

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À MONTRÉAL
SERVICE À LA VIE ÉTUDIANTE
CENTRE SPORTIF

LE CENTRE D'ACCÈS À LA NATURE

GUIDE DES USAGERS

Séjournant en chalets

Août 2018



DESCRIPTION DU CENTRE

Le centre d'accès à la nature de l'UQAM (CAN) est situé dans les hautes Laurentides, en bordure sur du parc du Mont-Tremblant dans la municipalité du Lac Supérieur, à 130 km de Montréal (90 minutes de Montréal).

Le site a été originellement choisi à cause de la présence de la rivière Archambault, qui sur notre territoire, devient assez spectaculaire. On y retrouve un petit canyon, une suite de seuils, de rapides et de petites cascades et enfin des chutes d'une quinzaine de mètres !

Trois chalets, Chez André, L'Érablière, Chez Pierre, servent d'unités d'hébergement au Centre. Ils sont bien équipés pour l'utilisation hivernale. Ils ont été aménagés pour permettre aux gens d'accéder à un mode de vie qui soit le plus harmonieux possible avec la nature. Dans ce sens, il n'y a pas d'eau courante et l'on y roupille en dortoir. Les chalets sont équipés de toilettes sèches à l'extérieur. Les chalets sont chauffés au bois en plus du chauffage au gaz propane pour le chalet Chez Pierre seulement.

Le Raton Laveur : (poste d'accueil du responsable). Les usagers peuvent s'y approvisionner en eau.

Pour les urgences, un téléphone s'y trouve. (819) 688-3212.

ACTIVITÉS

Randonnée, raquette et ski de randonnée

Un réseau de sentiers de randonnée de 30 kilomètres (mesure linéaire) et 45 kilomètres de boucles gravite autour du Centre. Bien que l'on retrouve des sentiers de « faible difficulté », la plupart des pistes sont de « calibre intermédiaire » et quelques-unes de « calibre avancé » (voir la carte des sentiers pour plus de détails).

Un sentier d'interprétation de la nature d'une longueur d'un (1) kilomètre a été développé sur le site principal. Ses 20 stations d'interprétation sauront sûrement vous faire découvrir des aspects surprenants de l'environnement naturel de la région.

Autres sentiers : en plus de notre réseau, plusieurs usagers profitent de la proximité du Parc du Mont-Tremblant pour y exploiter les sentiers. Le Parc est situé à 15 minutes du Centre, en voiture.

Si quelquefois, pendant l'hiver, les conditions de ski de randonnée se détériorent, le réseau du Parc du Mont-Tremblant reste souvent l'un des moins affectés du sud du Québec. Des coûts de stationnement sont prélevés par la direction du Parc.

Centres de ski alpin de la région :

- Mont-Tremblant (versant nord) : à 21 km du Centre d'accès à la nature
- Mont-Blanc : à 15 km du Centre d'accès à la nature

Camping

12 sites de camping situés en bordure de la rivière Archambault, sont à votre disposition de mai à septembre.

UN PROJET COMMUNAUTAIRE

Le projet de Centre d'accès à la nature (CAN) est né de l'initiative de quelques intervenants du Centre sportif (administrateurs et instructeurs de plein air) et a pu se réaliser et se développer grâce à l'implication bénévole et enthousiaste de plusieurs centaines d'étudiants de l'UQAM et de citoyens, membres du Centre sportif. L'aménagement et l'entretien du réseau de sentiers de randonnée ont été réalisés grâce au travail acharné de Monsieur André Armstrong qui fut à l'emploi du Centre d'accès jusqu'à l'automne 2013 après plus de 20 ans de dévouement exemplaire.

Grâce à cette dynamique et à quelques trouvailles imaginatives (le chalet l'Érablière par exemple a été construit dans le cadre d'un « cours de fabrication de maison en bois rond »). Le CAN peut offrir aujourd'hui à la collectivité UQAM et à la population en général, un « sanctuaire de plein air » original, à un prix abordable, mais surtout exceptionnellement joli, apprécié à chaque année par tous ceux et celles qui le découvrent et le redécouvrent.

