Le Saint-Laurent

guide de découverte

ULYSSE

Extrait de la publication

ULYSSE

le plaisir de mieux voyager

D'autres guides pour découvrir le Québec

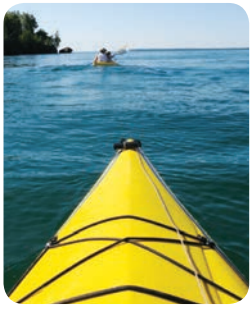
www.guideulysse.com

Suivez-nous sur **Facebook** et **Twitter** @GuidesUlysse

Extrait de la publication

Thierry Ducharme

Le Saint-Laurent
guide de découverte



Je suis la première enfance du monde
Je crée mot à mot le bonheur de l'homme
Et pas à pas j'efface la souffrance
Je suis une source en marche vers la mer
Et la mer remonte en moi comme un fleuve
Une tige étend son ombre sur ma poitrine
Cinq grands lacs ouvrent leurs doigts en fleurs
Mon pays chante dans toutes les langues

Gatien Lapointe, *Ode au Saint-Laurent* (extrait), Montréal, Les Éditions du Jour, 1969.

ULYSSE

Recherche et rédaction : Thierry Ducharme
Éditeur : Claude Morneau
Adjointes à l'édition : Julie Brodeur et Annie Gilbert
Correcteur : Pierre Daveluy
Conception graphique et mise en page : Philippe Thomas
Cartographie et recherche iconographique : Judy Tan, Philippe Thomas

Photographies
Page couverture : Phare de Pointe-des-Monts (Côte-Nord) © Mathieu Dupuis, Fous de Bassan © iStockphoto.com/Horst Puschmann, En kayak sur le fleuve © iStockphoto.com/filo, Papillon dans la vallée du Saint-Laurent © Dreamstime.com/Misscanon, Feux d'artifice à Montréal © Dreamstime.com/Paul-andré Belle-isle

Cet ouvrage a été réalisé sous la direction de Claude Morneau.

Remerciements
Thierry Ducharme remercie sa compagne, Hélène Moise, pour sa patience, ses idées et son aide, Suzie Loiselle de l'organisme Le Québec maritime, Jean-Patrick Toussaint de la Fondation David Suzuki, Catherine Houle de la Société de développement économique du Saint-Laurent, François Trépanier de Tourisme Montérégie, Catherine Morellon de Tourisme Montréal, Mélanie Marcouiller de Tourisme Mauricie, Nathalie Guay de l'Office du tourisme de Québec, Manon Hamel de Tourisme Charlevoix, Sarah Moore de Tourisme Chaudière-Appalaches et Mélika Robert des Croisières AML.

Guides de voyage Ulysse reconnaît l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada (FLC) pour ses activités d'édition.

Guides de voyage Ulysse tient également à remercier le gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC.

Guides de voyage Ulysse est membre de l'Association nationale des éditeurs de livres.

Note aux lecteurs
Tous les moyens possibles ont été pris pour que les renseignements contenus dans ce guide soient exacts au moment de mettre sous presse. Toutefois, des erreurs peuvent toujours se glisser, des omissions sont toujours possibles, des adresses peuvent disparaître, etc.; la responsabilité de l'éditeur ou des auteurs ne pourrait s'engager en cas de perte ou de dommage qui serait causé par une erreur ou une omission.

Écrivez-nous
Nous apprécions au plus haut point vos commentaires, précisions et suggestions, qui permettent l'amélioration constante de nos publications. Il nous fera plaisir d'offrir un de nos guides aux auteurs des meilleures contributions. Écrivez-nous à l'une des adresses suivantes, et indiquez le titre qu'il vous plairait de recevoir.

Guides de voyage Ulysse
4176, rue Saint-Denis, Montréal (Québec), Canada H2W 2M5,
www.guidesulysse.com, texte@ulysse.ca

Les Guides de voyage Ulysse, sarl, 127, rue Amelot, 75011 Paris, France, www.guidesulysse.com, voyage@ulysse.ca

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec et Bibliothèque et Archives Canada
Ducharme, Thierry, 1977-
Le Saint-Laurent : guide de découverte
Comprend un index.
ISBN 978-2-89464-894-0
1. Saint-Laurent, Région du - Guides. 2. Saint-Laurent (Fleuve) - Ouvrages illustrés. 3. Saint-Laurent, Région du - Circuits touristiques. I. Titre.
FC2753.D82 2013 917.1404'5 C2013-940064-8

Toute photocopie, même partielle, ainsi que toute reproduction, par quelque procédé que ce soit, sont formellement interdites sous peine de poursuite judiciaire. © Guides de voyage Ulysse inc.
Tous droits réservés
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Dépôt légal – Deuxième trimestre 2013
ISBN 978-2-89464-894-0 (version imprimée)
ISBN 978-2-76580-292-1 (version numérique PDF)
Imprimé au Canada

Extrait de la publication

© Thierry Ducharme

Blanc-Sablon
Natashquan
Sept-Îles
Port-Cartier
Île d'Anticosti
Gaspé
Percé
Îles de la Madeleine
Baie-Comeau
Matane
Amqui
New Richmond
Forestville
Mont-Joli
Rimouski
Alma
Tadoussac
Trois-Pistoles
Saguenay
La Malbaie
Rivière-du-Loup
Baie-Saint-Paul
Montmagny
Québec
Lévis
Trois-Rivières
Drummondville
Sherbrooke
Laval
Montréal
Longueuil

Sommaire

Introduction 10

Comment utiliser ce guide ? 6
Un fleuve aux eaux calmes 12
L'estuaire : visage spectaculaire du Saint-Laurent 14
Le golfe du Saint-Laurent : une petite mer intérieure complexe et riche 16

Autour de Montréal 18

Du lac Saint-François au lac Saint-Louis 22
Montréal et la Rive-Sud 32
En aval de Montréal 50

Entre Montréal et Québec 58

Le lac Saint-Pierre 62
Trois-Rivières et le Saint-Maurice 68
Portneuf et Lotbinière 72

Autour de Québec 78

Québec et le fleuve 82
L'île d'Orléans et la Côte-de-Beaupré 95
La Côte-du-Sud 104
Baie-Saint-Paul et Le Massif 112
La côte de Charlevoix 118

Le Québec maritime : l'estuaire 126

De Kamouraska à Rivière-du-Loup 130
L'île Verte et Trois-Pistoles 140
Tadoussac et le Parc marin du Saguenay–Saint-Laurent 152
Pour pousser un peu plus loin : le fjord du Saguenay 164
Le Bic et Rimouski 166
La Côte-Nord : de Longue-Rive à Sept-Îles 176
La Mitis 188

Le Québec maritime : le golfe 198

La Haute-Gaspésie 202
La Minganie et Anticosti 215
Natashquan et la Basse-Côte-Nord 231
Forillon et Gaspé 240
Percé et l'île Bonaventure 254
Les Îles de la Madeleine 262
La baie des Chaleurs 278

Index 284

Carte 288

Extrait de la publication

Comment utiliser ce guide?

La structure du guide

Le guide suit le fleuve et son courant, et est divisé en cinq chapitres qui représentent les grands secteurs du littoral du Saint-Laurent, pour ensuite se subdiviser en 24 sections à la géographie distincte et plus régionale.

De plus, au début de chaque section, un petit paragraphe en italique explique les limites géographiques des lieux couverts et contient une brève description de la route qu'il est possible d'emprunter afin de s'y rendre. Le fleuve étant toutefois la voie principale, le chemin à suivre est tout tracé d'avance!

Vivre le Saint-Laurent

Présente dans chacune des sections, cette rubrique propose toutes sortes d'activités permettant de saisir le pouls du Saint-Laurent, qu'elles soient d'ordre culturel, sportif ou d'interprétation. En kayak de mer, en bateau pneumatique, en prenant part à une activité d'interprétation sur les mammifères marins, on reprend contact avec cette veine d'eau qui traverse le Québec de part en part. L'approche écotouristique des différents fournisseurs de services est importante, et l'attention portée aux écosystèmes marins lors des activités proposées est un facteur de sélection pour la présence de celles-ci dans ce guide.

Passer la nuit

Dans cette rubrique sont présentées, pour chaque section, une ou deux suggestions d'hébergement qui proposent une belle expérience de contact avec le fleuve ou le golfe du Saint-Laurent, comme une auberge au bord de l'eau, la maison d'un gardien de phare ou une pièce qui laisse entrer l'air du large par de grandes portes ouvertes. Ce guide prête une grande attention à l'approche de développement durable mise de l'avant par les divers hôteliers visités. Il est aussi possible de trouver certaines suggestions d'emplacements de camping exceptionnels, de yourtes ou de tipis confortables tout sauf traditionnels!

