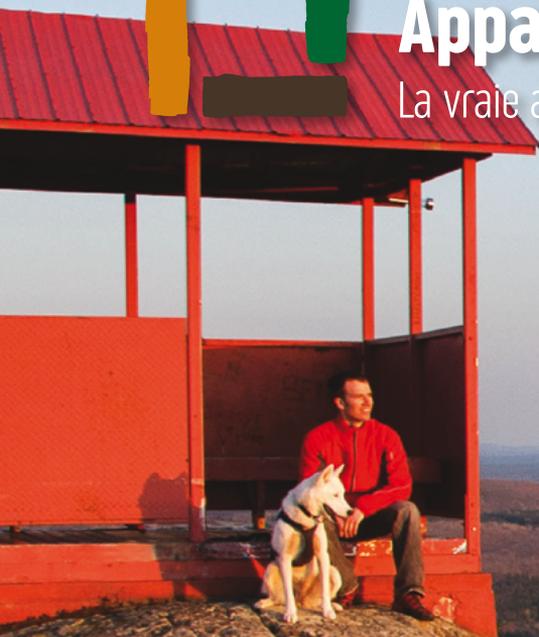


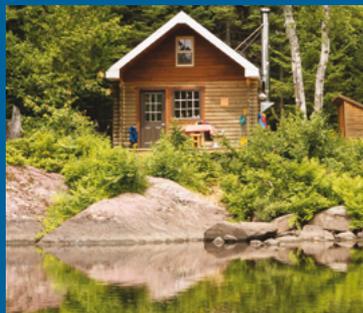
# Parc des Appalaches

La vraie aventure nature



Photos : Daniel Thibault

En raison de la COVID-19, des changements pourraient être apportés aux activités et aux tarifs annoncés dans ce *Journal*. Vérifiez auprès du personnel du Parc avant de vous déplacer pour éviter les désagréments.



# Journal

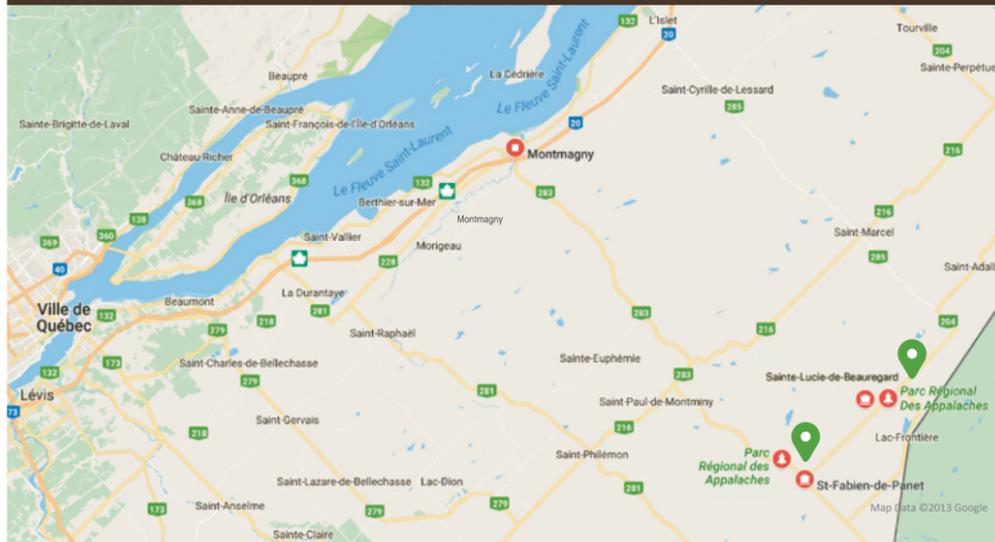
## 2020-2021

 CHAUDIÈRE  
APPALACHES  
À VIVRE POUR VRAI

 PARQ  
Parcs Régionaux du Québec



# Bienvenue au Parc!



Le Parc des Appalaches est situé dans la portion sud de la MRC de Montmagny, dans la région touristique de la Chaudière-Appalaches. Il s'agit d'un vaste territoire qui compte plusieurs portes d'entrée. Renseignez-vous auprès de notre personnel d'accueil afin de connaître les périodes d'ouverture et les accès en toutes saisons.

## Mission du Parc

Le Parc des Appalaches, parc habité et éclaté, favorise la mise en valeur des milieux naturels de son territoire en plus de développer et de promouvoir des activités de plein air en nature auprès des clientèles régionales et touristiques. Partout les chiens sont les bienvenus.

## Historique

Créé en 1997, au cœur de la forêt appalachienne, le Parc des Appalaches se compose de nombreux sites naturels où l'on trouve eskers, chutes, tourbières, montagnes, lacs et rivières. Grâce à un partenariat unique entre les huit municipalités du territoire et à leur implication financière, la corporation du Parc des Appalaches a su développer une grande variété d'infrastructures de plein air. Vous y trouverez donc des sentiers pédestres, des sentiers cyclables et un parcours canotable en saison estivale. L'hiver, la raquette et la trottinette des neiges se pratiquent dans plusieurs sentiers du Parc. Tous les sentiers sont agrémentés de trottoirs, d'escaliers, de passerelles, de belvédères et d'abris ainsi que d'infrastructures de villégiature tels des campings rustiques ou aménagés et des refuges.

## Journal du Parc 2020-2021

Coordination : Parc régional des Appalaches 1 877 827-3423  
Montage : Communications Montmagny 418 248-2346  
Tirage : 4 000 copies

Photos : Daniel Thibault, Parc des Appalaches, Daniel Racine, Francis Fontaine, Nelson Boisvert, Jean-Sébastien Massicotte, Max Vidal, Sylvie Lemire, Dany Coulombe, Beaulieu Lavoie Photographes, Parcs Canada | Jeff Frenette, Hôtel L'Oiselière, Esker Nature, Sébastien Leclair, Appalaches spa lodge, Micro-chalets des Appalaches.

PAPIER 100 % RECYCLÉ

## Renseignements

### Bureau d'accueil de Sainte-Lucie-de-Beuregard (bureau permanent)

Ouvert tous les jours en saison estivale (horaire variable le reste de l'année)

105, rue Principale  
Sainte-Lucie-de-Beuregard  
QC G0R 3L0  
1 877 827-3423 / 418 223-3423  
info@parcappalaches.com  
 Parc régional des Appalaches

### Café du Randonneur (bureau saisonnier)

Ouvert 7 jours du 26 juin au 7 septembre (horaire variable en basse saison)

73, route 283  
Saint-Fabien-de-Panet  
QC G0R 2J0  
418 249-4636

## ITINÉRAIRE | BUREAU DE SAINTE-LUCIE-DE-BEAUREGARD

- De Montréal (350 km)
- De Québec (120 km)  
Autoroute 20, sortie 378, Route 283 Sud
- De Rivière-du-Loup (160 km)  
Autoroute 20, sortie 400, Route 285 Sud et Route 204 Ouest

## NOUVEAU! PASSE JOURNALIÈRE

Procurez-vous votre passe journalière au coût de 5 \$. Par cette contribution, vous nous aidez à maintenir la qualité des infrastructures de plein air que nous avons aménagées spécialement pour vous.

