



# PARC NATIONAL DU MONT-TREMBLANT



## NOUVEAUTÉS

### LE SENTIER DE LA CHUTE-AUX-RATS RÉINVENTÉ

La Chute-aux-Rats, un attrait majeur du secteur de la Pimbina, est dorénavant accessible à vélo autant qu'en randonnée pédestre. Un parcours à la portée de toute la famille avec des haltes de pique-nique.



### SECRETS DE LOUPS

Venez découvrir les étapes et les premiers résultats d'un projet de recherche d'envergure sur les loups. Pendant cette causerie, présentée à l'amphithéâtre du Centre de découverte, les loups livrent leurs secrets... du moins en partie !



### LE CAMPING DU CASTOR SE REFAIT UNE BEAUTÉ

Ce camping propose maintenant 24 sites avec 2 services (eau et électricité) pour recevoir tous les types d'équipement. De plus, 5 nouveaux chalets EXP. y seront offerts dès le mois d'août.



# BIENVENUE AU PARC

JOURNÉE DES  
PARCS NATIONAUX  
DU QUÉBEC

10 SEPTEMBRE  
2016

## EXPLOREZ UNE NATURE EXCEPTIONNELLE

Les parcs nationaux du réseau Parcs Québec vous offrent une expérience nature unique.

La tarification d'accès en vigueur est votre contribution à la mise en valeur et à la conservation de ces territoires.

POUR LES ENFANTS DE 17 ANS ET MOINS, L'ACCÈS EST **GRATUIT**

Accès quotidien - Adulte 18 ans et plus	8,50 \$
Carte annuelle Réseau	76,50 \$
Carte annuelle Parc	42,50 \$

Tarifs valides jusqu'au 31 décembre 2016, taxes incluses. Grille tarifaire complète disponible à [parcsquebec.com/carte](http://parcsquebec.com/carte)

## CARTE ANNUELLE RÉSEAU PARCS QUÉBEC

Un accès illimité à tous les parcs nationaux du réseau Parcs Québec pour 12 mois et un programme d'avantages exclusifs :

- UNE NUITÉE GRATUITE EN CAMPING (emplacement sans services, sur semaine)
  - UN LAISSEZ-PASSER QUOTIDIEN pour un ami
  - BOUTIQUE NATURE 15 % de rabais sur les articles à prix courant\*
  - SKI DE FOND 15 % de rabais sur le billet quotidien
  - AQUARIUM DU QUÉBEC 15 % de rabais sur l'accès quotidien
  - PARC NATIONAL DU MONT-MÉGANTIC 15 % de rabais sur l'accès à l'ASTROLab
  - PARC NATIONAL DE MIGUASHA 15 % de rabais sur l'accès au musée
- Certaines conditions s'appliquent.  
\*Excluant les produits de dépanneur et les produits de ski.

Détails à [parcsquebec.com/carte](http://parcsquebec.com/carte)

## CONCOURS DESTINATION PARCS NUNAVIK

Entre le 1<sup>er</sup> avril et le 1<sup>er</sup> septembre 2016, à l'achat ou au renouvellement d'une carte annuelle Réseau, courez la chance de gagner un séjour pour 2 personnes dans un parc national du Québec au Nunavik.

### UNE VALEUR DE 10 000\$

Un choix parmi 3 destinations à découvrir à [parcsnunavik.ca](http://parcsnunavik.ca) :

- Parc national des Pingualuit
- Parc national Tursujuq
- Parc national Kuururjuaq

Détails et règlement à [parcsquebec.com/concours](http://parcsquebec.com/concours)



# LES INCONTOURNABLES

## VOTRE PAYS DE NATURE

Créé en 1895, le parc national du Mont-Tremblant a pour mission d'assurer la conservation d'un échantillon représentatif des Laurentides méridionales pour les générations actuelles et futures. Il se découvre à travers trois grands secteurs aux attraits et caractéristiques distincts : les secteurs de la Diable, de la Pimbina et de L'Assomption. L'immensité de ce territoire protégé, et son offre très diversifiée d'activités et de services, font le bonheur des amateurs de plein air, grands et petits. Découvrez-le encore pour la première fois !

## LES PLUS BEAUX BELVÉDÈRES

Quatre sentiers sont couronnés de belvédères. La Roche et la Corniche offrent un paysage emblématique de la vallée glaciaire du lac Monroe et du massif du mont Tremblant. Le belvédère des Grandes-Vallées offre un magnifique point de vue des collines arrondies du parc, alors que le belvédère de l'Envol propose une vue imprenable sur la vallée du Pimbina.



## DES CHUTES FASCINANTES

Découvrez les quatre chutes du parc, toutes différentes : la Chute-du Diable et les Chutes-Croches (secteur de la Diable), avec des randonnées pédestres accessibles et des belvédères d'observation; la spectaculaire Chute-aux-Rats (secteur de la Pimbina), une chute de plus de 17 m avec une aire de pique-nique et la Chute-aux-Mûres avec sa charmante petite passerelle (La Cachée).



## L'HIVER AU PARC

La saison hivernale au parc demeure un secret bien gardé qui a beaucoup à offrir. Les secteurs de la Diable et de la Pimbina proposent des expériences sur mesure pour tous dans le grand calme feutré : hébergement en chalets ou en refuges et activités de ski de fond, de ski nordique et de raquette.



## DES RIVES SABLONNEUSES

Des quelque 400 lacs que compte le territoire, certains présentent des rives sablonneuses et permettent la pratique d'activités nautiques, dont le lac des Sables, le lac Escalier et le lac Caché. En plus, deux plages surveillées s'offrent aux baigneurs : celle du lac Monroe (secteur de la Diable) et celle du lac Provost (secteur de la Pimbina).



# ACTIVITÉS ET LOCATION D'ÉQUIPEMENT

## VIA FERRATA

La Via ferrata est une activité tout indiquée pour les adeptes de beaux points de vue. Un guide professionnel vous accompagne tout au long de l'activité. Poutres, passerelles et ponts suspendus agrémentent votre escapade dans les hauteurs du parc. Important : la taille minimale pour tous les départs est de 1,3 m et le poids maximal est de 110 kilos (242 lb). Informez-vous des autres conditions particulières dans un poste d'accueil. Horaire 2016 : 11 juin au 5 septembre. Du 6 septembre au 10 octobre, les samedis, dimanches et jours fériés (en semaine pour les groupes de huit personnes).