Extrait de la publication

L'échelle utilisée donne une indication du prix pour une chambre standard, pour deux personnes, avant taxes, pendant la haute saison.

- **$ – Moins de 60$**
- **$$ – De 60$ à 100$**
- **$$$ – De 101$ à 150$**
- **$$$$ – De 151$ à 225$**
- **$$$$$ – Plus de 225$**

Savourer

Le même principe s'applique à cette rubrique. Pour qu'une adresse soit présente, le fleuve Saint-Laurent se doit d'être senti et mis en valeur, par le menu ou la vue! Une terrasse au bord de l'eau, une verrière qui donne sur le fleuve, un menu maritime à souhait…

L'échelle utilisée donne une indication du prix pour un repas complet pour une personne, excluant les boissons, les taxes et le pourboire.

- **$ – Moins de 15$**
- **$$ – De 15$ à 25$**
- **$$$ – De 26$ à 50$**
- **$$$$ – Plus de 50$**

Les encadrés

Plusieurs encadrés informatifs parsèment le guide. Les encadrés présentés en collaboration avec la Fondation David Suzuki s'attardent principalement aux sujets scientifiques et écologiques, ainsi qu'aux enjeux avec lesquels sont aux prises le fleuve et le golfe. Ceux réalisés en collaboration avec la Société de développement économique du Saint-Laurent (SODES) se concentrent surtout sur l'aspect économique que revêt le Saint-Laurent. Les autres encadrés peuvent toucher plusieurs sujets, allant des traverses sur le fleuve à la pêche à la morue, en passant par les ponts qui enjambent le Saint-Laurent! Voir la liste des encadrés à la page suivante.

Liste des encadrés

Fondation David Suzuki

- À boire!... 41
- Basses terres du Saint-Laurent : bastion de l'agriculture du Québec 74
- Kamouraska et les aboiteaux 135
- La ceinture bleue du Grand Montréal 54
- La déclaration des protecteurs du golfe 276
- La fièvre de l'or noir : une ombre sur le golfe du Saint-Laurent 246
- Le lac Saint-François 28
- Les Îles de la Madeleine et le sel font bon ménage 265
- Les tourments du lac Saint-Pierre 62
- Tourisme et paysages mythiques 220
- Un barrage d'un kilomètre de long! 24
- Un cadeau pour le 400e anniversaire de Québec 85
- Une histoire de naufrages... 171
- Une véritable autoroute migratoire en plein cœur du golfe! 238
- Un fleuve en manque d'oxygène? 190
- Un parc marin unique en son genre! 154
- Un site d'observation des oiseaux dans un décor pittoresque 100

Société de développement économique du Saint-Laurent

- La sécurité maritime sur le Saint-Laurent 245
- Le Relais Nordik 237
- Le réseau Saint-Laurent–Grands Lacs 26
- Les ports et terminaux, le maillon fort de la chaîne 42
- Le transport maritime : un mode de transport vert 187
- L'importance économique du fleuve Saint-Laurent 57
- Naviguer sur le Saint-Laurent : des carrières fascinantes! 208

Ulysse

- Alliance Éco-Baleine 155
- Félix Leclerc 99
- Gilles Vigneault 234
- Joindre les deux rives 37
- Joseph-Elzéar Bernier 108
- La chasse aux phoques 269
- La croisière de Montréal à Cap-aux-Meules 267
- La promenade de la poésie 69
- La Route des Baleines 223
- La Route des Navigateurs 142
- La Route des Phares du Québec 204
- La surpêche de la morue 219
- La terre tremble! 117
- La traverse entre L'Isle-Verte et l'Île Verte 144
- La traverse entre Baie-Comeau et Godbout ou Matane 178
- La traverse entre Cap-aux-Meules et l'île d'Entrée 267
- La traverse entre Montmagny et l'île aux Grues 107
- La traverse entre Québec et Lévis 91
- La traverse entre Rimouski et Forestville 169
- La traverse entre Rivière-du-Loup et Saint-Siméon 137
- La traverse entre Saint-Joseph-de-la-Rive et l'île aux Coudres 121
- La traverse entre Sorel-Tracy et Saint-Ignace-de-Loyola 65
- La traverse entre Souris (Î.-P.-É.) et Cap-aux-Meules 267
- La traverse entre Trois-Pistoles et Les Escoumins 144
- Le fleuve Saint-Laurent le long du parc de la Promenade Bellerive 57
- Le pont Laviolette 68
- Le respect de la nature 225
- Le rocher Percé 256
- Les comités ZIP 106
- Le sentier maritime du Saint-Laurent 39
- Les pilotes du Saint-Laurent 148
- Les ponts de Québec 86
- Le Train du Massif de Charlevoix 114
- L'Institut Maurice-Lamontagne 193
- L'observation des baleines avec Croisières AML! 156

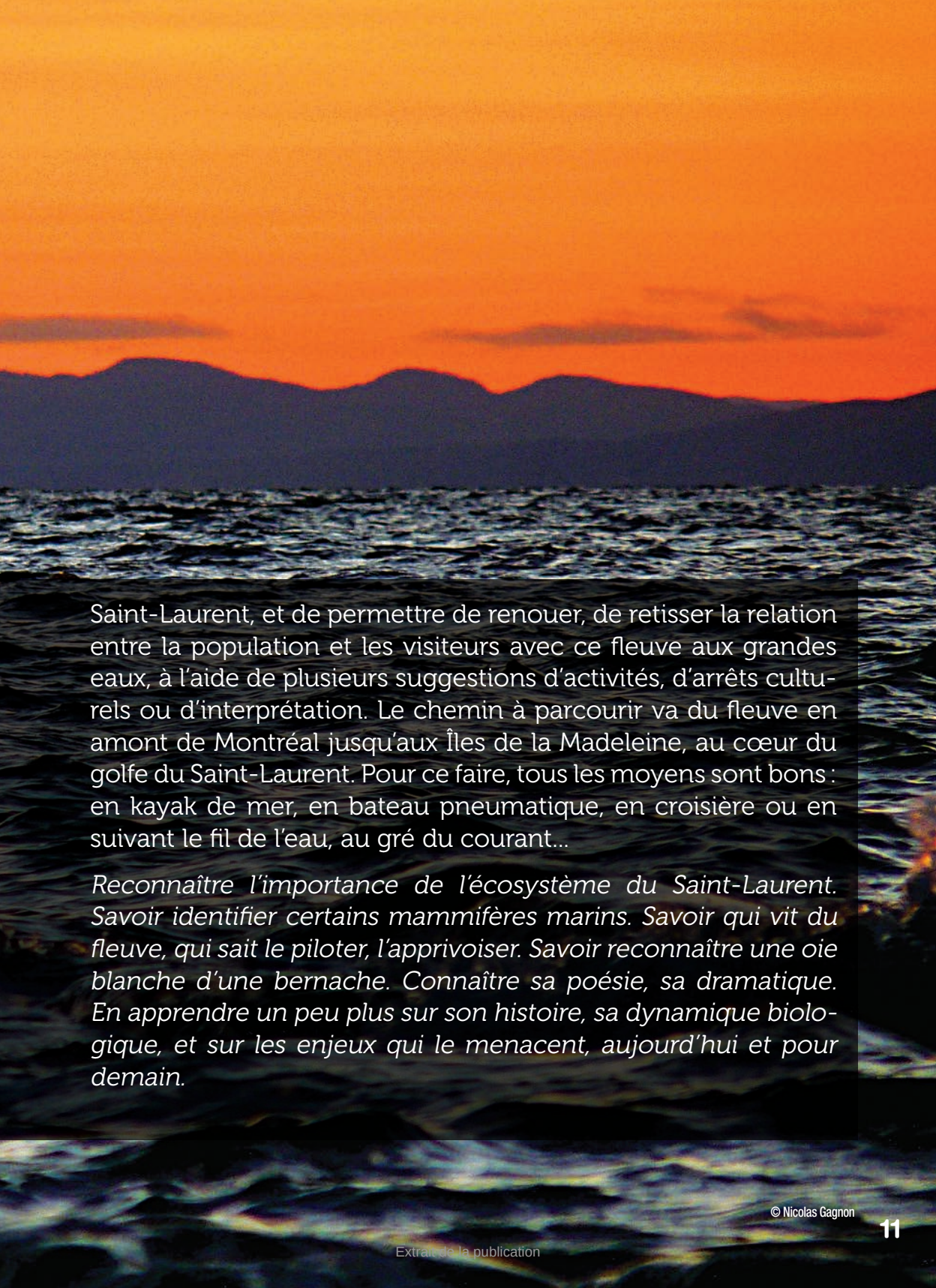
Thierry Ducharme, auteur

Détenteur d'un baccalauréat en communication et journalisme de l'Université de Montréal ainsi que d'un diplôme d'études supérieures en gestion et développement durable de HEC Montréal, Thierry Ducharme s'intéresse depuis longtemps au Québec comme territoire, à l'écotourisme, à la photographie et aux voyages. En 2005, avec pour toile de fond l'Équateur, le Pérou et la Bolivie, il prit part à un projet de développement international axé sur la participation citoyenne et le développement des compétences. Au retour, la production de documentaires photo et vidéo qui découlèrent de cette expérience traça clairement la voie du reportage visant à faire connaître des initiatives durables. Depuis 2007, avec en bagage un long périple photographique qui le mena de l'Europe occidentale jusqu'à Istanbul, à l'automne 2006, Thierry Ducharme œuvre dans le domaine de l'édition, avec les Guides de voyage Ulysse et La Peuplade.