MERCI D'ÊTRE UN RANDONNEUR CONSCIENTISÉ!

## POINTS DE VENTE

- Bureau d'accueil de Sainte-Lucie-de-Beuregard
- Bureau d'accueil de Saint-Fabien-de-Panet (Café du Randonneur)
- En ligne au : [parcappalaches.com](http://parcappalaches.com)

[parcappalaches.com](http://parcappalaches.com)

## Les chiens sont les bienvenus au Parc des Appalaches

Mais certaines règles s'appliquent afin de conserver ce privilège et de vivre en harmonie avec les autres utilisateurs.

- Mentionnez la présence de votre animal lors de votre arrivée en hébergement et tenez-le en laisse dans les lieux d'accueil.
- Tenez votre chien en laisse en tout temps dans les sentiers, car il peut représenter un prédateur pour les animaux sauvages.
- Soyez respectueux et courtois envers les autres utilisateurs des sites du Parc.
- Gardez sous la main de petits sacs pour les excréments et disposez-en aux endroits appropriés.
- Évitez l'aboiement excessif de votre animal.
- Assurez-vous de la propreté des lieux à votre départ.
- Avisez l'équipe du Parc si un comportement vous semble déplacé ou abusif.

## Contribuez à la conservation du milieu naturel du Parc

- Enregistrez-vous à l'accueil, car il n'y a pas de patrouilles régulières dans les sentiers.
- Circulez dans les sentiers lors de vos randonnées pédestres.
- Respectez la signalisation.
- Pratiquez vos activités aux endroits aménagés à cette fin.
- Évitez de nourrir les animaux.
- Ne pas couper d'arbres ni prélever d'espèces végétales.
- Signalez toute situation d'urgence, anomalie ou détérioration dans les sentiers au personnel du Parc ou aux partenaires autorisés.
- Laissez les lieux d'hébergement dans un état de propreté impeccable.
- Rapportez tous vos déchets.

## SOMMAIRE

Bienvenue au Parc!	2	Chasse et pêche	8
Règles de conduite pour chiens	3	Activités en sentier	9
Quelques recommandations	3	Activités hivernales	10
Carte du Parc des Appalaches	4	Hébergement	12
Tableau des sentiers	6	Découvertes hors sentiers	13
Faune forestière et sites à découvrir	7	Sorties nature	14
Activités nautiques	8	Montmagny et les Îles	15

## Nouvelle tarification

Passes en vente en ligne et dans les bureaux d'accueil

Passé JOURNALIÈRE	5\$
Passé SÉJOUR   2 jours et plus	8\$
Passé FIDÉLITÉ annuelle*	25\$
Enfants 0-17 ans et résidents du Parc des Appalaches	GRATUIT

\*Inclut un rabais de 10 \$ applicable sur un séjour de deux nuits dans l'un des refuges du Parc.



**Randonnez en toute sécurité**  
en vous procurant la carte des sentiers  
[parcappalaches.com](http://parcappalaches.com)  
1 877 827-3423



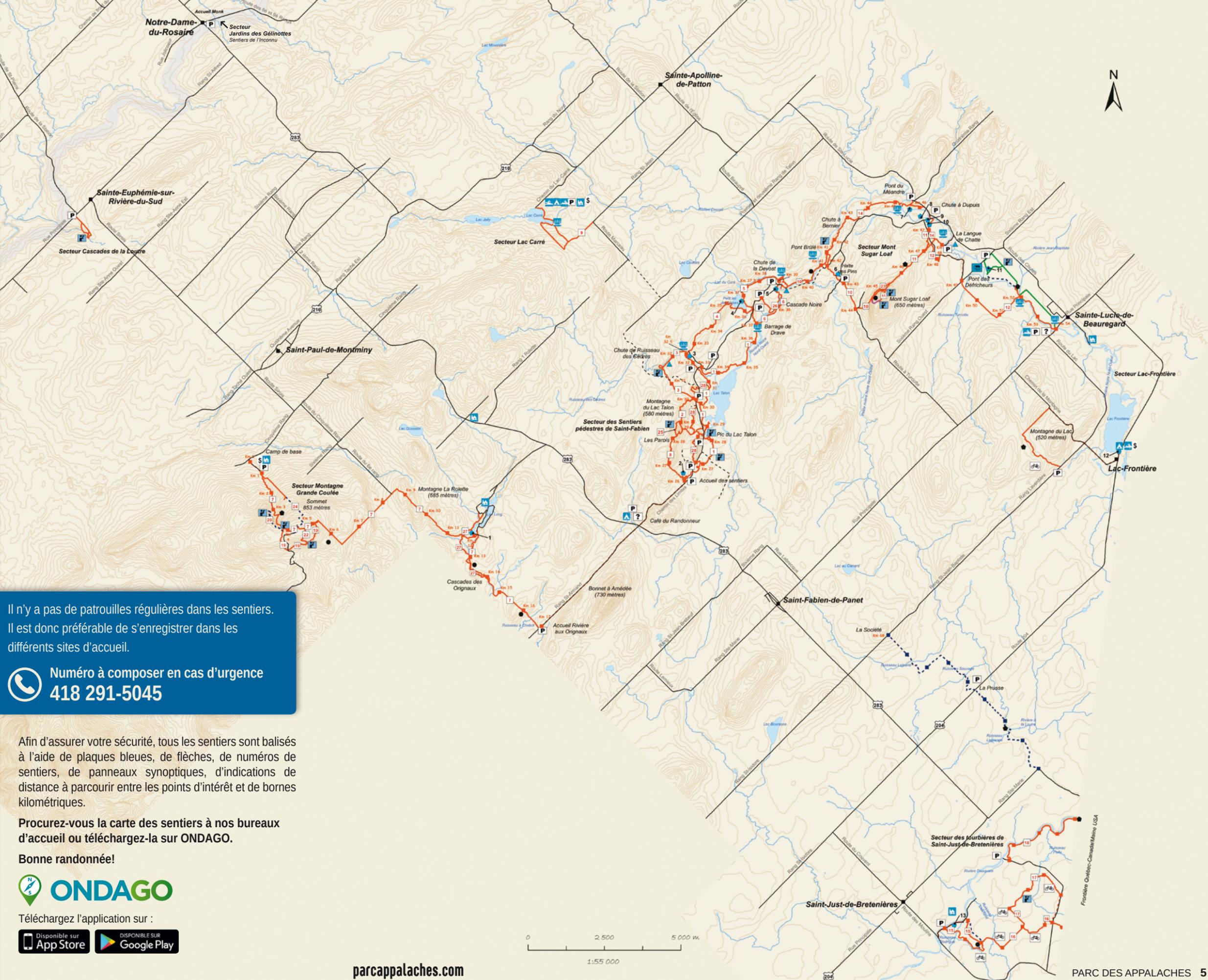
**En cas d'urgence**  
418 291-5045

**LÉGENDE**

-  Borne kilométrique (pédestre)
-  Borne kilométrique (raquette)
-  Abri
-  Abri-feu
-  Point de vue
-  Centre de villégiature
-  Refuge
-  Camping aménagé
-  Camping rustique
-  Canotage
-  Bureau d'accueil
-  Passerelle
-  Plage
-  Pont
-  Stationnement
-  Tarif
-  Vélo
-  Pédestre
-  Sentier technique (très difficile)
-  Section de sentier empruntant une route
-  Raquette seulement
-  Trotinette des neiges / Fatbike
-  Courbe de niveau