Cet héritage collectif, nous en prenons soin. Nous vous invitons ardemment à respecter et à préserver cet environnement exceptionnel, ces bâtiments et aménagements issus du travail de tant de bénévoles.

Nous avons un site magnifique, nous en sommes fiers et nous faisons tout, malgré nos modestes ressources, pour que ce site serve le plus longtemps possible au plus grand nombre de gens, désireux comme nous, d'y vivre un séjour en harmonie avec la nature environnante.

Nous souhaitons que vous communiquiez clairement aux membres de votre groupe, les objectifs et la philosophie du Centre. Que ces valeurs se reflètent dans votre attitude tout au long du séjour, quels que soient votre enthousiasme et la nature des activités pratiquées.

POLITIQUE D'UTILISATION DU CENTRE D'ACCÈS À LA NATURE

1. Visite journalière : gratuite

Promenade, pique-nique, visite du sentier d'interprétation, utilisation du réseau de sentiers de randonnée.

Visiteurs acceptés sur le site entre 9h et 18h exclusivement, 7 jours/semaine.

Frais d'entrée pour les groupes de 8 personnes et plus. Réservation requise.

Hébergement dans les chalets: tarifs variés.

Les réservations doivent être faites à Montréal, au bureau administratif du Centre sportif, 1212 rue Sanguinet, local CS-2100 ou par téléphone (514) 987-3105 et payées au moins 14 jours à l'avance.

2. Tarif :

- Du 15 septembre au 30 mai, les locations se font uniquement les fins de semaine, du vendredi 18h au dimanche 16h (les locations d'une nuitée se font de 16h à 16h le lendemain). Il est possible de louer pour 3 nuits lors des longues fins de semaine (jours fériés), consultez-nous pour les horaires spéciaux du temps des Fêtes et de la semaine de relâche.
- Les locations du 1er juin au 14 septembre sont possibles en tout temps, possibilité de louer une seule nuitée dans les trois chalets, consultez-nous pour les tarifs.
- Prix spéciaux pour les groupes reconnus, les associations étudiantes et les OSBL, contactez-nous.
- Les taxes sont incluses dans tous les prix

Haute saison: 1er septembre au 1^{er} novembre, 15 décembre au 15 avril

Basse saison: 2 novembre au 14 décembre, 16 avril au 31 août.

3. Restrictions :

Aucun animal domestique sur le site

Ne pas fumer en vous déplaçant en forêt

Ne jamais endommager ou couper les arbres, ne rien prélever dans l'environnement.

Aucun véhicule motorisé sur le site.

4. Précautions :

De l'eau est disponible au poste d'accueil le « Raton laveur ». Des récipients de 20 litres sont à votre disposition (pour faciliter la tâche, certains apportent de plus petits contenants).

N'oubliez pas vos gourdes si vous comptez faire de la randonnée.

POLITIQUE DE RÉSERVATION

1. Réservation – Délai – Dépôt

Toutes les réservations doivent être effectuées au Centre sportif de l'UQAM et non au Centre d'accès à la nature. Un prépaiement équivalent à 30% des frais d'hébergement est demandé au moment de la réservation, de même qu'un dépôt de 80\$ comme garantie de la propreté des lieux. Le paiement total des nuitées doit être déboursé au moins 14 jours avant le séjour (argent comptant, cartes de débit, cartes de crédit Visa ou Mastercard).

Le dépôt de 80\$ et le paiement déjà perçu pour les nuitées seront remboursés si une annulation est faite plus de 14 jours avant le début du séjour. Des frais administratifs de 25\$ seront facturés. Aucune annulation effectuée dans les 14 jours précédant le séjour ne sera sujette à un remboursement, à l'exception du dépôt de 80\$.

Les chalets peuvent être loués jusqu'à trois mois à l'avance. Il est conseillé de réserver au moins deux mois à l'avance, surtout lors des jours fériés et du temps des Fêtes.

