations et culturellement. » - Véronique Vincent, Tourisme Kanehsatà:ke

7 choses à ne pas oublier

- Habillez-vous de façon appropriée
- Respectez la prière d'ouverture et soyez à l'heure
- Respecter les consignes : Demandez avant de prendre des photos et écoutez attentivement l'animateur
- N'apportez ni alcool ni drogues
- N'oubliez pas votre tabac : « Offrir du tabac à un aîné ou à un danseur avant de lui poser une question est un signe de grand respect. »
- Les enfants sont les bienvenus!
- Posez des questions

Source : Tourisme Autochtone Québec

Les pow-wow dans nos régions

LAURENTIDES

Pow-wow de Kanehsatà:ke : Habituellement à la fin août (dates à venir)

OUTAOUAIS

Pow-wow Kitigan Zibi : 31 mai au 1^{er} juin

LANAUDIÈRE

Pow-wow de Manawan : Habituellement à la fin juillet (dates à venir)

Visitez le site web de Tourisme Autochtone Québec pour trouver d'autres pow-wow au Québec et en apprend plus sur le sujet.

Source : Tourisme Autochtone Québec



QUATRE INVITATIONS À CÉLÉBRER LE PRINTEMPS

Le printemps; ni tout à fait hiver, ni complètement été, un entre deux qui nous invite à la patience. Rebelle et imprévisible, il est chaque année impossible de deviner pour combien de temps il s'installe. Aurons-nous droit à la version qui passe en coup de vent, sans prendre le temps de dire bonjour, bousculée par la chaleur qui arrive plus vite qu'escompter? Ou plutôt à la version qui s'étire et prend ses aises, qui nous réjouit et nous fatigue à la fois? **Par Aurélie Tisseur**



Voici une invitation à célébrer l'entre-deux, à profiter pleinement de chaque saison, même celles qui sont incertaines et transitoires. Pour ce faire, je vous offre quatre inspirations à savourer, beau printemps, mauvais printemps.

Brunch printanier : entre tradition sucrée et fraîcheur saisonnière

D'abord, pourquoi ne pas rassembler nos proches pour un brunch en famille ou entre amis, afin de célébrer ensemble le renouveau saisonnier. On souligne le retour du printemps en intégrant les premières récoltes au menu : asperges fraîches et croquantes, crabe des neiges tout juste arrivé, légumes sauvages et forestiers, et bien sûr, plusieurs délices sucrés à l'érable. On sort tables et chaises sur la terrasse, on enfle un chandail chaud, et on savoure le réconfort de ces retrouvailles. Pas envie de recevoir? Rendez-vous plutôt à la Cabane à pommes Labonté à Oka pour la même joie de se rassembler autour d'un copieux repas.

Un parcours à vélo : pour allier plaisir, pique-nique et vitalité

Les routes de campagne à dénivelés raisonnables sont également le terrain de jeu idéal pour sortir le vélo et retrouver la vigueur de nos jambes avant l'arrivée de l'été. Au départ de Prévost, sur le P'tit Train du Nord, un aller-retour d'environ 75 km nous mène jusqu'à Val-David, en passant par Piedmont, avant de nous ramener à bon port pour une bière de fin de parcours à la microbrasserie Hermann. Le long de cette route verdoyante, on fait le plein de charcuteries, de pâtés et autres délicieux produits chez

Le P'tit Magasin à Shawbridge, on se régale à la fabuleuse boulangerie Merci La Vie et, bien sûr, on se prélassse sur l'une des nombreuses terrasses de Val-David pour reprendre nos forces à mi-parcours.

Les sentiers s'éveillent : une invitation à ralentir et contempler

Au printemps, les sentiers tranquillement libérés de la neige nous appellent également à les redécouvrir. On s'équipe d'une caméra (si possible, pas d'un cellulaire), pour s'imposer de ralentir et d'observer la nature qui se réveille. Sur le sentier du Nez de l'Indien dans le secteur de Tremblant, on photographie les bourgeons qui éclatent, les oiseaux migrants qui reviennent, et les points de vue qui révèlent leurs nouvelles couleurs.

Un livre et un cadre inspirant : une parfaite occasion d'évasion

Enfin, le printemps, avec ses journées douces et ses soirées encore fraîches, est le moment idéal pour se perdre dans un bon livre. Au Québec, cette saison marque souvent l'arrivée de plusieurs nouveaux titres, faisant de cette période un véritable rendez-vous littéraire. On enfle donc notre coupe-vent, on prend une couverture et un thermos de thé chaud, puis on s'installe au lac Tremblant avec un nouveau livre en main. Et si l'envie nous prend de changer de décor, on loue un canot au centre de location du parc pour profiter du calme printanier sur l'eau, encore préservé de l'effervescence estivale. Entre deux coups de pagaie, on s'arrête pour quelques pages de lecture, tout en se laissant bercer par le mouvement de l'eau.

Entre quotidien et grandes aventures, **Aurélie Tisseur** nourrit une passion insatiable. Ses 16 mois autour du monde lui ont appris à savourer l'imprévu et à cultiver sa curiosité. Portée par un grand besoin d'air frais et de liberté, elle répond toujours à l'appel de l'extérieur : pistes enneigées, sentiers de randonnée, routes à vélo ou eaux fraîches d'un lac. Entre deux escapades, elle plonge dans ses lectures et nourrit sa passion pour l'écriture. Son âme épicurienne l'entraîne aussi dans une quête constante des meilleures expériences culinaires.

PLONGEZ AU CŒUR DE LA CULTURE ET DE LA NATURE EN PETITE NATION

Entre art, patrimoine et grands espaces, chaque visite en Petite Nation devient une expérience immersive. Laissez-vous surprendre par l'art populaire québécois, observez la nature reprendre vie au parc national de Plaisance et suivez des sentiers d'interprétation où histoire et paysages se rencontrent. **Contenu promotionnel rédigé par Tourisme Petite Nation**

Un hommage à l'art populaire québécois à Plaisance

Depuis son expansion, le Centre d'art populaire du Québec est devenu le plus grand espace dédié à l'art populaire québécois. Son événement annuel, L'art populaire en folie, se tiendra du 16 au 18 mai, en parallèle avec la 148 en Folie, une vente de garage emblématique longeant la route 148. Voici une occasion unique de rencontrer des artistes, d'assister à des démonstrations en direct et de s'initier à un art ancré dans la tradition québécoise.

Le parc national de Plaisance : un joyau pour l'observation d'oiseaux

Seul parc national de l'Outaouais, le parc national de Plaisance est un paradis pour les ornithologues. Avec ses vastes milieux humides, il abrite plus de 265 espèces d'oiseaux. Dès le printemps, baies, étangs et marécages accueillent une diversité impressionnante d'oiseaux migrateurs, offrant un spectacle naturel fascinant. Il s'agit d'un incontournable pour observer la faune ailée dans toute sa splendeur.

Des sentiers d'interprétation pour une immersion culturelle et naturelle

En Petite Nation, l'histoire et la nature se racontent à travers des circuits et sentiers d'interprétation captivants. Que ce soit en longeant un sentier ponctué de panneaux explicatifs, en explorant une ferme maraîchère ou en flânant dans des villages empreints de charme, chaque parcours révèle une facette unique du territoire.

Avec son patrimoine vivant, ses paysages préservés et ses expériences culturelles uniques, chaque promenade est une invitation à la découverte en Petite Nation.



PetiteNationOutaouais.com
On vous envoie promener.



©Rémy Ogez

EAU VIVE

VIVE LE PRINTEMPS!

La saison printanière est idéale pour la pratique des sports en eau vive, comme le kayak de rivière, la planche à pagaie de rivière, le surf de rivière et le rafting. Le niveau et le débit de l'eau étant plus élevés durant cette saison, les options de rivières praticables se multiplient.

Par Marie-Catherine Goudreau



La rivière de la Petite Nation

Photo : Eau Vive Québec

« Pour les gens qui aiment l'eau vive, c'est le meilleur moment de l'année. Il y a beaucoup de sections de rivières qui sont praticables au printemps qui ne le sont pas durant le reste de l'année. C'est l'occasion de pagayer sur des nouvelles rivières », souligne Trevor L'Heureux, directeur technique chez Eau Vive Québec.

Au printemps, plus de risques

Toutefois, bien que les conditions soient meilleures au printemps, les risques sont également plus grands. En effet, la différence de température entre l'air chaud du printemps et l'eau encore glaciale à ce moment de l'année peut mener à un choc thermique et à l'hypothermie, explique l'organisation sur son site web.

« Au printemps, c'est d'autant plus important de s'assurer d'avoir les bonnes connaissances et le bon équipement pour pratiquer un sport de rivière. L'eau étant

beaucoup plus froide, les risques d'hypothermie et de noyade sont plus grands. Il faut avoir un bon wetsuit ou drysuit, un système multicouches, et s'assurer qu'on n'est pas toujours immergé dans l'eau », indique M. L'Heureux. Le débit d'eau plus élevé des rivières peut aussi emmener des arbres. « Il faut faire attention à ne pas dépasser nos limites trop vite. »

Commencer avec un professionnel

Si vous désirez essayer l'un de ces sports, Trevor L'Heureux recommande de commencer avec un professionnel. En rafting, plusieurs organisations offrent des sorties guidées pour des amateurs. « Au Québec, le rafting se pratique beaucoup plus de manière commerciale que récréative. C'est-à-dire que les gens vont payer pour une expérience, plutôt que de le faire de manière autonome. » Sinon, plusieurs clubs proposent des cours et des initiations pour les autres sports de rivière.