## ACTIVITÉS NAUTIQUES

### CANOT-CAMPING DE RIVIÈRE

**Tarifs (taxes en sus)**  
**175\$** /2 personnes  
 2 jours/1 nuit

La rivière du Diable propose un parcours de 25 km très populaire et offre un choix de sites de camping en bordure de l'eau. Un service de navette est disponible à partir du Centre de services du Lac-Monroe.

### CANOT-CAMPING DE LAC

**95\$** /2 personnes  
 2 jours/1 nuit

#### Choix de 4 destinations

Pour une expérience de canot-camping plus accessible, il est aussi possible de pratiquer cette activité sur des lacs.

### DESCENTE DE RIVIÈRE

**54\$** /par canot

#### Réservation recommandée

Les Méandres de la Diable, randonnée non guidée, est l'activité aquatique parfaite pour profiter de la rivière et de ses méandres. Que ce soit en canot ou en kayak, ce trajet d'une demi-journée vous émerveillera par ses paysages spectaculaires.

EXPÉRIENCE	NIVEAU DE DIFFICULTÉ	DURÉE APPROX.	NOMBRE DE PARTICIPANTS PAR DÉPART	TARIFS ADULTE*	TARIFS ENFANT*
Excursion	Débutant	3 h	8	42\$	31,50\$
L'intermédiaire	Intermédiaire	4 h	8	56,50\$	42,50\$
Grande Virée	Avancé	5 h	8	71,75\$	53,75\$
Soirée Coucher de soleil	Avancé	4 h 30	8	62,75\$	47\$

\* Tarification : taxes et droit d'accès sont en sus.

## LOCATION D'ÉQUIPEMENT

ÉQUIPEMENT	JOUR	4 h	1 h
Chaloupe	42,50\$	29,75\$	14,75\$
Canot	47\$	33,25\$	16,50\$
Pédalo 2 places		32,50\$	16,25\$
Pédalo 4 places		39\$	19,50\$
Kayak simple	43\$	30\$	15\$
Kayak tandem	51,50\$	36,50\$	18,25\$
Vélo adulte	39,50\$	27,50\$	14\$
Vélo de montagne	49\$	34,25\$	17,25\$
Vélo enfant	19,75\$	13,75\$	7\$
Surf debout	41,50\$	29\$	16,50\$

- Centre de services du Lac-Monroe
- Plage de la Crémaillère\*
- Camping du Lac-Escalier\*
- Camping du Lac-des-Sables\*
- Accueil Pimbina
- Plage du Lac-Provost\*
- Accueil de L'Assomption
- Camping du Grand-Pin\*
- Accueil La Cachée\*

\* Ouvert de la mi-juin à la fête du Travail. Les prix, les modalités et les services sont sous réserve de modifications sans préavis.



# ACTIVITÉS DE DÉCOUVERTE



## RANDONNÉES NAUTIQUES GUIDÉES

Pour ces activités, les embarcations, vestes de flottaison et avirons ou pagaies sont fournis. Les jeunes de 15 ans et moins doivent être accompagnés d'un adulte.

## MÉANDRES DE LA DIABLE GUIDÉS

**BILINGUE**

En canot, explorez une section calme et sinueuse de la Diable, la plus importante rivière du parc. Tout au long du parcours, un garde-parc naturaliste guidera vos observations et partagera ses connaissances avec vous. Activité sur réservation, places limitées. *Tarifs, taxes en sus : 52,50 \$ pour les adultes, gratuit pour les 17 ans et moins accompagnés d'un adulte (ne s'applique pas aux groupes de jeunes).*



## KAYAK DE MER AVEC LES HUARDS

**BILINGUE**

Vous voulez vivre une expérience unique? Participez à cette excursion en kayak de mer sur un grand lac accompagné d'un garde-parc naturaliste. Qui sait, la faune sera peut-être au rendez-vous! Chaque enfant de 15 ans et moins doit être jumelé dans le kayak avec un adulte. Âge minimum : 7 ans. Activité sur réservation, places limitées. *Tarifs, taxes en sus : 47,50 \$ pour les adultes, gratuit pour les 17 ans et moins accompagnés d'un adulte (ne s'applique pas aux groupes de jeunes).*

### L'aventure du Monroe!

Inspirée du géocaching, cette excursion en rabaska sur le lac Monroe vous fera découvrir quelques secrets de ce lac au riche passé. Accompagné d'un garde-parc naturaliste, vivez « L'aventure du Monroe »! Activité sur réservation, places limitées. *Tarifs, taxes en sus : 11 \$ pour les adultes, gratuit pour les 17 ans et moins accompagnés d'un adulte (ne s'applique pas aux groupes de jeunes).*

### Marais safari

Accédez à l'un des habitats les plus riches du parc lors de cette randonnée guidée en canot au crépuscule. Observation d'animaux garantie! Activité sur réservation, places limitées. *Tarifs, taxes en sus : 11 \$ pour les adultes, gratuit pour les 17 ans et moins accompagnés d'un adulte (ne s'applique pas aux groupes de jeunes).*



## JEUX

### Duel des panaches

Qu'est-ce qui distingue le cerf de Virginie et l'orignal? Deux équipes s'affrontent à ce jeu de poche tout en découvrant les deux espèces de cervidés présentes au parc.

### Des poissons et des hommes

Profitez de cette animation pour vous familiariser avec les poissons du parc. Que vous soyez pêcheur ou non, ce que cachent nos lacs pourrait vous surprendre!

### À table avec l'ours noir!

L'appétit d'un ours noir est-il à la hauteur de sa réputation? Lors du jeu, amusez-vous à devenir son chef cuisinier pour en apprendre plus sur ce mammifère représentatif du parc.

### À qui est ce nid?

Chaque année, des milliers d'oiseaux choisissent les habitats du parc pour y faire leur nid. Pourquoi viennent-ils ici et comment les reconnaître? Voilà un jeu interactif pour toute la famille.





## CAUSERIES MULTIMÉDIAS

### Secrets de loups **NOUVEAUTÉ**

Depuis l'automne dernier, quelques loups du parc sont suivis par satellite via des colliers émetteurs. Cette causerie vous dévoilera les étapes de ce projet de recherche d'envergure ainsi que les résultats obtenus à ce jour. Les loups nous livrent leurs secrets... du moins, en partie !