Le Saint-Laurent traverse le Québec de part en part, il irrigue ses terres au passage, fait croître les cultures qui nourrissent ses habitants, et ceux-ci s'abreuvent directement de son eau. Le fleuve est ainsi intimement lié à la vie de tous les Québécois, et à tous ceux et celles pour qui cette veine maritime est justement plus qu'une simple route, mais bien un écosystème d'une richesse incomparable.

Le Saint-Laurent joue par surcroît un rôle immensément important dans l'économie du Québec et de l'Amérique du Nord, en étant l'avenue commerciale principale qui mène aux Grands Lacs. Celle-ci représente d'ailleurs près de 2,3 milliards de dollars du produit intérieur brut du Québec, et constitue de fait un atout essentiel à son développement économique futur.

Sur le plan écotouristique, l'objectif de cet ouvrage est de faire redécouvrir la grande et magnifique avenue maritime qu'est le



Saint-Laurent, et de permettre de renouer, de retisser la relation entre la population et les visiteurs avec ce fleuve aux grandes eaux, à l'aide de plusieurs suggestions d'activités, d'arrêts culturels ou d'interprétation. Le chemin à parcourir va du fleuve en amont de Montréal jusqu'aux Îles de la Madeleine, au cœur du golfe du Saint-Laurent. Pour ce faire, tous les moyens sont bons : en kayak de mer, en bateau pneumatique, en croisière ou en suivant le fil de l'eau, au gré du courant…

Reconnaître l'importance de l'écosystème du Saint-Laurent. Savoir identifier certains mammifères marins. Savoir qui vit du fleuve, qui sait le piloter, l'apprivoiser. Savoir reconnaître une oie blanche d'une bernache. Connaître sa poésie, sa dramatique. En apprendre un peu plus sur son histoire, sa dynamique biologique, et sur les enjeux qui le menacent, aujourd'hui et pour demain.

© Nicolas Gagnon

Extrait de la publication

Un fleuve aux eaux calmes

Ce texte introductif (p. 12 à 17) a été rédigé par la Fondation David Suzuki.

Magtogoek – Le chemin qui marche. C'est le nom que donnaient au Saint-Laurent les Algonquins.

Tout au long de son voyage de près de 3 260 km qui s'amorce aux Grands Lacs et se termine dans l'océan Atlantique, ce fleuve majestueux sculpte sans relâche les paysages et façonne l'évolution des animaux, des végétaux et des civilisations qui peuplent ses rives. Par ses myriades de couleurs, ses humeurs changeantes et sa force impétueuse, le Saint-Laurent impose le respect. Il est également partie intégrante de la culture et de la vie québécoises. À preuve, près de 45% des Québécois s'abreuvent de l'eau potable provenant du système des Grands Lacs et du Saint-Laurent.

Tout le long de son parcours, le Saint-Laurent change trois fois de visage : entre le tronçon fluvial, l'estuaire et le golfe, sa flore, ses espèces animales et son débit se modifient au rythme des marées, des courants, de la salinité ou de la topographie sous-marine.

La première portion de ce magnifique fleuve – le tronçon fluvial – est la plus paisible des trois parties du Saint-Laurent, ayant un débit moyen de 7 800 m^3 à la seconde à Cornwall, mais passant progressivement à 12 600 m^3 à la seconde plus en aval à la hauteur de Québec. Ses eaux douces, calmes, ne subissent pas encore l'effet des marées. C'est aussi la portion la plus urbanisée et la plus peuplée, avec près de 60% de la population québécoise habitant sur les basses terres du fleuve Saint-Laurent.

La partie fluviale du Saint-Laurent s'amorce dans le secteur des Mille-Îles, site historique et pont migratoire pour plusieurs espèces florales et fauniques. Le fleuve s'élargit ensuite pour former le lac Saint-François, dont l'extrémité est se trouve près de Salaberry-de-Valleyfield, avant de poursuivre son parcours vers la grande métropole québécoise, où le paysage se transforme radicalement.

Avant d'entrer à Montréal, le fleuve doit faire face aux rapides de Lachine, importants pour la biodiversité du tronçon fluvial puisque plusieurs oiseaux viennent pêcher dans ces eaux riches en oxygène. Par ailleurs, le canal de Lachine – voie de contournement des rapides – est un lieu historique national du Canada qui a joué un rôle crucial dans le développement économique de la métropole québécoise, surtout par la navigation.

C'est d'ailleurs près de Montréal, à Saint-Lambert, que la Voie maritime du Saint-Laurent débute. Cette importante voie de navigation comprend 15 écluses (13 écluses canadiennes et 2 américaines qui vont de Montréal jusqu'au milieu du lac Érié) et permet à des navires jaugeant 27 000 tonnes d'atteindre les Grands Lacs. Ensemble, les écluses de la Voie maritime du Saint-Laurent constituent le système de levage le plus spectaculaire au monde !

Enfin, après avoir traversé Montréal, le tronçon fluvial du Saint-Laurent poursuit sa route pour se terminer au lac Saint-Pierre, dont l'extrémité est se trouve à l'entrée de Trois-Rivières.

© Philippe Renault

Autour de Montréal

500 m à 10 km de largeur et 10 m à 15 m de profondeur

Biosphère, parc Jean-Drapeau. © francislepine.ca

Les rives du fleuve Saint-Laurent décrites dans ce chapitre s'étendent peu après Cornwall, en Ontario, et filent jusqu'à Sorel-Tracy.

Le chapitre « Autour de Montréal » comprend les régions touristiques de la Montérégie, de Montréal et de Lanaudière.

Passé Cornwall en Ontario, le fleuve Saint-Laurent débouche au Québec sur une première grande et large étendue d'eau dont la biodiversité est très riche : le lac Saint-François. En suivant la Voie maritime du Saint-Laurent et le lac Saint-Louis, la ville de Montréal et la rive sud du fleuve se laissent découvrir au fil de l'eau, puis le fleuve se rétrécit de nouveau et continue tranquillement son chemin vers l'est et le lac Saint-Pierre.

Il est impossible de passer à côté de l'importance vitale que joue le fleuve Saint-Laurent sur la ville de Montréal, ses habitants et son histoire, sa vitalité économique et son futur. Malgré la présence des bassins du Vieux-Port, l'accès au fleuve est difficile à Montréal. Certains grands projets de réaménagement du littoral seront proposés sous peu aux Montréalais afin de se réapproprier les berges, comme Toronto l'a fait au tournant du millénaire sur les rives du lac Ontario. Le temps décidera s'il sera possible de se promener tranquillement sur le bord du fleuve d'ici quelques décennies…

Mais en attendant, ces berges ont beaucoup à offrir, tant en termes de nature et de culture que d'activités !

Extrait de la publication

L'Annonciation
Saint-Donat
Saint-Alexis-des-Monts
Sainte-Émélie-de-l'Énergie
Saint-Gabriel
Saint-Jovite
Saint-Alphonse-Rodriguez
Saint-Félix-de-Valois
Sainte-Agathe-des-Monts
Val-David
Estérel
Rawdon
Joliette
Saint-Adolphe-d'Howard
Sainte-Adèle
Mont-Rolland
Saint-Jacques
Saint-Sauveur
Saint-Jérôme
Saint-Sulpice
Saint-Antoine
L'Assomption
Verchères
Repentigny
Grenville
Lachute
Terrebonne
Varennes
Hawkesbury
Rivière des Outaouais
Parc national des Îles-de-Boucherville
Boucherville
Laval
Saint-Eustache
Île Notre-Dame
Île Sainte-Hélène
Longueuil
Rigaud
Oka
Montréal
Hudson
Chambly
Réserve nationale de faune des îles de la Paix
Alexandria
Châteauguay
La Prairie
Pointe-des-Cascades
Léry
Coteau-du-Lac
Melocheville
L'Acadie
Saint-Zotique
Saint-Jean-sur-Richelieu
Fleuve Saint-Laurent
Ormstown
Saint-Chrysostome
Rivière Richelieu
Huntingdon
Lacolle
Réserve nationale de faune du lac Saint-François
Hemmingford
21
131
125
40
15
30
34
20
401
10

Salaberry-de-Valleyfield. © Carlos R. Martinez

Du lac Saint-François au lac Saint-Louis

La présente section débute juste après Cornwall en Ontario, couvre le lac Saint-François et inclut les canaux navigables et une partie de la Voie maritime du Saint-Laurent, pour se terminer au lac Saint-Louis. La route 132 est appropriée pour arpenter les environs sur la rive sud, alors que le chemin du Fleuve et le chemin du Canal (route 338) sont à privilégier sur la rive nord.