Rafting sur la rivière Rouge

Photo: Mathieu Leclerc

Quelques rivières à découvrir

- Rivière Rouge dans les Laurentides
- Rivière du Diable dans les Laurentides
- Rivière L'Assomption dans Lanaudière
- Rocher fendu sur la rivière de l'Outaouais
- Rivière Gatineau à Maniwaki en Outaouais
- Rivière de la Petite Nation dans les Laurentides

Quelques endroits pour s'initier

- Rafting Nouveau Monde à Argenteuil
- Rafting Arundel
- Propulsion Rafting à Grenville-sur-la-Rouge
- Centre d'activités de Mont-Tremblant
- Rafting Momentum à Bryson
- Boreal Rivers Adventures à Ottawa
- Esprit White Water à Mansfield-et-Pontefract
- Ottawa River Runners
- Club de canoë-kayak d'eau vive de Montréal
- Les Portageurs à Montréal

« Surtout au printemps, où les risques sont plus élevés, c'est toujours une meilleure idée de suivre un cours avant. Notamment au niveau de l'équipement, un professionnel peut te guider vers ce qui est nécessaire. Si tu veux commencer le sport seul ou avec des amis, il faut savoir qu'il y a beaucoup plus de risques associés à tes choix d'équipement, les connaissances, les dangers de l'expérience. C'est difficile de développer ces connaissances seul », explique-t-il.

Beaucoup de travail à faire pour l'accessibilité

Selon la fédération Eau Vive Québec, il y a encore beaucoup de travail à faire pour l'accessibilité aux rivières. « L'accès n'est pas universel. Il y a plusieurs sections où

l'accès est stable ou protégé par une municipalité ou l'un de nos membres. Mais la majorité des accès restent fragiles, selon qui possède le terrain. Chaque contexte est unique. »

Pour le directeur technique, les organismes et pratiquants doivent se rassembler pour mettre de la pression et pour régir sur les accès. « La meilleure chose à faire pour augmenter les accès et notre visibilité auprès des municipalités et du gouvernement est de s'affilier à des organisations et fédérations comme Eau Vive Québec et Canot kayak Québec et de s'impliquer en tant que bénévole pour aider à mobiliser notre communauté. »

PLEIN AIR
Pays-d'en-Haut

Ça sent le printemps!

pleinairpdh.com

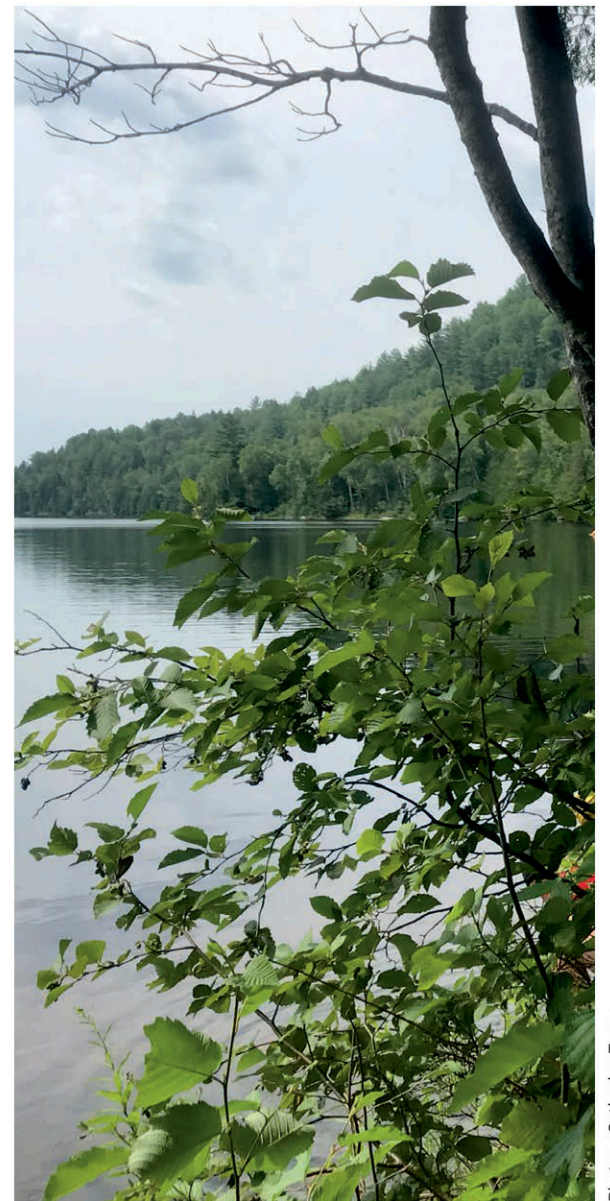
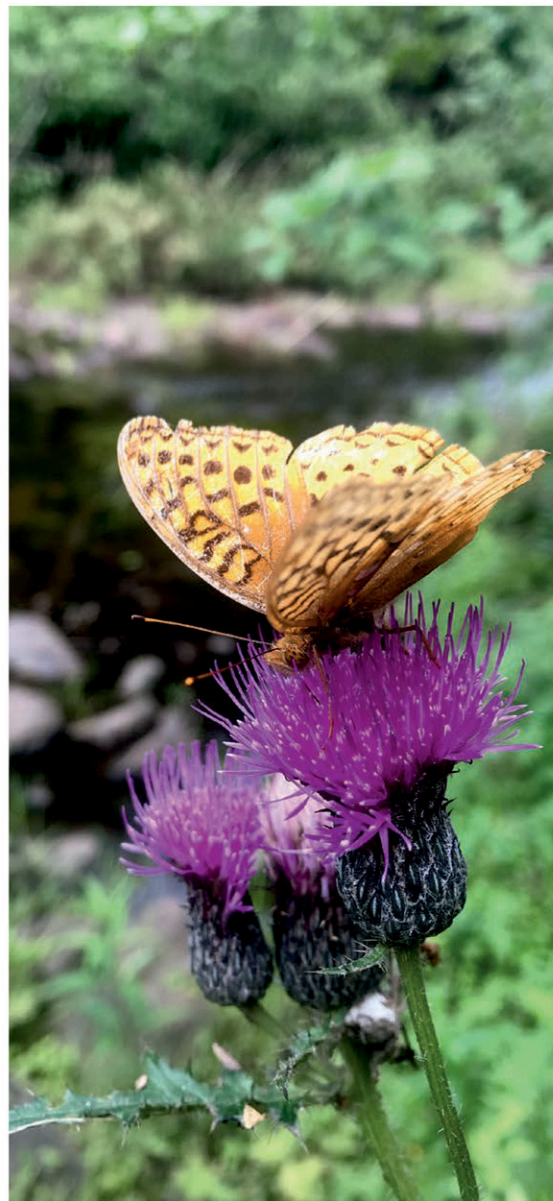
RAFTING
NOUVEAU MONDE

45^e anniversaire
PLUS DE 1 MILLION DE DESCENTES!

Depuis maintenant plus de 40 ans, Rafting Nouveau Monde présente l'expérience la plus complète de rafting en eau vive sur la rivière Rouge à 1 heure de Montréal et d'Ottawa!

25, chemin des Sept Chutes Grenville-sur-la-Rouge (Québec) • J0V 1B0
1 800 361-5033 newworld.ca

SÉRIE SPÉCIALE



Photos : Catherine Turgy

LE SENTIER NATIONAL AU QUÉBEC

LES LAURENTIDES

Tout a commencé avec un plan ambitieux... celui de bâtir un sentier exclusivement pédestre, qui traverserait notre pays d'un océan à l'autre, en passant par les 10 provinces. À la fin des années 80, le Québec emboîte le pas grâce à une poignée de passionnés qui ont embarqué dans le projet avec enthousiasme. C'est dans Lanaudière, en 1990, que naissent les premiers kilomètres du Sentier national. Le tronçon Matawinie, d'une longueur d'environ 19 km, lance le bal pour la création d'un tracé qui sillonnera la province, d'Ottawa à Cap Gaspé, à travers une myriade de territoires sauvages et d'écosystèmes d'une biodiversité incroyable. Dans ce deuxième texte d'une série de cinq, zoom sur la partie qui traverse les Laurentides. **Par Catherine Turgy**

Trésor caché pour la randonnée

Les belles Laurentides, berceau du ski au Québec. Mais pas seulement le ski! La région offre également un trésor caché pour les randonneurs, débutants comme aguerris, qui vous fera traverser, sur vos pieds, des secteurs moins fréquentés et riches en biodiversité. Le Sentier national au Québec est l'excuse parfaite pour vivre une aventure dépaysante à même la région, au rythme de nos pas, sac sur le dos. Il est possible de s'y dessiner une immersion en pleine nature, d'une ou plusieurs nuits en autonomie, le long du tracé linéaire comprenant 5 tronçons reliés entre eux, totalisant environ 129 km.

L'Héritage et l'Alleluia : périple jusqu'à Labelle

C'est aux limites de la réserve faunique Papineau-Labelle que l'on peut prendre le départ du sentier l'Héritage, situé sur le chemin du Lac-Labelle. Évoluant à travers une riche forêt ponctuée d'étonnants blocs erratiques, le sentier nous mène jusqu'au camping au lac Boisseau, où il est possible de passer la nuit en louant un des nombreux emplacements de camping sauvage bordant le lac.

Après une nuit bercée par le chant des plongeurs huard, on entame le tronçon Alleluia, sur lequel se trouvent des plateformes où il est possible de monter sa

tente en mode premier arrivé premier servi. Très peu achalandés, ces deux tronçons promettent une aventure solitaire et complètement déconnectée. Au bout de l'Alleluia, on effectue une arrivée triomphante au village de Labelle, tel un pèlerin des bois, assaisonné des odeurs épicées de la forêt et de l'effort.