**REFUGES EN LOCATION**

- 1 **Du Lac Long**  
N 46° 40' 33.72" O 70° 16' 36.50"
- 2 **Le Lynx**  
N 46° 41' 28.40" O 70° 11' 10.46"
- 3 **Du Ruisseau des Cèdres**  
N 46° 43' 38.5" O 70° 11' 06.4"
- 4 **Le Martin-Pêcheur**  
N 46° 44' 29.6" O 70° 09' 33.4"
- 5 **De la Cascade Noire**  
N 46° 45' 13.9" O 70° 07' 39.6"
- 6 **Des Pins**  
N 46° 45' 01.6" O 70° 07' 20.2"
- 7 **Des Érables**  
N 46° 46' 14.38" O 70° 05' 22.07"
- 8 **Des Draveurs**  
N 46° 46' 03.2" O 70° 04' 52.4"
- 9 **De la Chute à Dupuis**  
N 46° 46' 03.1" O 70° 04' 49.4"
- 10 **Du Moulin**  
N 46° 46' 03.1" O 70° 04' 49.4"
- 11 **Le Défricheur**  
N 46° 45' 11.3" O 70° 03' 27.7"
- 12 **Du Lac Frontière**  
N 46° 42' 03.43" O 69° 59' 57.76"
- 13 **De la Rivière Daaquam**  
N 46° 33' 37.36" O 70° 04' 24.30"



Il n'y a pas de patrouilles régulières dans les sentiers. Il est donc préférable de s'enregistrer dans les différents sites d'accueil.

 **Numéro à composer en cas d'urgence**  
**418 291-5045**

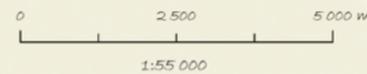
Afin d'assurer votre sécurité, tous les sentiers sont balisés à l'aide de plaques bleues, de flèches, de numéros de sentiers, de panneaux synoptiques, d'indications de distance à parcourir entre les points d'intérêt et de bornes kilométriques.

Procurez-vous la carte des sentiers à nos bureaux d'accueil ou téléchargez-la sur ONDAGO.

Bonne randonnée!



Téléchargez l'application sur :



## Tableau des sentiers

SENTIERS	Nombre de km (aller)	Niveau de difficulté	Points d'intérêt	Niveau d'intérêt	Activités
<b>Secteur Cascades de la Loutre</b>					
Les Cascades de la Loutre	2	Facile	Rivière, passerelles, cascades et pêche	***	
<b>Secteur Montagne Grande Coulée</b>					
Sentier des Orignaux 7	16	Difficile	Rivière, vue panoramique, lac, érablière, eskers, milieux humides, cascades	***	
Sentier Les Fantômes 19	3	Difficile	Vue panoramique, arbres givrés	***	
Sentier Les Abris sous roches 20	1	Très difficile	Abris sous roches, vue panoramique	*	
Sentier Le Serpentin 22	1	Difficile	Sentier sinueux, rochers, vue panoramique	***	
Sentier Le Retour 24	2	Modéré	Percées visuelles, érablière	***	
Sentier Les Eskers 27	4	Modéré	Eskers, ruisseaux, érablières, vieilles forêts, cascades	***	
<b>Secteur Sentiers de Saint-Fabien-de-Panet</b>					
Sentier du lac Talon 1	10	Modéré	Lac, tourbières, ruisseaux, rochers, cédrières	***	
Sentier Les Parois 8	2,5	Difficile	Parois rocheuses	***	
Sentier de L'Érablière 2	2	Difficile	Point de vue sur le lac Talon, érablière	***	
Sentier Les Cabourons 25	0,8	Très difficile	Percées visuelles, rochers	***	
Sentier des Chutes du ruisseau des Cèdres 3	3,5	Modéré	Chutes à paliers et ruisseau, passerelles, vieille forêt	****	
Sentier Le Parcours des Caps 28	4	Difficile	Caps rocheux, vieilles forêts, percées visuelles	****	
Sentier du Petit lac des Vases 4	4	Facile	Érablière, milieu humide, sarracénie pourpre, lac	**	
Sentier des Chutes de la Devost 5	2,5	Modéré	Chutes, eskers, passerelles, percées visuelles	***	
Sentier Le Portage 6	2,5	Modéré	Passerelles, rivière, bloc erratique, cascades	***	
Sentier Le Pêcheur 26	2	Facile	Accès à la rivière Noire Nord-Ouest	*	
<b>Secteur Lac Carré</b>					
Sentier Les Collines 9	3,5	Facile	Lac et passerelle	**	
<b>Secteur Mont Sugar Loaf</b>					
Sentier du Pont brûlé 10	6	Difficile	Passerelle, esker, rivière, percées visuelles	***	
Sentier Les Castors 14	6	Modéré	Barrage de castors, percées visuelles, passerelle, chutes	***	
Sentier du Garde-feu 11	3	Difficile	Sommet du mont Sugar Loaf, panoramas, passerelle	****	
Sentier Le Raccourci 23	1	Modéré	Érablière, percées visuelles	**	
Sentier Le Beauregard 12	6,5	Facile	Rivière, passerelles, abri de jour	***	
Sentier Le Défricheur	9 (boucle)	Facile	Tourbières, rivière Noire Nord-Ouest, cédrière	***	
<b>Secteur Tourbières de Saint-Just-de-Bretenières</b>					
Sentier Le Petit Maine 18	12	Facile	Rivières, tourbières, passerelles	**	
Sentier Le Trappeur 15	4	Facile	Pessière, abri de jour, ruisseaux, sentier cyclable	***	
Sentier Le Frontalier 16	4	Facile	Borne frontalière, cédrière, sentier cyclable	***	
Sentier des Tourbières 17	5	Facile	Belvédère, tourbières, sarracénie pourpre, sentier cyclable, trottoir de 1 km	***	
<b>Secteur Jardin des Gélinottes (hiver seulement)</b>					
Sentier Le Merisier 44	5	Facile	Lac, vieille forêt, milieux humides, belvédère	***	
Sentier Le Bûché 46	5	Facile	Milieux humides, vieille forêt	**	
Sentier Le Geai Gris 48	4	Facile	Plantation dégagée	**	
<b>Secteur Lac-Frontière</b>					
Sentier de la Montagne du Lac	3	Facile	Érablière, ruisseau	**	