### Belette et compagnie

Parmi les mammifères du parc, la famille des mustélidés est très bien représentée ! Vous connaîtrez mieux ces animaux discrets, mais très actifs. Venez rencontrer cette famille qui gagne à être connue !

### Castor bricoleur

Pourquoi le castor construit-il un barrage ? Qu'est-ce qui explique la présence importante de ce mammifère semi-aquatique au parc ? Cette causerie illustrée répondra à vos questions, et même plus !

### Lumière sur les étoiles

Le ciel étoilé est l'un des spectacles les plus grandioses de la nature. Aujourd'hui pourtant, en raison de la pollution lumineuse, il est de moins en moins accessible. Participez à cette activité d'astronomie remplie d'étoiles, beau-temps mauvais temps !

### Des rôdeurs parmi nous

L'observation de la faune est une activité privilégiée au parc. Si la plupart des espèces sont farouches, quelques-unes peuvent devenir nettement plus familières. Venez « démasquer » les rôdeurs du parc.

### Jeoparc !

Participez comme concurrent ou spectateur à ce jeu questionnaire emballant. JEOPARC ! est le défi télévisé à la mesure de vos connaissances ! Amusez-vous et courez la chance de gagner le grand prix !

### Le Grand Jeu Parcs Québec **NOUVEAUTÉ**

Les parcs nationaux vous intriguent ? Vous êtes curieux de découvrir leurs secrets ? Participez à ce grand jeu familial en compagnie de Pat l'original et les amis de Parcs Québec.



## CAUSERIES AUTOUR DU FEU

### Histoires de loups

Autour d'un feu de camp, assistez à trois histoires anecdotiques sur ces fascinants prédateurs. Attention, les loups ne sont pas les seules vedettes ! Une soirée qui vous tiendra en haleine.

### Contes et légendes amérindiennes

Saviez-vous que les Amérindiens présents sur le territoire à l'époque croyaient au « Manitou » ? Est-ce que celui-ci se manifestera durant l'activité ? Suivez, en conte, *le périple de Wematen* pour le découvrir.



### L'INFO-NATURE **BILINGUE**

Une halte incontournable pour quiconque souhaite échanger avec un garde-parc naturaliste sur les richesses du parc. Profitez de votre séjour pour trouver réponse à vos questions !

## CIRCUITS DE DÉCOUVERTE AUTOGUIDÉS

Vous aimeriez approfondir vos connaissances sur l'histoire et la nature du parc par vous-même ? Nos sentiers de nature offrent des brochures qui pourraient vous intéresser. Consultez le guide des randonnées, page 10. Une brochure est aussi disponible pour la descente autoguidée de la rivière du Diable, du lac Chat à la Vache Noire.



### AS-TU TON PASSEPORT ?

Fais estampiller ton passeport lorsque tu assistes à une activité de découverte. Plus tu participes, plus tu cours la chance de gagner un chèque-cadeau de 100 \$ au parc national du Mont-Tremblant.

Remis seulement aux 5 à 12 ans !

# ACTIVITÉS DE DÉCOUVERTE ANIMÉES

Pour en savoir plus, consultez les pages 5 et 6

Les jours de pluie,



un garde-parc naturaliste fera une présentation spéciale au Centre de découverte à 15 h. Activité annoncée le jour même au centre de découverte.

**ÉTÉ / 24 juin au 4 septembre**

*Du 29 août au 2 septembre, seules les activités sur réservation auront lieu.*

Jour	Secteur	Début	Durée	Activité	Type	Rendez-vous
Tous les jours	Diable	10 h	3 h	Méandres de la Diable guidés \$ C	Nautique	Pont – Camping de la Sablonnière
		11 h	1 h	L'info-nature	Discussion	Centre de découverte
		14 h 30	2 h	Kayak de mer avec les huards \$ C	Nautique	Centre de découverte
Samedi	Diable	11 h	1 h	Duel des panaches	Jeu	Rive du Lac-Escalier
		14 h 30	2 h	L'aventure du Monroe \$ C	Nautique	Centre de découverte – Rond de feu
		16 h	1 h	À table avec l'ours noir !	Jeu	Plage de la Crémaillère
		20 h	1 h	Secrets de loups	Causerie multimédia	Centre de découverte
		21 h 30	1 h	Histoires de loups	Causerie autour du feu	Centre de découverte – Rond de feu <sup>1</sup>
	Pimbina	16 h	1 h	Duel des panaches	Jeu	Plage du Lac-Provost <sup>2</sup>
		20 h	1 h	Contes et légendes amérindiennes	Causerie autour du feu	Pointe du Geai-Bleu – Rond de feu <sup>2</sup>
L'Assomption	16 h	1 h	Des poissons et des hommes	Jeu	Camping Grand-Pin – Chapiteau	
Dimanche	Diable	16 h	1 h	Duel des panaches	Jeu	Plage de la Crémaillère
		20 h	1 h	Jeoparc !	Causerie multimédia	Centre de découverte
	L'Assomption	11 h	1 h	À table avec l'ours noir !	Jeu	Camping Grand-Pin – Chapiteau
Lundi	Diable	16 h	1 h	À qui est ce nid ?	Jeu	Plage de la Crémaillère
		20 h	50 min	Castor bricoleur	Causerie multimédia	Centre de découverte
		21 h	1 h	Lumière sur les étoiles	Causerie multimédia	Centre de découverte
Mardi	Diable	16 h	1 h	Des poissons et des hommes	Jeu	Plage de la Crémaillère
		18 h 30	2 h	Marais safari \$ C	Nautique	Camping de l'Étroit – Stationnement
		20 h	1 h	Belette et compagnie	Causerie multimédia	Centre de découverte
	Pimbina	16 h	1 h	À table avec l'ours noir !	Jeu	Plage du Lac-Provost <sup>2</sup>
Mercredi	Diable	11 h	1 h	À table avec l'ours noir !	Jeu	Rive du Lac-Escalier
		14 h 30	2 h	L'aventure du Monroe \$ C	Nautique	Centre de découverte – Rond de feu
		16 h	1 h	Duel des panaches	Jeu	Plage de la Crémaillère
		20 h	1 h	Secrets de loups	Causerie multimédia	Centre de découverte
		21 h 30	1 h	Contes et légendes amérindiennes	Causerie autour du feu	Centre de découverte – Rond de feu <sup>1</sup>
	Pimbina	16 h	1 h	Des poissons et des hommes	Jeu	Plage du Lac-Provost <sup>2</sup>
20 h		1 h	Histoires de loups	Causerie autour du feu	Pointe du Geai-Bleu – Rond de feu <sup>2</sup>	
Jeudi	Diable	16 h	1 h	À table avec l'ours noir !	Jeu	Plage de la Crémaillère
		18 h 30	2 h	Marais safari \$ C	Nautique	Camping de l'Étroit – Stationnement
		20 h	1 h	Le Grand Jeu Parcs Québec	Causerie multimédia	Centre de découverte
Vendredi	Diable	16 h	1 h	À qui est ce nid ?	Jeu	Plage de la Crémaillère
		20 h	1 h	Des rôdeurs parmi nous	Causerie multimédia	Centre de découverte

