

LA PRESSE TOURISTIQUE

Outaouais | Hiver 2025 | GRATUIT



OSEZ L'HIVER

Activités à petit prix pour la
relâche

Fatbike et ski de fond :
Un duo gagnant

Escapades zen pour l'hiver

CES HIVERS QUI CHANGENT

Nos hivers changent. C'est une réalité de plus en plus présente qui est au cœur des préoccupations des entreprises touristiques, mais aussi de toute la population, doivent trouver de nouvelles façons d'offrir des plaisirs d'hiver.

La météo et les changements climatiques étaient même le thème d'un colloque, organisé conjointement par l'Association des stations de ski du Québec et l'Alliance de l'industrie touristique du Québec, qui a rassemblé une centaine de personnes et plus de 70 entreprises au mois de décembre. On y a discuté des impacts de la météo sur les activités touristiques, des solutions à adopter et des manières d'innover.

Cet hiver, en tant que touriste, il faut aussi explorer autrement. Même si cette neige n'est pas autant présente qu'on le désire, les organisations touristiques, elles, ne cessent de se réinventer, en adaptant leurs activités et en élargissant leur offre. Par exemple, les stations de ski investissent massivement dans la fabrication de neige pour offrir une saison de qualité malgré les aléas de la météo.

Cet hiver, peut-être qu'il faut chasser un peu plus cette neige. Peut-être qu'il faut conduire un peu plus loin, un peu plus au nord pour la trouver. Peut-être qu'il faut planifier un peu plus à la dernière minute et partir là où la neige se trouve.

C'est n'est pas parce que la neige n'est pas là qu'il n'y a pas d'activités pour autant. Vérifiez les sites web et informez-vous. Vous serez surpris des nombreuses propositions qu'on pourra vous offrir.

C'est ce qu'on a essayé de vous démontrer dans cette première édition de l'année 2025 de *La Presse Touristique*.

On parle donc de neige, mais pas que. Avec nos collaborateurs, on a trouvé plein d'idées pour profiter de cette saison hivernale de 1001 manières. Vous trouverez plusieurs articles sur des sports d'hiver, mais aussi des découvertes gourmandes et de bien-être. Je vous présente également notre nouvelle rubrique « Carnet de saveurs » pour les amoureux de la bonne table.

L'hiver, c'est fait pour jouer dehors. Ne vous laissez pas arrêter par la météo. C'est peut-être durant une intempérie que vous allez ramener les meilleurs souvenirs.

Partez à l'aventure dans votre région, il y a tant à faire!

Marie-Catherine Goudreau
Rédactrice en chef

SOMMAIRE

Outaouais | Hiver 2025 | Gratuit



Couverture : Le Sentier du Petit Pingouin est le plus grand sentier glacé dans la région de l'Outaouais. Aménagé sur le site du Club de golf Touraine à Gatineau, ce sentier de 5,5 km est une activité incontournable pour profiter du plein air et admirer les arbres enneigés du parcours.

Photo de couverture : Camille Labonté

04 Hors-piste et liberté

06 Fatbike et ski de fond : Deux sports complémentaires

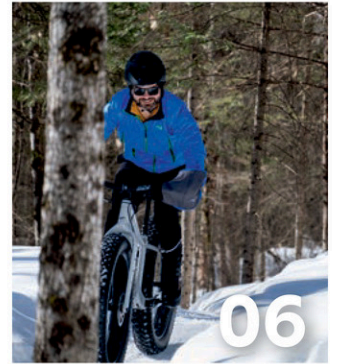
12 Pourvoiries en hiver : L'aventure commence sous zéro

14 Pêche blanche : Une activité qui plaira à tous

16 L'hiver québécois sur quatre roues

20 La relâche à 0 \$ ou à petits prix

24 Agrotourisme : Trinquer local



LA PRESSE
TOURISTIQUE

lapressetouristique.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 Dérépigny

Collaborateurs :

Sandra Mathieu
Jonathan B. Roy
Michel Therrien
Mylène Laplante
Vanessa Thauvette
Lisa-Marie Therrien
Geneviève Quessy
Catherine Verdon

MÉDIALO

Président : Frédéric Couture

Vice-Présidente : Véronique Gauthier

Directeur de production :

Cédric Juguet

Publié par **Médialo inc.**

Impression : **Imprimerie Solisco**

Distribution : **Distribution**

Martin Paquette

Plus de 100 points de dépôt

MÉDIALO

TOURISME DE MONTAGNE

ENSEMBLE VERS UNE MEILLEURE RÉSILIENCE

Hausse des températures moyennes hivernales, phénomène de gel-dégel, absence de neige naturelle au sol, journées de pluie hivernale... À l'échelle internationale, plusieurs communautés de montagne font face à divers défis économiques, sociaux et environnementaux majeurs auxquels n'échappe malheureusement pas le Québec. Ce constat est d'autant plus important dans les communautés qui se sont développées autour d'une seule forme de tourisme de montagne comme le ski alpin. **Par Sandra Mathieu**

Comment l'industrie peut-elle s'adapter aux changements climatiques et devenir plus résiliente? Ministères, pôle d'innovation, associations régionales et sectorielles et stations de ski se mettent de la partie et travaillent ensemble pour trouver des solutions innovantes.

Le consortium Ouranos dévoilait début novembre une étude sur le système ski alpin face aux changements climatiques au Québec. Réalisée dans le cadre d'un mandat octroyé par l'Association des stations de ski du Québec (ASSQ), cette étude, déclinée en trois projets de recherche, offre aux usagers et aux décideurs de nombreux secteurs concernés par cette industrie, un ensemble d'informations utiles pour planifier l'adaptation aux changements climatiques.

«L'étude a pour objectif de répondre aux préoccupations des stations à travers la province, explique Caroline Larrivée, directrice de la Programmation scientifique chez Ouranos. Certains aspects bénéficieront également à d'autres secteurs tels que le tourisme hivernal, les transports, l'industrie minière, les loisirs et les municipalités. Nous espérons que ce portrait donnera des outils à l'ensemble des acteurs du secteur afin de poser des gestes concrets d'adaptation face aux défis posés par les changements climatiques.»

Cette étude a permis de combiner la science et la réalité opérationnelle de PME québécoises en mettant à contribution une trentaine de stations de ski et ainsi faire émerger des solutions d'adaptation pérennes tout en facilitant la prise de décision de l'industrie pour les prochaines décennies. Cette vaste étude, soutenue par le ministère du Tourisme dans le cadre du Plan d'action pour un tourisme responsable et durable 2020-2025, établit un diagnostic clair et propose diverses pistes de solution et d'information, dont un outil d'autodiagnostic à l'attention des stations, un portrait des indices de neige au sol (PINS), ainsi qu'un plan de résilience sectoriel.

Vous pouvez consulter les faits saillants de l'étude sur le site web d'Ouranos : ouranos.ca

«Sans surprise, le rapport confirme que les stations de ski vont continuer d'être affectées par les changements climatiques. Toutefois, pour les sceptiques, la bonne nouvelle, c'est qu'il y aura toujours un hiver au Québec, déclare Yves Juneau, président-directeur général de l'ASSQ. Plus que jamais, nous avons les outils en main pour affronter les défis climatiques des prochaines décennies. C'est à nous de concentrer nos efforts et, avec le soutien de nos partenaires, d'accélérer l'innovation, le partage de bonnes pratiques et les investissements pour nous adapter face aux changements climatiques.»



Le plan montagne

Rappelons que le 29 avril 2022, dans le cadre du Plan d'action pour un tourisme responsable et durable 2020-2025, le gouvernement a annoncé un investissement de 11 M\$ d'une convention tripartite signée entre le ministère du Tourisme, le ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH) et chaque association touristique régionale (ATR) pour le développement et la mise en œuvre concertée d'un plan montagne 2022-2025 visant à améliorer la vitalité et la résilience des entreprises et des communautés liées au tourisme de montagne.

Concrètement, qu'est-ce que les usagers peuvent s'attendre de ces sommes? Investissements dans la fabrication de neige, installations plus inclusives, diversification de l'offre quatre-saisons : activités aquatiques, ajouts de sentiers multifonctionnels et de l'offre de longue randonnée, développement du vélo de montagne, etc.

D'ailleurs, lors du colloque *Météo et Tourisme : Alertes en vigueur* qui se tenait en décembre, la ministre du Tourisme, Caroline Proulx, a annoncé un soutien financier de 1,04 M\$, via 4 projets collectifs pour l'industrie du ski au Québec. Un de ces projets vise à assurer la pérennité des stations de ski dans l'adaptation aux changements climatiques.

Détentrice d'un certificat en journalisme, d'une majeure en communications et d'une licence en management touristique, **Sandra Mathieu** a fait de la planète son terrain de jeu! Elle multiplie les voyages, les aventures et les découvertes ici et ailleurs. Elle a fait des Laurentides son camp de base et elle partage ses rencontres et ses péripéties en mots et en images pour informer, inspirer, faire réfléchir ou tout simplement pour donner le goût de bouger!

HORS-PISTE ET LIBERTÉ

En quête de neige fraîche et de sensations fortes loin des pistes achalandées? Le ski de montagne gagne du terrain au Québec, offrant aux amateurs de glisse l'opportunité d'explorer des secteurs reculés en pleine nature. Plus qu'un simple sport, le ski de montagne est une invitation à redécouvrir nos montagnes et la liberté en plein air. **Par Marie-Catherine Goudreau**

Les sites de ski de montagne sont de plus en plus nombreux partout au Québec. De nombreuses stations de ski décident d'ouvrir des sentiers d'ascension pour ensuite redescendre dans les pistes balisées, ou même d'ouvrir des secteurs dédiés à cette pratique. De plus, la Fédération québécoise de la montagne et de l'escalade (FQME) multiplie ses sites de ski de montagne depuis quelques années.

L'essayer, c'est l'adopter

Les avantages et bienfaits du ski de montagne sont nombreux. D'abord, ce sport permet d'avoir accès à des secteurs plus reculés et donc de la neige non travaillée. Par exemple, lors d'une grosse tempête, le ski de montagne permet de profiter de cette nouvelle neige qui, on le sait, peut se faire plus rare au Québec.

De plus, ce type de ski permet d'éviter les longues files aux remontées mécaniques des stations de ski tout en s'entraînant en plein air! Comme ce sport est assez demandant physiquement, on peut avoir chaud, même s'il fait froid dehors. D'où l'importance d'être habillé avec le principe des multicouches pour éviter de prendre froid lorsqu'on arrête.

POUR DES AVENTURES HORS-PISTE

Si vous avez envie de sortir des pistes et des stations de ski, voici quelques sites dans les régions des Laurentides, de Lanaudière et de l'Outaouais qui offrent des secteurs hors-piste, c'est-à-dire hors des pistes travaillées ou balisées.

Mont Catherine - Tyroparc à Sainte-Agathe-des-Monts

Ouvert depuis l'année dernière, Tyroparc offre un site de ski de montagne affilié à la FQME qui permet de découvrir et skier le mont Catherine. On y retrouve quelques options de sentiers d'ascension pour accéder au secteur hors-piste. Plaisir assuré! **tyroparc.com**

Touski Espace plein air à Val-des-Lacs

Situé dans une vallée où les tempêtes de neige sont abondantes, Touski Espace plein air offre un super domaine skiable avec des sentiers et sous-bois aménagés. Vous pouvez profiter du secteur en raquette, en ski de montagne ou encore en essayant les différents modules du snowpark. On organise d'ailleurs plusieurs événements durant tout l'hiver.

touski-laurentides.com



Photo : Tyroparc

Le mont Plante au Parc régional Val-David-Val-Morin

Le Parc régional Val-David-Val-Morin offre un domaine skiable composé de 9 couloirs dont 2 de niveau intermédiaire, 1 de niveau difficile et 6 de niveau très difficile. À noter que l'accès est réservé aux détenteurs d'une carte de membre pour la saison hivernale.

parcregional.com

Secteur Grande-Ourse du Parc régional de la Forêt Ouareau

Ce nouveau site de ski de montagne affilié à la FQME compte deux sous-bois aménagés de niveau intermédiaire à avancé. Une ascension d'un maximum d'une heure est nécessaire pour accéder au secteur. Puis, en raison d'un microclimat, l'enneigement est fréquent! Un poste d'accueil chauffé est à la disponibilité des skieurs et planchistes lors de leur visite.

parcsregionaux.org

Montagne Noire à Saint-Donat

Ce site de secteur hors-piste propose une expérience en forêt et sous-bois très intéressante pour ceux qui souhaitent s'aventurer dans un milieu naturel! « Un chemin très large se rend au sommet et les sous-bois sont bien espacés et pas trop pentus. La neige y est assez abondante du fait de son altitude », lit-on sur le site web d'Estki, organisme de ski hors-piste dans l'est de l'Amérique du Nord.