L'Expédition, Cap 360 et mont Gorille : des sommets et des lacs

On quitte la civilisation en montant sur la montagne du Dépôt, offrant une vue imprenable sur l'accueillant village après seulement un kilomètre de montée à travers les grands pins. Après quelques kilomètres d'un mélange de sentiers sauvages et de chemins forestiers le long de petits lacs, on monte encore une fois vers la majestueuse montagne du Caribou. Surnommé « Cap 360 », ce sommet porte bien son nom et nous gratifie d'un cap rocheux aux panoramas magnifiques. Poursuivant notre périple sauvage, on redescend de l'autre côté dans une descente abrupte, nous plongeant dans une forêt enchanteresse aux murs de roc couverts de mousses verdoyantes et de résilientes fougères.

Après une journée toute en dénivelé, on peut monter notre léger campement au cœur de la forêt de pins aux abords du lac Nantel. Après une baignade dans les eaux limpides et un repos bien mérité, l'aventure reprend avec l'ascension du mont Gorille, du haut duquel on peut contempler le vaste territoire qui attend nos bottines si on choisit de poursuivre la randonnée au-delà de ce tronçon : le parc national du Mont-Tremblant.

La traversée du parc national du Mont-Tremblant

En 2021, un important tronçon du Sentier national au Québec (SNQ) voit le jour. D'une longueur de près de 50 km, il permet de marcher à partir de La Macaza, à travers le parc national du Mont-Tremblant et les sentiers Accès-Nature Laurentides, jusqu'à l'entrée du sentier Inter-Centre. Ce projet a été réalisé avec la collaboration du Parc national du Mont-Tremblant, Rando Québec, Loisirs Laurentides, Accès-Nature Laurentides, la Fondation Grande Boucle Tremblant et le Réseau Inter-Centre.

On y accède à l'extrémité ouest par l'accueil La Cachée en empruntant le sentier du Liteau puis en longeant l'est du lac Monroe pour en émerger presque 44 km plus loin sur le chemin du Nordet via le sentier Le Boulé.

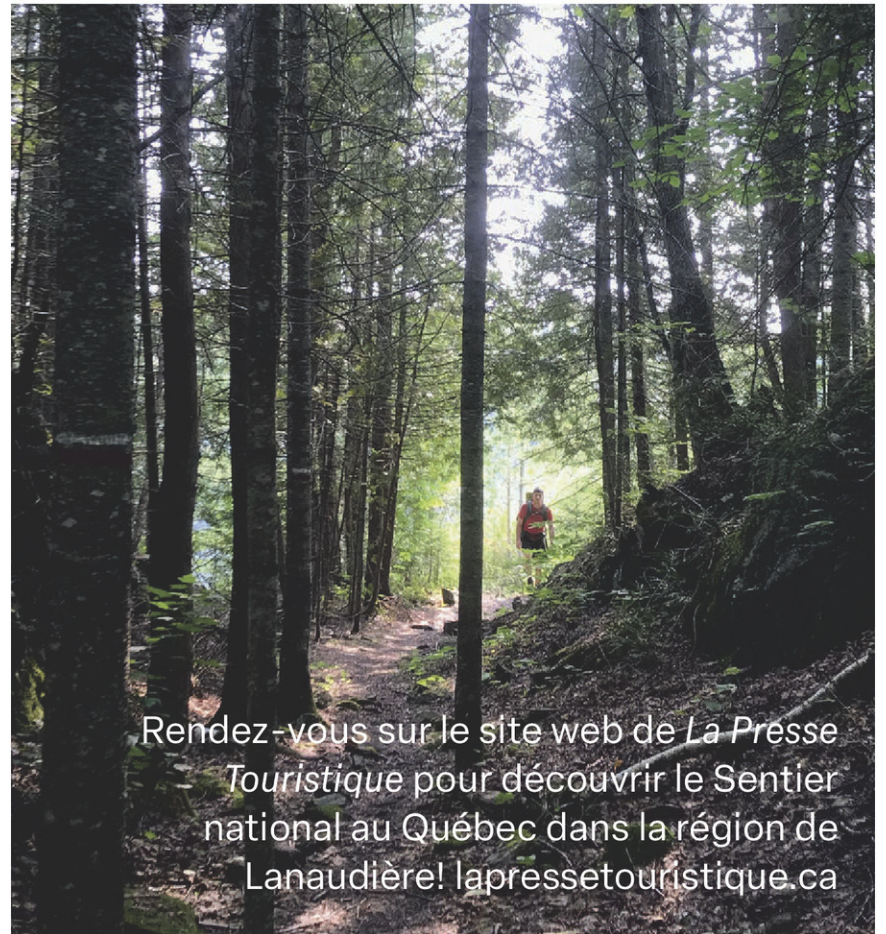
Réseau Inter-Centre

Homologué en 1996, mais existant depuis plus de 40 ans, ce réseau de sentiers riche en histoire est l'œuvre d'un travail sur de nombreuses décennies grâce à des bénévoles passionnés et l'implication de plusieurs associations, notamment le Club de Montagne le Canadien, la Traversée des Laurentides et Accès-Nature Laurentides.

Le Réseau Inter-Centre offre l'accès au plein air à l'année, améliorant continuellement les infrastructures, autant pour la raquette, le ski de fond et la randonnée pédestre avec nuitées en refuge. En effet, cette section met à disposition deux refuges : Le Nordet et l'Appel. En juin 2024, grâce aux récentes subventions, un abri rustique à trois côtés « lean-to » a également été construit sur le flanc ouest de la montagne Noire pour les usagers du Sentier national. Le tracé du Sentier national dans ce secteur débute sur le chemin du Nordet un peu à l'est du lac Supérieur et emprunte ensuite le sentier de la montagne Grise. Une magnifique érablière et plusieurs points de vue attendent les randonneurs, les faisant enjamber la montagne Blanche puis la montagne Noire, pour ensuite pénétrer dans une autre région à explorer : Lanaudière (présentée dans le numéro précédent). Il est possible d'y organiser une escapade, en boucle, aller-retour ou linéaire en y réservant une ou plusieurs nuits entre les murs des refuges ou en abris, bercés par une nature sauvage enveloppante qui saura vous reconnecter à l'essentiel.

Vous trouverez toutes les ressources pour planifier votre itinéraire, les contacts des gestionnaires de territoire ainsi que les cartes détaillées à un seul et même endroit : Balise Québec (baliseqc.ca)

Marcheuse de longue distance, **Catherine Turgy** a parcouru plus de 11 000 km à pied sur les grands sentiers nord-américains, mais c'est le Sentier national au Québec, qu'elle a marché dans son entièreté en 2020, qui occupe la plus grande place dans son cœur de randonneuse. Elle partage maintenant sa passion de l'aventure et les secrets de sa persévérance à travers des conférences inspirantes, remplies de récits émouvants, d'anecdotes improbables et de leçons durement acquises.



Rendez-vous sur le site web de *La Presse Touristique* pour découvrir le Sentier national au Québec dans la région de Lanaudière! lapressetouristique.ca

Sentier des cimes Laurentides

AU CŒUR DU PRINTEMPS!

Activités spéciales, jardins, terrasse
sentierdescimes.ca

>1290183

DES OISEAUX QUI S'ADAPTENT ET QUI JASENT

NOS DINDONS SAUVAGES

Le dindon sauvage est de plus en plus abondant dans nos diverses régions québécoises et sa répartition s'étend sans cesse du sud vers le nord et d'est en ouest. À mes yeux, cet oiseau ajoute une touche d'émerveillement à notre riche biodiversité tout en étant délicieux dans l'assiette. Mais que devons-nous savoir à son sujet? Et pourquoi 26 190 chasseurs québécois ont programmé leur cadran aux petites heures du matin en 2024 pour tenter de relever le défi de le traquer? **Par Michel Therrien**

Un peu d'histoire

Le dindon sauvage avait été identifié pour devenir l'emblème aviaire des États-Unis, car il était commun à tout l'est de l'Amérique du Nord tout en étant une source de nourriture accessible pour le peuple. Finalement, le dindon sauvage a presque disparu au début du 20^e siècle et le pygargue à tête blanche est devenu l'oiseau emblématique pour nos voisins du sud. Aujourd'hui, les populations sont abondantes, mais notre relation avec cet oiseau est relativement récente.

En effet, c'est autour des années 1976 que de premiers dindons ont été vus et la première nidification confirmée date d'une quarantaine d'années. Depuis 2001, un programme d'introduction et de relocalisation de l'oiseau, organisé par la Fédération québécoise des chasseurs et pêcheurs, a porté fruit si bien que cette espèce est stable et même abondante dans certaines régions plus agricoles de la province.

Tout un oiseau

Le premier aspect qui impressionne chez le dindon, c'est sa taille – surtout quand il s'agit d'un mâle adulte, que l'on surnomme un Tom. Quand il parade pour séduire les femelles, il gonfle littéralement tout son plumage et ses mouvements ressemblent à une chorégraphie. Dans les faits, un gros mâle pourra peser 28 lb et il fera environ 125 cm en hauteur.

Le dindon sauvage est un oiseau très adaptatif, mais il préfère les habitats boisés de forêts mixtes entrecoupés d'ouvertures et de champs. Il se nourrit d'herbes, de petits fruits, de bourgeons, d'herbacés, de petits insectes, et ils affectionnent abondamment ce que nous semons. Cependant, comme il est très opportuniste, il est possible d'observer des dindons manger des petits rongeurs ainsi que des salamandres.

Tous les dindons dorment aux arbres durant la nuit afin d'échapper aux nombreux prédateurs comme les renards et les coyotes. Puis, face à un danger, un dindon pourra même courir un peu plus de 20 km à l'heure.