2. Remboursement du dépôt

Un dépôt de 80\$ est exigé pour toute réservation de chalet afin de s'assurer que les lieux soient laissés dans un état satisfaisant. Ce dépôt sera remboursé si le séjour a lieu comme prévu et si les lieux sont laissés propres et en ordre. En cas de faute, 30\$ par heure seront soustraits du dépôt pour compléter l'entretien.

Consignes générales de fonctionnement dans les chalets

Le Centre est situé en milieu forestier. N'oubliez donc pas alors votre chasse-moustiques. Votre séjour n'en sera que plus plaisant.

À votre entrée :

- Vérifier rapidement l'état du chalet avec l'agent d'accueil.
- Identifier avec le groupe, la localisation des sorties de secours et des extincteurs. Garder les portes débarrées en tout temps lorsque le chalet est occupé pour faciliter l'évacuation en cas d'urgence.
- Vider les cendres du poêle, pendant que celles-ci sont froides. Les verser derrière les toilettes.
- Vérifier l'état des détecteurs de fumée et monoxyde de carbone, chaque soir, avant d'aller au lit.

Pendant votre séjour :

- Ne pas endommager ou couper les arbres, ne rien prélever dans l'environnement.
- Ne pas fendre de bois à l'intérieur des chalets, évidemment.
- Le bois déjà coupé et fendu qui est entreposé dans les cabanons est réservé exclusivement au chauffage des chalets.
- Le couvre-feu est fixé à 22h00.

Avant de partir :

- Nettoyer soigneusement le comptoir, les tables de même que le poêle, le réfrigérateur et l'évier.
- Bien balayer le deuxième étage, les matelas, les escaliers de même que le premier étage.
- Nettoyer les planchers à l'aide d'une vadrouille humide (*moppe*).
- Vider la poubelle et les bacs de recyclage et compostage, déposer les déchets, la récupération et le compost aux contenants extérieurs près du chemin.
- Vider tout récipient d'eau (propre ou non)
- Ne rien laisser sur place; ni aliment, ni bouteille vide.
- Rentrer quelques brassées de bois de chauffage à l'intérieur. Ce sera apprécié par ceux et celles qui arriveront en soirée.
- Fermer toutes les fenêtres.
- Éteindre les lampes
- Remettre les clés à l'agent d'accueil lors de sa visite de fermeture.
- **Aviser le responsable de toute défectuosité.**

Trajet

Coordonnées

Centre d'accès à la nature de l'UQAM

2424 chemin du Lac Quenouilles
Lac-Supérieur, Québec, J0T 1P0
(819) 688-3212

À partir de Montréal...

- Prendre l'autoroute des Laurentides (15) en direction nord jusqu'à la fin de l'autoroute (Sainte-Agathe).
- Continuer sur la route 117 Nord jusqu'à Saint-Faustin (15,7 km).

- Prendre la sortie et rouler jusqu'au feu clignotant, puis tourner à droite en suivant les indications pour le parc du Mont-Tremblant, secteur La Diable. Traverser le village de Lac-Carré, fusionné à Saint-Faustin (2,4 km).
- Tourner à gauche sur le chemin Lac-Supérieur, en direction du parc du Mont-Tremblant (7,5 km).
- Après avoir traversé 2 petits ponts, tourner à droite sur le chemin Le Nordet, en direction du Ranch Mont-Tremblant / Val-des-Lacs (1,6 km).
- À l'intersection des routes de Saint-Donat et de Val-des-Lacs, prendre à droite le Chemin du Lac Quenouille, en direction de Val-des-Lacs. Vous êtes alors à moins de 1 km du Centre d'accès à la nature.
- Sur la droite, un panneau indique l'accueil au Centre d'accès à la nature. Rouler lentement, car le panneau est dans une courbe.

Heures d'arrivée et de départ

Arrivée :

Lors des locations de fin de semaine, l'heure d'arrivée est fixée entre 18h et 22h00, le vendredi sauf durant la saison estivale où il est possible d'arriver dès 16h. Le responsable du groupe doit se présenter au « Raton Laveur » (poste d'accueil) auprès du responsable du CAN.

Si vous comptez arriver le samedi matin, prévenez un employé du Centre sportif au (514) 987-3105. Si vous avez un contretemps **en route**, prévenez le responsable du CAN au (819) 688-3212.