LÉGENDE	
	Randonnée pédestre
	Randonnée hivernale
	Raquette
	Trotinette des neiges
	Vélo ou Fatbike
*	Sentier intéressant
**	Sentier très intéressant
***	Sentier très intéressant avec un point d'intérêt particulier
****	Sentier très intéressant avec un point d'intérêt exceptionnel

LOCATION D'ÉQUIPEMENT	
Bureau d'accueil de Sainte-Lucie-de-Beauregard	
	BÂTONS DE RANDONNÉE 7 \$ / jour
	CEINTURE ET LONGE POUR CANI-RANDONNÉE 15 \$ / jour

## Faune forestière et sites à découvrir

Partout...  
tout le temps!  
Bienvenue aux chiens



Observez-le de près!

**Safari photo à l'original**  
chez Chalets et Villégiature Daaquam  
Durée 2 h 30 | À partir de 15 \$/personne  
1 888 558-3442

### L'ORIGINAL

L'original habite les forêts mélangées et les éclaircies, et voisine les marécages. Son domaine vital n'excède pas 10 km<sup>2</sup>. Il se nourrit de branches, d'écorce, de feuillage, de plantes herbacées et de plantes aquatiques. Il peut atteindre 55 km/h à la course et est très bon nageur. Animal imposant, l'original adulte mâle a un poids moyen de 475 kg et la femelle de 350 kg. En milieu naturel, moins de 1 % des orignaux atteignent l'âge de 15 ans.

### LA MOULE D'EAU DOUCE

Communément appelée « mulette », la moule d'eau douce est présente dans les cours d'eau du Parc des Appalaches. En Amérique du Nord, on compte plus de 300 espèces de moules. Cependant, au cours du dernier siècle, le nombre et la diversité de ces espèces ont diminué de façon importante, ce qui fait que leur pêche est maintenant interdite.



### Utile à l'environnement?

Son impressionnante capacité de filtration de l'eau contribue au nettoyage de nos lacs et rivières. À raison d'un litre à l'heure, elle filtre les matières organiques et s'occupe du contrôle de la densité du phytoplancton et du ralentissement de l'eutrophisation des lacs. Elle constitue ni plus ni moins l'équilibre de nos cours d'eau!

### MONT SUGAR LOAF

Situé à Sainte-Lucie-de-Beauregard, ce mont s'élève à une altitude de 650 m. Le sentier du Garde-feu, long de 3 km, mène au sommet dénudé du mont qui offre une vue sur 360 degrés où huit clochers d'église apparaissent par temps clair.



### MONTAGNE GRANDE COULÉE

Située à Saint-Paul-de-Montminy, cette montagne d'une altitude de 853 m est le plus haut sommet du Parc. On y accède par le sentier des Orignaux.



### MONTAGNE DU LAC TALON

Cette petite montagne de 580 m d'altitude est accessible par le sentier de l'Érablière, dans le secteur des Sentiers pédestres de Saint-Fabien-de-Panet. Avec la flambée des couleurs en saison automnale, cette montagne est un incontournable!



## Suggestions de parcours en boucle en saison estivale

### CASCADES ET ESKER – 6 KM

- 5 Sentier des Chutes de la Devost
- 6 Sentier le Portage

### TOUR DU MONT SUGAR LOAF – 13 KM

- 11 Sentier du Garde-feu
- 10 Sentier du Pont Brûlé
- 14 Sentier les Castors

### TOUR DE LA GRANDE COULÉE – 9,5 KM

- 7 Sentier des Orignaux
- 19 Sentier les Fantômes

### CHUTE DU RUISSEAU DES CÈDRES – 5 KM

- 1 Sentier du Lac Talon
- 3 Sentier du Ruisseau des Cèdres



# Activités nautiques

**Les mercredis fous**  
**50% de rabais sur la location**  
 canots, kayaks et planches à pagaie

**En vigueur les :**  
 • 15 juillet  
 • 12 août  
 • 2 septembre



## Service de location

### CAMPING MUNICIPAL LAC-FRONTIÈRE

Location de kayaks  
 Tarif\* : 9\$ / heure (taxes en sus)  
 Information : 418 245-3554

### CENTRE DE PLEIN AIR SAINTE-APOLLINE (LAC CARRÉ)

Location de kayaks, chaloupes et pédalos  
 À partir de 7,83 \$\* / heure (taxes en sus)  
 Information : 418 469-2515

### DESCENTE DE LA RIVIÈRE DAAQUAM EN KAYAK (AVEC TRANSPORT)

Tarif\* : 33 \$ / personne (taxes en sus)  
 Information : 418 244-3442  
 \* Prix sujets à changement sans préavis.

## Balade en ponton

Sillonnez les eaux de la rivière Noire Nord-Ouest le temps d'une charmante croisière à bord de l'Aventurier II.  
 Croisières disponibles sur réservation seulement.

### CROISIÈRE SUR LA ROUTE D'EAU (2h)

PÉRIODE	DÉPART *
Du 27 juin au 7 septembre	10h et 14h
Du 8 septembre au 12 octobre	13h30

\* L'horaire est sujet à changement sans préavis.

### CROISIÈRE AU CRÉPUSCULE (2h)

PÉRIODE	DÉPART *
Du 22 juin au 2 septembre	en soirée

\* Informez-vous au bureau d'accueil au 1 877 827-3423.

TYPE DE PASSAGER	TARIF (taxes en sus)
Adulte	15 \$
Enfant (6 à 12 ans)	8 \$
Enfant (0 à 5 ans)	Gratuit
Groupe (10 à 11 pers.)	150 \$

\* Prix sujets à changement sans préavis.  
 Minimum 6 adultes ou 90\$ pour effectuer un départ.

## La rivière Noire Nord-Ouest



**FRAIS DE MISE À L'EAU 3\$ par embarcation privée**  
 Ce montant est consacré au maintien de la qualité des infrastructures.

Cette magnifique rivière à méandres, longue de 30 km, amorce son trajet au lac Talon et le termine au lac Frontière. Servant autrefois à la drave, elle offre, l'été et l'automne, un paysage très sauvage et riche en faune et en flore. La rivière se divise en deux sections : une zone avec rapides de niveau RI à RIII sur une distance de 23 km et une zone d'eau calme de 7 km, idéale pour les balades familiales.