La femelle dindon ne fait pas de nids aux arbres si bien qu'elle pond ses œufs au sol sur un couvert de feuillages. La femelle sera d'un immobilisme parfait durant la période de couvainon qui dure environ une trentaine de jours et elle donnera naissance à entre 8 et 16 dindonneaux. J'ai déjà observé une femelle avec 17 petits dans Lanaudière et une autre avec 18 dindonneaux dans les Laurentides.

Comment le chasser

Ce qui m'intéresse particulièrement à la chasse aux dindons sauvages, c'est qu'il s'agit d'un oiseau bavard qui peut se laisser bernier vocalement si on le provoque auditivement. Malgré le fait qu'il soit très vocal, plusieurs attributs font



en sorte que cette chasse demeure un défi. Il a notamment une excellente ouïe qui lui permet d'entendre de faibles sons à une longue distance. Le chasseur se doit donc d'être très discret.

Un autre point fort du dindon est son excellente vision. Selon plusieurs études, le dindon aurait une vision en couleur et son champ de vision s'étend jusqu'à 300 degrés. Comme il n'a pratiquement aucun odorat, il se sert surtout de sa vision pour trouver sa nourriture. Le chasseur doit se vêtir de camouflage tout en restant immobile afin de ne pas se faire remarquer.

Pour convaincre le dindon de venir jusqu'à lui à portée de tir, le chasseur doit apprendre son vocabulaire afin d'imiter ses vocalises avec justesse. Il existe des centaines d'appeaux différents servant à imiter le dindon. Sinon, on peut retrouver au Québec plusieurs vidéos et tutoriels pour apprendre cet art. Il est aussi recommandé d'utiliser des appelants comme leurres visuels. Les appelants les plus efficaces sont souvent ceux imitant un mâle juvénile afin de créer une forme de compétition. Un leurre visuel imitant une femelle provoquera aussi tout un effet.

Info-dindon!

Pour chasser le dindon sauvage, les intéressés doivent compléter une formation en ligne offerte par la Fédération québécoise des chasseurs et pêcheurs. Il est permis de chasser trois dindons sauvages par année au Québec, soit deux au printemps vers la fin avril (mâle seulement) et un dans certaines zones en automne. Chaque dindon prélevé doit être enregistré notamment pour faire des suivis sur l'état des populations.



Photo : Michel Therrien

Michel Therrien est conférencier, formateur, guide de chasse, ambassadeur des pourvoires des Laurentides et fondateur de l'équipe Chasse Québec. Ses préoccupations premières : le respect de l'environnement et des bêtes, mais également l'importance d'éduquer les gens sur le rôle des activités de prélèvement et sur l'art de bien les faire!

Tundra 2025

La ténacité redéfinie



43 ans

d'efforts pour
mériter votre
confiance !

2330, rte 117, Val-David | toyotasteagathe.com
819 326-1044 | 1 866 326-1044

STE-AGATHE



>1291212



EXPLORER L'ARRIÈRE-PAYS GRÂCE AU QUAD

Le quad est plus qu'un véhicule hors route. Au-delà du loisir, il s'agit aussi d'un moyen de transport pour accéder à des territoires isolés pour découvrir une nature non explorée. **Par Marie-Catherine Goudreau**

Pour tous les goûts

« Il y a plusieurs types de quadistes », souligne Yohan Perron, directeur général de la Fédération québécoise des clubs quads (FQCQ). D'abord, il y a ceux qui cherchent à découvrir l'arrière-pays et à faire de longues routes pour explorer des sentiers et des paysages accessibles seulement grâce à ce transport. « Il y a plusieurs belles installations, comme des tours d'observation ou des refuges, qui permettent de profiter de la nature. Cela se fait autant en groupe qu'en solitaire. »

D'autres aiment les sentiers plus techniques et cahoteux, avec plus de roches et de défis. « Ça demande plus de travail avec la machine. Moi, j'adore ces types de sentiers! », dit M. Perron. Puis, il y a beaucoup de personnes qui vont utiliser leur quad pour se rendre à la pêche ou à la chasse.

Le quad attire aussi une nouvelle génération d'explorateurs. « Il y a beaucoup de jeunes qui se mettent au quad pour découvrir l'arrière-pays. Plusieurs apportent

avec eux leur canot ou planche à pagaie gonflable. Il a un vrai côté d'aventure qui se développe énormément. »

Un réseau en expansion

L'avantage du quad, par rapport à la motoneige par exemple, est qu'on peut emprunter des routes publiques entre les sentiers. Résultat : un accès facilité à un plus grand réseau.

Par ailleurs, de plus en plus de régions, entre autres au nord du Québec, investissent et développent leurs réseaux de sentiers. « Le réseau de quad a un impact important sur l'économie et le développement des régions. On sent une ouverture des municipalités à accueillir cette activité », explique M. Perron, ajoutant que les quads sont de moins en moins polluants et de plus en plus électriques.



Photo : FQCQ

Pour une excursion en quad dans les Laurentides

Circuit La Vallée de la Rouge et gares : 139 km

Cette boucle part de Labelle en passant par La Macaza, Rivière-Rouge et La Minerve, et permet de découvrir nos belles gares patrimoniales. Cinq refuges sont disponibles sur ce circuit.

Pour des excursions guidées :

- Aventure plein air à Saint-Hippolyte
- Outdoor Logistik à L'Ascension

Service de réparation et d'entretien

Vente et Location de vélos en tout genre

Accessoires et vêtements

440, rue de la Madone, Mont-Laurier • 819 499-0677 • ateliervelofamille.com

La FQCQ fête ses 40 ans!

En 2025, la Fédération québécoise des clubs quads aura 40 ans. L'équipe organise plusieurs activités et événements dans le cadre de ces festivités.

Notamment, la fédération organise le Grand Jamboree à Thetford Mines pour célébrer cet anniversaire. Il s'agit d'une grande fête où les gens pourront se rassembler, se promener dans les sentiers entre amis, souper ensemble et voir le grand spectacle du Boogie Wonder Band. Il y aura aussi un poker rallye. On fera tirer plus de 40 000 \$ en argent et en cadeaux.

LE QUAD AU QUÉBEC EN CHIFFRES

- 30 000 km de sentiers
- 104 clubs de quad dans différentes régions du Québec
- 2 500 bénévoles
- 440 000 quads immatriculés dans la province

L'application iQuad Pro

Envie de partir à l'aventure? Téléchargez l'application iQuad ou iQuadPro pour avoir accès à tous les sentiers de quad au Québec. On y retrouve aussi l'ensemble des services et informations, comme les refuges, les stations d'essence, les commerces, etc.

Avec l'option pro, vous pouvez utiliser les cartes interactives sans réseaux, discuter avec vos amis et envoyer des messages d'urgence.

Préparez-vous pour le printemps

Lowe boat LS210 2025
25-00162 ▶

Lowe boat 1625 SC 2025
25-00165 ▼

Honda génératrice EU3200i ▼

Honda tondeuse HRS2166PKC ▼

Honda moteur hors-bord BF150 ▼

POLARIS HONDA SURYON LOWE BOATS

MDR MOTO DES RUISSEAUX

944, boul. des Ruisseaux, Mont-Laurier 819 623-6651

7 DÉFIS SPORTIFS À METTRE À SON AGENDA

Parce qu'il faut s'inscrire et se préparer plusieurs mois à l'avance, on vous propose quelques défis sportifs dans la région qui repousseront vos limites. **Par l'équipe de rédaction**

EN SENTIERS

Course nature de la Rivière-du-Nord - 25 mai

Le 25 mai prochain, la Course nature de la Rivière-du-Nord revient au parc naturel du Lac-Jérôme. Que vous soyez un coureur débutant ou aguerri, il y en aura pour tous les goûts avec des parcours pour tous les niveaux : 1 km pour les 12 ans et moins, 3 km pour un challenge accessible à tous, 5 km pour les passionnés de la course en nature et un nouveau parcours de 10 km pour ceux qui recherchent un plus grand défi! Plus de détails au coursenaturerdn.ca

Course Ozone - 12 juillet

En collaboration avec la Municipalité de Morin-Heights, la Course Ozone revient pour une 4^e édition qui se tiendra le 12 juillet au parc Basler de Morin-Heights. Des parcours en sentiers de difficulté moyenne à difficile seront possibles pour les coureurs : 1 km, 5 km, 10 km et 20 km. Les parcours balisés suivent les sentiers de vélo de montagne du parc. Sur place, il y aura un podium avec remise des médailles, un goûter d'après course, de l'animation et un village d'exposants. Inscrivez-vous au mslinscription.com



Photo : Isabelle Michaud

Ultranza Trail - 7 septembre

En septembre prochain, dans un des plus beaux environnements naturels des Laurentides, au moment où les couleurs changent, vivez l'expérience Ultranza Trail Salomon au secteur Far Hills du parc régional Val-David-Val-Morin. Plusieurs distances sont accessibles pour tous les niveaux : 50 km, 30 km, 20 km, 10 km, 5 km, 2,5 km et 1 km. Vous pouvez aussi relever le défi Challenge Centraide Laurentides en formant une équipe de 5 personnes avec collègues ou amis, lors d'une course à relais de 5 km (5 x 1 km relais) au profit de Centraide Laurentides. Pour l'inscription : evenementstopchrono.com/ultranza-trail

COURSE À PIED

Les Courses de la Lièvre - 11 mai

Les Courses de la Lièvre reviennent pour une 11^e édition à Mont-Laurier le 11 mai prochain. Il s'agit d'une activité de financement de la Fondation du Centre collégial de Mont-Laurier. Tous les fonds amassés vont donc directement aux étudiants. Vous pouvez choisir l'une des 7 épreuves de course ou de marche, allant de 1 km à 21 km. Plus de détails au lescoursesdelalievre.com

Demi-marathon de Blainville - 7 septembre

Le Demi-marathon de Blainville est de retour le dimanche 7 septembre pour sa 9^e édition! Les coureurs de tous les niveaux pourront choisir entre les parcours de 1 km, 2 km, 5 km, 10 km et 21,1 km. De nombreux services seront disponibles : chronométrage par puce, points d'eau sur le parcours, équipe de premiers soins, parcours sécurisés, marquage au km, photos incluses et de nombreux bénévoles pour assurer la réussite de l'événement. D'ailleurs, les profits de l'événement seront remis au Centre sportif Blainville et au Club d'athlétisme Corsaire-Chaparral. Pour vous inscrire : demimarathondeblainville.com

Demi-marathon de Saint-Sauveur - 20 septembre

Organisé par Événements TopChrono, le demi-marathon de Saint-Sauveur aura lieu le samedi 20 septembre. Cette course automnale vous fera parcourir le beau village de Saint-Sauveur tout en admirant les paysages colorés! Laissez-vous tenter par les différents parcours de 5 km, 10 km et 21 km et inscrivez vos tout-petits aux courses de 1 km ou 2 km des enfants. Visitez le evenementstopchrono.com/demi-marathon-st-sauveur pour plus de détails.