Départ :

Le dimanche, l'heure limite du départ est fixée à 16h. Si vous retardez votre départ, une pénalité pourrait vous être chargée lors de la remise de votre dépôt.

Autres informations :

En hiver, dans la plupart des cas, lorsque vous arriverez, le chalet sera préchauffé. Malgré cela, habillez-vous en conséquence ! Selon la température extérieure et le type de chauffage du chalet que vous utiliserez, on peut prendre jusqu'à :

- 30 minutes pour bien chauffer « Chez André ».
- 90 minutes pour bien chauffer « L'Érablière »
- 90 minutes pour bien chauffer « Chez Pierre »

Pendant votre séjour, un responsable de site sera présent sur place. Son mandat est de vous accueillir, de favoriser votre intégration à la formule du Centre, de vous conseiller sur les randonnées possibles dans la région, de sensibiliser les usagers à la prévention des accidents en nature et d'organiser des mesures d'urgence, le cas échéant.

Les chalets

Consignes : Bien prendre connaissance des consignes de fonctionnement affichées dans les chalets. Lire les consignes affichées au mur pour l'emploi de la cuisinière.

Chez André : Aucune fournaise

L'Érablière : Aucune fournaise

Chez Pierre : Fournaise au gaz propane

Il est suggéré de descendre le thermostat à environ 18 degrés, une heure avant le coucher, votre sommeil en sera meilleur.

Bien utiliser les récipients que vous trouverez sur place, spécifiquement à leur usage : eau potable, eaux usées, recyclage et compostage.

Il est important de toujours verser les eaux usées au même endroit afin de minimiser les effets sur l'environnement, en particulier les arbres. **Nous insistons pour que toute eau soit versée derrière les toilettes.**

Consignes particulières pour L'Érablière :

Ce chalet est situé à environ 0,5 km du stationnement. À cet effet, prévoyez des bagages compacts (sacs solides et bien fermés). Si vous arrivez en soirée, il est utile d'avoir plusieurs lampes de poche pour le groupe. En hiver, il est conseillé d'avoir un traîneau ou un sac à dos pour le transport de vos bagages.

Le chalet est situé tout près de la limite ouest de notre terrain. Le chemin, qu'on peut apercevoir à 30 mètres, est un chemin privé, situé sur le terrain de notre voisin. Nous ne pouvons malheureusement en négocier le droit de passage. **Vous devez donc, sous aucune considération, emprunter ce chemin ni traverser la limite de son terrain.**

En hiver, vous devez chauffer le poêle à bois à combustion lente pendant la nuit; remplissez la boîte à bois avant de vous coucher. Ça facilitera votre confort. En soirée, une fois le chalet réchauffé, réduisez la ventilation de la cheminée en tournant la clé du tuyau perpendiculairement et diminuez les prises d'air à l'avant; votre bois brûlera plus longtemps.

Matériel disponible sur place

- Tables et chaises selon la capacité d'accueil de chaque chalet
- Tapis de caoutchouc-mousse
- Poêle à bois
- Balai, pelle à neige
- Quelques chaudrons et couverts pour le nombre maximal de personnes par chalet (assiettes, tasses, verres)
- Ustensiles pour cuisiner

- Seaux à eau, seau en métal pour les cendres
- Récipient à eau potable de 20 litres
- Poêle à gaz (2 éléments) pour la cuisson et cuisinière complète Chez Pierre
- Réfrigérateur (Chez Pierre et Chez André seulement)
- Chauffage au gaz propane (sauf à l'Érablière et Chez André)

Matériel à apporter :

- Petit réservoir à eau potable
- Votre nourriture
- Glacière (pour l'Érablière)
- Linges à vaisselle, savons (si possible biodégradable), laines d'acier, etc.
- Sac de couchage, oreiller
- Matelas de sol (suggéré)
- Hache pour refendre le bois (à l'extérieur évidemment)
- Trousse de premiers soins
- Allumettes et lampes de poche
- Sacs à ordures
- Papier journal pour amorcer le feu

Bon séjour