■ Secteur de la Diable

■ Secteur de la Pimbina

■ Secteur de L'Assomption

\$ Activité tarifée payable lors de la réservation. Pour les tarifs, voir la description des activités de découverte.

C Réservation requise aux postes d'accueil ou au 819 688-2281. Veuillez nous aviser en cas d'annulation.

<sup>1</sup> En cas de pluie, l'activité aura lieu au Centre de découverte.

<sup>2</sup> En cas de pluie, l'activité aura lieu au poste d'accueil de la Pimbina.

## AUTOMNE

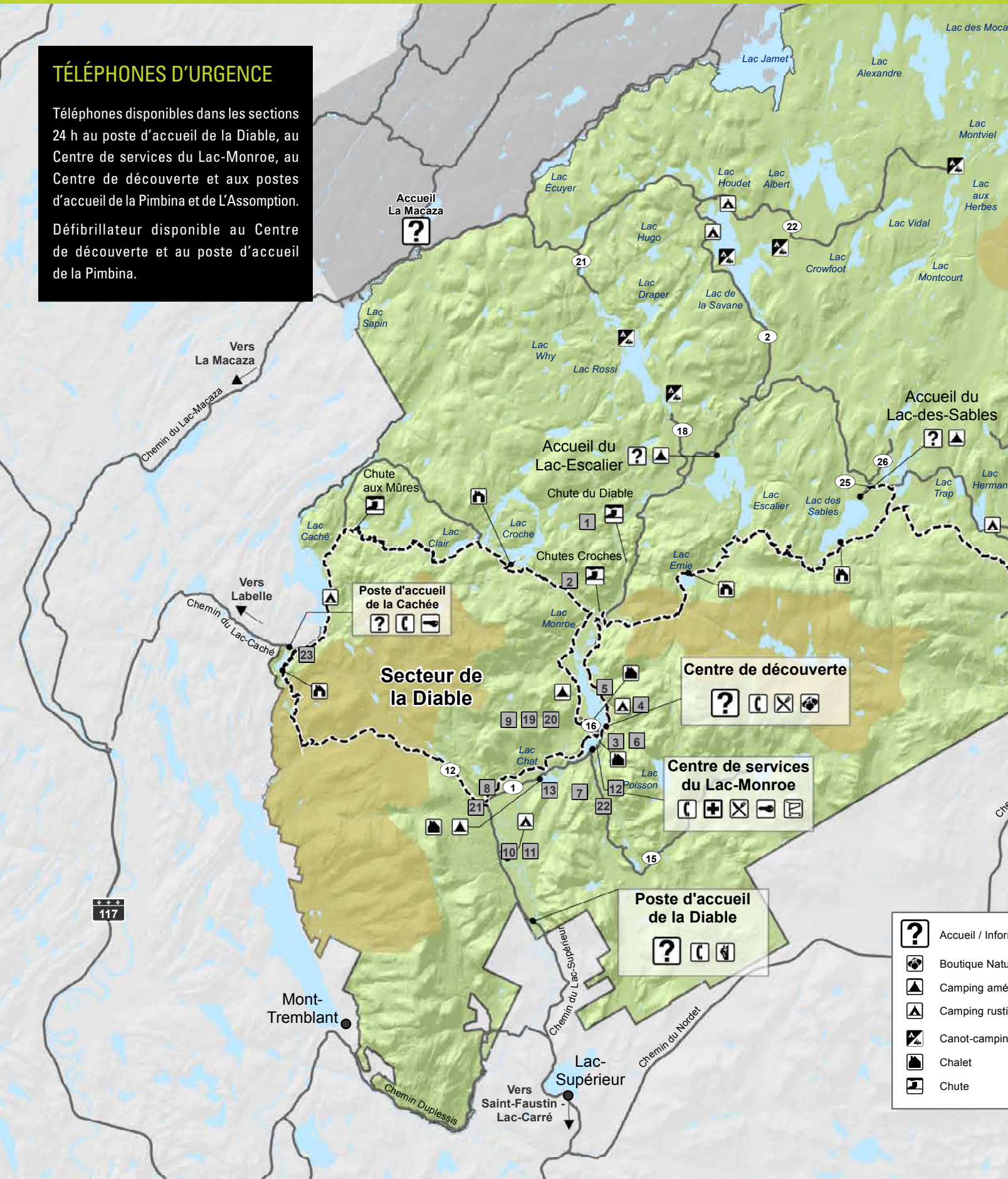
<b>Secteur Diable</b>	Les samedis et dimanches du 10 septembre au 9 octobre	Info-nature de 11 h à 13 h au Centre de découverte et de 14 h à 16 h au sentier de la Roche.
<b>Secteur Pimbina</b>	Les samedis 24 septembre et 1 <sup>er</sup> octobre	Info-nature de 11 h à 13 h au poste d'accueil de la Pimbina.

# CARTE GÉNÉRALE DU PARC

## TÉLÉPHONES D'URGENCE

Téléphones disponibles dans les sections 24 h au poste d'accueil de la Diabie, au Centre de services du Lac-Monroe, au Centre de découverte et aux postes d'accueil de la Pimbina et de L'Assomption.

Défibrillateur disponible au Centre de découverte et au poste d'accueil de la Pimbina.