Laissez-vous charmer par cette rivière, pagayez parmi les nénuphars et portez attention à notre ami panaché qui adore les brouter!

Location d'équipements du 25 mai au 14 octobre	Tarif (taxes en sus)		
	1 heure	4 heures	1 journée
Canot (zone d'eau calme seulement)	14\$	35\$	55\$
Kayak simple	9\$	25\$	40\$
Kayak double	14\$	35\$	55\$
Planche à pagaie	14\$	35\$	55\$
Veste de flottaison (seule)	-	-	6\$
Sac au sec	-	-	6\$

\*Vestes de flottaison incluses dans le coût de location des embarcations.

**LA LOCATION EST DISPONIBLE DE 9H À 17H.**

## NOUVEAU! Les samedis folie

**11 juillet 15 août**

**Descente en kayak de la rivière Noire Nord-Ouest**  
 de la Langue de Chatte au bureau d'accueil de Sainte-Lucie.  
 Circuit de 7 km avec zone de rapides.

**20 \$/pers. | Embarcation et transport inclus**



## Chasse et pêche

CHASSEURS, MERCI DE CONSULTER LE PERSONNEL DU PARC POUR ÉVITER LES MAUVAISES EXPÉRIENCES.

Les sites d'activités du Parc des Appalaches sont pour la plupart situés sur les terres du domaine public et la pêche y est permise pour tous les détenteurs de permis de pêche. Le Parc est ouvert durant la période de la chasse et seuls quelques sentiers situés aux abords de la frontière canado-américaine ou sur des terrains privés

sont fermés pour une courte période. Informez-vous auprès du personnel du Parc pour connaître les sites de randonnée les plus intéressants en saison automnale.

**Pêche en étang 5 \$/truite**  
 Chalets et villégiature Daaquam  
**1 888 558-3442**

# Activités en sentier

## Cardio-militaire



**PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT ILLUSTRÉ 2\$**  
 En vente aux bureaux d'accueil du Parc des Appalaches.

Un circuit d'entraînement cardio-militaire est aménagé dans le secteur du lac Talon mettant à profit les trottoirs et les plateformes de bois de l'endroit. Le parcours est divisé en 10 stations et est accessible à tous puisque chaque exercice peut être réalisé à forte ou à faible intensité. L'entraînement peut être effectué en 40 à 50 minutes et sollicite à la fois le système musculaire et le cardiovasculaire. Téléchargez gratuitement le dépliant qui illustre chaque exercice sur le site Internet du Parc des Appalaches ou procurez-le-vous aux bureaux d'accueil du Parc au coût de 2 \$.

## Parcours cyclables



**LOCATION DE FATBIKE Chalets et Villégiature Daaquam**  
 Tarif (taxes en sus) : à partir de 15 \$ **1 888 558-3442**

Découvrez l'écosystème fascinant des tourbières de Saint-Just-de-Bretenières à vélo grâce au circuit de trois sentiers dont une portion sur trottoirs de bois. Un parcours de 15 km en forêt de résineux permet de faire l'interprétation de cet univers constitué de sphaignes et de plantes carnivores telles que la sarracénie pourpre et la droséra.

**La Tourbière (no17) : 5 km | Le Trappeur (no15) : boucle de 4 km | Le Frontalier (no16) : 4 km**

## Les passerelles du Parc



**PONT DU BARRAGE DE DRAVE 32 M**  
 Sentier Le Portage 6 – km 37

Le Parc est sillonné par de multiples cours d'eau. Pour les traverser, une trentaine de passerelles arquées ou suspendues ont été aménagées. Informez-vous au bureau du Parc pour connaître les différentes passerelles et intégrer les plus spectaculaires à votre randonnée.

## Parcours familial animé



Stimulez vos enfants lors d'une randonnée en les lançant sur un parcours qui leur fera approfondir leurs connaissances de la nature, des plantes, des espèces animales et des phénomènes géologiques!

### 2 PARCOURS AMÉNAGÉS

- Secteur Saint-Fabien-de-Panet**
- Boucle de 4 km sur le sentier du lac Talon et le sentier de L'Érablière
- Secteur Sainte-Lucie-de-Beauregard**
- 4 km sur le sentier Le Beauregard aller-retour

## Vélo de montagne



Le Parc offre aux intrépides un parcours de 6,5 km de vélo de montagne sur terre battue et gravier, dans une érablière. Ce circuit est aménagé dans la montagne du Lac à Lac-Frontière. Il traverse un ruisseau avec passerelle et un abri y est aménagé.

### Sentier de la Montagne du Lac

## PROCUREZ-VOUS LE CARNET DU RANDONNEUR

Le Parc des Appalaches vous invite à découvrir ses sentiers à travers les 10 parcours en boucle suggérés dans le Carnet du randonneur. Sur chacun de ces parcours figure un panneau indiquant le numéro du parcours et son nom. Prenez-vous en photo à ses côtés puis présentez-vous dans l'un des deux bureaux d'accueil afin de faire estamper vos circuits réalisés.

À chaque 5 estampes recueillies, vous obtiendrez une participation au tirage d'un **FORFAIT NATURE** dans le Parc des Appalaches. Tirage en fin de saison automnale.

## SUGGESTIONS DE PARCOURS EN BOUCLE

### HIVER SEULEMENT

#### LE TOUR DU JARDIN – 7 KM

- 46 Sentier Le Bûché
- 44 Sentier du Lac du Merisier
- 48 Sentier Le Geai gris
- 46 Sentier Le Bûché

#### LE VERSANT NORD DE LA MONTAGNE GRANDE COULÉE – 6 KM

- 24 Sentier Le Retour

#### LE PARCOURS DU DÉFRICHEUR – 9 KM

Sentier damé de trottinette des neiges et de Fatbike

### 4 SAISONS

#### LES PAROIS ET L'ÉRABLIÈRE – 8 KM

- 8 Sentier Les Parois
- 2 Sentier de l'Érablière
- 1 Sentier du Lac Talon

#### LE PARCOURS DES CAPS – 7 KM

- 2 Sentier de l'Érablière
- 28 Sentier du Parcours des Caps
- 1 Sentier du Lac Talon

#### LES ORIGNAUX – 10 KM

- 7 Sentier des Originaux
- 27 Sentier Les Eskers

# Activités hivernales



Photo : Daniel Thibault

## RAQUETTE

La raquette est certainement l'un des meilleurs moyens d'apprécier l'hiver et ses paysages enneigés. Au Parc des Appalaches, plus de 70 km de sentiers permettent aux randonneurs de tous les niveaux de profiter de la blanche saison. Pour les aventuriers, des refuges hivernaux rendent possible une excursion de deux à trois jours. Et vu les quantités généralement généreuses de neige reçues, les conditions demeurent excellentes jusqu'à la mi-avril.