Le versant Nature de Ski La Réserve

Ski La Réserve a ouvert récemment un secteur de ski hors-piste sur son versant Nature qui est donc dédié au ski de montagne. Il faut prévoir entre 30 et 45 minutes en moyenne pour monter jusqu'au sommet. Bonheur dans la neige garanti!

skilareserve.com

Base de plein air Air-Eau-Bois à Denholm

En Outaouais, on retrouve un seul site de ski de montagne et il s'agit de la Base de plein Air-Eau-Bois. Il s'agit du premier site de la région fédéré par la FQME. Malgré sa localisation plus au sud, Air-Eau-Bois est situé à un endroit où le climat favorise l'accumulation de neige. Le secteur offre des pistes de niveaux extrême et difficile, mais a aussi une section pour les débutants. L'approche est de 40 minutes et le dénivelé skiable est de 150 mètres. aireaubois.com

À noter que pour les sites affiliés à la FQME, vous devez être membre pour pouvoir y skier. Rendez-vous sur fqme.qc.ca

LES STATIONS DE SKI QUI PERMETTENT LA RANDONNÉE ALPINE

Les stations de ski sont de plus en plus nombreuses à offrir les sentiers d'ascension pour la randonnée alpine pour ensuite redescendre dans leurs pistes.

À noter que vous devez vous procurer un billet d'accès à la montagne.

Centre Vorlage à Wakelfield

Depuis janvier 2023, la station du Mont Vorlage offre deux pistes d'ascension pour la randonnée alpine. La T-Bar promet une montée rapide et intense alors que la Grande montée offre une activité plus longue et plus progressive. Redescendez par les pistes de la station. C'est à découvrir cette année! centrevorlage.ca

Les Sommets Morin Heights et Olympia

Dans le groupe des Sommets, les stations Morin Heights et Olympia offrent des sentiers d'ascension en randonnée alpine qui permettent de vivre un beau moment en forêt et de skier les pistes de ski. sommets.com

Station Tremblant

Très populaire pour la randonnée alpine, la Station Tremblant offre différentes options de pistes d'ascension intéressantes qui permettent de monter la plus haute montagne des Laurentides. Rendu au sommet, vous pouvez prendre une petite pause dans le chalet pour luncher ou vous réchauffer, pour ensuite avoir le choix de nombreuses pistes pour redescendre!

tremblant.ca

Mont Avalanche à Saint-Adolphe-d'Howard

Bien que ce ne soit pas la montagne la plus haute en altitude dans les Laurentides, le Mont Avalanche offre de belles options de pistes d'ascension pour la randonnée alpine. Comme la montée n'est pas trop longue, il est possible de monter plusieurs fois et donc faire plus de ski!

avalancheculturepleinair.com

Belle-Neige à Val-Morin

La station de ski Belle-Neige offre également des pistes d'ascension pour la randonnée alpine dans un sentier boisé. Profitez de la nature, atteignez le sommet en moins d'une heure puis redescendez dans l'une des 20 pistes balisées ou encore, dans le secteur backcountry de la montagne.

belleneige.com

Fairmont
LE CHÂTEAU MONTEBELLO



Vivez
un HIVER
GRANDIOSE

FORFAIT
PLAISIRS D'HIVER

Séjours du 5 janvier au 15 mars 2025

PETIT-DÉJEUNER QUOTIDIEN
FRAIS D'EXPÉRIENCE EN VILLÉGIATURE
CRÉDIT SPA DE 20 \$
HÉBERGEMENT POUR LA NUIT

À partir de

440 \$

*par nuit, en occupation double.
Taxes en sus.*

POUR PLUS DE DÉTAILS VISITEZ :
FAIRMONT.FR/MONTEBELLO
OU CONTACTEZ-NOUS
1 800 870 7619

FATBIKE ET SKI DE FOND

UN DUO GAGNANT

Loin des foules, des files d'attente et de l'enneigement artificiel, les avantages du ski de fond et du fatbike partagent quelques similarités. Pour le reste, les deux sports hivernaux semblent bien différents. C'est pourtant ce qui fait leur qualité auprès des amateurs de plein air. **Par Jonathan B. Roy**

Le fatbike : un sport québécois

À l'origine inventé pour se déplacer sur le sable, le fatbike s'est solidement implanté au Québec depuis quelques années comme l'équivalent du vélo de montagne hivernal. À travers le monde, c'est même probablement ici que la pratique s'est le plus développée et professionnalisée. Si le vélo dodu est parfois utilisé comme véhicule d'expédition hors sentier, c'est surtout dans les centres de vélo de montagne, lorsque les pistes sont balisées, tapées et entretenues, que le sport se démarque le plus.

La principale raison est que même des pneus larges de cinq pouces s'enfoncent dans la neige fraîche et rendent le pédalage difficile. On s'aperçoit dès que l'on dévie moindrement des pistes tracées pour aller carter dans le côté.

Beaucoup de pneus de fatbike viennent déjà cloutés ou permettent d'ajouter des clous. Ce petit piquant métallique pointant de la surface caoutchoutée change du tout au tout la pratique. Même sur un sol glacé, le vélo collera au sol. Finies les débarques en descente et bienvenue la grippe en montée. Du même coup, des conditions parfaites pour rouler seront beaucoup moins nécessaires. Même plusieurs jours après la dernière neige, les sentiers seront roulants et sécuritaires.

En fatbike, on retrouve les joies de l'enfance. Les obstacles – roches, racines et terrain inégal – sont effacés par la neige, et tomber est beaucoup plus rigolo que douloureux. Le sentier étant plus étroit, un pilotage précis prend toute son importance, et améliorera la pratique cycliste pour le reste de l'année.

Les joies du ski de fond

L'évolution du ski de fond ressemble à celle du fatbike. À la base inventé pour se déplacer sur de grandes distances, on pratique le ski de fond aujourd'hui de façon ludique et le plus souvent dans des centres spécialisés. S'il est rassurant de suivre deux lignes parallèles tracées au sol à la perfection, il est également grisant de s'enfoncer à travers les arbres avec des skis un peu plus larges et munis de carres métalliques.

Après une tempête, je privilégie pour plusieurs jours les explorations sur ski plutôt que sur pneumatiques. Le déplacement est à la fois efficace sans être trop rapide et en perte de contrôle. Et après les plus grandes bordées, c'est en ski de fond hors-piste qu'on profitera le plus de notre vaste territoire. Le sport offre un entraînement complet du corps et peut devenir une expérience méditative en glissant à travers les forêts, les champs et les pistes.

Quand choisir le ski ou le fatbike?

Le ski de fond est plus efficace lorsque le manteau neigeux est bon, en particulier lorsque la neige est fraîche ou légèrement damée. À l'opposé, les pistes dures, voire un peu glacées, sont les meilleures pour le fatbike. La neige molle crée des sillons ou empêche simplement la progression. En tout début ou toute fin de saison, le fatbike est une meilleure option.



Photo : Jonathan B. Roy



UNE CARTE DES CENTRES DE FATBIKE À TRAVERS LE QUÉBEC

Pour une carte des centres de fatbike à travers le Québec, voyez la carte interactive créée par Vélo Québec : carte.routeverte.com/carte_vm_sp/

Où pratiquer en Outaouais?

Comme en toute saison, le **parc de la Gatineau** est l'incontournable local pour prendre contact avec la nature et pratiquer une panoplie de sports. C'est 200 km et 50 pistes de ski de fond qui sont au menu sur ce magnifique territoire. Et pas moins de 16 stationnements, pour débiter d'un nouvel endroit tout l'hiver durant. En alternance au ski, on compte aussi 60 km accessibles en fatbike dans des sentiers partagés avec les raquetteurs.

ccn-ncc.gc.ca/endroits/parc-de-la-gatineau

Pour un circuit plus simple et encore plus proche, quelques options de sentiers pour les deux sports se trouvent au **Centre de plein air du Lac-Leamy**. La location de ski de fond est possible sur place. gatineau.ca

Trente sentiers de ski de fond, totalisant 75 km, font de **Nakkertok Nordique** le plus grand centre de ski de fond à l'est du Canada. Fait inusité,

l'endroit possède même ses propres canons à neige qui permettent de débiter la saison dès la mi-novembre.

nakkertok.ca

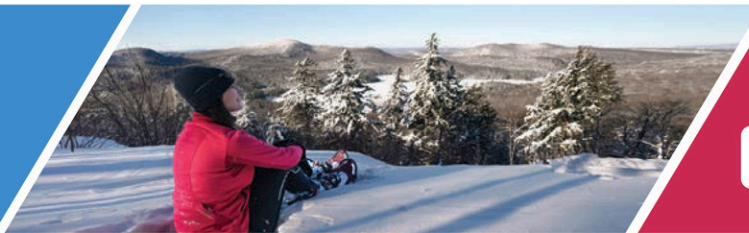
À 15 minutes de route au nord-est de Gatineau, c'est au **Harfang** et dans ses 28 km balisés que se passe le fatbike. Des dizaines de montures sont disponibles à la location, qu'il est préférable de réserver d'avance. leharfang.com

Enfin, plus à l'est, au Fairmont Château Montebello, l'organisme **Montebello Vélo de montagne** compte 27 km de vélo dodu, incluant la longue Fat Papineau qui s'enfonce vers le nord pendant 13 km.

Nous avons la chance de vivre dans l'une des plus belles régions pour pratiquer non pas un, mais ces deux magnifiques sports. Cet hiver, toutes les conditions sont bonnes pour s'amuser à l'extérieur!

Jonathan B. Roy est l'auteur de deux livres à succès *Histoires à dormir dehors*, sur son tour du monde à vélo de 4 ans, dans 40 pays sur 3 continents. L'ancien avocat gagne maintenant sa vie à raconter des histoires : en vidéo, par écrit et en conférences. Il anime également le balado *Encycliques*. Suivez ses aventures sur les réseaux sociaux @jonathanbroy ou sur son site web jonathanbroy.com.

LAURENTIDES



LA MAGNIFIQUE

laurentides.com
1 800 561-6673

bonjour
québec

TOURISME
LAURENTIDES



SENTIERS
Mont-Tremblant

Nouveautés cet hiver : ouverture du site de Gray Rocks

- 2 pistes de descente pour le vélo sur neige
- 2 boucles de marche hivernale canine avec accès au sommet
- 1 boucle de raquette
- Connexion au réseau de Sentiers Mont-Tremblant via la piste Fleur de Lys
- Stationnement gratuit et déneigé



NOTE IMPORTANTE :
Ski hors-piste et sports motorisés interdits sur le site.