Extrait de la publication

La **Réserve nationale de faune du lac Saint-François** est située sur la rive sud du fleuve Saint-Laurent. Ce territoire est un milieu humide reconnu par la Convention Ramsar relative aux zones humides d'importance internationale. Il offre aux visiteurs la possibilité d'observer 220 espèces d'oiseaux, 600 espèces de plantes et plus de 50 espèces de mammifères différentes. Certaines espèces que l'on y rencontre ne se retrouvent nulle part ailleurs au Canada.

Un étranglement du fleuve à **Coteau-du-Lac**, compliqué par la présence d'une série de rapides, empêche toute navigation. On y enregistre en outre la plus importante dénivellation sur tout le parcours du Saint-Laurent, soit 25 m sur une distance de 12,8 km. Coteau-du-Lac devint par conséquent un point de ralliement et de portage avant même l'arrivée des Européens. On y a en effet retrouvé plusieurs artéfacts amérindiens vieux de 6 000 ans. Vers la fin du Régime français, en 1749, les autorités ont aménagé un « rigolet » à l'extrémité d'une avancée de terre, simple digue formée de piles de roches parallèles au rivage. Sur cette même pointe, les Britanniques érigèrent, en 1779, le premier canal à écluses en

Amérique du Nord : le **canal de Soulanges**. Aujourd'hui désaffecté, il fut remplacé par le premier canal de Beauharnois, inauguré en 1845 sur la rive sud du fleuve Saint-Laurent (et aussi abandonné en faveur de l'actuel canal de Beauharnois), qui coupe en deux la petite ville de Salaberry-de-Valleyfield.

À **Pointe-des-Cascades**, différentes ancres et autres pièces de gréement des XVIII^{e}, XIX^{e} et XX^{e} siècles, découvertes dans les environs du canal de Soulanges, ont été disposées dans le **parc des Ancres**.

Le **parc nature Pointe-des-Cascades**, à l'extrémité est du chemin du Canal, comprend un belvédère qui permet d'observer la nature environnante. Passé le terrain de camping se trouve l'ancien poste de commandement du canal de Soulanges. On y voit de beaux bâtiments de brique, deux phares ainsi que trois des cinq écluses du canal.

C'est à **Melocheville** que furent construites les écluses qui permirent de dompter le canal de Beauharnois, ainsi que la centrale hydroélectrique de Beauharnois, l'une des plus importantes au Québec.

Au large de Léry, la **Réserve nationale de faune des îles de la Paix** protège un archipel qui s'étale sur quelques kilomètres au cœur du lac Saint-Louis dans l'élargissement naturel du Saint-Laurent. La réserve, d'une superficie de 120 ha, est constituée d'îles basses qui abritent une diversité d'habitats favorisant la fréquentation de près de 130 espèces d'oiseaux. Ces îles fournissent des sites de nidification à des dizaines de couples de canards, de la nourriture et des abris à près de 5 000 canards au printemps et à près de 30 000 à l'automne lors de leurs migrations.

Un barrage d'un kilomètre de long !

Avant de se jeter dans la partie fluviale du Saint-Laurent, les eaux en provenance du lac Ontario doivent franchir le barrage Moses-Saunders, situé entre Massena dans l'État de New York et Cornwall en Ontario. Ce barrage d'un kilomètre de long sépare le lac Ontario du fleuve Saint-Laurent et permet la régulation du débit du fleuve.

© iStockphoto.com/Linda Steward

© Philippe Renault/hemis

© Philippe Renault/hemis

© iStockphoto.com/PLBernier

© Dreamstime.com/Craig Doros

Visite des grottes, Auberge La Salicorne. © Thierry Ducharme

Kayak de mer

Le **Parc de Gros-Cap** organise des excursions axées sur la découverte et l'interprétation du milieu. Il est possible d'y effectuer des sorties de 3h ou de plus longue durée. Le Gros-Cap est une saillie rocheuse facile d'accès offrant une forte concentration d'attraits saisissants sur une relativement courte distance. Dès le premier coup de pagaie apparaît l'incroyable tableau des falaises rouges, où niche une petite colonie de guillemots à miroir. Des grottes et des tunnels se sont formés avec l'action des vagues et du gel, et l'on peut y même entrer avec son kayak!

Le **Centre nautique de l'Istorlet** est un pionnier du kayak de mer aux Îles et offre des activités guidées sur une bonne partie de son territoire. La découverte des falaises et des grottes du Gros-Cap, de la Belle Anse ou de l'étang des Caps demeure l'attrait principal au programme. Il est aussi possible de s'initier au kayak-surf dans les vagues du secteur du Goulet.

Plongée sous-marine et en apnée

Le **Repère du Plongeur** vend et loue de l'équipement de plongée sous-marine et d'apnée, en plus de proposer de courtes sorties d'initiation à la plongée sous-marine, sécurisées par la présence d'un guide accrédité.

L'**Auberge La Salicorne** propose de vous faire découvrir les falaises et les grottes, mais de la mer! Il s'agit de revêtir une combinaison isothermique, un casque et une veste de flottaison, et de suivre le courant! On se déplace aisément à la nage d'une grotte à l'autre et, pour y pénétrer, il faut se laisser guider par les vagues, qui nous font entrer et ressortir à leur guise. Une activité unique et passablement physique! L'entreprise met à la disposition des participants deux guides dans l'eau et un autre qui suit le groupe en kayak de mer afin de pouvoir sortir de l'eau un participant s'il y a un problème.

Vélo

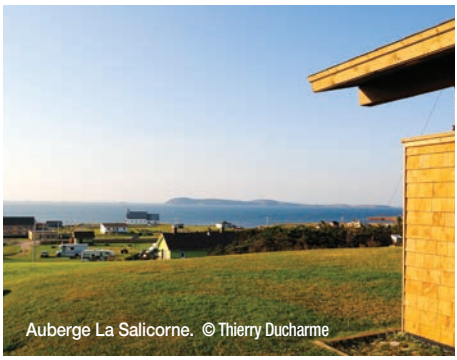
Le vélo est une façon splendide de visiter les Îles… si le vent est tranquille. La **Route verte** permet de sillonner l'archipel à partir de l'île du Havre Aubert jusqu'à l'île de la Grande Entrée tout en contemplant de beaux points de vue, même si elle emprunte fréquemment la route principale (route 199) et que les accotements ne sont pas tous asphaltés. L'entreprise Véli-Vélo, de Cap-aux-Meules, loue tout type de vélo, si vous n'avez pas le vôtre!

Passer la nuit

L'**Auberge Havre-sur-Mer**, fort sympathique, est située près de la plage de Bassin, à Havre-Aubert, et perchée au bord d'une falaise sur un site époustouflant. Les chambres, qui donnent sur une longue véranda commune d'où chacun des occupants peut profiter de la belle vue, attirent bon nombre de visiteurs amoureux des Îles et du calme. Le lieu, splendidement décoré de bois blanc, propose un sauna, un bain à remous et un service de massage. Par temps chaud, il faut laisser la porte-fenêtre de sa chambre grande ouverte pendant la nuit, et dormir en humant l'air du large! Exceptionnellement maritime.

L'**Auberge La Salicorne** propose l'hébergement dans de très belles et grandes chambres confortables et récemment rénovées. Un camping compte également 24 emplacements, et un dortoir est mis à la disposition des campeurs pour les jours de pluie. Le lieu est un genre de camp de vacances pour adultes et familles, et l'on y propose toutes sortes d'activités lors de séjours actifs et abordables. Les tarifs comprennent les repas, par ailleurs excellents.

Auberge Havre-sur-Mer. © Thierry Ducharme



Auberge La Salicorne. © Thierry Ducharme

Savourer

Le **Café de la Grave**, dont l'arrière donne sur le Havre-Aubert, est un lieu à fréquenter aussi bien en journée qu'en soirée pour boire une bière ou un délicieux café, ou encore pour déguster une bonne chaudrée de palourdes, un plat de pâtes délicieux ou un morceau de gâteau. L'ambiance musicale et festive (la propriétaire est une joueuse d'accordéon et en fait la preuve!) en fait un lieu incontournable!