**LOCATION DE RAQUETTES 15 \$/JOUR (taxes en sus)**  
Bureau d'accueil de Sainte-Lucie-de-Beaugard



Photo : François Fontaine

## LUGE ALPINE

Loisir de prédilection pratiqué dans les Alpes, la luge alpine offre un nouveau défi aux visiteurs du Parc des Appalaches. À partir du sommet de la montagne Grande Coulée, à une altitude de 853 mètres, vous descendrez pendant 2 km jusqu'au pied de la montagne où se trouve le complexe Appalaches Lodge Spa Villégiature.

**TARIF 1 JOURNÉE 35 \$/PERS. (taxes en sus)**  
Prix sujet à changement sans préavis.

**1, RUE DE LA COULÉE, SAINT-PAUL-DE-MONTMINY**  
**1 866 661-0106 | appalachesspa.com**



Photo : Parc des Appalaches

## FATBIKE

Le Parc des Appalaches propose deux circuits pour s'initier au Fatbike ou « vélo d'hiver ».

Sentier le Défricheur | 9 km, abri-feu  
**105, RUE PRINCIPALE, SAINTE-LUCIE-DE-BEAUREGARD**  
**1 877 827-3423 ou 418 223-3423**

**LOCATION DE FATBIKE À PARTIR DE 10 \$/H.**  
**REMORQUE POUR ENFANT DISPONIBLE**

Sentiers de l'Inconnu | 18 km, 2 refuges chauffés  
**220, ROUTE 283, NOTRE-DAME-DU-ROSAIRE**  
**418 802-2482 | Les Sentiers de l'Inconnu**

**LOCATION DE FATBIKE**  
**\*ACCÈS AU SITE PAYANT**

## TRAÎNEAU À CHIENS

Ce moyen de transport utilisé autrefois pour la conquête de l'or est devenu un loisir de plus en plus populaire aujourd'hui.

Que vous soyez un musher d'expérience ou un nouvel adepte, vous pourrez pratiquer cette activité dans le Parc aux deux endroits suivants:

**CHALETS ET VILLÉGIATURE DAAQUAM**  
**1 888 558-3442 | daaquam.qc.ca**

**APPALACHES**  
**1 866 661-0106 | appalachesspa.com**



Photo : Nelson Bolsvert

## TROTTINETTE DES NEIGES

La trottinette des neiges se pratique seul ou avec un ou deux chiens. Et pas besoin d'un husky ou d'un chien entraîné, votre bon bouvier bernois ou votre labrador pourra facilement vous tracter pour des heures de plaisir!

**SENTIER LE DÉFRICHEUR – 9 KM (boucle)**  
Sainte-Lucie-de-Beaugard

**LOCATION DE TROTTINETTE DES NEIGES\***  
**2 heures 15 \$ | Journée 35 \$**  
\*Réservation obligatoire 24 h à l'avance

Prix taxes en sus.

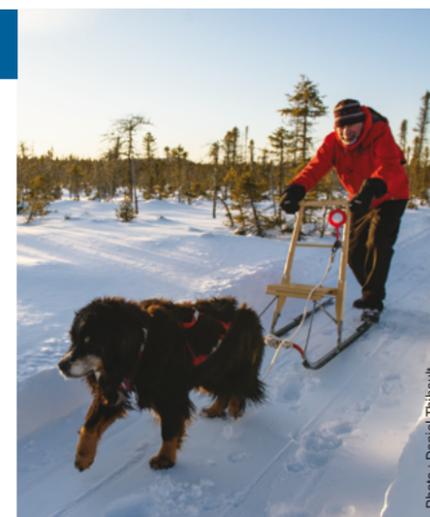


Photo : Daniel Thibault

## SKI HORS PISTE\*

Par amour de la montagne, le Parc a voulu donner une nouvelle vie au sommet de la montagne Grande Coulée. Deux secteurs de glisse sont proposés dans ce véritable paradis de poudreuse et de bouleaux jaunes.

**TARIF 1 JOURNÉE 14 \$/PERS. (taxes en sus)**  
Billets en vente au parcappalaches.com

\* Pour skier, vous devez obligatoirement détenir votre carte de membre de la FQME.

**Information : 1 877 827-3423**



Photo : Jean-Sébastien Massicotte



Photo : Daniel Thibault

## PROFITEZ DE L'HIVER EN TOUTE SÉCURITÉ

- Prévoyez un itinéraire en fonction de vos capacités (vitesse moyenne de 2 km/h) et du temps d'ensoleillement qui est réduit en cette saison.
- Assurez-vous que vos équipements soient adéquats.
- Apportez dans votre sac une lampe frontale, des allumettes et une trousse de premiers soins.
- Prévoyez suffisamment de nourriture et d'eau (minimum 2 litres/jour).
- Les sentiers du Parc sont balisés, mais non damés. Pour votre sécurité et pour être en mesure de vous relayer, ne randonnez jamais seul.
- Ne partez jamais en randonnée sans en aviser l'équipe d'accueil.
- Les téléphones portables ne fonctionnent qu'à quelques endroits et généralement aux sommets.
- Rapportez vos déchets en tout temps.



Photo : Daniel Thibault

**Les chalets et les refuges du Parc des Appalaches**

**1 877 827-3423**

info@parcappalaches.com  
parcappalaches.com



Photo : Daniel Thibault

# Hébergements



## CAMPING – PRÊT-À-CAMPER ET CHALETS \*Prix sujets à changement sans préavis.

### PLUS PRÈS DE LA nature

Le réseau d'hébergements du Parc compte de nombreux sites de camping, des refuges en forêt, des chalets, des gîtes, des auberges et des pourvoires. De quoi satisfaire tous les types de visiteurs.

Pour consulter l'offre complète d'hébergement dans le Parc des Appalaches, visitez le [parcappalaches.com](http://parcappalaches.com).

### REFUGES À partir de 85 \$/nuit

Séjourner en refuge, c'est vivre un dépaysement nocturne et une expérience en forêt hors du commun.

Le Parc met à votre disposition 14 refuges 3 ou 4 saisons. Seul ou en groupe, vous disposez du refuge en exclusivité.

Choisissez le refuge qui convient à vos activités en visitant [parcappalaches.com](http://parcappalaches.com).