Consultez les conditions des pistes et du damage en temps réel :
villemont-tremblant.qc.ca/sentiers

TOURISME
LAURENTIDES

NOUVEAUTÉS EN NATURE OU EN CONFORT

L'Outaouais compte de plus en plus d'hébergement en nature qui permettent une plus grande déconnexion et un rapprochement profond avec la nature. Plusieurs sites ouvrent dès cet hiver des nouveaux hébergements qui allient autant nature que confort. Survol. **Par l'équipe de rédaction**



Photo : Chalets Prunella

3 NOUVEAUX CHALETS PRUNELLA

Trois nouveaux chalets seront ajoutés aux quatre refuges de style en A des Chalets Prunella. Situés en forêt dans un terrain de 75 acres près du lac Johnson, les Chalets Prunella sont conçus pour se fondre dans la nature tout en offrant le luxe d'une chambre d'hôtel. Chaque chalet dispose d'une cuisine entièrement équipée, d'une salle de bain luxueuse, de fenêtres du sol au plafond, ainsi que d'un bain à remous privé et d'un foyer au bois. De plus, des sentiers de randonnée pittoresques entourent chaque chalet, offrant une immersion totale dans la nature. **chaletsprunella.com • 130, chemin Miller, Thorne**



Photo : David Ouimet Studio

LES MINI CHALETS OASIS PRÈS DU LAC BLUE SEA

Quatre magnifiques chalets modernes ont été aménagés aux abords du lac Blue Sea dans la Vallée-de-la-Gatineau. Ces chalets comprennent des terrasses privées, des cuisines complètes et des salons chaleureux. On retrouve plusieurs attraits à proximité comme le Parc régional du Mont Morissette pour une journée en raquettes, des sentiers de ski de fond et même des prêts-à-manger, disponibles à l'Épicerie L'Huile d'Olive. Ces refuges allient confort et nature, tout en mettant en valeur le patrimoine local. **minichaletsoasis.com • 179, chemin d'Orlo, Blue Sea**

UNE EXPÉRIENCE PATRIMONIALE À SHAWVILLE

Ce gîte au cœur de la petite ville de Shawville dans le Pontiac offre une immersion dans le passé, alors qu'on a transformé cette maison patrimoniale en chambres d'hôtes (B&B). Avec son charme distinctif et son élégance, cette propriété en briques, construite en 1898, propose deux chambres et une salle de bain privée. Une combinaison idéale pour vivre une expérience historique tout en savourant un délicieux petit-déjeuner!

202, rue Main, Shawville
Circa Shawville sur Facebook

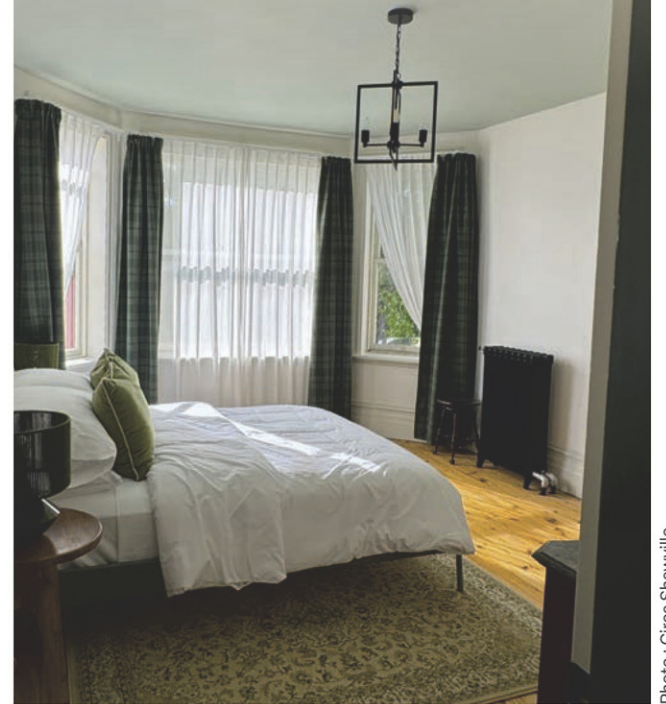


Photo : Circa Shawville



Photo : Patrick Draper

TERRE & NEIGE : REFUGE ENTRE MONTAGNE ET LAC

À 1,5 kilomètre de randonnée en raquettes, Terre & Neige rend accessible en hiver son magnifique chalet C°3, un refuge hors réseau niché entre montagne et lac! Ce havre de paix, isolé en pleine nature, offre un poêle à bois pour les nuits froides, une cuisine simple, une toilette à compost et une batterie portative pour éclairer le séjour des aventuriers. On peut récupérer à son arrivée un panier rempli de délices locaux pour le petit déjeuner, dont du pain au levain, des confitures maison et du café de Artery Community Roasters. Il s'agit d'une véritable déconnexion hivernale à expérimenter!

terreetneige.com
30, chemin du Lac-Clair, Val-des-Monts

CONCOURS

LA PRESSE
TOURISTIQUE X



GAGNEZ une escapade hivernale à la Station Boréale en Abitibi-Témiscamingue

Inclut : 3 nuitées pour 2 personnes dans un dôme,
2 paires de raquette pour les 3 jours, 2 tasses souvenir,
3 forfaits déjeuners (1 panier déjeuner par jour dans
le dôme) et 1 kit de 5 à 7 (fromage/pain/pâté) incluant
une bouteille de vin.



Pour les détails et pour participer
lapresstouristique.ca/escapade-hivernale-station-boreale/



Valeur
totale de
1 300 \$



Photos : Gaëlleve Lagrois photographe

DÉBRANCHE! POUR UN HIVER INTENSE

Fais de l'aventure ta résolution. La montagne t'attend.

Motoneige . Ski de montagne . Rando . Tyrolienne . Via Ferrata

tyroparc.ca


TYROPARC
Parc d'aventures en montagne



DOSSIER SPÉCIAL

LES LAURENTIDES À MOTONEIGE

Reconnue pour son accueil chaleureux et sa réputation enviable, la région des Laurentides se classe parmi les meilleures destinations de motoneige dans la province avec un réseau de plus de 2 500 km de sentiers balisés et entretenus. **Contenu promotionnel**

CIRCUITS

Découvrez quelques circuits qui vous permettront de contempler les splendeurs de l'hiver sous un autre angle.

De gare en gare : 182 km – départ de Rivière-Rouge

Sur le P'tit Train du Nord, poursuivez vers Nominingue en passant par La Minerve, Lac-des-Plages, La Conception et Labelle pour découvrir nos belles gares patrimoniales.

L'endiable : 110 km - départ de Mont-Laurier

Découvrez la magnifique montagne du Diable à motoneige pour des paysages qui valent le détour. Arrêtez-vous en passant aux chutes du Windigo et poursuivez votre aventure jusqu'au réservoir Baskatong, véritable désert de glace. Vous serez certainement charmés par les aubergistes et les bonnes tables.

Circuit découverte : 323 km – départ de Mirabel

Des kilomètres de sentiers enneigés entre lacs, collines, montagnes et forêts. Cette boucle de 323 km, propose un départ de Sainte-Agathe-des-Monts, là où le premier club de motoneige au monde a vu le jour en 1963. Ce sentier vous fera découvrir le cœur et les Basses-Laurentides.

Le Tour coureurs des bois : 552 km – départ de Mont-Laurier

Envie de vous immerger dans la forêt laurentienne? Ce circuit vous permettra de découvrir des sentiers entourés d'arbres, en passant par plusieurs pourvoiries, comme celle des 100 lacs ou encore Mekoos.

PROLONGER SON SÉJOUR

Après une journée de motoneige, rien de mieux qu'une bonne nuit de sommeil dans un hébergement douillet pour se reposer et se réchauffer. On croise tout près des sentiers de motoneige de nombreux hébergements dans les Laurentides.

Sentiers Coureurs des Bois, un groupe d'aubergistes de la forêt, d'hôteliers et un concessionnaire, propose la découverte des forêts des Hautes-Laurentides, de la Haute-Mauricie et de l'Outaouais en motoneige. Les membres sont triés sur le volet selon des critères précis : le niveau de confort des établissements, la gastronomie, les nombreux attraits accessibles au cœur de paysages époustouffants. Autrement, on retrouve d'autres nombreux hébergements dans la région, comme des pourvoiries. Le Golf Nominingue fait aussi partie par exemple des lieux pour se loger en hiver.

En quelques chiffres

- 2 513 km de sentiers
- 21 clubs
- 350 cm de neige recouvrent en moyenne la région de son doux manteau hivernal
- 970 chambres sont accessibles par les sentiers
- **Enneigement (estimation) :**
 - Généralement de la mi-décembre jusqu'à la fin février.
 - Au nord de Sainte-Agathe-des-Monts : de la mi-décembre jusqu'à la mi-mars.
 - Dans la région de Mont-Laurier : de la mi-décembre jusqu'à la fin mars.

Principaux sentiers

- 3 à Laval
- 13 à Gatineau
- 33 à Saint-Eustache
- 43 à Sainte-Marguerite-du-Lac-Masson
- 53 à la Réserve faunique Papineau-Labelle
- 63 à l'Annonciation

Source : Fédération des clubs de motoneigistes du Québec

- Tourisme Laurentides : laurentides.com
- Les cartes sont gratuites et sont disponibles au bureau d'information touristique des Laurentides, à la porte du Nord. Vous pouvez également la commander gratuitement.
- Sentiers Coureur des bois : coureurdesbois.ca
- Parc linéaire le P'tit Train du Nord : ptittraindunord.com/motoneige

MCTEL

DES ÉCORCES

627, boul. St-François, Lac-des-Écorces
819-585-2710

- Villégiateurs
- Travailleurs
- Quadistes
- Motoneigistes





www.moteldesecorces.com



1272764



Best Western PLUS

Situé au centre-ville de Mont-Laurier, cet hôtel propose un petit-déjeuner buffet américain et une piscine intérieure.



1231 Bd Albiny Paquette, Mont-Laurier, QC J9L 1M6 • (819) 623-5252

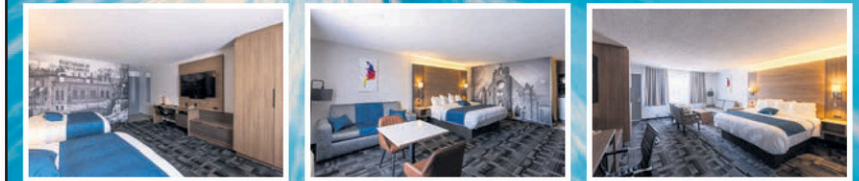


>1261593



Auberge l'Étape

Forfait motoneige disponible appelez-nous!



LES HAUTES-LAURENTIDES LE PARADIS DES SPORTS MOTORISÉS

265 Boulevard Albiny Paquette • Mont-Laurier (Québec) J9L 1K3
819 623-2400 • www.aubergeletape.com

>1278951



Reposez-vous et attendez-vous à l'inattendu à notre paisible hôtel **Comfort Inn®** de Mont-Laurier. Au cœur du centre-ville, idéal pour les adeptes d'escapades routières et de plein air. Notre hôtel de Mont-Laurier propose un service primé et une foule de commodités.

Restaurant sur place : La Cage – Brasserie sportive
Centre de conditionnement physique sur place



700 Boul. Albiny-Paquette, Mont-Laurier, QC • J9L 1L4 • (819) 623-6465

>1261570



GOLF NOMINIGUE

Une nuit, un souper gastronomique,
un déjeuner (service non inclus)

149\$ plus taxes

par personne en occupation double
225\$ en occupation simple

Carte virtuelle
Emplacement du
Golf et Hôtel Nominigüe
au kilomètre 145,7



2100, chemin Tour du Lac,
Nominigüe, QC | 1 877-530-4653
hotelgolfnominigüe.qc.ca



>1272748

POURVOIRIES EN HIVER : L'AVENTURE COMMENCE SOUS ZÉRO

Saviez-vous que les pourvoiries sont bien plus qu'un simple point de départ pour la pêche et la chasse? Véritables havres d'hébergement en nature, nombreuses sont celles qui accueillent aussi les visiteurs en hiver, leur proposant chalets, auberges et une gamme d'activités variées, allant du ski de fond à la motoneige, passant évidemment par la pêche blanche, et offrent même des séjours de détente. **Par Marie-Catherine Goudreau**



Photo : Kenaik Nature

« Plusieurs personnes sont étonnées que les pourvoiries soient ouvertes à l'hiver, mais c'est plus d'une centaine de pourvoiries qui offrent des activités hivernales au Québec. De ce nombre, une cinquantaine vont offrir la pêche blanche. Mais ce n'est pas que ça. Les pourvoiries sont vraiment des centres d'activités hivernales », souligne d'entrée de jeu Josiane Lavallée, directrice communications et marketing chez Pourvoiries Québec.