Infos pratiques

Vivre le Saint-Laurent

Artisans du sable/ Économusée du sable
907 route 199, Havre-Aubert
418-937-2917
www.artisansdusable.com

Aquarium des Îles
tarif : 8$
982 ch. de La Grave, Havre-Aubert
418-937-2277
www.ilesdelamadeleine.com/aquarium

Musée de la Mer
tarif : 8$
1023 route 199, Havre-Aubert
418-937-5711
www.museedelamer-im.com

Centre d'interprétation du phoque
tarif : 8$
période d'ouverture : juin à septembre
377 route 199, Grande-Entrée
418-985-2833 ou 888-537-4537
www.loup-marin.com

Aérosport Carrefour d'Aventures
*tarif : surf cerf-volant (*kitesurf*) : 250$/2h*
période d'ouverture : juin à octobre
1390 ch. de La Vernière, L'Étang-du-Nord
418-986-6677 ou 866-986-6677
www.aerosport.ca

Parc de Gros-Cap
tarif kayak : 45$, 3 départs/jour
période d'ouverture : juin à septembre
74 ch. du Camping, L'Étang-du-Nord
418-986-4505 ou 800-986-4505
www.parcdegroscap.ca

Centre nautique de l'Istorlet
tarif : 50$/3h
période d'ouverture : juillet à septembre
100 ch. de l'Istorlet, Havre-Aubert
418-937-5266 ou 888-937-8166
www.istorlet.com

Repère du Plongeur
tarif : plongée 65$, apnée 40$
période d'ouverture : juin à septembre
18 allée Léo-Leblanc, L'Étang-du-Nord
418-986-6548 ou 418-986-3962
www.repereduplongeur.com

Auberge La Salicorne
377 route 199, Grande-Entrée
418-985-2833 ou 888-537-4537
www.salicorne.ca

Passer la nuit

Auberge Havre-sur-Mer
tarif : $$$-$$$$$
période d'ouverture : mai à mi-octobre
1197 ch. du Bassin, L'Anse-à-la-Cabane
418-937-5675
www.havresurmer.com

Auberge La Salicorne
tarif : $-$$$
377 route 199, Grande-Entrée
418-985-2833 ou 888-537-4537
www.salicorne.ca

Savourer

Café de La Grave
tarif : $-$$
période d'ouverture : mai à octobre
969 route 199, La Grave, Havre-Aubert
418-937-5765

Îles de la Madeleine. © Thierry Ducharme

Havre-Aubert, Îles de la Madeleine. © Dreamstime.com/Craig Doros

La déclaration des protecteurs du golfe

En avril 2011, David Suzuki et Karel Mayrand, directeur pour le Québec de la Fondation David Suzuki, se sont rendus aux Îles de la Madeleine afin de rencontrer les gens vivant au cœur du golfe et d'ainsi apprécier toute la beauté et les richesses que le golfe a à offrir. Inspiré par ces gens et cet endroit unique, David Suzuki a rédigé la déclaration suivante lors de son passage aux Îles.

« Nous sommes le peuple du golfe du Saint-Laurent, l'un des écosystèmes les plus précieux et uniques de la planète. C'est là que l'eau englobe la terre et embrasse le ciel pour créer une profusion de plantes et d'animaux.

Pendant des millénaires, l'abondance de vie dans le golfe et sa générosité ont aidé le peuple et nos communautés. Il fait partie de notre histoire, notre culture et notre mode de vie. Nous rendons grâce à nos ancêtres qui sont passés par le golfe et qui ont accepté la responsabilité de protéger et de conserver son intégrité pour les générations futures.

De nos jours, l'explosion de la population, la puissance technologique, la consommation croissante et l'économie mondiale exercent des pressions multiples sur le golfe. Nous comprenons que notre bien-être économique et social dépend d'un écosystème en bonne santé.

La nature ne peut être contrainte de se conformer aux frontières de l'homme et de l'économie. Au lieu de cela, nous devons maintenir sa santé et subordonner nos intérêts à ceux du golfe. Nous, le peuple du golfe, prenons l'engagement d'être ses protecteurs et les gardiens de ce lieu sacré. »

Dr David T. Suzuki

Mai 2011

Extrait de la publication

Baie des Chaleurs. © Alain D'HOUR

La baie des Chaleurs

À partir de Percé, le traditionnel « tour de la Gaspésie » se poursuit alors que la route 132 passe par la pointe de la péninsule et revient tranquillement vers l'ouest par la baie des Chaleurs.

Contrairement aux secteurs de la Haute-Gaspésie et de la pointe, la baie des Chaleurs se compose de paysages doux et davantage de terres en culture. On y trouve en outre des plages de sable caressées par une eau plus calme et plus chaude qu'ailleurs en Gaspésie ou au Québec en général. La baie elle-même pénètre profondément à l'intérieur des terres, séparant le Nouveau-Brunswick au sud du Québec au nord.

La petite ville de **Paspébiac** était autrefois le quartier général de la compagnie des pêches Robin, spécialisée dans la transformation et le commerce de la morue. Cette compagnie a été fondée dès 1766 par le marchand Charles Robin, originaire de l'île de Jersey. Son entreprise essaimera par la suite en plusieurs points sur la côte gaspésienne et même sur la Côte-Nord.

Extrait de la publication

Carleton-sur-Mer. © Dennis Jarvis

Un « banc » est une langue de sable et de gravier propice au séchage du poisson. Voisin d'un port naturel profond et bien protégé, le banc de Paspébiac se prêtait admirablement bien au développement d'une véritable industrie de la pêche. Au **Site historique du Banc-de-Paspébiac**, 11 bâtiments soigneusement restaurés, construits lors de la première moitié du XIX^{e} siècle, sont parvenus jusqu'à nous et sont ouverts au public. On y présente des expositions thématiques consacrées aux constructions navales, au commerce international du poisson et à l'histoire des compagnies anglo-normandes de Jersey. Une boutique et un restaurant où l'on sert des mets typiques du coin s'ajoutent à l'ensemble patrimonial.

Le beau village de **Bonaventure** est l'un des bastions de la culture acadienne dans la région de la baie des Chaleurs, en plus d'accueillir une petite station balnéaire qui bénéficie à la fois d'une plage sablonneuse et d'un port en eaux profondes.

Carleton-sur-Mer est quant à elle une belle station balnéaire dotée d'une longue plage de sable léchée par des eaux calmes de la baie. Les montagnes qui s'élèvent derrière la ville contribuent à lui donner un cachet particulier.

Le **barachois de Carleton** est un lieu privilégié pour l'observation de la sauvagine, de la sterne et du grand héron. D'ailleurs, une grande colonie de sternes niche à l'extrémité sud du banc de

Extrait de la publication

Carleton. Une petite tour d'observation, agrémentée de panneaux d'interprétation, permet de bien observer les oiseaux. En haute saison, un guide y donne parfois quelques explications sur la faune ailée.

Écovoile Baie-des-Chaleurs, une petite coopérative de solidarité établie au havre de Carleton-sur-Mer, propose des excursions d'initiation en dériveur (petit voilier de une ou deux places) sur la baie des Chaleurs. On ne goûte toutefois véritablement au plaisir nautique qu'en choisissant le forfait de croisière de deux jours, pendant laquelle les secrets de la navigation à la voile se révèlent! Le quillard utilisé, d'environ 9 m, permet à quatre personnes de prendre part à l'excursion en mer. Toutes les tâches sont partagées, et l'on y apprend à faire des nœuds coulants, plats et d'arrimage. Pour ceux qui ne disposent pas d'autant de temps, sachez qu'on y fait la location d'embarcations et de kayaks de mer, en plus d'organiser des sorties en voilier s'étendant sur seulement quelques heures.

À **Nouvelle**, le **parc national de Miguasha**, le plus petit parc du réseau de la Sépaq, offre une chance unique au Québec de découvrir le monde fascinant de la paléontologie et d'admirer des fossiles vieux de 380 millions d'années! Le site en entier est d'ailleurs reconnu depuis 1999 par l'UNESCO comme faisant partie du patrimoine mondial, le tout dans un cadre naturel enchanteur, celui de la pointe de Miguasha, avec ses vallons boisés et sa falaise donnant sur l'estuaire de la rivière Ristigouche, à l'extrémité ouest de la baie des Chaleurs.