Photo : Ascension Col du Nordet

À VÉLO

Ascension du Col du Nordet - 20 septembre

Bien situé au cœur des Laurentides, le Col du Nordet est un itinéraire pour les cyclistes qui aiment la grimpe. L'ascension du point culminant sur le chemin du Nordet se veut un événement festif pour les cyclistes et vise à promouvoir le tourisme sportif dans la région et à faire connaître les entreprises d'ici. Les distances proposées sont de 65 km, 80 km et 105 km. Pour plus de détails : coldunordethillclimb.ca

DÉCOUVREZ

FÊTE DU VOISINAGE À LAC-SUPÉRIEUR

SAMEDI 7 JUIN 2025

Cette année, nous célébrons la 10^e édition de notre événement rassembleur, autrefois connu sous le nom de Fête des Voisins!

Contenu promotionnel rédigé par la municipalité du Lac-Supérieur

Propulsée sur tout le territoire québécois par Espace Muni, la Municipalité de Lac-Supérieur est fière de poursuivre la tradition et d'encourager sa population et ses organismes locaux à profiter de cette occasion pour organiser un événement festif afin d'y réunir notre communauté en toute convivialité.

Au programme : animations, activités, jeux, musique et plaisir garanti pour toute la famille! Une occasion parfaite pour rencontrer vos voisins et renforcer notre belle communauté.

En participant à la Fête du voisinage, nous souhaitons susciter la création de liens de solidarité entre les Supérois et les Supéroises et ainsi agir en faveur de la vitalité de notre magnifique milieu de vie.

Vous êtes donc invités à prendre part aux festivités qui auront lieu le samedi 7 juin prochain entre 10 h et 14 h à la Halte de la Nature au 1301, chemin du Lac-Supérieur.

Ne manquez pas cette édition spéciale! On vous attend en grand nombre!



L'ÉTALAGE
MARCHÉ GOURMAND

*la destination pour dénicher
les plus belles trouvailles!*

Épicerie fine | SAQ agence | Bistro | Boutique-cadeaux | Produits québécois

2122, ch. du Lac-Supérieur, Lac-Supérieur 819 688-5333  

Ouvert tous les jours 8 h à 18 h



**BISTRO
LE LOCH**

LA OÙ LE TEMPS S'ARRÊTE...

Moules frites **29\$**
à volonté
Dimanche, lundi, mardi

Charmant bistro, décor magnifique et vue à couper le souffle sur le Lac Supérieur!

TABLE D'HÔTE 4 SERVICES LES MERCREDIS, JEUDIS ET VENDREDIS*
37,50\$/pers.

Pour un temps limité!

* Offre sujette au changement sans préavis.

2212, ch. du Lac-Supérieur, Lac-Supérieur | 819 713-0305
Bistroloch.com | Ouvert tous les jours de 11 h à 21 h



La **Fête**
du **VOISINAGE**

7 juin
Lac-Supérieur
Municipalité de
Nature à notre porte

>1290189

ITINÉRAIRE

ENTRE CULTURE ET PLEIN AIR

Nichées au cœur de vallons et de montagnes bien de chez nous, les Laurentides offrent l'équilibre parfait entre nature, arts, culture et histoire. Parmi les charmantes destinations et activités qui façonnent son paysage vibrant, en voici quelques-unes pour vous inspirer une escapade d'un jour ou même d'un week-end. Allez hop, à l'aventure! **Par Julie Landry-Moreau**

Présenté par 





DOMINER LES ROUTES AVEC STYLE!

Découvrez le tout nouveau GMC Acadia : 2025
Redessiné pour impressionner, conçu pour explorer!

PLUSIEURS EN INVENTAIRE!

3670 Aut. 440-ouest, Laval, h7t 2h6
www.440lavalchevrolet.com
1.833.906.1402



Le village de Saint-Sauveur

Photo : Marie-Catherine Goudreau

BALADE HISTORIQUE AU CŒUR DE SAINT-SAUVEUR

Saint-Sauveur est non seulement facilement accessible depuis les grandes villes de Montréal et de Saint-Jérôme, elle pullule d'activités pour tous et en tous genres, quelle que soit la saison.

Circuit patrimonial de Saint-Sauveur

Parcourez la ville autrement en découvrant l'histoire de Saint-Sauveur avec ses bâtiments historiques, son architecture et ses histoires d'antan, un parfait mélange de culture, d'histoire, d'exploration avec une touche de mouvement par un beau jour de printemps. Le circuit se découvre aussi bien à pied qu'à vélo!

Astuce : Téléchargez l'application gratuite BaladoDécouverte et explorez le centre du village à votre rythme en vous laissant guider par les six panneaux thématiques.

En prime : Terminez votre balade avec un détour par le Musée du ski des Laurentides. L'entrée est gratuite avec don suggéré de 5 \$ pour contribuer à la poursuite de la mission du musée. Ouvert du mercredi au dimanche de 10 h à 17 h.

PARC RÉGIONAL ÉDUCATIF DU BOIS DE BELLE-RIVIÈRE

Observations astronomiques

Le Club d'astronomie Bois de Belle-Rivière offre des soirées d'observation d'étoiles guidées par un astronome amateur dans le but de promouvoir l'astronomie auprès des visiteurs du parc et des résidents de la région. Consultez leur site web ou encore celui du parc afin de prévoir cette belle activité : cabbrm1.s1.yapla.com.

Observation d'oiseaux

Amateurs de nature, à vos longues-vues et caméras! Venez passer un moment inspirant et à la fois relaxant en forêt pour admirer le chant et la beauté des oiseaux de la saison.

Si vous souhaitez vous initier à l'observation d'oiseaux, le Club d'ornithologie de Mirabel (COMIR) offre également des ateliers d'introduction tout au long de l'année. Consultez leur site web comirabel.org pour de plus amples informations.



Observation d'étoiles au parc régional Bois de Belle-Rivière

Photo : Parc Bois de Belle-Rivière



Hébergement Les Toits du Monde

Photo : Les Toits du Monde

Refuges

Envie de prolonger le plaisir et d'explorer le parc avec toutes ses activités? La location de refuges est également disponible via le site web du parc : boisdebelleriviere.com.

LE SENTIER ART-NATURE

Créé par la MRC d'Antoine-Labelle et la Municipalité de Lac-du-Cerf, le sentier Art-Nature vise à connecter culture et nature, paysage urbain et boisé où les mots sont au cœur de cet espace offrant repos et contemplation. Traversant la forêt, vous rencontrez dix œuvres littéraires d'auteurs locaux ayant contribué au projet.

L'AUTRE LAURENTIDES PROPOSE : CIRCUITS AUTONOMES ET DÉCOUVERTES

Voyagez un tantinet plus au nord et concoctez-vous une journée ou un week-end parfait en parcourant diverses activités, de l'immersion en nature aux découvertes culturelles toutes en poésie.

Sélectionnez votre catégorie d'intérêt et vous serez guidés : amoureux de la culture, famille, aventurier, couple, cycliste, etc. Vous serez redirigés vers des circuits dits « autonomes » qui vous guideront tout au long de votre journée, week-end ou vacances prolongées, en alignement avec vos goûts. Modifiez les circuits à votre guise ou encore contactez l'équipe L'Autre Laurentides afin de bénéficier de leurs conseils et expertises. Plus de détails au lautre-laurentides.com

LES TOITS DU MONDE

Pour couronner cette liste d'activités incroyables dans les Laurentides, jetez un œil aux « hébergements insolites et écologiques » que sont Les Toits du Monde. Passez une soirée dans une maison de Hobbit, un chalet enchanté ou même perché dans les arbres. Enchantement et plaisir garantis! Vous aurez également accès à plusieurs activités, dont un parcours unique de disque-golf, un atelier sur les plantes sauvages comestibles et un cours de survie en forêt, toutes situées à proximité de votre hébergement. Consultez leur site web pour de plus amples informations : lestoitsdumonde.ca.

Julie Landry-Moreau est uneoureuse de la nature et des animaux, engagée dans la préservation de la faune et des écosystèmes. Passionnée par un mode de vie végane, elle met son engagement au service des animaux et de l'environnement. Sensible à l'harmonie entre les êtres vivants, elle cherche à sensibiliser et à promouvoir un mode de vie respectueux du monde naturel et de ses habitants.

DÉCOUVREZ

L'ESPACE CULTUREL DE REPENTIGNY LA DESTINATION CULTURELLE DE LANAUDIÈRE

Situé au cœur du centre-ville de Repentigny, l'Espace culturel se distingue par son caractère unique et rassembleur. Il favorise le partage, la découverte et les échanges, tout en facilitant la création de liens sociaux. Le Centre d'art Diane-Dufresne, lieu phare dédié à la diffusion des arts visuels et des métiers d'art, y occupe une place centrale. Reconnu pour son architecture contemporaine, ses expositions audacieuses et sa médiation culturelle ouverte à tous, cet endroit contribue à faire rayonner la culture dans la région de Lanaudière.