Plus que la pêche et la chasse, plusieurs pourvoiries offrent aussi des activités de raquettes, de patinage sur le lac, de ski de fond, de motoneige et de traîneau à chiens. « On y trouve des activités pour toute la famille. »

Pêche blanche

La pêche blanche est une activité incontournable dans les pourvoiries. Contrairement à la pêche estivale, tout est fourni par le pourvoyeur. « C'est une belle activité pour s'initier à la pêche en famille ou entre amis », indique la directrice des communications et marketing. Par exemple, c'est le pourvoyeur qui fournira les brimbales, qui fera les trous et qui vous installera. Il reste à apporter ce qui sera au bout de l'hameçon. « Puis, à proximité, il y a aussi des cabanes chauffées sur le lac où l'on peut aller se reposer ou encore luncher. »

Séjour de motoneige

Souvent étant situées à proximité des sentiers de motoneige, les pourvoiries sont de bons endroits pour être des relais de motoneige. « Il est possible par exemple de juste t'arrêter diner dans une pourvoirie lors d'une journée en motoneige ou encore rester dormir pour la nuit. Puis, certaines font même la location de motoneige et offrent des sorties guidées », rapporte Josianne Lavallée.

Pour les amateurs de sensations fortes, une quinzaine de pourvoiries dans la province offrent la possibilité de faire de la motoneige dans des sentiers hors-piste. « Tout cela est fait dans un contexte encadré », indique-t-elle.

Hébergement et détente

Les pourvoiries sont l'un des plus grands réseaux d'hébergement en nature au Québec. En effet, il y a une grande offre de chalets, de refuges et même d'auberges. « C'est un seul endroit où tu peux poser tes bagages et profiter de la vie de chalet, en nature. Puis, ce qui est bien, c'est qu'à même le site, il y a une panoplie d'activités que tu peux faire », rapporte Josiane Lavallée.

Au-delà, des activités sportives à l'extérieur, de nombreuses pourvoiries vont offrir des expériences de détente, alliant spas, piscine intérieure, gastronomie et hébergement plus luxueux. « Certaines pourvoiries ont des tables qui n'ont rien à envier aux grands restaurants! Ils cuisinent avec des produits locaux et mettent en valeur la gastronomie d'ici », souligne-t-elle.

Découvrir

À la recherche d'une pourvoirie pour faire une activité précise? Rendez-vous sur la plateforme web de Pourvoiries Québec sous l'onglet « Trouvez une pourvoirie ». Vous pourrez y effectuer une recherche selon la région, l'activité et les services pour trouver exactement l'expérience que vous cherchez.

pourvoiries.com

Trois pourvoiries qui valent le détour en hiver



Photo : Pourvoirie Lac Berval

Laaudière : Pourvoirie Domaine Bazinet à Saint-Émélie-de-l'Énergie

Pour les familles, la pourvoirie Domaine Bazinet propose une expérience qui plaira à tous. On y retrouve une auberge de montagne et 25 chalets tout équipés pour séjourner en nature. En hiver, c'est l'endroit idéal pour pratiquer la pêche blanche et taquiner la truite mouchetée. Vous pourrez aussi y faire de la motoneige, de la raquette dans les sentiers du domaine, patiner sur la patinoire éclairée et même profiter des glissades sur tube.

domainebazinet.com



Photo : Domaine Bazinet

Laurentides : Pourvoirie Lac Berval à Montcalm

Cette pourvoirie située dans le secteur de Mont-Tremblant offre des expériences en pleine nature pour une déconnexion totale. Pour les activités hivernales, la pourvoirie compte des sentiers de raquettes et de fatbike. C'est aussi un endroit idéal pour observer la faune ainsi que pour pratiquer la pêche sur glace. On y retrouve aussi plusieurs chalets en bois ronds.

pourvoiriedulacberval.com



Photo : Kenauk Nature

Outaouais : Pourvoirie Kenauk Nature à Notre-Dame-de-Bonsecours

Pour une expérience plus luxueuse, la pourvoirie Kenauk Nature près de Montebello est la place où aller. Ouverte à longueur d'année, la pourvoirie compte 22 chalets écoresponsables et luxueux. Les activités sont nombreuses, autant en été qu'à l'hiver. Traineau à chiens, pêche blanche, ski de fond, raquettes, tir au pigeon d'argile : on y retrouve des activités pour toute la famille dans cette réserve sauvage de 265 kilomètres carrés dotée de 65 lacs.

kenauk.com



↑
Sentier
des
cimes
Laurentides
!



MONTEZ VOIR L'HIVER!

Les joies de l'hiver en famille ou entre amis!



www.sentierdescimes.ca

PÊCHE BLANCHE UNE ACTIVITÉ QUI PLAIRA À TOUS

J'avais 6 ans quand j'ai capturé ma toute première truite mouchetée en contexte de pêche hivernale sous les conseils de mon père. Je me souviens de chacun des détails de cette journée, et aussi, qu'une fois hors de l'eau, la truite avait réussi à se détacher près du trou. J'étais sauté dessus avec mes mitaines en cuirette comme un pygargue, mais le corps du poisson se faufilait de mon emprise! **Par Michel Therrien**

Depuis cette capture initiale, j'ai connu quelques beaux hivers de pêche blanche. Maintenant, c'est moi qui donne des conseils à mon fils et à d'autres nouveaux et nouvelles adeptes. Mais comment faire pour prendre du poisson en hiver et que devons-nous savoir sur ce sujet?

Comportements du poisson en hiver

Il y a, selon les dernières statistiques, près de 695 000 pêcheurs au Québec et il est connu que cette activité joue un grand rôle touristique dans plusieurs régions de la province. Bien que l'on observe en été plusieurs adeptes sur les berges et en embarcation, il n'en demeure pas moins que la pêche est également autorisée l'hiver et le poisson collabore quand on sait un peu comment s'y prendre.

En hiver, l'eau des lacs et des rivières ne gèle qu'en surface et les poissons survivent bien à cette dynamique malgré la présence de ce toit gelé au-dessus d'eux. Cependant, contrairement à l'été, il y a peu de nourriture en surface durant cette période. Selon l'espèce, il est plus commun d'avoir des touches en profondeur, comme lorsque nous présentons une offrande dans les structures sous-marines comme les bas-fonds. Certaines espèces sont très actives l'hiver dans leur quête d'alimentation comme la perchaude, le doré ainsi que le brochet pour ne nommer que ceux-là.

Les pourvoyeurs et gestionnaires de territoires fauniques identifient aussi des lacs pour la truite et ils prodigueront des conseils de pêche sur les leurres et sur les endroits susceptibles d'apporter de bons résultats sur le lac.

Les techniques et l'équipement

Il est permis, selon les zones et la réglementation, d'utiliser plusieurs lignes ou brimbales en même temps en hiver, ce qui augmente les options de captures. À ma dernière sortie de pêche blanche avec fiston, nous avons chacun quatre brimbales à surveiller et on « jiggait » (aussi appeler pêche à la dandinette) avec une canne spécifique à cette technique. Généralement, on pêche dynamiquement en dandinant un leurre autour des brimbales pour attirer du poisson. À une demi-heure avant la noirceur, on courrait partout sur le lac tant ça mordait. Personnellement, j'utilise une petite canne à peine plus longue que mon avant-bras pour jigger et j'aime ressentir les moindres petites touches afin de ferrer rapidement. Autrement, n'importe quelle brimbale sera efficace et j'en ai déjà fait une avec un panache de caribou.



Photos : Michel Therrien

Au niveau des leurres, j'ai beaucoup de succès avec les micros jig Atomic Teaser blanche et rose ainsi qu'avec la coloration olive, et ce, tant pour la truite que pour d'autres espèces. Ce leurre est fait pour jigger et pour attirer le poisson. Les poissons nageurs de la compagnie Rapala provoquent aussi de belles surprises. Parfois, un poisson viendra mordre subrepticement sur votre canne puis il se déplacera vers l'offrande qui repose près du fond au bout de votre brimbale. J'installe mes brimbales et la longueur de mon fil avec l'objectif d'atteindre divers niveaux de profondeur. Puis, quand ça mord plus spécifiquement à une profondeur ciblée, alors là, je place stratégiquement toutes mes brimbales afin d'atteindre la profondeur que le poisson préfère cette journée- là.

Les options clés en main en pourvoiries

La pêche blanche est assez simple et elle ne requiert qu'un minimum d'équipements et même pas d'embarcation. Dans les dernières années, j'ai fait plusieurs beaux séjours de pêche hivernale en pourvoirie et j'aime bien choisir des périodes plus tardives durant l'hiver, marquant un accroissement notable de la présence de la lumière du jour en soirée.

Les pourvoyeurs offrent souvent de l'hébergement en chalet directement sur les berges du lac en question et ils disposent souvent de cabanes de pêche adaptées et permettant aux pêcheurs de se réchauffer tout en surveillant leurs lignes. Pour bien faire vos recherches sur les endroits offrant la pêche hivernale, je vous suggère le Guide de la Pourvoirie présentant plus de 330 pourvoiries du Québec regroupées par région touristique. C'est un outil de référence pour tout amateur de pêche et de grand air souhaitant organiser une activité hivernale au cœur de notre belle nature québécoise.

Depuis plus de 20 ans, **Michel Therrien** est guide, auteur et conférencier spécialisé en chasse et pêche. Ses préoccupations premières : le respect de l'environnement et des bêtes, mais également l'importance d'éduquer les gens, qu'ils soient chasseurs ou pêcheurs, sur le rôle des activités de prélèvement et sur l'art de bien les faire! Michel a fondé l'équipe Chasse Québec et est aussi l'ambassadeur de l'Association des pourvoiries des Laurentides.

UN SPORT EN HARMONIE AVEC SON CHIEN ET LA NATURE

Tu cherches une expérience excitante à vivre avec ton chien cet hiver? Pourquoi ne pas essayer les sports attelés? Avec ses nombreuses disciplines, tu trouveras assurément celle qui te convient et ton fidèle compagnon sera ravi de partager ces moments d'aventure à tes côtés. **Par Mylène Laplante**

Les sports attelés suscitent un véritable engouement, qui ne cesse de grandir d'année en année. Plusieurs événements et compétitions sont organisés partout au Québec chaque saison. L'augmentation du nombre de participants témoigne de l'attrait croissant de cette discipline. C'est aussi un excellent moyen de renforcer le lien avec ton chien.

Les raisons pour se lancer dans cette aventure sont multiples, que ce soit pour ta santé, pour ton chien, pour l'environnement ou pour votre complicité.

Tu te demandes peut-être si ces sports sont faits pour toi et si la race de ton chien convient. Un autre avantage de cette activité, c'est qu'elle peut être pratiquée par tout le monde. Il suffit d'y aller avec intelligence, à ton rythme et en tenant compte des capacités de pitou, bien sûr. Évidemment, l'expérience ne sera pas la même avec un chien de petite race versus un chien né pour tracter, comme un husky. Il suffit que votre toutou soit énergique, aime courir et vous voilà prêt à vivre une super expérience.

À prendre en compte avant de commencer

Il est important de prendre en compte l'âge de ton chien. Selon les recommandations de Mushers et athlètes canins du Québec (MACQ), il est préférable d'attendre 15 mois pour commencer une traction intense sur de courtes distances (moins de 2 km) et 18 mois pour les plus longues distances. Cela permet de préserver sa croissance osseuse, qui se termine plus rapidement chez les petites races et prend un peu plus de temps chez les grandes races. Si ton chien est encore un chiot, sois patient!

Les différentes disciplines des sports attelés

Les sports attelés comprennent plusieurs disciplines, telles que le canicross, le skijoering, le bikejoring, la trottinette des neiges et le traîneau. Le kit de base inclut un harnais pour le chien, une ligne bungee (corde élastique qui vous relie) et une ceinture adaptée pour le canicross ou le skijoering. Il est essentiel de maîtriser la notion de traction simple ou double au niveau de ta ceinture, afin d'éviter toute blessure et maximiser la symbiose entre toi et ton chien.