**Secteur de la Diabie**

**Centre de découverte**

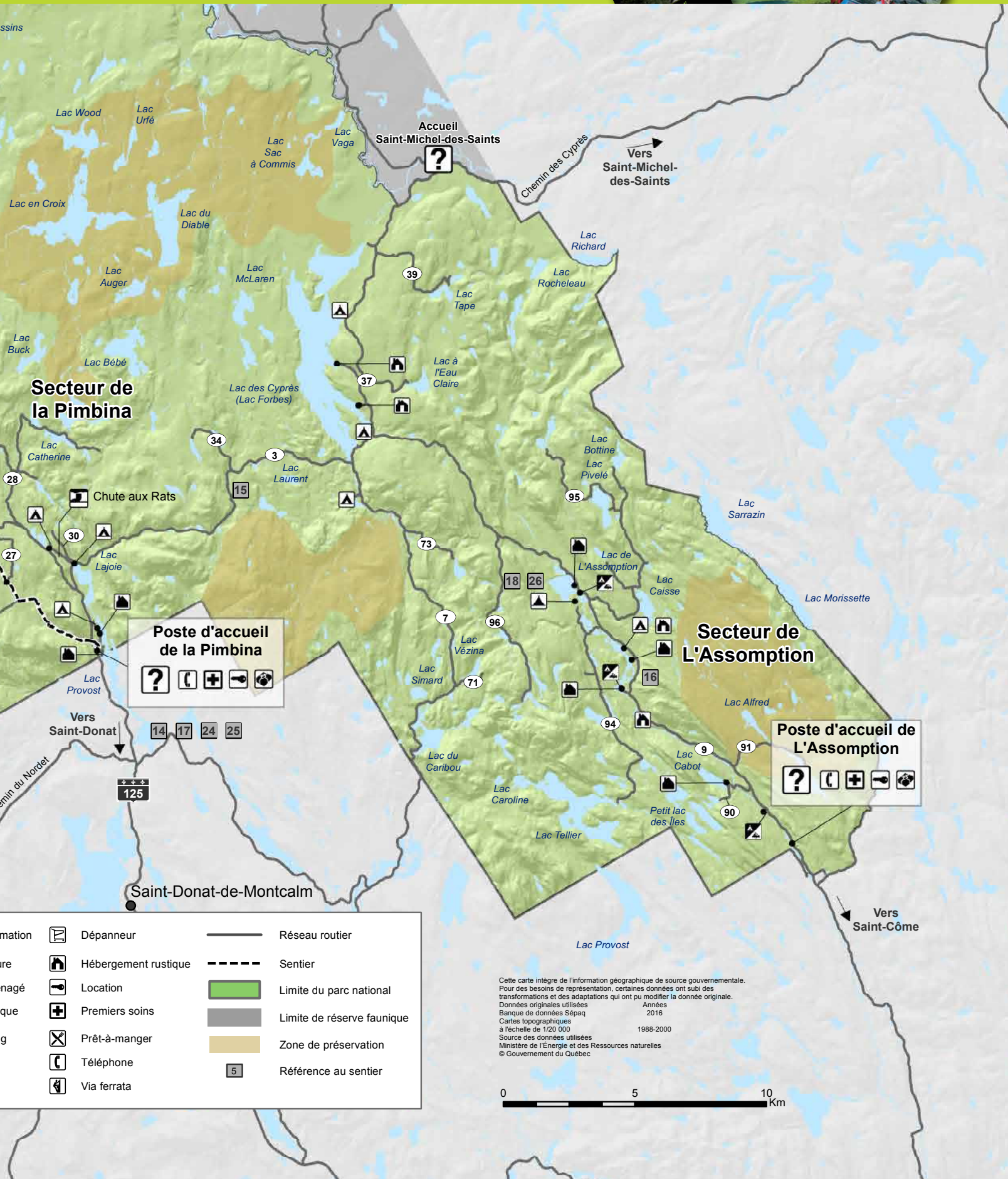
**Centre de services du Lac-Monroe**

**Poste d'accueil de la Diabie**

**Poste d'accueil de la Cachée**

- Accueil / Information
- Boutique Nature
- Camping aménagé
- Camping rustique
- Canot-camping
- Chalet
- Chute

# CARTE GÉNÉRALE DU PARC, DE CANOT-CAMPING ET DE RANDONNÉE PÉDESTRE EN VENTE DANS LES LIEUX D'ACCUEIL

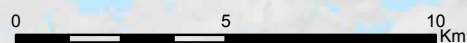


Information		Dépanneur		Réseau routier
Logement		Hébergement rustique		Sentier
Localisation		Location		Limite du parc national
Premiers soins		Premiers soins		Limite de réserve faunique
Prêt-à-manger		Prêt-à-manger		Zone de préservation
Téléphone		Téléphone		Référence au sentier
Via ferrata		Via ferrata		

Cette carte intègre de l'information géographique de source gouvernementale. Pour des besoins de représentation, certaines données ont subi des transformations et des adaptations qui ont pu modifier la donnée originale.

Données originales utilisées : Années 2016  
 Banque de données Sépaq : 2016  
 Cartes topographiques à l'échelle de 1:20 000 : 1988-2000

Source des données utilisées : Ministère de l'Énergie et des Ressources naturelles  
 © Gouvernement du Québec