Infos pratiques

Site historique du Banc-de-Paspébiac
tarif : 10$
période d'ouverture : juin à octobre
3e Rue, route du Quai, Paspébiac
418-752-6229
www.shbp.ca

Écovoile Baie-des-Chaleurs
tarif : 25$/3h de dériveur, 350$/croisière de 2 jours
période d'ouverture : juin à fin août
499 boul. Perron, Carleton-sur-Mer
418-392-1974 ou 418-364-7802
www.ecovoile.com

Parc national de Miguasha
tarif : 6$
231 route de Miguasha O., Nouvelle
418-794-2475 ou 800-665-6527
www.sepaq.com/pq/mig

Passer la nuit

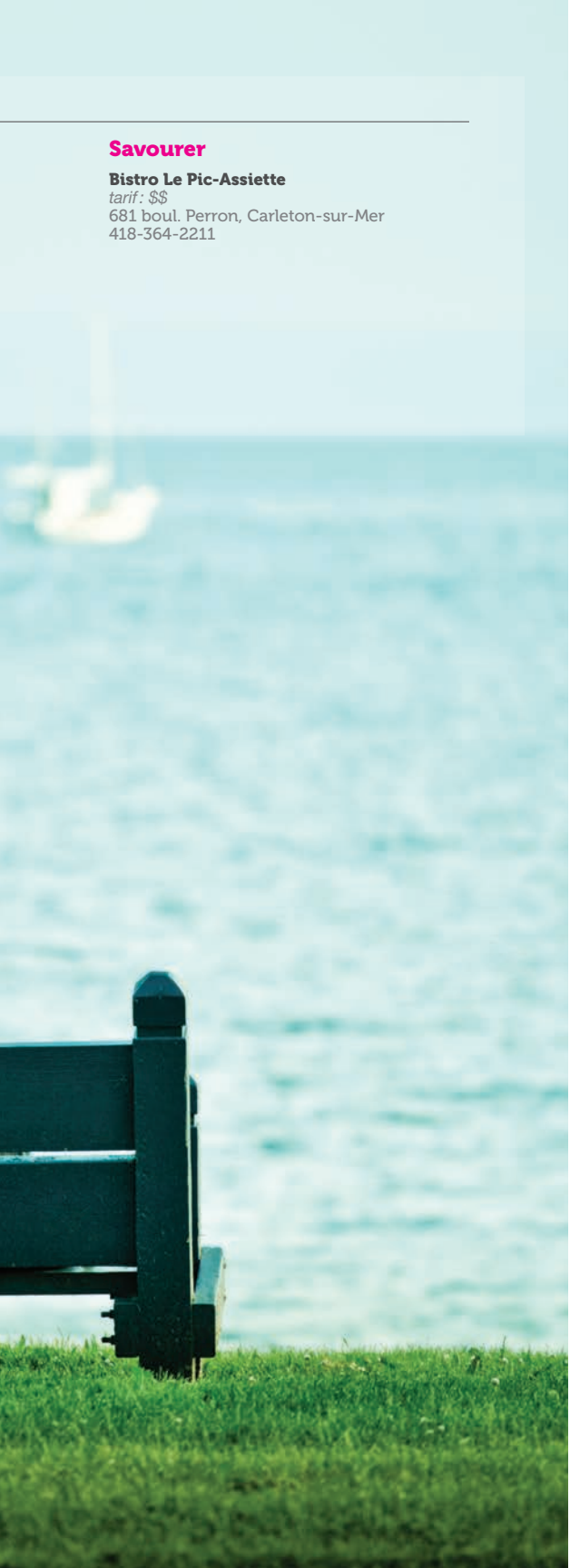
Bleu sur Mer
tarif : $$$$-$$$$$
504 route 132, Port-Daniel–Gascons
418-396-2538
www.bleusurmer.com

Aqua-Mer Thalassothérapie
tarif : $$-$$$$$
période d'ouverture : début mai à début novembre
868 boul. Perron, Carleton-sur-Mer
418-364-7055 ou 800-463-0867
www.aquamer.ca

Aventure aux 4 vents
tarif : $$$-$$$$
période d'ouverture : juin à octobre
725 boul. Perron, Carleton-sur-Mer
418-364-3885
www.aux4vents.ca

Baie des Chaleurs. © iStockphoto.com/gabyjalbert

Extrait de la publication



Savourer

Bistro Le Pic-Assiette
tarif : $$
681 boul. Perron, Carleton-sur-Mer
418-364-2211

Passer la nuit

Le gîte **Bleu sur Mer**, une splendide maison située directement sur le barachois de Port-Daniel–Gascons, compte trois chambres et deux suites offrant un confort total. Les salles de bain sont modernes, et les planchers des douches sont faits de galets de mer. Les petits déjeuners s'avèrent délicieux et créatifs. L'ambiance générale, très détendue, plutôt branchée et même sensuelle, se révèle être d'un goût irréprochable.

Aqua-Mer Thalassothérapie, situé dans un cadre enchanteur à Carleton-sur-Mer, est un centre de thalassothérapie. On y offre plusieurs forfaits, dont une « évasion détente » de quatre jours et quatre nuits qui comprend quatre soins par jour. Les repas, très santé, sont inclus.

Aussi à Carleton-sur-Mer, l'entreprise **Aventure aux 4 vents** propose une formule unique au Québec, sinon en Amérique du Nord : les yourtes flottantes! À bord d'un canot, d'un pédalo ou d'un kayak, on rejoint la yourte posée sur un quai flottant à même le barachois de Carleton. Sont inclus dans le prix : un lit très confortable, la literie, les articles de cuisine, un brûleur au propane, une radio-satellite Sirius, de l'eau potable, un appareil de chauffage d'appoint, une toilette au compost, une terrasse flottante de 7 m sur 4 m et un petit côté exotique!

Savourer

Le menu du petit **Bistro Le Pic-Assiette** est composé essentiellement de tapas et d'autres petites bouchées, formule unique en Gaspésie, et généralement préparé à partir de produits régionaux. L'ambiance est artistique, branchée et décontractée, et la vue sur le barachois et la baie des Chaleurs depuis la magnifique terrasse est à couper le souffle.

Index

A

Aérosport Carrefour d'Aventures 270
Amis du Lac Saint-François, Les 30
Ange-Gardien, L' 96
Aquarium des Îles 270
Aquarium du Québec 86
Aquatile 211
Arbre en Jeux Cap-Chat 210
Archipel des îles du Pot à l'Eau-de-Vie 132
Archipel des Sept Îles 181
Artisans du sable 270
Aube Aventure 249
Auberge La Salicorne 273
Aventures Archipel 170
Avolo Plein Air 260
Azimut Aventure 122

B

Baie-Comeau 177
Baie de Beauport 85, 89
Baie-Saint-Paul 113
Baie-Trinité 177
Banc de Portneuf 183
Barachois de Carleton 280
Bardeau et Bateau 206
Bassin Louise 85
Bateliers de Percé 258
Berthier-sur-Mer 105
Big Hill 270
Biosphère, musée de l'environnement 40
Bistro aux confluents 70
Blanc-Sablon 235
Bonaventure 280
Boréalis 70
Bota Bota 34
Buttes pelées 264

C

Cacouna 132
Camping Le Myosotis 146
Canal de Lachine 34
Canal de Soulanges 24, 29
Cap Alright 264
Cap-aux-Meules 263
Cap-aux-Oies 120
Cap-des-Rosiers 242
Cap Diamant 84
Cap-Saint-Ignace 105
Cap-Santé 72
Cap Tourmente 96
Carleton-sur-Mer 280
Carnaval de Québec 90
Carrefour Aventure 206
Centrale de Beauharnois 28
Centre d'accueil et d'interprétation de Havre-Saint-Pierre 216
Centre d'accueil et d'interprétation de Longue-Pointe-de-Mingan 215
Centre d'Art Marcel Gagnon 194
Centre de découverte de la Maison des dunes 158
Centre de découverte du milieu marin 158, 160
Centre des migrations 108
Centre d'interprétation de la Baie-du-Febvre 64
Centre d'interprétation de la Station de recherche des îles Mingan 224
Centre d'interprétation des mammifères marins (CIMM) 158
Centre d'interprétation des marais salés 183
Centre d'interprétation du phoque 270
Centre d'interprétation et d'observation de Cap-de-Bon-Désir 158
Centre écologique de Port-au-Saumon 122
Centre national des naufrages du Saint-Laurent 182
Centre nautique de l'Istorlet 273
Charny 72
Château-Richer 96
Chemin du Roy 72
Chute Montmorency 95
Citadelle 86
Club Multivoile 4 saisons 64
Coteau-du-Lac 23
Côte-de-Beaupré 95
Croisières AML 45, 88, 136, 159
Croisières Baie de Gaspé 249
Croisières Charlevoix 123
Croisières du Capitaine, Les 184
Croisières Dufour 123
Croisières Lachance 110
Croisières M/S Jacques-Cartier 70
Cyclo Services 88

D

Deschambault 72
Domaine de l'île au Canot 110
Domaine de l'Île Ronde 52
Domaine Joly-De Lotbinière 76
Dunes de Tadoussac 158

E

Éboulements 120

Extrait de la publication

Écluse de Sainte-Catherine 38
Écluse de Saint-Lambert 38
Écogîte de la Mitis 194
Écolo Cyclo 98
ÉcoMaris 89
Écovoile Baie-des-Chaleurs 281
Enviro Kayak 45
Eskamer Aventure 206
Espace Félix-Leclerc 98
Étang-du-Nord, L' 264
Expédition Agaguk 226
Exploramer 206, 210