Je te conseille de consulter des experts pour ajuster correctement ton équipement et de l'essayer avant de l'acheter. Un mauvais ajustement peut provoquer des blessures, tant pour le chien que pour l'humain. Il existe plusieurs entreprises québécoises spécialisées dans ce domaine, comme Nahak, qui propose en plus des outils utiles pour bien ajuster ton équipement.

Un autre conseil important : retire toujours le harnais de ton chien après l'activité pour éviter tout accident.

Je te recommande également de suivre des cours avec des professionnels pour démarrer sur de bonnes bases et éviter les erreurs. En devenant une équipe unie, ton chien et toi pourrez profiter pleinement de l'expérience. Le site de la MACQ regorge de ressources et d'informations, ainsi qu'une liste des clubs et associations dans plusieurs régions.



Photo : DanielT Photo

Initiations et cours recommandés dans la région

Joyeux Amimaux, situé à Thurso, est une entreprise spécialisée dans les activités liées aux animaux. Durant la saison hivernale, plusieurs formations sur les sports attelés sont offertes par l'équipe de Canicross-Outaouais. Tu pourras y pratiquer le canicross, le skijoering et la trottinette des neiges. L'entreprise propose également la réservation d'un sentier de plus de 3 km, idéal pour pratiquer ces sports ou offrir à ton chien un moment de liberté.

joyeuxamimaux.com

Maman de trois petits humains et maître de Murphy la Border Collie, **Mylène Laplante** adapte son quotidien tant à la maison que sur la route pour que chacun y trouve son compte. Quand la famille part à l'aventure, tout le monde suit - même le poisson a déjà fait du camping! Elle est co-fondatrice du groupe Facebook Partout avec Pitou et de la plateforme partoutavec pitou.com, projet entamé avec son conjoint en 2022.

L'HIVER QUÉBÉCOIS SUR QUATRE ROUES

Alors que les hivers québécois amènent leur lot de froid intense et de neige abondante, de plus en plus de Québécois optent pour une échappatoire inusitée : l'escapade en van. Si certains partent vers des climats plus chauds, une nouvelle communauté de voyageurs privilégie l'aventure en van pour découvrir le Québec en pleine saison hivernale. Cette tendance attire des adeptes en quête de liberté, de nature et de confort itinérant, prêts à braver les températures glaciales pour vivre une expérience unique. **Par Vanessa Thauvette**



POURQUOI CHOISIR LE VANLIFE EN HIVER?

Les escapades en van, même en hiver, séduisent par leur flexibilité. Contrairement aux séjours en hôtel ou en chalet, ce type de voyage permet aux aventuriers de tracer leur propre route, de découvrir des lieux moins fréquentés et de s'immerger dans des paysages enneigés à leur rythme. Que ce soit pour explorer les parcs nationaux ou s'arrêter dans des villages pittoresques, le vanlife offre une liberté totale, en permettant de se sentir chez soi n'importe où, tout en profitant d'un confort adapté. Le côté économique est également un atout de taille : voyager en van réduit les coûts d'hébergement tout en offrant un niveau de confort de plus en plus sophistiqué grâce aux aménagements modernes. Cette autonomie transforme les escapades en van en une alternative abordable et aventureuse aux vacances traditionnelles.

DES CONSEILS POUR RÉUSSIR SON VANLIFE HIVERNAL

Pour les courageux qui choisissent d'affronter l'hiver québécois en van, une bonne préparation est essentielle. Voici quelques astuces pour vivre une expérience agréable et sécuritaire.

1. Optimiser l'isolation de son van

L'isolation est cruciale pour garder son van confortable en hiver. Installez des matériaux isolants sur les murs, le sol et le toit pour conserver la chaleur, et ajoutez des rideaux thermiques ou des panneaux isolants aux fenêtres. Placer un isolant sous le matelas peut aussi faire une grande différence pour conserver la chaleur pendant la nuit.

2. Utiliser un chauffage sécurisé

Le chauffage au propane est couramment utilisé dans les vans, mais il présente des risques d'intoxication au monoxyde de carbone. Assurez-vous de bien ventiler l'espace et n'utilisez jamais le chauffage en continu pendant la nuit pour éviter les dangers. Pour compléter, des bougies anti-humidité peuvent aider à maintenir une chaleur douce et à absorber l'humidité.

3. Prioriser la sécurité routière

L'hiver au Québec signifie routes glissantes et conditions de conduite exigeantes. Équipez votre van de pneus d'hiver et prévoyez une trousse d'urgence comprenant couvertures de surplus et thermiques d'urgence, pelle,

outils de traction et lampe de poche. Assurez-vous aussi de surveiller l'état de la batterie, qui peut être affectée par le froid. Garder un multimètre à bord permet de vérifier rapidement la charge si le véhicule ne démarre pas. N'oubliez pas non plus un lubrifiant pour serrure en cas de gel.

4. Maximiser la chaleur dans le van

En hiver, chaque détail compte pour maintenir une température agréable dans le van. Prévoyez des repas réconfortants et énergétiques, comme des soupes et des mijotés, pour recharger votre corps. N'oubliez pas que le corps dépense de l'énergie pendant votre sommeil pour vous garder au chaud. Pensez donc consommer plus de calories qu'à la normale. Pendant la nuit, un thermos d'eau chaude enveloppé dans un bas en laine peut servir de bouillotte et garder votre lit confortable pour plusieurs heures.

5. Vêtements multicouches et laine mérinos

Pour les nuits froides, optez pour la technique du multicouche. La laine mérinos est un excellent choix, car elle garde la chaleur tout en évacuant l'humidité. Ce tissu naturel est respirant, prévient les mauvaises odeurs et reste agréable sur la peau, idéal pour de longues périodes en van.

6. Contrôler l'humidité

L'humidité est l'ennemi du confort en hiver. Il est essentiel de garder un change sec pour éviter de rester en contact avec des vêtements humides après une activité physique. Utilisez des sacs de compression étanches pour stocker vos vêtements secs et les protéger de l'humidité ambiante.

LE QUÉBEC EN VAN, MÊME EN HIVER : UNE AVENTURE UNIQUE

Alors que certains fuient l'hiver québécois, les adeptes de la vanlife hivernale choisissent de rester pour découvrir le Québec sous un autre jour. Les couchers de soleil sur les lacs gelés, les forêts enneigées et le silence apaisant de la saison froide deviennent le décor de leurs aventures. Ces voyageurs prouvent qu'il est possible d'apprécier les charmes de l'hiver tout en vivant une expérience authentique et enrichissante.

Au-delà du confort mobile, le vanlife hivernal offre une simplicité et une proximité avec la nature qui séduisent de plus en plus de Québécois. Avant de se lancer, il est recommandé de faire un essai près de chez soi ou à un endroit où un plan B est possible, pour tester ses limites face au froid et ajuster ses méthodes si nécessaire.

Pour profiter pleinement de l'hiver tout en restant bien au chaud, rien de tel qu'un endroit confortable où vous pourrez vous ressourcer après vos activités en plein air. Voici quelques adresses qui offrent à la fois charme et commodités.

Bivouac de l'Ancien

Situé au 92 rue Principale, à Gracefield, ce site propose un bloc sanitaire avec douche. Les tarifs varient entre 40 \$ et 50 \$, et il est recommandé de contacter la réception hors-saison au (819) 463-2434 pour plus d'informations.

Destination Pontiac

Il s'agit d'une initiative novatrice qui consiste à créer une route spécialement conçue pour les adeptes de la vanlife. Sous l'égide de Destination Pontiac, ce parcours met en avant quatre sites hivernaux parfaits pour les amateurs de camping en van durant la saison froide. Ces emplacements permettent aux visiteurs d'apprécier la beauté de la région en hiver, tout en offrant des installations adaptées aux besoins des voyageurs en véhicule récréatif, pour une durée maximale de 30 jours entre le 1^{er} décembre et le 30 avril.

mrcpontiac.qc.ca/visiteurs/camping

À savoir

L'application gratuite iOverlander vous permet de trouver facilement des adresses où camper sans difficulté. De plus, la plupart des centres de ski ou de plein air peuvent autoriser le camping sur leur site; il suffit de demander l'autorisation au gestionnaire des lieux.



Vanessa Thauvette est une nomade numérique passionnée. Son style de vie se caractérise par l'exploration de régions magnifiques tout en exerçant un travail à temps plein à distance. Cette liberté offerte par le télétravail lui permet de concilier sa soif d'aventure et ses obligations professionnelles. Amatrice de plein air, elle se passionne pour la randonnée, le vélo de montagne et le camping sauvage. Accompagnée de ses fidèles compagnons canins, elle a parcouru les États-Unis et le Canada, découvrant des paysages époustouflants et des cultures variées.



Glace mince

ATTENTION!
Les conditions du couvert de glace, de la neige et de l'eau changent près des barrages.
VÉRIFIEZ QUE LA GLACE EST SÛRE AVANT DE VOUS Y AVENTURER.



Evolugen | 1.877.986.4364
infolievre@evolugen.com
evolugen.com/fr/securite

DÉCOUVREZ

CÔTE-NORD

UNE TERRE D'AVENTURES ET DE DÉCOUVERTES AU BOUT DU QUÉBEC

S'étendant sur plus de 1 300 km le long du fleuve Saint-Laurent, la Côte-Nord est une région où la nature sauvage, la culture autochtone et les paysages maritimes se rencontrent pour offrir une expérience unique. Entre ses villages pittoresques, ses activités en plein air et ses trésors cachés, la Côte-Nord est une invitation à l'évasion. **Contenu promotionnel**

Quelques activités incontournables pour les visiteurs

La Côte-Nord regorge d'expériences uniques qui sauront séduire tous les types de voyageurs. Par exemple, l'observation des baleines, particulièrement à Tadoussac, est un incontournable. Ces géants des mers, qui fréquentent le Saint-Laurent chaque été, peuvent être admirés depuis un bateau, un kayak ou même la rive. Pour les amateurs de randonnée, les monts Groulx (Uapishka) offrent des sentiers spectaculaires menant à des sommets offrant une vue imprenable sur la région.

L'archipel de Mingan, avec ses monolithes sculptés par le vent et l'eau, est un paradis pour les photographes et les amoureux de la nature. Enfin, l'île d'Anticosti propose une expérience hors du commun, avec des paysages sauvages et une faune abondante, idéale pour les aventuriers.

Trois bonnes raisons de visiter la Côte-Nord cet été

1. Immersion dans la nature : La Côte-Nord est un véritable sanctuaire de biodiversité. Des baleines aux phoques, en passant par les caribous et les oiseaux marins, la faune y est impressionnante.

2. Héritage culturel : La région célèbre ses racines autochtones et maritimes à travers des sites comme les réserves Essipit ou le site des Galets à Natashquan, qui rend hommage à l'histoire de la pêche et à des figures emblématiques comme Gilles Vigneault.

3. Activités pour tous : Que ce soit en randonnée dans les monts Groulx, en excursion dans l'archipel de Mingan ou en exploration des phares historiques de la région, les possibilités d'activités sont infinies.



Photo : Sébastien St-Jean

Les trésors cachés de la région

Manowin inc. est une ferme maricole spécialisée dans l'élevage des huîtres. En collaboration avec la Sépaq, la Ferme Manowin ouvre ses portes pour des visites afin d'en apprendre plus sur l'ostréiculture, mais également sur l'histoire de l'ancien village de l'Anse-aux-Fraises. Cette activité se conclut avec une dégustation d'huîtres et un verre de mousseux.

Le Parc Nature de Pointe-aux-Outardes est un endroit à découvrir à travers ses neuf écosystèmes abritant une biodiversité très riche, dont les célèbres kilomètres de plage de sable fin. Vous pourrez y voir des paysages grandioses





Photo : Sébastien St-Jean

avec le réseau de sentiers et d'autres activités, allant de la rencontre avec un aîné de la nation innue à l'exploration des battures sablonneuses.