Contenu promotionnel rédigé par la Ville de Repentigny

Expositions printanières

Ce printemps, le Centre d'art Diane-Dufresne fait place à un duo d'artistes qui présenteront leurs créations respectives sous la thématique du jardin.

Pauline Loctin, sculptrice de papier, proposera **Les couleurs vives dans l'ombre**, un projet introspectif mettant en valeur différentes techniques de pliage. L'origamiste touchera divers publics à travers l'étude approfondie de la couleur, des papiers ainsi que de leurs textures et de leurs potentialités.

Avec ses œuvres minimalistes et assumées, LeBicar, présentera **Fleur de soi**. La signature visuelle de l'artiste se distingue, entre autres, par l'utilisation du noir et blanc qu'il emploie pour exprimer la dualité, le contraste et les différences. Son travail véhicule toujours un message d'optimisme, trans-

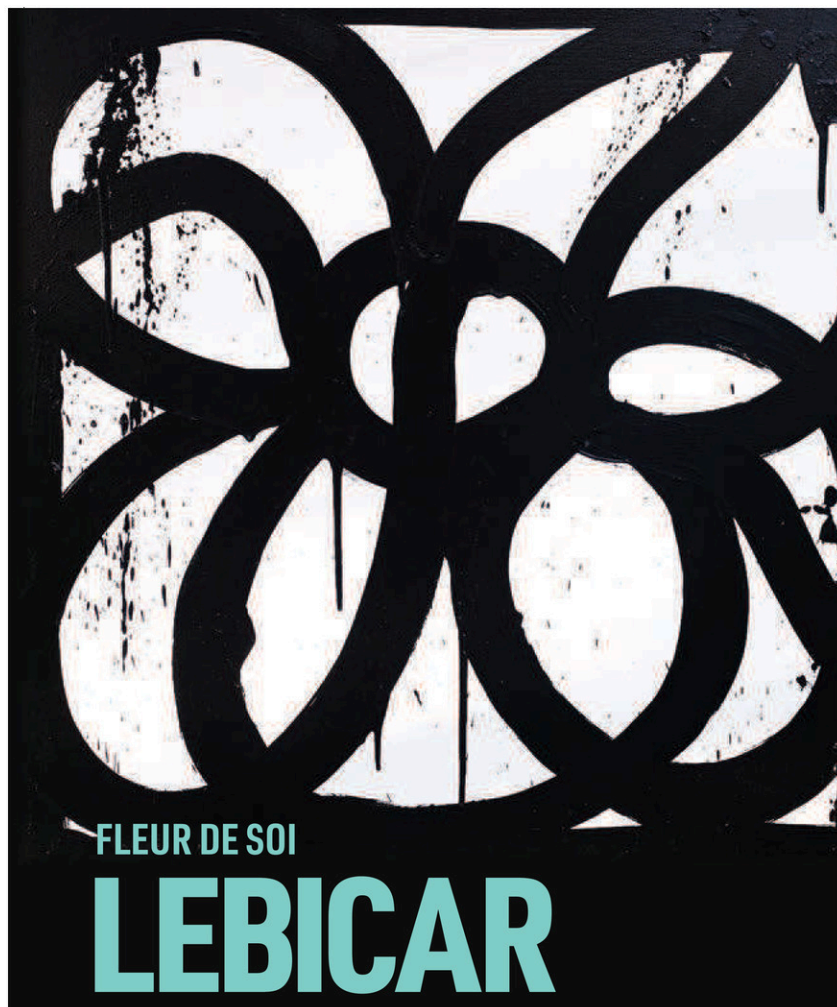
mis par le biais de sculptures, de murales, d'installations et bien entendu, d'illustrations.

Découvertes inspirantes et ateliers de création originaux

Poursuivez votre immersion des expositions printanières et participez, en famille ou entre amis, à des visites commentées ou encore, à des activités culturelles captivantes en compagnie des artistes. Consultez l'horaire complet sur le site web espaceculturel.repentigny.ca.

Charme urbain

Avec le retour du beau temps, laissez-vous séduire par le centre-ville de Repentigny : flânez dans les boutiques, savourez un repas dans l'un des restaurants de la rue Notre-Dame ou profitez des activités au parc de l'Île-Lebel.



4 FESTIVALS À SURVEILLER CE PRINTEMPS

Le printemps s'éveille, et avec lui, une vague d'événements et de festivals qui font vibrer la région. Place à la culture et à la fête avec ces quelques événements. **Par l'équipe de rédaction**



Photo : Content content

FESTIVAL SANTA TERESA À SAINTE-THÉRÈSE - Du 9 au 11 mai

Créé en 2017, le festival Santa Teresa se déroulera dans les rues du centre-ville de Sainte-Thérèse du 9 au 11 mai prochains avec une programmation plus locale que jamais, mettant en valeur le talent d'ici et accordant à nouveau une grande place à l'émergence. Ariane Moffatt, Lou-Adrienne Cassidy, Fredz, P'tit Béliveau, LaF, Aswell : ces artistes et bien plus seront en spectacle au cours de ces trois journées. C'est à ne pas manquer! Pour des billets : santateresafest.ca

LE GRAND POUTINEFEST À SAINT-JÉRÔME - 5 au 8 juin

Le Grand Poutinefest continue sa tournée pour l'été 2025 et s'arrêtera à Saint-Jérôme au début du mois de juin au Carrefour du Nord. Ce rendez-vous propose une expérience gastronomique unique où cinq camions de cuisine de rue servent des poutines aussi décadentes que variées. Nouveauté cette année : les supers-spectacles. À Saint-Jérôme, on pourra y voir Jonathan Roy et Éric Lapointe! Plus de détails au legrandpoutinefest.ca



Photo : Le Grand Poutinefest

FESTIVAL BIÈRES DES BOIS À MIRABEL - 25 au 27 avril

C'est la deuxième édition du Festival Bières des Bois au parc régional Bois de Belle-Rivière à la fin du mois d'avril. Cet événement organisé par Buvons Laurentides vous permettra de goûter à une sélection de bières de brasseries de la région et d'ailleurs, en plus d'assister à des spectacles et profiter d'activités en plein air. Il y aura également un concours de bières à l'érable, une compétition mettant à l'honneur la créativité et le savoir-faire de nos brasseurs locaux. Plus de détails au buvonsleslaurentides.com



Nouveauté : BLOOMAFEST à Tremblant - 9 et 10 mai

Tremblant lance ce printemps le BLOOMAFEST, un tout nouveau festival musical mettant en vedette des artistes de renom qui se tiendra les 9 et 10 mai prochains au pied du village piétonnier, juste à temps pour célébrer le réveil de la nature estivale. La grande scène, spécialement érigée dans l'aire de stationnement pour l'occasion, verra Charlotte Cardin, Patrick Watson, TALK, Elisapie, Jay Scott et Claudia Bouvette défiler tour à tour sur deux jours.

« On souhaitait rejoindre un public plus large, autant des familles que des plus jeunes. L'objectif avec ce festival est de lancer la saison estivale en grand. Puis, les gens pourront vivre l'expérience du village de Tremblant au complet, que ce soit en plein air ou dans les commerces, entre les spectacles », explique Nicolas Dien, directeur événements à l'Association de villégiature de Tremblant.

Plus d'informations et billets disponibles au tremblant.ca.

COUPS DE CŒUR DE L'ÉQUIPE!

Découvrez quelques incontournables des Laurentides testés et approuvés par l'équipe!

LA BRASSERIE LES MERCENAIRES CULINAIRES

Nathalie Chalifoux, conseillère en solutions médias

Mon coup de cœur va sans contredit vers la brasserie Les Mercenaires Culinaires située à Mont-Tremblant. Le concept de ce restaurant repose sur la qualité et la fraîcheur des produits qui proviennent directement de la boucherie d'à côté! En plus d'un menu d'exception disponible tous les jours, ils ont concocté les menus midis thématiques du jeudi au dimanche où l'on a profité antérieurement d'un menu mexicain, vietnamien, d'antan, allemand et haïtien à un prix très abordable accompagné d'un cocktail vedette caractéristique de la thématique. Ici, détrompez-vous, rien n'est pris à la légère, les aliments sont choisis en fonction d'offrir des mets typiques du pays sélectionné. Mars et avril, le menu des sucres revient à la demande générale de la clientèle. Surveillez les prochaines thématiques. Vous y trouverez du personnel courtois, de la gastronomie et une ambiance chaleureuse.



Photo : Les Mercenaires Culinaires



Photo : Daniel Desmarais

LE SENTIER DES CIMES, ASCENSION VERS L'ÉMERVEILLEMENT

Isabelle Houle, rédactrice en chef L'info du Nord

Je suis allée en famille au Sentier des cimes à Mont-Blanc durant la période hivernale pour voir la pleine lune. Une expérience impressionnante qui peut se vivre toute l'année durant! En plus du paysage, la tour juste à elle est à couper le souffle et nous donne l'impression de pouvoir toucher aux étoiles. L'endroit est accessible à tous et nous fait vivre de belles émotions. Au sommet, le soir de pleine lune, des enfants qui sautaient sur le filet/trampoline géant et un couple d'amoureux qui dansait, magique!