F

Falaises de la Belle Anse 264
Festival du conte
et de la légende de l'Innucadie 236
Festival international de jardins 194
Fête des neiges 47
Fort de l'île Sainte-Hélène 38

G

Galets, Les 232
Gare maritime Iberville 34
Gaspé 245
Grande Échouerie 264
Grande-Entrée 264
Grand-Métis 189
Grands Feux Loto-Québec, Les 96
Grands Voiliers sur les Quais 47
Grosse Île 106

H

Harrington Harbour 232
Havre-Aubert 264
Havre aux Basques 270
Havre-aux-Maisons 264
Havre-Saint-Pierre 216
Hébergement
Aqua-Mer Thalassothérapie 283
Auberge Château Lamontagne 212
Auberge de la Maison du Gardien, L' 184
Auberge des Eaux vives 124
Auberge du Grand Fleuve 196
Auberge du Lac Saint-Pierre 67
Auberge du Lièvre 138
Auberge du Mange Grenouille 175
Auberge du Portage 138
Auberge du Vieux-Port 48
Auberge Fort-Prével 252
Auberge Havre-sur-Mer 274
Auberge La Cache 236
Auberge La Camarine 102
Auberge La Goéliche 102
Auberge La Salicorne 274
Auberge Les Trois Sœurs 260
Auberge Saint-Antoine 90
Aventure aux 4 vents 283
Bleu sur Mer 283
Camping Bon-Désir 161
Camping de la Réserve de parc national
de l'Archipel-de-Mingan 227
Camping sauvage de l'île aux Lièvres 138
Club Multivoile 4 saisons 67
Condos Natakam 161
Fairmont Le Manoir Richelieu 124
Grand Voile, La 138
Hôtel La Ferme 116
Hôtel Le Manoir 184
Hôtel Tadoussac 161
Maisons du Grand Héron 111
Maisons du Phare de l'Île Verte, Les 151
Manoir de Tilly 76
Parc national du Bic 175
Parc national Forillon 252
Petites Maisons du Parc. Les 252
Phare du Pot à l'Eau-de-Vie 138
Société Duvetnor 138
Valmont plein air 212

I

Île aux Basques 143, 146
Île aux Coudres 118
Île aux Grues 106
Île aux Lièvres 132
Île aux Perroquets 215
Île Bonaventure 255
Île d'Anticosti 218
Île d'Orléans 96
Île Notre-Dame 38
Île Ronde 51
Île Saint-Barnabé 169, 173
Île Saint-Quentin 69
Îles de la Madeleine 263
Île Verte 141
International des Feux Loto-Québec, L' 47
Isle-aux-Coudres, L' 120
Islet-sur-Mer, L' 106
Isle-Verte, L' 141

Extrait de la publication

J

Jardin des glaciers 183
Jardins de Métis 189, 194
Jardins du cap à l'Aigle 122

K

Kamouraska 131
Katabatik Kayak de Mer 122
Kayak Sans Frontières (KSF) 46

L

Lac Saint-Pierre 63
Lévis 85
Lieu historique national de Coteau-du-Lac 28
Lieu historique national de la Grosse-Île-et-le-Mémorial-des-Irlandais 109
Lieu historique national du Phare-de-Pointe-au-Père 170
Longue-Pointe-de-Mingan 215
Lotbinière 72

M

Magasin Général Historique Authentique de 1928 258
Maïkan Aventure 64
Maison du Marais 64
Malbaie, La 120
Manoir Le Boutillier 248
Marché Bonsecours 35
Marché du Vieux-Port 85
Martre, La 202
Massif, Le 113, 115
Matane 202
Melocheville 24
Mer à boire, La 206
Mer et Monde Écotours 159
Métis-sur-Mer 189
Montréal 32
Moulin de Beaumont 108
Musée de la Gaspésie 248
Musée de la Mer 270
Musée du parc des Ancres 28
Musée du squelette 146
Musée le Chafaud 258
Musée Les Voitures d'Eau 122
Musée Marguerite-Bourgeoys 35
Musée maritime de Charlevoix 122
Musée maritime du Québec 108
Musée naval de Québec 87
Musée Shaputuan 182

N

Natashquan 232
Nirlik Kayak de mer 110
Notre-Dame-de-Bon-Secours 35
Notre-Dame-du-Portage 131
Nouvelle 281

P

Parc de Gros-Cap 273
Parc de la Chute-Montmorency 100
Parc de la Cité-du-Havre 38
Parc de la Plage-Jacques-Cartier 88
Parc de la rivière Mitis 194, 196
Parc de l'aventure basque en Amérique 146
Parc de l'île Saint-Quentin 71
Parc des Ancres 24
Parc des Champs-de-Bataille 84
Parc des Chutes-de-la-Chaudière 72
Parc historique de la Pointe-du-Moulin 29
Parc Jean-Drapeau 38
Parc marin du Saguenay-Saint-Laurent 153
Parc maritime de Saint-Laurent 98
Parc municipal de la Baie-des-Rochers 123
Parc national d'Anticosti 218
Parc national de l'Île-Bonaventure-et-du-Rocher-Percé 255, 258
Parc national de Miguasha 281
Parc national des Îles-de-Boucherville 51, 52, 53
Parc national du Bic 167, 173
Parc national Forillon 242, 251
Parc Nature de Pointe-aux-Outardes 183, 184
Parc nature Pointe-des-Cascades 24
Parcours des Anses 88
Parc portuaire 69
Parc régional des îles de Saint-Timothée 30
Paspébiac 279
Patinoire des Quais 47
Pavillon de l'Empress of Ireland 170
Percé 255
Petit-Champlain 84
Petite-Rivière-Saint-François 113
Petit Navire, Le 45
Phare de Pointe-des-Monts 181, 182
Piste cyclable de la Voie maritime 46
Piste cyclable La Riveraine 46, 52
Place Jacques-Cartier 34
Plage de l'Horloge 35
Plage de l'île Notre-Dame 40
Plongée Forillon 251
Pointe-à-Callière, musée d'archéologie et d'histoire de Montréal 40
Pointe-à-Carcy 85
Pointe-au-Père 169
Pointe-des-Cascades 24
Pointe-des-Monts 177
Pont de Québec 86
Pont Jacques-Cartier 38
Pont Pierre-Laporte 87
Pont Victoria 38
Port-au-Persil 120
Port de Montréal 33
Portneuf 72
Promenade Samuel-De Champlain 82, 88

Q

Quai des pilotes 153, 160
Quais du Vieux-Port 33

R

Rafting Montréal 45
Randonnée Nature 64
Récré-O-Parc 40
Repère du Plongeur 273
Restaurants
Amuse-Bouche, L' 138
Angélus Bistro 76
Arrivage, L' 49
Auberge du Grand Fleuve 196
Auberge du Lac Saint-Pierre 67
Auberge du Mange Grenouille 175
Bateau Ivre, Le 111
Bistro Le Pic-Assiette 283
Broue dans l'Toupet, La 212
Café Bohème 162
Café de la Grave 274
Café de l'Anse 252
Café de l'Échouerie 236
Café des Artistes 252
Café l'Échouerie 151
Café sur Mer 196
Charlevoix, Le 125
Chez Julie 227
Chez Mathilde 163
Flacatoune, La 125
Labours, Les 116
Laurie Raphaël 90
Maison Mathilde, La 260
Manoir de Tilly 76
Panache 90
Panache Mobile 102
Poivre noir 71
Pub Le Mitan 102
Restaurant La Goéliche 102
Restaurant Le Bastion 252
Terrasse sur l'Auberge 49
Valmont plein air Bistro Bar 212
Vignoble Sainte-Pétronille 102
Réserve de parc national de l'Archipel-de-Mingan 215, 217, 224
Réserve nationale de faune de la baie-de-l'Isle-Verte 146
Réserve nationale de faune de la Pointe-de-l'Est 264
Réserve nationale de faune des îles de la Paix 24
Réserve nationale de faune du cap Tourmente 100, 101
Réserve nationale de faune du lac Saint-François 23
Rimouski 169
Rivière-au-Renard 202
Rivière-du-Loup 132
Rivière Saint-Charles 85
Rivière Saint-Maurice 69
Rocher Percé 255
Ronde, La 38
Route verte 273