Le village des Bergeronnes est reconnu pour l'observation terrestre et marine des baleines, la pratique du kayak de mer, la découverte du littoral marin et ses campings en bordure du Saint-Laurent. En été et en hiver, on y pratique entre autres la randonnée pédestre, le vélo, la pêche et la motoneige. Le village organise aussi le Festi-Livre ainsi que le fameux Festival de la Balaise bleue, deux incontournables.

Finalement, un autre trésor caché de la Côte-Nord : Les Escoumins. Nichée entre mer et montagnes, cette municipalité est un joyau réputé pour ses paysages à couper le souffle et ses activités maritimes uniques. On peut y observer des baleines et faire de la plongée en apnée, au cœur du fleuve Saint-Laurent. C'est une destination pour les amoureux de la nature et de l'aventure.

CHALETSDIDOCHÉ
HAVER-SAINTE-PIERRE

Location Fatbike électrique

VIVEZ L'EXPÉRIENCE UNIQUE DE CHALETSDIDOCHÉ

www.chaletsdidoche.com 1 877 347-0383

>1282627

Parc Nature de Pointe-aux-Outardes

ICI S'ENVOLEZ EST SI PRÈS DE LA RÉALITÉ!
Découvrez les splendeurs de nos sentiers et faites le plein d'air pur!

Ouverture annuelle dès juin 2025 (nouveau!)

4 Rue Labrie, Pointe-aux-Outardes, QC G0H 1M0 • (418) 567-4227

SEPT-ÎLES
À DÉCOUVRIR ET À VIVRE

>1281897

SEPT-ÎLES

OUVERTURE ESTIVALE
JUIN 2025

Musée de la Côte-Nord

CÔTE-NORD
Des kilomètres de temps
Côte-Nord
Stretches of time

Tahiuatin
Ishpiah mihahel
stahupikoheshkhat

500, boul. Laure Sept-Îles
418 968-2070 | mrcn@mrcn.qc.ca

VIEUXPOSTE.COM
1 (418) 444-0713 INFO@VIEUXPOSTE.COM
20, rue Shimun, Uashat

Base de plongée Les Escoumins
Une expérience inoubliable!

LES ESCOUMINS

Une boutique de plongée / Des guides expérimentés

(418) 233-4025

>1277633

Totem Aviation

Pour vous en mettre plein la vue!
Venez découvrir la Côte-Nord avec un vol panoramique

www.totemaviation.ca - 581 235-5235

>1277646



LA RELÂCHE À 0 \$ OU À PETIT PRIX

Cette pause tant attendue est une excellente occasion pour les enfants (et leurs parents!) de se ressourcer et de profiter du temps libre. Cependant, la planification de ces quelques jours peut parfois devenir un casse-tête, surtout lorsqu'il s'agit de respecter un budget. Faut-il remplir la semaine d'activités? Laisser les enfants se reposer? Trouver un équilibre entre les deux? Pas de panique! **Par Lisa-Marie Therrien**

Dans cet article, je vous propose une série d'idées et d'astuces pour faire de votre relâche en Outaouais une aventure inoubliable, sans vider votre portefeuille.

ACTIVITÉS CULTURELLES ET GRATUITES

1. Musée canadien de l'histoire

Explorez 15 000 ans d'histoire canadienne dans ce musée emblématique. Profitez de l'entrée gratuite les jeudis de 17 h à 19 h pour une soirée éducative en famille.

100, rue Laurier, Gatineau

2. Musée des beaux-arts du Canada

Les jeudis, de 17 h à 20 h, tous les visiteurs bénéficient de l'entrée gratuite. Une belle occasion d'éveiller les enfants à l'art tout en respectant votre budget.

Astuce : Achetez vos billets en ligne pour bénéficier d'un rabais supplémentaire de 3 \$.

380, promenade Sussex, Ottawa

3. Parlement du Canada

Réservez une visite gratuite du Parlement à Ottawa pour découvrir le Sénat, la Chambre des communes et l'histoire de la démocratie canadienne. Une expérience fascinante pour les petits curieux! La réservation est obligatoire pour accéder aux visites.

EXPÉRIENCES EN NATURE ET PLEIN AIR

1. Parc de la Gatineau

Avec ses sentiers gratuits, le parc offre une multitude d'activités hivernales : ski de fond, raquette ou randonnée. Une journée parfaite pour s'oxygéner en famille!

33, chemin Scott, Chelsea

5 ASTUCES POUR ÉCONOMISER PENDANT LA RELÂCHE

1. Réservez vos billets à l'avance

Pour les parcs ou les attractions, anticiper vos réservations peut vous faire profiter de réductions avantageuses. Prenez le temps de vérifier les offres en ligne!

2. Cherchez les offres spéciales pour familles

De nombreuses entreprises et attractions proposent des rabais exclusifs durant la relâche. Un petit tour sur leurs sites web pourrait vous réserver de belles surprises.

3. Profitez des musées gratuits

Chaque premier dimanche du mois, certains musées au Québec ouvrent leurs portes gratuitement. Une sortie éducative qui ne fera pas mal à votre portefeuille!

4. Préparez vos lunches

Optez pour des pique-niques faits maison au lieu de manger à l'extérieur. Cela vous permettra d'économiser et d'offrir une petite gâterie, comme une glace ou un chocolat chaud.

5. Explorez les activités hors saison

Certaines attractions, comme les parcs ou même les zoos, sont bien moins fréquentées en hiver et proposent des tarifs réduits. Pourquoi ne pas découvrir un zoo dans une ambiance hivernale unique?

2. Patinoire du ruisseau de la Brasserie

Cette patinoire naturelle au cœur de Gatineau est un incontournable. Vérifiez l'état de la glace avant de vous y rendre et profitez d'une activité hivernale gratuite.

185, sentier du Ruisseau-de-la-Brasserie, Hull.

3. Parc régional du Mont Morissette

Randonnez sur 13 km de sentiers balisés et grimpez jusqu'à une tour d'observation offrant une vue spectaculaire. Un refuge au sommet vous permettra de vous réchauffer.

35, chemin du Lac Long, Blue Sea

ACTIVITÉS LUDIQUES ET ATELIERS POUR ENFANTS

1. Défis à la bibliothèque Manise-Morin

Chaque année, cette bibliothèque propose des activités gratuites pour les enfants pendant la relâche, comme des concours de construction LEGO.

Restez à l'affût du programme!

6, chemin de Montréal E, Gatineau

2. Patin libre au Centre sportif Robert-Rochon

Une activité idéale pour bouger sans dépenser : le patin libre. Consultez l'horaire en ligne pour trouver une plage horaire qui vous convient.

97, rue de l'Aréna, Gatineau

3. Baignade dans un centre aquatique

Plongez dans une piscine intérieure pour un avant-goût d'été. Plusieurs piscines municipales offrent des bains libres gratuits pendant la relâche.

L'objectif n'est pas de remplir la semaine d'une multitude d'activités, mais bien de prendre le temps de choisir ce qui vous fait vraiment envie. Et pourquoi ne pas simplement vous blottir devant un film avec un bon chocolat chaud? Bonne relâche!

Scannez ce code QR pour découvrir plus d'activités sur le site web de La Presse Touristique!



Lisa-Marie Therrien est la fondatrice de Faventure, une plateforme web dédiée à la recherche d'activités familiales au Québec. Curieuse et polyvalente, elle explore également la photographie, la création de contenu, la vidéo, l'illustration et l'écriture. Mère de trois enfants, elle cultive une passion pour les voyages, les aventures et la nature. Son objectif est d'aider les familles à découvrir les entreprises locales, à profiter davantage de sorties et de voyages, tout en leur fournissant les outils nécessaires et la confiance pour le faire.



LAURENTIDES

LA MAGNIFIQUE

laurentides.com
1 800 561-6673

bonjour québec TOURISME LAURENTIDES



MICROTEL®
BY WYNDHAM
MONT-TREMBLANT

Profitez de l'hiver à nos frais !

**RÉSERVEZ 2 NUITS
ET OBTENEZ
LA 3^E GRATUITE**

Certaines restrictions peuvent s'appliquer. Sujet à la disponibilité.

Incluant petit-déjeuner continental, accès à notre piscine et glissade d'eau intérieures et spa extérieur

- Du 22 janvier au 29 mars 2025
- Ne peut être combiné à aucune autre offre
- Valide du dimanche au jeudi

CONTACTEZ-NOUS AU: 819 717-2700

235 MONTÉE RYAN,
MONT-TREMBLANT, QC, J8E 1S3

TOURISME LAURENTIDES



Photo: Ville de Gatineau



Photo: Jordan Manoukiann



Photo: @villedepluie

À L'AGENDA CET HIVER

Cet hiver, l'Outaouais s'anime avec une multitude d'événements qui promettent de faire vibrer toute la population. Passant par des festivals gratuits en plein air aux défis sportifs, la région offre une programmation diversifiée pour profiter pleinement de la saison froide. Découvrez les incontournables à inscrire dès maintenant à votre calendrier! **Par l'équipe de rédaction**

Plaisirs d'hiver - 18 janvier au 1^{er} mars

La Ville de Gatineau invite la population à venir profiter des Plaisirs d'hiver entre le 18 janvier et le 1^{er} mars 2025. De nombreuses activités gratuites et variées seront offertes dans plusieurs parcs des secteurs de Buckingham, de Masson-Angers, de Gatineau et d'Aylmer. Au programme : musique, animations familiales, feux de camp, patinoire, jeux gonflables et bien plus encore!

gatineau.ca

Domaine des flocons - 2 au 19 février

Le Domaine des flocons est une destination incontournable pour les amateurs de plein air à Gatineau. Il s'agit d'une coproduction de la Ville de Gatineau et de Patrimoine canadien dans le cadre du Bal de neige. Au programme : courses à obstacles, labyrinthe, tir à la corde, prestation d'artistes, combat de breakdance et tyrolienne! Sur place, on retrouve des glissades sur tube, des sculptures illuminées en soirée, une zone Bouts de chou et plusieurs jeux et activités de libre accès. Rendez-vous dans la section nord du parc Jacques-Cartier.

gatineau.ca

Festival du film de montagne de Banff - 2 février

Le Festival de film de montagne de Banff est de retour encore une fois cette année pour sa tournée québécoise et s'arrête dans plusieurs villes de la province. Cet événement met en lumière des courts et moyens métrages créés par des aventuriers audacieux au cœur de lieux sauvages et isolés. Ces récits mêlent exploits sportifs et histoires humaines. En Outaouais, le festival sera à Gatineau le 2 février.

banffquebec.ca

60^e édition du Marathon canadien de ski - 7 au 9 février

Le Marathon canadien de ski est la plus longue et la plus ancienne randonnée de ski de fond en Amérique du Nord. Ce marathon n'est pas une course : il n'y a ni gagnants ni perdants. L'événement est accessible à tous puisque que les

skieurs peuvent choisir de parcourir des distances allant de 15 km par jour jusqu'à la distance totale de 160 km en deux jours. Chaque skieur est donc amené à choisir son propre défi. Le marathon se déroule en Outaouais et dans les Laurentides avec comme point central le pôle touristique de Montebello.

skimarathon.ca

L'igloofest à Gatineau - 13 au 15 février

Igloofest, connu comme étant le festival de musique le plus froid au monde, a lieu chaque année à Montréal depuis plusieurs années. Cette année, le festival débarque à la Place des festivals Zibi dans le cadre du Bal de Neige à Gatineau. Sortez vos plus belles combinaisons de neige colorées et vos meilleurs mouvements de danse!

gatineau.igloofest.ca

La Gatineau Loppet - 14 au 16 février

La Gatineau Loppet est de retour cette année du 14 au 16 février 2025 pour une 46^e édition. Sillonner les pistes du parc de la Gatineau à l'occasion du plus grand rassemblement historique de ski de fond au Canada. Vous pouvez faire partie de la nouvelle vague non chronométrée nommée Vague Découverte permettant à tout type de skieur de participer aux courses sans avoir la pression de la compétition, ou encore, vous pouvez vous inscrire à des épreuves chronométrées mettant en vedette différentes techniques de ski variant de 2 à 50 kilomètres.