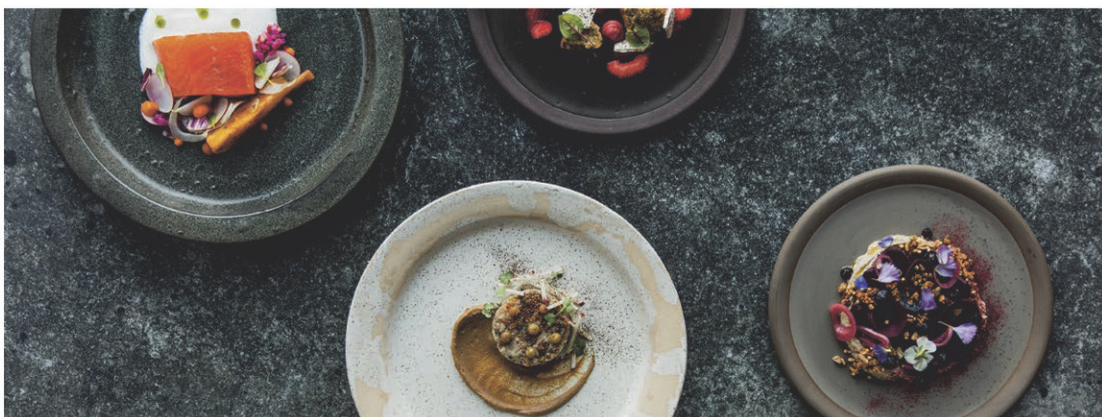


Photo : Strøm spa nordique

RESTAURANT NORD DU STRØM SPA NORDIQUE

Stéphanie Lomas, conseillère en solutions médias

Depuis maintenant un peu plus d'un an, le Strøm spa nordique à Saint-Sauveur s'est établi et a procédé à des changements et rénovations majeures de l'endroit. Le restaurant Nord figure maintenant parmi les arrêts incontournables du Strøm spa. Il vous faut absolument y déguster une bouchée ou un repas lors de votre prochaine visite. Le délicieux menu vous propose une cuisine d'inspiration nordique et des produits locaux et frais. De plus, on prend bien soin de vous lors de votre visite comme en vous offrant des couvertures pour vous réchauffer. Ce moment gastronomique complémente parfaitement votre expérience thermale au Strøm spa, et la rend même encore plus fabuleuse.

PAUSE-CAFÉ

ENTRE ARTS ET MOUVEMENTS

Que ce soit pour vivre une expérience créative autour d'un bon café, ou prendre une pause après une séance d'escalade ou de vélo, plusieurs endroits dans les Laurentides redéfinissent les limites et créent des lieux de rassemblement qui méritent un arrêt ce printemps. En voici neuf à mettre sur votre liste. **Par l'équipe de rédaction**



Le café FACE à Morin-Heights

Photo : Ced Kostka

POUR LA POTERIE

FACE à Morin-Heights

Ouvert depuis l'automne 2024, FACE est un atelier de poterie, mais aussi un café-boutique situé au cœur du village de Morin-Heights. Ce charmant endroit est parfait pour une pause-café si vous passez par là. Profitez-en pour découvrir les nombreuses pièces conçues à la main. Il est aussi possible de réserver pour un cours d'initiation au tour, de façonnage ou bien une session complète. **887, chemin du Village, Morin-Heights - faceml.ca**

POUR UNE EXPÉRIENCE ARTISTIQUE

La Balançoire Créative à Saint-Sauveur

« Peinture sur céramique et bonne bouffe », c'est qu'on retrouve à la Balançoire Créative dans le village de Saint-Sauveur. Autour d'un bon lunch ou d'un café, laissez aller votre côté artistique en peignant l'une des pièces de céramique disponible dans une ambiance chaleureuse. **8, avenue Lafleur, Saint-Sauveur**

L'Atelier Café arts et céramique à Saint-Eustache

À Saint-Eustache, L'Atelier Café arts et céramique est une activité idéale pour le printemps. Vous y retrouverez une vaste sélection de pièces de céramique et figurines thématiques que vous pourrez peindre autour d'un bon café.

164, 25^e avenue, Saint-Eustache - lateliercafe.ca

POUR LES CYCLISTES

Olodge à Piedmont

On retrouve plusieurs arrêts pour les cyclistes dans les Laurentides, dont le café plein air Olodge. En plus d'être un endroit pour prendre un café ou un lunch, on retrouve un atelier et une boutique spécialisés en vélo. Situé tout près du P'tit Train du Nord, c'est un arrêt nécessaire!

670, boul. des Laurentides, Piedmont - olodge.ca

Le Baroudeur à Saint-Sauveur

Sur la rue Principale de Saint-Sauveur, ce nouveau café cycliste est aussi un endroit à ajouter à son itinéraire lors d'un trajet à vélo dans les Laurentides. En plus de pouvoir prendre une pause pour déguster un bon café, on y retrouve une sélection de vêtements de vélo, et de vins! **194, rue Principale, Saint-Sauveur**

Ocafé à Mont-Tremblant

Ce café est situé à deux pas du lac Mercier et de la piste cyclable dans le cœur du vieux village de Mont-Tremblant. Installé dans la boutique Cybercycle, il s'agit d'un arrêt incontournable pour les cyclistes! On y sert déjeuner, diner, cafés de spécialité, jus frais et smoothies. **1908, chemin du Village, Mont-Tremblant - ocafevieuxremblant.ca**

Café de la gare à Sainte-Adèle

Ce café-pub situé sur le parc linéaire du P'tit Train du Nord est un endroit parfait pour s'arrêter prendre une pause lors de son itinéraire à vélo, que ce soit pour profiter de la grande terrasse ou pour un 5 à 7 entre amis!

1000, rue Saint-Georges, Sainte-Adèle - cafedelagare.net

POUR GRIMPER

Attitude Montagne à Saint-Adolphe-d'Howard

Ce centre d'escalade a une vaste offre pour les amateurs de sensations fortes. On y retrouve un gym de bloc intérieur, des parois extérieures avec plusieurs falaises puis un site d'escalade de glace. De plus, Attitude Montagne est relié au Pub La Chèvre où l'on peut s'asseoir, prendre un verre et même assister à un spectacle.

1510, chemin de l'Avalanche, Saint-Adolphe-d'Howard - attitudemontagne.com

Le Crux à Boisbriand

Le Crux a deux succursales à Laval et Boisbriand, et bientôt à Saint-Jérôme. Sur place on retrouve bloc, voie, vitesse, bistro, boutique et gym d'entraînement complet. Une belle activité pour le printemps!

95-A, boul. des Entreprises, Boisbriand - lecrux.com

LE TERROIR MIS EN BOUTEILLE GRÂCE AUX ABEILLES

Longeant la vallée de la Lièvre, de Ferme-Neuve à Lac-du-Cerf, les abeilles de Miels d'Anicet butinent cultures et plantes sauvages. Vendu en pot ou sous forme de produits transformés, leur miel est aussi utilisé par la ferme apicole Desrochers D pour produire des alcools au goût du terroir. **Par Geneviève Quesy**

Constitué d'eau et de miel, auxquels on peut ajouter herbes et fruits, l'hydromel est une boisson alcoolisée dont la tradition remonte à plusieurs millénaires.

Bien qu'ils répondent à cette définition, Géraud Bonnet aime bien utiliser le terme « vins de miel » pour décrire les alcools qu'il produit artisanalement chez Desrochers D, à Ferme-Neuve.

Copropriétaire de l'entreprise avec Naline Desrochers depuis que les parents de cette dernière leur ont transférée en 2013, Géraud Bonnet continue à expérimenter différents procédés pour faire parler le terroir à travers ses alcools.

« On a la même vision qu'un vigneron, avec ses cépages. On part du miel, qui a son goût propre selon les saisons et les différentes plantes butinées, et on cherche à l'exprimer et le mettre en valeur », dit Géraud Bonnet.

Tandis que Géraud et Naline se lançaient dans la production de vin de miel, Anicet Desrochers, frère de Naline, a pris sous son aile la portion apicole de la ferme familiale.

Dans le petit magasin de Miels d'Anicet, d'où l'on aperçoit la montagne du Diable, sont vendus des pots de miel, de couleurs et de saveurs différentes, produits cuisinés, chandelles, et savons odorants.

« Dans les années 80, il n'y avait que du miel ambré et doré dans les magasins. Mes beaux-parents ont été parmi les premiers à parler de miel de saison », raconte Géraud.

Les saveurs des fleurs

Selon les saisons, les fleurs butinées par les abeilles ne sont pas les mêmes, explique-t-il. Si le pissenlit est prédominant au printemps, les fleurs vont se diversifier ensuite, donnant au miel des saveurs de plus en plus épicées et prononcées. Ainsi, le miel de printemps n'a pas la même saveur ni la même couleur que le miel d'été ou d'automne.

Parmi d'autres fleurs, le pollen des trèfles, luzerne, verge d'or, framboisier ou mélilot vont se mélanger pour donner aux miels leurs particularités. Des saveurs qui se retrouvent ensuite dans le vin de miel.

« On peut aussi faire du miel monofloral. Par exemple, ici, on fait du miel de tilleul, puisqu'il y a beaucoup de ces arbres de long de La Lièvre. J'utilise ce miel comme base pour notre vermouth Vert de Miel, entre autres », dit Géraud Bonnet.



Photo : Northand Films

Le processus

Les levures, présentes naturellement ou ajoutées par le producteur, se nourrissent du sucre contenu dans le miel et vont produire de l'alcool lors de la fermentation.

« Avec le miel, 40 % du sucre est non fermentescible. C'est pour ça que c'est plus facile de faire de l'hydromel sucré », explique Géraud Bonnet.

Quand Géraud et Naline ont commencé leur production en 2010, la vogue du vin nature battait son plein. Ils ont donc voulu travailler leurs produits en fermentation naturelle, en comptant sur les levures présentes naturellement pour faire le travail de fermentation.