### HÔTELS, MOTELS, AUBERGES, GÎTES, CHALETS ET POURVOIRES

**APPALACHES**  
1 866 661-0106 | [appalachesspa.com](http://appalachesspa.com)

**CHALET ET VILLÉGIATURE DAAQUAM**  
1 888 558-3442 | [daaquam.qc.ca](http://daaquam.qc.ca)

**DOMAINE LA CHARMANTE**  
581-332-1023 | [domainelacharmante.com](http://domainelacharmante.com)

**ESKER NATURE CHALETS ET VILLÉGIATURE**  
1 877 278-9338 | [eskernature.com](http://eskernature.com)

**LA BUTTONNIÈRE**  
418 469-3577 | [labuttonniere.com](http://labuttonniere.com)

**MICRO-CHALET DES APPALACHES**  
418 223-3535 | [microchaletsdesappalaches.com](http://microchaletsdesappalaches.com)

**MOTEL AU BOIS D'OR**  
418 244-3669 | [clairebolduc@sogetel.com](mailto:clairebolduc@sogetel.com)

**POURVOIRIE BEAULIEU**  
418 838-4635 | [pourvoiriebeaulieu.com](http://pourvoiriebeaulieu.com)

### Camping du Randonneur



Photo : Daniel Thibault

73, route 283, Saint-Fabien-de-Panet  
**1 877 827-3423** | [parcappalaches.com](http://parcappalaches.com)  
[info@parcappalaches.com](mailto:info@parcappalaches.com)

Rustique	Tente Prêt-à-camper
à partir de 27\$/nuit	90 \$/nuit/4 pers.

### Camping municipal Lac-Frontière



Photo : Daniel Thibault

282, route 204, Lac-Frontière  
**418 245-3554** | **418 245-3553** hors saison  
[campingmunicipal-lacfrontiere.com](http://campingmunicipal-lacfrontiere.com)  
[campinglacfrontiere@gmail.com](mailto:campinglacfrontiere@gmail.com)

Rustique	2 services	3 services
30 \$/nuit	40\$/nuit	45\$/nuit

Chalet	Spécial basse saison
93,60 \$/nuit	220\$/4 nuits (du lundi au jeudi) mai-juin sept.-oct.

### Centre de plein air Sainte-Apolline



Photo : Nelson Boisvert

201, ch. du lac Carré, Sainte-Apolline-de-Patton  
**418 469-2515** | [centrepleinairsteapolline.com](http://centrepleinairsteapolline.com)  
[centrepleinairsteapolline@globetrotter.net](mailto:centrepleinairsteapolline@globetrotter.net)

1 service	2 services	3 services
26 \$/nuit	36\$/nuit	40\$/nuit

Tente Prêt-à-camper	Chalet
65 \$/nuit - 300 \$/sem.	à partir de 100\$/nuit

### Chalets et Villégiature Daaquam



Photo : Nelson Boisvert

47, rue des Moulins, Saint-Just-de-Bretenières  
**1 888 558-3442** | [daaquam.qc.ca](http://daaquam.qc.ca)  
[info@daaquam.qc.ca](mailto:info@daaquam.qc.ca)

3 services	Refuge	Chalet
à partir de 35 \$/nuit	30 \$/adulte 15 \$/enfant	98 \$/nuit pour 2 pers.

## Posez votre sac en chemin

Des sites de camping rustique destinés aux tentes seulement sont aussi aménagés le long de certains sentiers du Parc des Appalaches. Leur accès est gratuit. La règle du premier arrivé, premier servi s'applique. Un maximum de deux nuits consécutives est autorisé. Il est interdit de camper à l'extérieur de ces sites afin de préserver la propreté du territoire.

### LOCALISATION

- **Campement de la chute du ruisseau des Cèdres** (accès randonnée seulement)  
km 32 | Sentier 3
- **Campement de la Devost** (accès public)  
km 39 | N 46043°38.5" W 070011°06.4"
- **Campement de la Langue de chatte** (accès public)  
Enregistrement obligatoire à l'accueil de Sainte-Lucie-de-Beaugard  
km 48 | Sentier 11



**HALTE VR**  
250, rue Principale  
Saint-Just-de-Bretenières  
**NUITÉ 10 \$ | VIDANGE 5 \$**



Au-delà des sentiers du Parc des Appalaches, il y a encore beaucoup à découvrir. Après votre randonnée pédestre ou de raquettes, votre virée en trottinette des neiges ou votre balade à vélo, sortez des sentiers et allez à la rencontre des résidents, des communautés et des entreprises qui donnent vie au Parc et où vous ferez de belles trouvailles. Pour vous aider dans votre quête, voici quelques adresses, activités et événements hors sentiers à retenir!

## Des sites qui valent le détour !



### PISCICULTURE DES APPALACHES

À Saint-Paul-de-Montminy, près de la montagne Grande Coulée, on peut pêcher l'omble de fontaine à la Pisciculture des Appalaches. Pêcher en milieu naturel est aussi possible aux pourvoires Beaulieu et Daaquam. Chaque année, en juin, à l'occasion de la fête de la Pêche, on peut pêcher sans permis dans plusieurs cours d'eau du Parc. Informez-vous!

**104, 5<sup>E</sup> RANG, SAINT-PAUL-DE-MONTMINY • 418-469-2668** | [pisciculturedesappalaches.com](http://pisciculturedesappalaches.com)



Photo : Stéphanie Allard

### LE BISTEAU D'ÉRABLE

À Sainte-Lucie-de-Beaugard, près du pont couvert des Défricheurs, se trouve l'érablière Bistreau d'érable. En plus de la multitude de produits de l'érable offerts, on y sert des repas traditionnels du temps des sucres dans la salle à manger, de février à mai. Des parties de tire sur la neige et des visites de la cabane et de l'érablière peuvent également être organisées. Sur réservation.

**50, 6<sup>E</sup> RANG OUEST, SAINTE-LUCIE-DE-BEAUREGARD • 418 223-3832** | [bistreauderable.com](http://bistreauderable.com)



### L'ÔTEL DE LAC-FRONTIÈRE

Conservant tout son cachet, l'église de Lac-Frontière a été convertie en salle multifonctionnelle où l'on présente des spectacles et où se tiennent des activités communautaires. Consultez la programmation sur la page Facebook **L'Ôtel de Lac-Frontière** pour ne rien manquer des spectacles et des animations qui y sont présentés tout au long de l'année.

**19, RUE DE L'ÉGLISE, LAC-FRONTIÈRE • 418 245-3474** | [Facebook](https://www.facebook.com/lacfrontiere)



### DOMAINE LA CHARMANTE

Faites l'expérience de la permaculture à la ferme du Domaine la Charmante et profitez des nombreuses activités offertes : fabrication de savon artisanal, baignade en rivière ou dans un petit lac, dégustation de produits du terroir, pique-nique, cueillette sauvage, randonnée en forêt, jeux pour enfants, etc. Boutique de produits du terroir et de savons artisanaux sur place.