# SENTIERS DE RANDONNÉE

Référence sur la carte	Découverte	SENTIERS	Longueur et durée	Aller-retour	Boucle	Difficulté	Dénivelé (en mètres)	LIEU DE DÉPART
1		<b>La Chute-du-Diable</b> – Un spectacle inoubliable : une chute de 15 m.	1,4 km 30 min	X		F	15	Stationnement de la Chute du Diable; 7 km au nord du Centre de découverte
2		<b>Les Chutes-Croches</b> – En cascades et remous, une autre saute d'humeur de la Diable.	720 m 20 min	X		F	25	Stationnement des Chutes-Croches; 5 km au nord du Centre de découverte
3		<b>La Roche</b> – Une vue panoramique de la vallée glaciaire du lac Monroe et du massif du mont Tremblant.	5,4 km 2 h	X		I	250	Centre de découverte
4		<b>La Coulée</b> – Les belvédères de la Roche et de la Corniche sont reliés par le sentier de la Coulée.	8,2 km 2 h 45		X	I	255	Centre de découverte
5		<b>La Corniche</b> – Tout comme celui de La Roche, le belvédère offre une vue superbe de la vallée du lac Monroe et du massif du mont Tremblant.	3,4 km 1 h 30	X		I	150	Stationnement de la Corniche; 1,7 km au nord du Centre de découverte
6		<b>Le Lac-Poisson</b> – Des érables et des bouleaux jaunes, des parois rocheuses, un lac solitaire, une cascade cristalline.	7,4 km 2 h 30	X		I	180	Centre de découverte
7		<b>Le Bois-Franc</b> – Une magnifique forêt, un relief qui ondule doucement, un relais au bord d'un lac pour vous reposer.	12,2 km 4 h		X	I	90	À proximité du Centre de services du Lac-Monroe
8		<b>Le Malard</b> – Après un effort soutenu en montée, cassez la croûte au refuge de la Ouache.	17,6 km 4 h 30		X	D	280	Stationnement de la Ouache
9		<b>L'Ours</b> – Une belle montée jusqu'au lac à l'Ours, retour par la Renardière.	17,1 km 4 h 30		X	D	220	Centre de découverte
10		<b>Le Toit-des-Laurentides</b> – Des cascades du ruisseau des Pruches au pic Johannsen, découvrez la face cachée du mont Tremblant. Pour les moins aventureux, nous suggérons l'aller-retour de 3 km jusqu'à la cascade du ruisseau des Pruches. <b>Ce sentier a été restauré en 2014.</b>	14,6 km 6 à 7 h		X	D	595	Stationnement de la Sablonnière; 7 km au sud du Centre de découverte
11		<b>Le Centenaire</b> – Un véritable joyau créé pour le 100 <sup>e</sup> anniversaire du parc. Ce sentier offre une enfilade de points de vue spectaculaires sur les méandres de la Diable et les forêts de la Boulé. Le retour se fait par la route 1 sur 3,6 km. <b>La boucle du Centenaire</b> – Un tracé plus court pour découvrir les principaux et superbes points de vue.	14,3 km 4 à 5 h 9,6 km 3 à 4 h		X	D	430	Stationnement de la Sablonnière; 7 km au sud du Centre de découverte
12		<b>Le Lac-des-Femmes</b> – Pourquoi les pics frappent-ils de leur bec l'écorce des arbres? D'où vient le nom de « Lac-des-Femmes »? Le sentier et l'application Parc Parcours répondent à ces questions et à bien d'autres.	3,1 km durée variable selon les haltes		X	F	50	À proximité du Centre de services du Lac-Monroe
13		<b>Le Lac-aux-Atocas</b> – Le parc regorge d'eau douce : des lacs par centaines, des rivières, des ruisseaux et des tourbières. Le sentier et la brochure vous racontent quelques-unes de ces histoires aquatiques.	1,5 km durée variable selon les haltes		X	F	10	Stationnement du lac Chat; 3 km au sud du Centre de découverte sur la route 1
19		<b>La Boucle des Chutes-Croches</b> – À pied ou à vélo, faites le tour du lac Monroe et profitez d'une halte au belvédère des Chutes-Croches.	13,4 km R - 4 h V - 1 h		X	F	25	Centre de découverte
20		<b>La Renardière</b> – Courte promenade à vélo donnant accès au refuge de la Renardière.	6,2 km 30 min		X	F	20	Centre de découverte
21		<b>Le Lac-Brochet</b> – Sentier menant au refuge de la Cache et au Petit Lac-Caché, en passant par le lac Brochet.	33,2 km 2 h 45		X	I	165	Stationnement de la Ouache
22		<b>Le Boulé</b> – Découvrez les beautés de la vallée de la rivière Boulé et la face cachée du mont de la Vache Noire.	26,8 km 2 h 30		X	I	65	Centre de découverte
23		<b>Le Ruisseau-aux-Mûres</b> – Bonifiez votre randonnée de vélo en vous rendant à pied à la Chute-aux-Mûres, un attrait méconnu du parc. Départ du camping aussi possible.	12,6 km		X	I	55	Poste d'accueil de la Cachée
14		<b>La Chute-aux-Rats</b> – À pied ou à vélo, découvrez le tout nouveau parcours menant à cet attrait majeur du secteur de la Pimbina, une chute de 17,4 m.	9,4 km 3 h		X	F	25	Poste d'accueil de la Pimbina
15		<b>Le Carcan</b> – Ce sentier conduit au deuxième plus haut sommet du parc (883 m), en longeant plusieurs cascades.	14 km 5 à 6 h		X	D	435	Stationnement du Carcan; 13 km du poste d'accueil de la Pimbina (route 3 vers lac des Cyprés)
17		<b>L'Envol</b> – Faites connaissance avec l'érablière à bouleau jaune, cette forêt typique du parc national du Mont-Tremblant, et contemplez la vallée du Pimbina du haut du belvédère. Une marche, une ascension, un envol.	4 km 1 h 45		X	I	200	Stationnement de l'Envol; 400 m au nord du poste d'accueil de la Pimbina
24		<b>Le Lac-Cassagne</b> – Belle randonnée à vélo donnant accès au lac Cassagne et aux refuges du Geai-Bleu et du Lariou.	16 km		X	I	195	Poste d'accueil de la Pimbina
25		<b>La Descente</b> – Arrêtez-vous au refuge du Geai-Bleu afin de tester vos freins avant de vous lancer dans la descente.	8,5 km 45 min		X	I	135	Poste d'accueil de la Pimbina
16		<b>Les Grandes-Vallées</b> – Une agréable ascension à travers une érablière mature, récompensée par une vue sur les vallées du lac de l'Assomption.	4,6 km 2 h		X	I	215	Stationnement des Grandes-Vallées
18		<b>Le Lac-de-L'Assomption</b> – Un delta qui grouille de vie, le visage changeant d'un ruisseau, un abri sur pilotis d'où l'on observe à loisir grands hérons, plongeurs huard et autres habitants farouches de la baie.	3 km 2 h		X	F	10	Aire de pique-nique du Lac-de-L'Assomption; 15 km au nord du poste d'accueil de L'Assomption
26		<b>La Boucle du Lac-de-L'Assomption</b> – Découvrez les beautés du lac de l'Assomption et arrêtez-vous pour un pique-nique à la baie Ronde en toute quiétude.	7 km R - 2 h V - 45 min		X	I	10	Aire de pique-nique du Lac-de-L'Assomption; 15 km au nord du poste d'accueil de L'Assomption