S

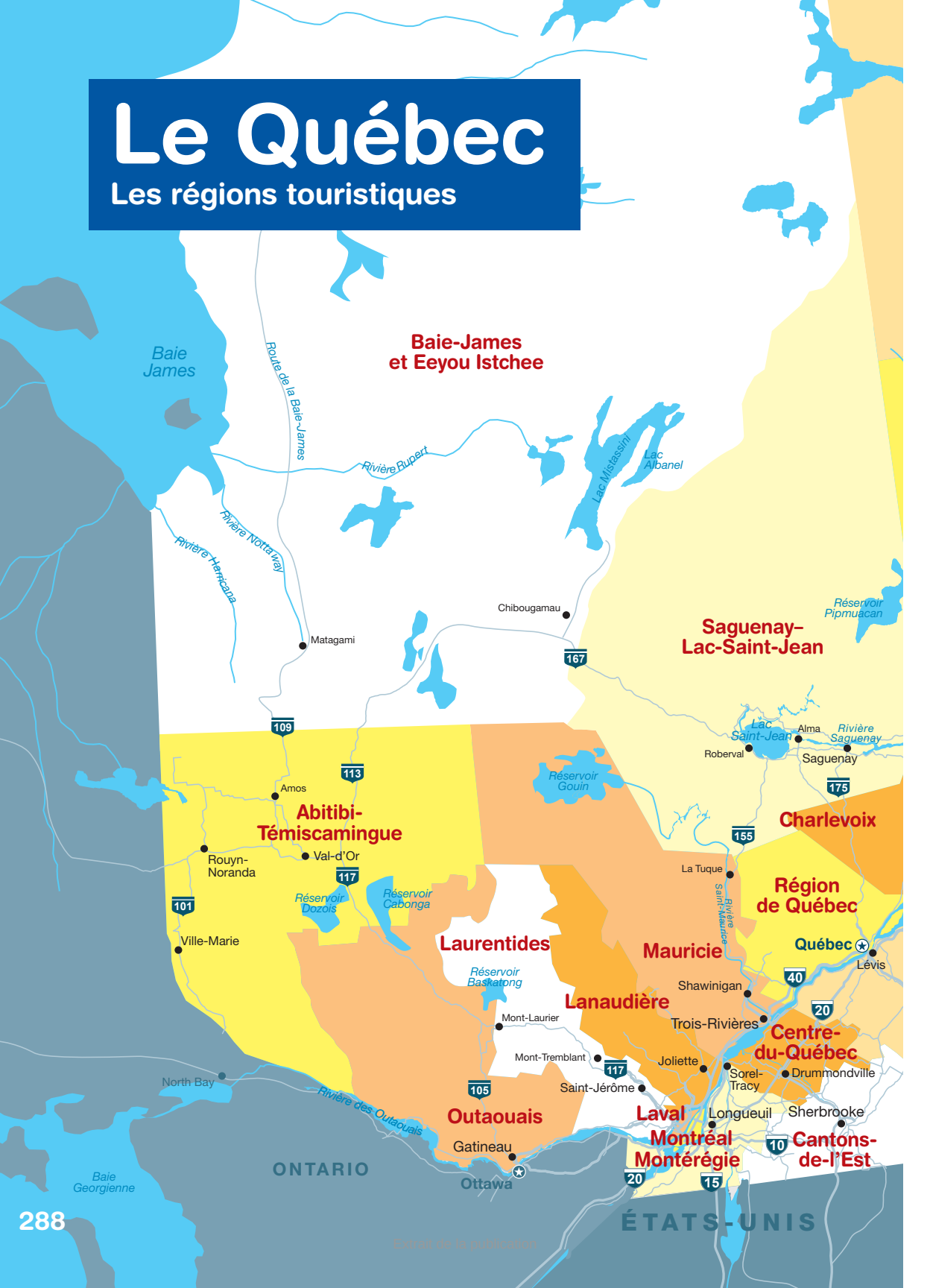
Saint-André 131
Saint-Antoine-de-Tilly 72
Sainte-Anne-des-Monts 202
Sainte-Flavie 189
Sainte-Luce 189
Sainte-Pétronille 96
Saint-François 96
Saint-Irénée 120
Saint-Joseph-de-la-Rive 118
Saint-Laurent 96
Saint-Pierre 96
Saint-Siméon 120
Saint-Sulpice 51
Saint-Vallier 105
Seigneurie de l'île Ronde 52
Sentier de la Bouette 146
Sentier des Caps 115
Sentier des Graves 251
Sentier des Grèves 89
Sentier du littoral de Cap-aux-Meules 270
Sentier du Mont-Saint-Alban 251
Sentier Le Fjord 165
Sentiers d'un flâneur 98
Sépaq Anticosti 226
Sept-Îles 181
Services Maritimes Boréale 224, 226
Sillery 82
Silo numéro 5 34
Site historique de La Grave 264
Site historique du Banc-de-Paspébiac 280
Site historique maritime de la Pointe-au-Père 170
Site historique maritime du phare de Cap-des-Rosiers 248
Société d'écologie de la batture du Kamouraska (SEBKA) 136, 137
Société Duvetnor 132, 136, 137
Sous-marin Onondaga 170
Station exploratoire du Saint-Laurent 136

T

Tadoussac 153
Terrasse Dufferin 84
Tête-à-la-Baleine 235
Tourisme Loiselle 224, 226
Trois-Pistoles 143
Trois-Rivières 69

V

Vélo Chaudière-Appalaches 76
Vélo-Coudres 123
Vieux-Port de Québec 84
Vieux-Port Yatching 89
Ville de Québec 82
Voie maritime du Saint-Laurent 34
Voyages Coste 236
Vue du ciel 206



Extrait de la publication

TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR
Blanc-Sablon
Saint-Augustin
La Tabatière
Tête-à-la-Baleine
Harrington Harbour
La Romaine
Kegaska
Natashquan
Fermont
389
Rivière Moisie
Rivière Romaine
138
Relais Nordik
N
Réservoir Manicouagan
Côte-Nord – Duplessis
Havre-Saint-Pierre
Sept-Îles
Détroit de Jacques-Cartier
Port-Menier
Île d'Anticosti
Détroit d'Honguedo
Rivière aux Outardes
Côte-Nord – Manicouagan
Relais Nordik
Fleuve Saint-Laurent
Sainte-Anne-des-Monts
Gaspé
Golfe du Saint-Laurent
Godbout
Baie-Comeau
Gaspésie
Percé
Matane
299
Îles de la Madeleine
Forestville
Bonaventure
Les Escoumins
132
Baie des Chaleurs
Rimouski
Trois-Pistoles
Tadoussac
Baie Sainte-Catherine
Bas-Saint-Laurent
Saint-Siméon
Rivière-du-Loup
ÎLE-DU-PRINCE-ÉDOUARD
Souris
La Malbaie
Baie-Saint-Paul
NOUVEAU-BRUNSWICK
Charlottetown
Moncton
20
Montmagny
NOUVELLE-ÉCOSSE
Chaudière-Appalaches
Fredericton
Saint John
Halifax
Saint-Georges-de-Beauce
ÉTATS-UNIS
OCÉAN ATLANTIQUE
0
75
150km
©ULYSSE

Le Saint-Laurent
guide de découverte

Prêt à partir pour un voyage inoubliable au fil de la grande et magnifique avenue maritime qu'est le fleuve Saint-Laurent? À la fois guide pratique et beau livre inspirant, *Le Saint-Laurent – guide de découverte* vous convie à la rencontre du fleuve et des nombreuses îles qui le parsèment, des villages et régions qui le bordent, depuis le lac Saint-François, en amont de Montréal, jusqu'aux Îles de la Madeleine, au cœur du golfe du Saint-Laurent. Grâce à ses encadrés d'interprétation et à ses suggestions d'activités et d'arrêts culturels, il vous donne toutes les clés pour découvrir ou vous réapproprier le Saint-Laurent et son écosystème unique.

Écotourisme

Une multitude de suggestions d'activités nautiques et écotouristiques pour profiter du fleuve : croisières d'interprétation, kayak de mer, randonnée pédestre ou vélo en bordure du Saint-Laurent, parcours d'aventure, plongée sous-marine…

Art de vivre

Suggestions de bonnes adresses, lieux d'hébergement et bonnes tables, pour goûter à l'accueil et à la gastronomie des villes et villages du littoral.

Toutes les clés pour comprendre

Des capsules informatives sur des aspects environnementaux, scientifiques et économiques; ce qu'il faut savoir sur la faune et la flore aquatiques, sur les ports, les phares, les traversiers, les îles et les affluents du Saint-Laurent, sans oublier la place prépondérante qu'il occupe dans l'histoire et l'économie du Québec, du Canada et de toute l'Amérique du Nord.

www.guidesulysse.com

Suivez-nous sur **Facebook** et **Twitter** @GuidesUlysse

ULYSSE
le plaisir de mieux voyager

ISBN: 9782765802921
(version numérique)

Fondation David Suzuki
LES SOLUTIONS SONT DANS NOTRE NATURE

Transports Québec

LE QUÉBEC MARITIME
Bas-Saint-Laurent, Gaspésie, Côte-Nord, Îles de la Madeleine

SODES
SOCIÉTÉ DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE DU SAINT-LAURENT

Extrait de la publication