gatineauloppet.com

Les Feux sur glace - 21 et 22 février

Feux d'artifices, arts et musique, gastronomie : tous ces éléments sont rassemblés pour deux jours à la Marina d'Aylmer pour le festival Les Feux sur glace. Cette année, on réserve une programmation de spectacles variés : Dubmatique, Taktika, Cindy Bédard, Yoan, Emmanuelle Boucher, Guillaume Lafond, Léa Jarry ainsi que Phil G. Smith. Enfin, terminez chaque soirée avec les feux pyromusicaux, parfaitement synchronisés à des trames sonores uniques.

lumivalli.ca/feux-sur-glace

CARNET DE SAVEURS

Cette nouvelle rubrique vise à mettre en lumière les actualités locales et gourmandes locales de la région, pour découvrir de nouvelles adresses, les saveurs du moment et les petits arrêts incontournables! **Par l'équipe de rédaction**

Photo : Fairmont Le Château Montebello



NOUVEAU RESTAURANT NYMARK AU FAIRMONT LE CHÂTEAU MONTEBELLO

Fairmont Le Château Montebello a ouvert un nouveau restaurant, Nymark, nommé en l'honneur de Victor Nymark, maître bâtisseur du château. Ce restaurant propose une cuisine réinventée aux saveurs ancestrales et contemporaines du Québec, tout en misant sur des produits locaux ainsi que des vins et spiritueux canadiens biologiques. « Le patrimoine de l'Outaouais dans toute sa splendeur gastronomique! »

fairmont.fr/montebello • 392, rue Notre Dame, Montebello

LA BELLE PÂTISSIÈRE

Si vous êtes en visite à Montebello, un arrêt s'impose à La Belle Pâtisserie, un endroit inspiré des cafés parisiens! Le décor semble sorti d'un conte de fées et donne envie de tout déguster. En plus d'une grande sélection de desserts décadents, une *cake designer* propose des gâteaux personnalisés pour les occasions spéciales. D'ailleurs, un service de dégustation est aussi offert pour trouver la saveur parfaite!

labellepatissiere.com • 627, rue Notre-Dame, Montebello



Photo : La Belle Pâtisserie

Photo : À Outrance



À OUTRANCE : NOUVELLE ADRESSE GOURMANDE À BUCKINGHAM

Le nouveau restaurant À Outrance a ouvert ses portes cette année à Buckingham et offre une cuisine savoureuse qui change régulièrement pour offrir de nouvelles découvertes. On y propose des bières locales et des vins choisis avec soin pour accompagner le repas. Les bières sont imaginées et testées par l'équipe elle-même, pour ensuite être fabriquées avec les experts de deux microbrasseries partenaires, À La Dérive et Gallicus. Cette maison centenaire, transformée en restaurant chaleureux et convivial, est l'endroit idéal pour se rassembler comme au chalet!

aoutrance.com

408, avenue de Buckingham, Gatineau



Photo : La Petite Soif

LA PETITE SOIF OUVRE SES PORTES CHEZ CANEVAS

Cet automne, La Petite Soif a ouvert ses portes chez Canevas. La Petite Soif est le caviste le plus réputé de la région de Gatineau/Hull, offrant les meilleurs vins et un service de sommellerie exceptionnel, avec des professionnels expérimentés dans le domaine. Ce projet, initié par Véronique Rivest et Roxanne Mant, vise à créer un concept hybride de caviste, restaurant et épicerie. Vous pouvez ainsi déguster de bons vins et savourer un délicieux repas de saison au restaurant, mais aussi dans le confort de chez vous.

lapetitesoif.ca • 425, boul. Saint-Joseph, local 7, Gatineau



TRINQUER LOCAL

Qu'ils soient vigneron, cidriculteur, microbrasseur ou distillateur, les créateurs de boissons festives, alcoolisées ou pas, sont nombreux dans nos régions. Cultivant la terre pour y produire raisins, pommes et autres fruits, céréales, miel, sirop d'érable, houblons ou aromates entrant dans leur composition, ces artisans de la fête mettent le terroir en valeur, usant de savoir-faire ancestral et parfois de procédés complètement innovateurs. **Par Geneviève Quesy**



Les visites sur les lieux de production, planifiées un samedi après-midi ou sur la route des vacances, offrent de belles occasions de découvertes. Même l'hiver, des vignobles sont ouverts, accueillant les visiteurs pour un vin chaud autour du brasero!

Heureux de faire découvrir leur métier, les producteurs se font un plaisir d'ouvrir leurs portes pour des visites guidées du champ ou du chai, et la dégustation commentée de leurs produits.

Se rendre sur place permet de découvrir de petits trésors, parfois vendus uniquement à la propriété. C'est aussi un geste qui contribue à l'économie locale et à l'esprit de communauté.

Voici quelques produits et leurs créateurs à découvrir sur la route de l'Outaouais.

Alla Vita! Amaretto de la Distillerie du Square

Tout nouveau produit de la Distillerie du Square, Alla Vita! Amaretto est un spiritueux versatile aux arômes d'amande amère, pouvant agrémenter cocktails et cafés alcoolisés, ou simplement être dégusté sur glace en apéritif. Il peut également donner une touche unique à vos recettes de tiramisu, ou autre dessert.

Le Alla Vita! Amaretto est unique en son genre. Inspiré du terroir de l'Outaouais, il contient des aromates de la forêt boréale, ce qui lui confère un

profil unique : poivre des dunes, feuilles de framboisiers, pousse de bouleaux jaunes, café et caramel entrent dans sa composition.

Cet intrigant spiritueux rendant hommage à la tradition italienne est produit par la Distillerie du Square, située à Old Chelsea. On trouve sur place une boutique, ainsi qu'un économusée où l'on peut apprendre une foule d'informations sur la fabrication des spiritueux et l'histoire du village. Des ateliers de dégustation et des visites guidées sont également organisés sur réservation et il est possible de profiter de l'ambiance en prenant un verre ou deux au bar ou sur la terrasse.

squareoldchelsea.ca/distillerie

Le Zéphyr du Domaine Mont Vezeau

Le Zéphyr est un étonnant vin de fraise titrant 16,5 % d'alcool. Il doit être servi très froid, mais sans glaçon afin de ne pas créer de dilution, de façon à profiter pleinement des arômes précieux de la fraise fraîche. Il se déguste seul ou en accompagnement de fromages ou de desserts.

Le Zéphyr est particulièrement apprécié en shooter, servi dans des godets de chocolat, ou utilisé comme coulis ou sirop, pour arroser une crème glacée ou autre délice sucré.

Propriété de Marc Renaud et Marie Trahan depuis 2021, le Domaine Mont Vezeau est réputé pour ses vins de raisins et ses vins de fraises et de framboises. Les terres du vignoble, situées dans le paysage du Ripon, font l'ob-

jet d'une culture dite régénératrice. Ses propriétaires disent être tellement passionnés qu'ils désherpent même leurs champs à la main!

Durant la saison, il est possible de pratiquer l'autocueillette des fraises et des framboises. Selon les propriétaires, les fruits du Domaine Mont Vezeau sont particulièrement parfumés et sucrés grâce à la particularité du terroir de la Petite Nation.

Leurs différents produits sont vendus sur place et dans certaines succursales de la SAQ. domainemontvezeau.com

Gose framboise camerise des Brasseurs des Collines

Aussi appropriée en été que pour la Saint-Valentin, la bière Gose framboise camerise des Brasseurs des Collines nous mène de surprise en surprise.

Sa robe d'un rose bourgogne est loin de passer inaperçue! Du côté saveur, elle allie le côté salin du style Gose, à celui des fruits rouges, un mariage

plutôt inusité. Légèrement houblonnée, elle révèle des arômes résineux et citronnés.

Contenant des ingrédients québécois à 100 % allant du grain à la levure, la Gose framboise camerise doit son côté salin au Sel Saint-Laurent, tiré du fleuve Saint-Laurent, sur la Côte-Nord.

Depuis 2022, Brasseurs des Collines crée des bières faites à 100 % d'ingrédients québécois. Leurs produits étaient jusqu'ici brassés dans les installations de la brasserie Chelsea & Co., mais l'ouverture de leur propre salle de brassage est imminente. Prévu pour le début de l'année 2025, un nouveau pub sera inauguré dans Farm Point à Chelsea, près de Wakefield, où l'on pourra découvrir tous leurs produits, et déguster une bière en mangeant.

Les bières de marque Brasseurs des Collines sont en vente dans plusieurs magasins spécialisés en Outaouais, et même au-delà.

brasseursdescollines.com

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. Sa passion ne faiblit pas! Passionnée par le terroir et le territoire, elle parcourt le Québec d'est en ouest, pour mettre en lumière les artisans du bonheur et leurs créations gourmandes.



LAURENTIDES

LA MAGNIFIQUE

laurentides.com
1 800 561-6673

bonjour Québec

TOURISME LAURENTIDES



DEPUIS 1941
CONSTANTIN
famille & tradition

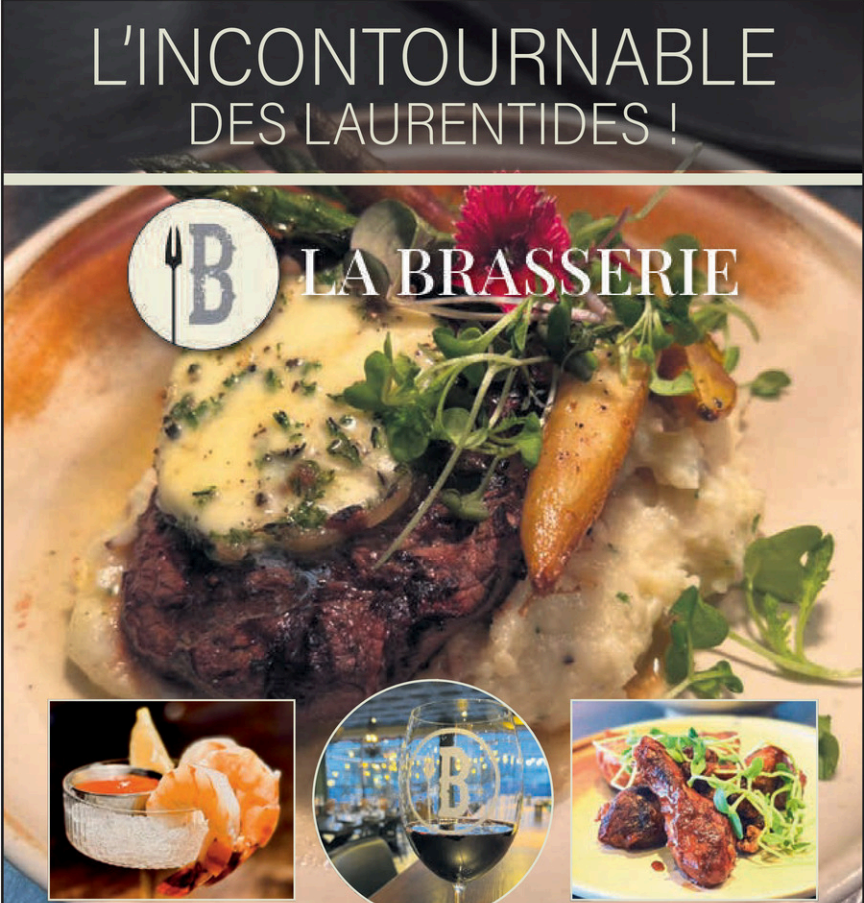
SAISON DES SUCRES 2025
DU 14 FÉVRIER AU 27 AVRIL
Salle à manger ouverte du mardi au dimanche

BOUTIQUE OUVERTE 7 JOURS - DE 9H À 17H • CONSTANTIN.CA • 450.473.2374

TOURISME LAURENTIDES

DÉCOUVREZ NOS BOÎTES REPAS DE CABANE À SUCRE
De notre armoire à votre table

>1272211



L'INCONTOURNABLE
DES LAURENTIDES!