« On a fait des tests pour utiliser du pollen comme levain. Utiliser des fruits apporte également des ferments, naturellement présents sur la peau des fruits.

Dans certains cas, on peut aussi utiliser les lies de fermentation d'une cuvée précédente pour ensemercer une nouvelle cuvée », dit Géraud Bonnet.

En plus des vins de table à 12 % d'alcool comme le Blizz, l'Envolée et le Foehn, Desrochers D produit des spritzers en cannettes, les Beezz aux fruits, de doux pétillants naturels à 5 % d'alcool.

Bien alignés dans le chai, plusieurs barils faits de différents types de bois de chêne et ayant préalablement contenu différentes sortes d'alcool permettent de faire vieillir du vin de miel pendant trois à sept ans. C'est ainsi qu'est produite entre autres la Cuvée de la Diable.

« On réalise des assemblages. Les résultats sont parfois surprenants. Parfois les goûts s'annulent, parfois c'est dégueulasse et d'autres fois c'est sublime! », dit Géraud.

L'expérimentation se poursuit chez Desrochers D

Après le vermouth Vert de Miel, un second vermouth vient d'être lancé en décembre dernier, le Noir de miel.

« C'est une collaboration avec le Domaine Arvi qui travaille le topinambour à la manière de l'ail noir, en le faisant fermenter. Ils m'ont envoyé du topinambour en purée, alors on l'a fait macérer avec la Cuvée de la Diable. Ça amène un côté tourbé fumé, pruneau, chocolat noir », décrit Géraud Bonnet.



Photo : Cindy Boyce

Passionnée de culture et d'agriculture, **Geneviève Quessy** se destinait dès l'enfance au journalisme culturel et agricole. Aussi, avant même d'entamer ses études en journalisme, elle a étudié l'agriculture biologique, puis l'histoire de l'art, la littérature et le cinéma. Elle est journaliste généraliste depuis 2007, spécialisée en agroalimentaire, et couvre principalement l'industrie des boissons alcoolisées, la scène gastronomique et les expériences agrotouristiques.

FORFAITS VACANCES

FORFAIT GOLF OU NAUTIQUE

469\$

DIMANCHE AU MERCREDI

2 NUITÉES

2 DÉJEUNERS

2 LOCATIONS NAUTIQUES
OU
2 RONDES DE GOLF

CODE PROMO

LAC2025

GOLF2025

*Direction
Abitibi-Témiscamingue*

WWW.STATIONBOREALE.COM

>1290577

LA BRASSERIE

L'INCONTOURNABLE DES LAURENTIDES !

409, rue de Saint-Jovite,
Mont-Tremblant
819 717.4141

>1291144

CULTIVER SON INTÉRIEUR

Après l'euphorie des résolutions de début d'année, souvent vite abandonnées, il est temps de se reconnecter à soi-même, loin des impératifs du quotidien. À l'aube du printemps, saison symbolique de renouveau, de légèreté et d'énergie retrouvée, de nombreuses retraites et ateliers mieux-être nous offrent une véritable parenthèse pour cultiver notre intérieur. Ces moments de pause sont une invitation à ralentir, à se recentrer et à explorer des pratiques de croissance personnelle, afin de renaître à soi dans toute sa pleine énergie. **Par Catherine Verdon**

Voici des suggestions d'expériences pour ceux en quête de sérénité et d'éveil à soi.

Retraite avec hOMe retreats

Yoga, méditation, « sweat lodge », « cold plunge », « breathwork », rituels ayurvédiques et plus encore, du 25 au 27 avril, à la Chaumière Fleur Soleil à Val-David. Cette retraite est organisée par hOMe retreats, dont les séjours sont pensés pour décrocher et passer un moment d'exception avec soi-même. Tous les repas et collations sont compris et concoctés par une cheffe ayurvédique.

home.retreats@hotmail.com

Faire un pas vers soi au Shed Studio

Le Shed Studio à Morin-Heights propose des événements pensés sur mesure ou des forfaits déjà créés. Une maison et un studio vous accueillent à côté du Corridor aérobique pour bonifier votre pratique avec la randonnée ou autre sport en sentiers dans la forêt avec en bonus, la proximité d'une section baignable de la rivière à Simon. Une fin de semaine de plein air, détente, ateliers et yoga est offerte du 13 au 15 juin, pour « faire un pas vers soi » avec des moments de réflexion et moments d'actions. Disponible pour un petit groupe privé de 5 à 12

personnes. Notez qu'il est possible de changer de date pour votre groupe et que cette formule revient souvent. leshedstudio.com

La retraite MIRACLES

La réputation de MIRACLES, la Grande Retraite n'est plus à faire. MIRACLES est né de ce désir de se rassembler, de se connecter aux autres, mais surtout à soi, à son essence et à réajuster le tir. On assiste seul ou accompagné à cet événement annuel au Mont-Tremblant du 13 au 15 juin et qui transforme l'année à venir, parce qu'on s'enfonce dans notre vie intérieure, qu'on reprend notre pouvoir d'autonomie et d'autoguérison, en laissant de côté ce qui ne convient plus, ouvrant la voie au merveilleux qui nous attend.

retraitemiracles.com

Journée de déconnexion au Strøm spa nordique

Strøm spa nordique a créé dans son offre la Journée déconnexion, offerte aux équipes de travail par leur employeur pour favoriser l'équilibre entre vie professionnelle et bien-être personnel. Pour recharger nos batteries et retourner au travail avec une énergie renouvelée. stromspa.com

Festival FLOW Yoga & Son

La troisième édition du Festival FLOW Yoga & Son aura lieu du 29 au 31 août à Val-Morin sous la thématique « Racines », avec plus de 27 activités de yoga variées, DJs et musiciens, exposants locaux et restauration santé. flowfestival.ca

WETREAT au Couvent Val-Morin

La retraite Nature au Couvent Val-Morin du 15 au 17 août, proposée par WETREAT, nous invite à un séjour unique de yoga, fitness et bien-être rempli d'activités stimulantes et ressourçantes. Cet endroit épuré et paisible aux abords du lac Raymond et propice au calme nous permet de recharger nos batteries. Pratiques de yoga en studio, séances de méditation matinales et entraînement fonctionnel font partie des attraits de ces trois jours juste pour soi. wetreat.ca

Récolter les merveilles au studio Nectar Yoga

Le superbe studio Nectar Yoga de Saint-Sauveur a une offre de cours très variée en plus d'offrir des ateliers et des retraites qui font grandir leur communauté lors de chaque événement. Du 15 au 17 août, ils nous proposent une retraite transformative de yoga : « Récolter les merveilles ». C'est au Havre du rocher qu'on pourra faire le plein de vitalité avec l'énergie estivale à son plein essor, pour se connecter à soi et à la nature et ainsi s'aligner avec l'intelligence de la vie pour une expérience transformative. Yan et Mireille offrent cette expérience unique où créer des ancrages utiles pour une transformation durable alignée avec nos valeurs profondes. nectar-yoga.com

Du temps de qualité pour ralentir, le plus grand des luxes? Chose certaine, nous sommes de plus en plus nombreux à le choisir.



Photo : Naturaktive

Catherine Verdon est une passionnée des bonnes adresses, des animaux et des rencontres humaines. Anciennement à la tête de son propre magazine mieux-être, elle poursuit maintenant sa passion pour la rédaction en collaborant avec différents médias. Ses passions sont nombreuses, allant du crossfit et du yoga au terroir, en passant par la lecture, la broderie, la revalorisation de meubles, les antiquités et la photo culinaire.



MICROTEL[®]

BY WYNDHAM

MONT-TREMBLANT

OFFRE LIMITÉE

RESTEZ PLUS LONGTEMPS & ÉCONOMISEZ GROS !

Plus vous restez, plus vous économisez :

- ✓ 1 Nuit **10 %** de réduction
- ✓ 2 Nuits **15 %** de réduction
- ✓ 3 Nuits **20 %** de réduction
- ✓ 4+ Nuits **30 %** de réduction

Offre disponible uniquement par téléphone.
Contactez-nous et économisez encore plus !
Appelez et mentionnez le code promo **"Printemps"** 819-717-2700

* Sous réserve de disponibilité. Valide pour nouvelles réservations seulement !

CONTACTEZ-NOUS AU: 819 717-2700
235 MONTÉE RYAN, MONT-TREMBLANT, QC, J8E 1S3

L'endroit pour tous vos **MOMENTS SPÉCIAUX**

Le printemps est enfin là, et Château Montebello vous invite à vivre l'escapade parfaite au cœur de la nature. Profitez de crédits allant jusqu'à 100 \$ et les frais d'expérience en villégiature. Vivez pleinement le meilleur de notre destination.

CE PRINTEMPS, UNE ATMOSPHÈRE UNIQUE VOUS ATTEND !



Forfait **ESCAPADE DU PRINTEMPS**

À partir de
269 \$
+taxes

Du dimanche au jeudi

*(À partir de 329 \$ + taxes
vendredi et samedi)*

23 mars au 18 juin 2025

WEEKEND BONI :

5 avril, 2-3, 9-10, 30-31 mai 2025.

Incluant :

HÉBERGEMENT

FRAIS D'EXPÉRIENCE EN VILLÉGIATURE

CRÉDIT NOURRITURE DE 20 \$ PAR NUITÉE

CRÉDIT SPA DE 20 \$ PAR PERSONNE

CRÉDIT GOLF DE 20 \$ PAR PERSONNE OU

CRÉDIT CURLING DE 20 \$ (60 min.)

POUR PLUS DE DÉTAILS VISITEZ :

FAIRMONT.FR/MONTEBELLO

OU CONTACTEZ-NOUS 1 800 870 7619

Fairmont
LE CHÂTEAU MONTEBELLO