Secteur de la Diable

Secteur de la Pimbina

Secteur de L'Assomption

Application mobile

Brochure

V-Vélo

R-Randonnée pédestre

F-Facile

I-Intermédiaire

D-Difficile



## LA CONSERVATION EN ACTION

Depuis plusieurs années, le Fonds Parc Québec, grâce à des dons individuels et à l'adoption de loups, favorise la conservation de l'espèce au parc. L'automne dernier, un projet de recherche avec le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs du Québec et l'Université du Québec à Rimouski a été mis sur pied. Il permettra de clarifier si le loup de l'Est est présent sur le territoire. Selon le comité sur la situation des espèces en péril du Canada, cette espèce serait menacée de disparition ! Grâce à des colliers télémétriques, le territoire des différents canidés (coyote, loup de l'Est, hybride) sera cartographié et les patrons de partage de l'espace seront analysés, ce qui permettra d'élaborer des mesures de conservation appropriées pour le loup de l'Est. Nous connaissons les ressources et les habitats les plus importants pour ces différents carnivores et les relations qu'ils entretiennent avec les sites aménagés. Le projet permettra aussi de localiser les tanières et les sites de rendez-vous, deux habitats où le dérangement doit être minimisé.

Comment se portent les écosystèmes du parc ? C'est ce que nous tentons de déterminer en suivant différents indicateurs environnementaux. Après 13 ans, nous percevons une stabilité. Quelques variations fauniques ont été constatées et il a été possible de proposer des ajustements à nos modes de gestion. En 2016, 16 indicateurs seront mesurés. Nous nous pencherons notamment sur l'état des berges et la propagation des plantes non-indigènes ainsi que sur les oiseaux nicheurs et des espèces indicatrices et à statut particulier.

POUR EN SAVOIR PLUS SUR LES ENJEUX DE CONSERVATION  
DANS LES PARCS NATIONAUX DU QUÉBEC, ALLEZ À

[PARCSQUEBEC.COM/BLOGUE](http://PARCSQUEBEC.COM/BLOGUE)

POUR PARTICIPER À LA CONSERVATION DE NOS PARCS  
NATIONAUX, RENDEZ-VOUS À

[FONDSPARCSQUEBEC.COM](http://FONDSPARCSQUEBEC.COM)

# PAR ICI LES FAMILLES !

Pour partager des moments authentiques en nature, le réseau Sépaq compte plusieurs destinations incontournables à explorer en famille.

**Repérez ce logo qui identifie les expériences idéales pour vous.**



Voici quelques petits plus que l'on vous réserve :

- Accès aux parcs nationaux et activités de découverte gratuits pour les jeunes de 17 ans et moins.
- Prêt gratuit d'équipements : chaise haute, parc, banc rehausseur, poussette, porte-bébé et vélo.
- Hébergement pour tous les budgets.

Et côté activités, ce n'est pas le choix qui manque au parc national du Mont-Tremblant :

- Deux plages avec zone de baignade surveillée et balançoires.
- Trois sentiers multifonctionnels aménagés pour des randonnées familiales, à pied ou à vélo.
- 17 activités de découverte spécialement conçues pour la famille, dont 4 activités nautiques gratuites pour les enfants accompagnés d'un adulte.
- La Via ferrata du Diable pour les jeunes avides d'action (à partir de 8 ans).
- Les Méandres de la Diable, une balade en canot dont vos enfants se souviendront.

[sepaq.com/famille](http://sepaq.com/famille)

Photo : Steve Deschênes



RÉSEAU **Sépaq** 

## PARC PARCOURS

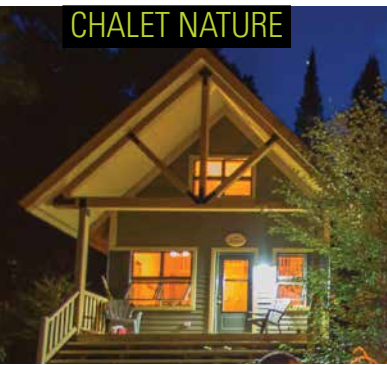
Entrez dans l'univers de Parc Parcours !

La nouvelle approche pour découvrir, explorer et connaître un parc national est offerte au Centre de découverte. La borne interactive « L'explorateur Parc Parcours » peut être consultée avant et après la visite, au parc ou à la maison. Quant à l'application mobile, elle propose une découverte guidée des parcours sur le terrain, iPod en main (prêté gratuitement). Un outil qui saura plaire aux jeunes et moins jeunes avides de connaissances !



# HÉBERGEMENT

## CHALET NATURE



## CHALET COMPACT



## CHALET EXP.



## TENTE HUTTOPIA



### CAMPING

Un séjour de camping vous garantit de vivre une vraie expérience en nature.

- Pour tentes et véhicules récréatifs
- Emplacements aménagés avec ou sans services ou camping rustique
- Emplacements exclusifs aux cyclotouristes

À partir de  
**24\$** /nuitée

### REFUGE

Hébergement sans toilette ni eau courante

- Location de type communautaire

À partir de  
**27<sup>75</sup>\$**

### PRÊT-À-CAMPER

Les joies du camping sans tout trimpler.

- Simple, confortable et authentique, la tente Huttopia s'intègre à l'environnement.

À partir de  
**101\$** /nuitée

### YOURTE

Charme et rusticité sous forme arrondie.

- Pour 4 personnes
- Confortable et chaleureuse
- Meublée et équipée

À partir de  
**110\$** /nuitée

### CHALET COMPACT

Chalet confortable, pratique et tout équipé.

- Pour 4 personnes

À partir de  
**116\$** /nuitée

### CHALET EXP.

Nouvelle génération d'hébergement ! Confortables et fonctionnels, les EXP. vous promettent un contact intime avec la nature.

- Pour 2 personnes
- Une seule pièce, tout équipée

À partir de  
**122\$** /nuitée

### CHALET TRADITIONNEL

Nous avons une grande variété de chalets qui satisferont tous vos besoins.

- Pour 2 à 10 personnes – styles diversifiés

À partir de  
**124\$** /nuitée

### CHALET NATURE

Hébergement chaleureux, compact et tout équipé.