**142, ROUTE 216, SAINT-PAUL-DE-MONTMINY | 581-332-1029**  
[domainelacharmante.com](http://domainelacharmante.com) | [Facebook](https://www.facebook.com/domainelacharmante)



Photo : Max Vidal

### RANDONNÉE ÉQUESTRE

Hiver comme été, on peut s'offrir une randonnée au coeur de la forêt appalachienne chez Chalets et Villégiature Daaquam. Que vous soyez débutants ou experts, les guides professionnels vous accompagnent pour vous faire découvrir les milieux naturels qui font la renommée du Parc! **Randonnée guidée à cheval : durée 1 h 30 à 43,50 \$/personne.**

**CHALET ET VILLÉGIATURE DAAQUAM | 1 888 558-3442** | [daaquam.qc.ca](http://daaquam.qc.ca) | [Facebook](https://www.facebook.com/daaquam)



### HÉBERTISME

Un parcours d'hébertisme de 1 kilomètre comprenant 24 modules de jeu a été aménagé au Centre de plein air Sainte-Apolline-de-Patton, situé aux abords du lac Carré. Une activité familiale à la fois sportive et éducative.

**201, CHEMIN DU LAC CARRÉ, SAINTE-APOLLINE-DE-PATTON | 418 469-2515**  
[centrepleinairsteapolline.com](http://centrepleinairsteapolline.com)



Tout au long de l'année, l'équipe du Parc des Appalaches vous propose des **Sorties nature** conçues pour toute la famille pour vous permettre de découvrir un milieu naturel exceptionnel en compagnie d'un guide chevronné.

**Inscription obligatoire à toutes les activités :**  
1 877 827-3423 | info@parcappalaches.com



Photo : Daniel Thibault



Photo : Daniel Thibault



Photo : Cercle de mycologie des Appalaches



Photo : Daniel Thibault

**SORTIE NAUTIQUE AU CRÉPUSCULE** ★ **Activité accompagnée**  
8 AOÛT - 18 H

Montez à bord du ponton ou pagayez en kayak sur la rivière Noire Nord-Ouest le temps d'une agréable balade pour admirer le coucher du soleil sur la rivière.

15 \$/personne (embarcation incluse)

**SORTIE MYCOLOGIE**  
16 AOÛT - 9 H À 12 H

Départ du Café du Randonneur. En collaboration avec le Cercle de mycologie des Appalaches.

5 \$/personne

**L'INCONTOURNABLE D'AUTOMNE AU MONT SUGAR LOAF**  
3 OCTOBRE - 10 H À 14 H

Randonnée de 6 km. Départ de la Langue de Chatte.

Gratuit

DÉCOUVREZ CE QUI SE CACHE AU PIED DES APPALACHES

Bordée au sud par la chaîne de montagnes des Appalaches et au nord par le fleuve Saint-Laurent, Montmagny et les Îles est la porte d'entrée vers le Lieu historique national de la Grosse-Île-et-le-Mémorial-des-Irlandais et l'archipel de L'Isle-aux-Grues.

À partir de Berthier-sur-Mer, endroit de prédilection pour les amateurs d'activités nautiques, de Cap-Saint-Ignace, qui allie la beauté des paysages aux saveurs du terroir, ou de la ville de Montmagny, où vous trouverez une multitude de commerces et services pour combler tous vos besoins, la région vous invite à « toucher le fleuve »...

Les villages de la plaine, Saint-François-de-la-Rivière-du-Sud et Saint-Pierre-de-la-Rivière-sur-Sud, vous réservent quant à eux de longs circuits cyclables ponctués de trésors patrimoniaux.



**TOURISME MONTMAGNY ET LES ÎLES**  
montmagnyetlesiles.com | 1 800 463-5643

**CHAUDIÈRE APPALACHES**  
À VIVRE POUR VRAI

Photo : Sylvie Lemire

**Un évènement sport-chien à ne pas manquer!**

Cani-Raid 2020 annulé



**INFORMATION ET INSCRIPTION :**  
parcappalaches.com | 1 877 827-3423

Inscrivez-vous tôt pour recevoir votre cadeau aux couleurs du CANIRAID!

## Rendez-vous 2021

**11 SEPT. CANI-RAID «FOUBRAQUE»**  
DÉFI NOCTURNE ± 7 km  
course en soirée

**CAN-Ô-CROSS**  
canot, planche à pagaie et kayak

**12 SEPT. DÉFI CHIEN SALE** ± 8,5 km  
course de jour sur sentier technique

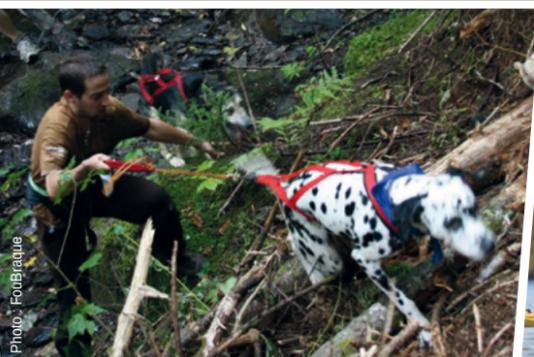


Photo : Foubraque

Photo : Daniel Thibault

**SORTIE MONTMAGNY**

Halte ravitaillement ou plaisir et évasion  
HÉBERGEMENTS  
RESTAURANTS  
COMMERCES ET SERVICES

Photo : Hôtel L'Osélette

**POINTE AUX PINS**  
RÉSERVE NATURELLE JEAN-PAUL-RIOPELLE

L'Isle-aux-Grues  
comme vous ne l'avez jamais vue!

Photo : Dany Coulombe

**QUARTIER VIEUX-MONTMAGNY**  
Style, charme et petits plaisirs

Photo : Beaulieu Lavioie Photographies

**Lieu historique national de la Grosse-Île-et-le-Mémorial-des-Irlandais**



Photo : Parcs Canada | Jeff Frenette



# APPALACHES

chalets • spa • plein air

1 866 661-0106

info@appalachesspa.com | appalachesspa.com



# Chalets & Villégiature de la Rivière Daaquam

1 888 558-3442

info@daaquam.qc.ca | daaquam.qc.ca



# RESTAURANT

## Le Gourmet

418 249-4186

14, rue Principale Est, Saint-Fabien-de-Panet



# LES GOURMANDS de Panet

418 249-4547

215, route 283, Saint-Fabien-de-Panet

f Resto Les Gourmands de Panet



418 223-3535

Chemin des Chalets, Sainte-Lucie-de-Beaugard,  
microchaletsdesappalaches.com

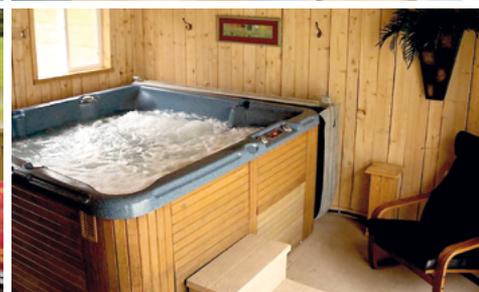


# La Buttonnière

Résidence de tourisme

418 469-3577

867, route 283 Sud, Saint-Paul-de-Montminy  
jocelyne.blais@outlook.com | labuttonniere.com



# ESKER nature

Chalets & Villégiature

1 877-278-9338

info@eskernature.com | eskernature.com