LA BRASSERIE

409, RUE DE SAINT-JOVITE, MONT-TREMBLANT
819 717.4141

>1273389

PARENTHÈSE DE DÉBUT D'ANNÉE

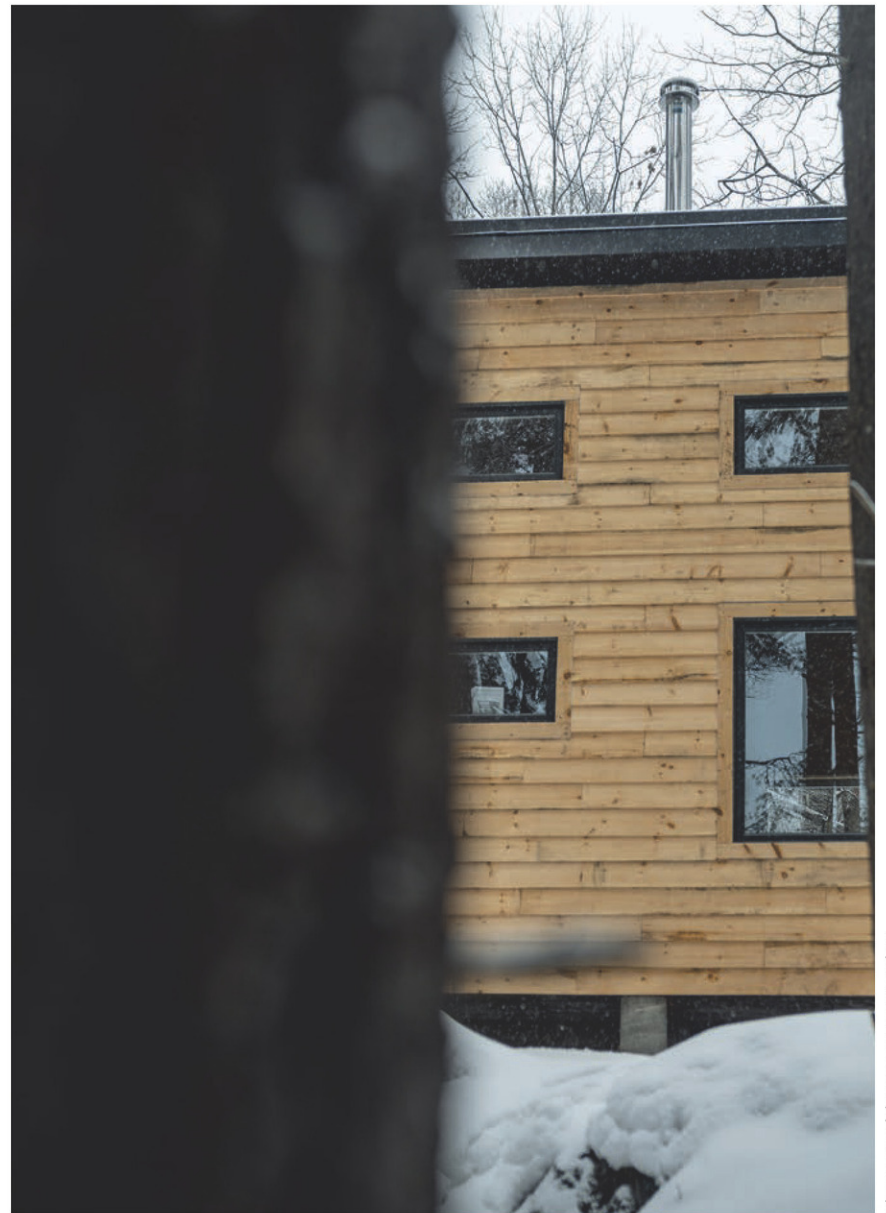


Photo : Patrick Draper Terre & Neige

Retraite. Action de se retirer de la vie active. Cette définition ne concerne pas que les gens qui terminent leur carrière, mais aussi tous ceux qui ressentent le besoin de plus en plus fréquent de rester aligné avec soi, dans un monde où le temps semble être une denrée aussi manquante que précieuse. **Par Catherine Verdon**

Le cliché de janvier, c'est de rappeler le moment idéal pour les résolutions. Mais quand on lie celles-ci à l'introspection, créer une vie qui reflète nos valeurs ne sera jamais cliché ou sans importance, ni réservé qu'au début d'année. Ralentir permet d'avoir une vision plus claire de ce qu'on souhaite installer. Pas seulement pour l'année qui s'amorce, mais comme mode de vie. Et pour se faire, un moment de recul et du temps propice à l'intériorisation est bénéfique. Un moment avec soi-même, qui peut être également vécu en couple ou avec un ami qui a le même objectif.

Le but? Bien identifier nos valeurs et nos besoins les plus importants, ligne directrice quotidienne qui aide à se ramener sur le chemin choisi quand nos choix s'éloignent d'où on désire rester.

Faire une retraite bien-être de quelques jours permet de s'échapper du tumulte quotidien et de se reconnecter à soi-même. Ce temps de pause offre l'opportunité de ralentir, de prendre du recul par rapport aux préoccupations habituelles et de renouer avec ses besoins profonds. La déconnexion du monde extérieur favorise une meilleure écoute intérieure, permettant de clarifier ses intentions, d'apaiser l'esprit et de retrouver de l'énergie. Et il peut autant s'agir d'une retraite organisée (yoga, méditation, ateliers,

conférences) que de se retirer un moment dans des lieux propices à la déconnexion où l'on pourra lire, réfléchir, écrire, dormir, marcher, méditer et réaliser un mood board qu'on placera bien à la vue chez soi.

L'objectif peut être de se déposer sur son tapis de yoga, de se ressourcer, de s'immerger dans le calme, de ne pas se laisser emporter dans le tourbillon de tout ce qu'on « devrait » vouloir accomplir en ce début d'année, mais plutôt commencer la nôtre avec de l'espace libre, au sens propre comme figuré. En bonus, on découvrira peut-être un nouvel endroit à travers un lieu qui inspire et permet de s'évader complètement de notre environnement habituel.

Les bienfaits d'une telle retraite sont nombreux : réduction du stress, amélioration de la concentration et renforcement du bien-être mental et émotionnel. C'est également un moment propice à l'apprentissage de techniques de relaxation, de méditation ou de pleine conscience, qui peuvent ensuite être intégrées dans la vie quotidienne.

Alors que tout le monde parle de résolutions, on peut choisir de ne pas commencer les premières semaines de l'année « en force » et dans une action étourdissante.

PROPOSITIONS DE PARENTHÈSES

Une heure

On se dépose sur son tapis de yoga. Aura, Idolem, Espace Hygie et ZenOrigine sont autant de bonnes adresses pour ralentir à Gatineau.

Un jour

Quoi de mieux qu'une journée au spa pour relaxer, faire le vide, réfléchir, siester et écrire, confortablement installé dans les aires de détente. Nordik Spa-Nature et l'Amerispa Spa Nordique Cantley sont deux établissements qui vous promettent une expérience de pleine détente.

Un week-end

Le Refuge C°3 Hors-Réseau de Terre & Neige est un endroit qui encourage la déconnexion en offrant une expérience complètement hors réseau, permettant de ralentir et de vous déconnecter. Poêle à bois pour les nuits froides, petit espace pour cuisiner, batterie portative pour juste assez d'énergie pour allumer quelques lumières.

À Ripon, le Centre de Vie est un lieu de ressourcement et de bien-être, en pleine nature, dédié à la santé, au repos et la détente. Un milieu intime situé au coeur de la Petite Nation, dans la belle région qu'est l'Outaouais. Un espace campagnard en nature comprenant 5 km de sentiers privés, un sauna, un petit étang et une petite ferme. Différents soins énergétiques sont également disponibles sur place (en option supplémentaire) en plus des activités offertes durant une des nombreuses retraites qu'on retrouve sur leur calendrier, à l'année. Dans votre assiette et en collaboration avec les fermes de la belle région de la Petite Nation, ils vous serviront des repas entièrement végétariens cuisinés à partir de produits principalement biologiques et locaux.

Les HOM mini chalets, construits sur des pieux, vous permettent de séjourner à la cime des arbres aux abords du lac McGregor. Pour respirer l'air pur et vous laisser bercer par le souffle du vent sur les feuilles, il n'y a pas de meilleur endroit! Cuisine tout équipée, salle de bain complète, spa privé, poêle à bois et plancher radiant sont autant de commodités haut de gamme dont vous pourrez profiter.

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. Fan incontestée du papier comme mode de lecture, ses passions sont nombreuses, allant du crossfit et du yoga au terroir, en passant par la broderie, la revalorisation de meubles, les antiquités et la photo culinaire.

LAURENTIDES



LA MAGNIFIQUE

laurentides.com
1 800 561-6673



StoneHaven Le Manoir vous invite à célébrer l'hiver!

Découvrez nos forfaits pour vivre le plus beau des séjours:

Chiens de traîneau 510\$*

Nuitée, souper 4 services, petit-déjeuner pour deux et balade de 1h30 en traîneau à chiens.

Réservation selon les disponibilités de notre partenaire.

Plein Air 140\$*

Nuitée, petit-déjeuner pour deux et location d'équipement pour votre activité préférée.

Réservez directement au stonehavenlemanoir.com ou appelez-nous au 1 819 774-1991.



>1273667

40 Chemin du Lac des Sables, Sainte-Agathe-des-Monts QC J8C 2Z7
stonehavenlemanoir.com 1 819 774-1991

* À partir de. Par personne en occupation double. Enr. 209646





MARIE-PIERRE ARTHUR

25 JAN.
20 H



DAVID GOUDREULT

1^{ER} FÉV.
20 H



15 FÉV.
20 H

PIERRE LAPOINTE



1^{ER} MARS
13 H - 19 H

FESTIVAL DU FILM DE MONTAGNE DE BANFF



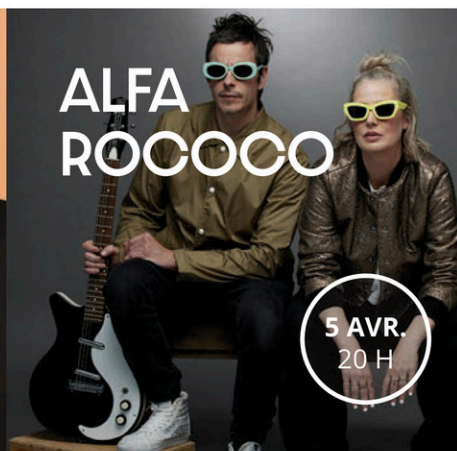
SARA DUFOUR

15 MARS
20 H



29 MARS
20 H

ANTHONY KAVANAGH



ALFA ROCOCO

5 AVR.
20 H



26 SEPT.
20 H

HAUTERIVE



4 OCT.
20 H

MARTHA WAINWRIGHT



11 OCT.
20 H

PING PONG GO



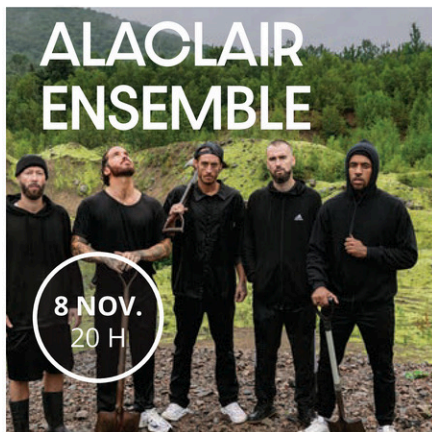
JAY SCOTT

18 OCT.
20 H



KLÔ PELGAG

24 OCT.
20 H



ALACLAIR ENSEMBLE

8 NOV.
20 H



15 NOV.
20 H

ARIANE ROY



LA GRANDE VEILLÉE DU 2 PIERROTS

13 DÉC.
20 H



Ville de MONT-TREMBLANT

PROGRAMMATION 2025

Salle de l'église du Village – 1829, chemin du Village

Détails et billetterie en ligne :

villedemont-tremblant.qc.ca/premierescene