- Pour 4 personnes
- Implanté au cœur des activités

À partir de  
**145\$** /nuitée

**RABAIS**  
DE **50%**

## MATINÉE SUR L'EAU



Vous séjournez dans le parc ?  
Profitez d'un rabais de 50 % sur la location d'une embarcation nautique en matinée. Présentez-vous au centre de location avec votre facture de séjour et une pièce d'identité.

# PRUDENT <sup>DE</sup> NATURE



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

La Sépaq a pour mission d'assurer l'accessibilité à des milieux naturels représentant les joyaux de la nature québécoise. Elle a à cœur la sécurité de ses visiteurs. Elle vous invite à être prudent de nature!

Vous préparer adéquatement constitue le premier pas vers la pratique agréable et sécuritaire de vos activités. **VOUS ÊTES RESPONSABLE DE VOTRE PROPRE SÉCURITÉ** et la gestion des risques fait partie intégrante de votre expérience.

Avant de partir pour une excursion, **ASSUREZ-VOUS DE POSSÉDER LES COMPÉTENCES ET HABILÉTÉS REQUISES** à la pratique de l'activité choisie **ET DE RESPECTER VOS CAPACITÉS PHYSIQUES**. Votre sortie ne doit vous laisser que d'agréables souvenirs. Pour vous guider, consultez sur le site Web [sepaq.com/securite](http://sepaq.com/securite) les fiches-conseils relatives aux activités offertes par la Sépaq.

[sepaq.com/securite](http://sepaq.com/securite)



## AIDE-MÉMOIRE POUR UNE MEILLEURE EXPÉRIENCE EN PLEIN AIR

### AVANT DE QUITTER

- Prévoir partir en groupe d'au moins deux personnes.
- Vous informer des prévisions météorologiques.
- Apporter de l'eau et de la nourriture même s'il s'agit d'une activité de quelques heures.
- Prévoir des chaussures et des vêtements appropriés et adaptés aux conditions climatiques.
- Avertir un proche de l'endroit exact de votre destination ainsi que du moment prévu de votre retour.

### UNE FOIS SUR PLACE

- Ne pas compter sur votre téléphone cellulaire.
- Vérifier le temps requis pour compléter votre activité.
- Respecter la signalisation et les avis d'interdiction, dont ceux concernant les feux à ciel ouvert.

### AU RETOUR

- Une fois votre activité terminée, veuillez rapporter au personnel tout bris, anomalie ou problème remarqués.

## RAPPEL



Lors de votre visite dans un parc national, ayez toujours en votre possession le reçu de votre droit d'accès ou votre carte annuelle d'accès.



Afin de préserver les richesses naturelles, il est interdit de prélever des éléments naturels (animaux, plantes, bois mort, roches, etc.) Aussi, pour éviter le piétinement de la flore, vous devez demeurer dans les sentiers de randonnée aménagés.



Les animaux trouvent tout ce dont ils ont besoin dans la nature pour se nourrir. Les nourrir peut leur être très dommageable. Ne laissez pas votre nourriture ou vos déchets à la portée des animaux.



Nous vous demandons de rapporter tous vos déchets.



Les animaux domestiques ne sont pas acceptés dans les parcs nationaux du Québec. Toutefois, les chiens-guides et les chiens d'assistance sont admis.

### PROJET-PILOTE AUTORISANT LES CHIENS

Dès le 20 mai 2016, un projet-pilote encadrera la présence des chiens dans les parcs nationaux de FRONTENAC, de la JACQUES-CARTIER et d'OKA. Consultez les règles d'encadrement et les endroits autorisés sur le site Web de la Sépaq à [sepaq.com/animaux](http://sepaq.com/animaux).

### EN CAS D'URGENCE : 911

#### SÛRETÉ DU QUÉBEC :

310-4141 (numéro unique) / \*4141 (pour cellulaire)

\*Là où les réseaux cellulaires sont accessibles.

#### Parc national du Mont-Tremblant

4456, ch. du Lac-Supérieur  
Lac-Supérieur (Québec) J0T 1P0  
Information : 819 688-2281

Réservations : 1 800 665-6527

Courriel : [parc.mont-tremblant@sepaq.com](mailto:parc.mont-tremblant@sepaq.com)  
[parcsquebec.com/tremblant](http://parcsquebec.com/tremblant)

Dépôt légal : 2016

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Photos : Mathieu Dupuis, Steve Deschênes, Audrey Vivier, Francis Gignac, Louise Cadieux, Valérie Patenaude, Daniel Savard, Steve Gignac, Jacques Tremblay, Brendan Lally



# QUOI FAIRE À PROXIMITÉ DU PARC

<b>Bureau touristique de Labelle</b>	819 686-2606	municipalite.labelle.qc.ca
<b>Bureau touristique de Saint-Côme</b>	450 883-2730	stcomelanaudiere.ca
<b>Bureau touristique de Saint-Donat</b>	819 424-2833	tourismest-donat.com
<b>Bureau touristique de Saint-Michel-des-Saints</b>	450 833-1334	haute-matawinie.com
<b>Destination Mont-Tremblant</b>	1 877 425-2434	mont-tremblant.ca
<b>Tourisme Lanaudière</b>	1 800 363-2788	lanaudiere.ca
<b>Tourisme Laurentides</b>	1 800 561-6673	laurentides.com



## PENSEZ À NOS BOUTIQUE NATURE

pour un souvenir de votre visite au parc!

- Vaste choix de vêtements et d'articles tels que foulards tubulaires, gourdes, etc.
- Souvenirs pour petits et grands
- Profits entièrement réinvestis dans les parcs nationaux

**BOUTIQUE  
NATURE**  
Parcs Québec



**JOUEZ !**  
PLAY!

Visitez Le Centre d'Activités pour toutes vos activités à Tremblant. Parcours de tyroliennes, rafting, équitation, escalade, dune buggy, paintball, spas, location de bateau, vols d'hélicoptère et d'avion et bien plus encore !



**LE CENTRE D'ACTIVITÉS**  
THE ACTIVITY CENTRE



Réservez en ligne | [tremblantactivities.com](http://tremblantactivities.com) | 819 681-5519 | Station Tremblant

# 45 AUTRES MODÈLES EN MAGASIN



 SCARPA®

BELOEIL - BROSSARD - BURLINGTON - CAMBRIDGE - ÉTOBICOKE - LAVAL - OSHAWA  
OTTAWA - QUÉBEC - VAUGHAN

  
LA PLUS GRANDE DESTINATION PLEIN AIR