

## LES SENTIERS DE RANDONNÉE PÉDESTRE SUGGÉRÉS

Parc régional de la  
Seigneurie-du-Lac-Matapédia



## ACCÈS AU PARC RÉGIONAL

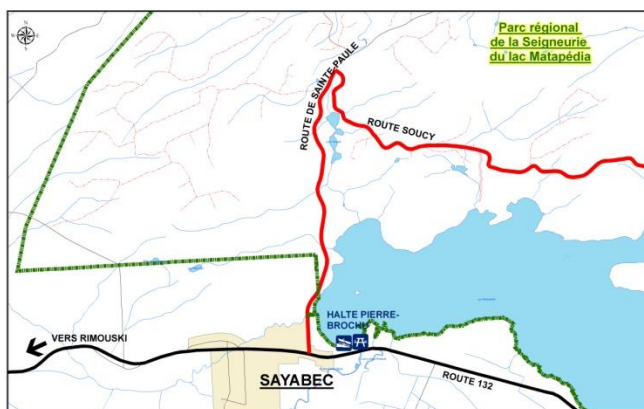
### Accès par Amqui

Prenez le chemin du Pont-Couvert à son intersection avec la route 132 ouest, traversez le pont couvert et à l'arrêt, dirigez-vous vers la droite. Faites environ 250 mètres sur le rang Saint-Jean-Baptiste puis tournez à gauche sur la route Labrie. À l'intersection du rang Saint-Philippe et de la route Labrie, continuez tout droit sur le chemin de gravier. En tournant à votre gauche à la prochaine intersection vous accéderez à la route Soucy, qui traverse tout le parc régional. Il ne vous reste qu'à cheminer sur cette route pour profiter pleinement des charmes du Parc régional de la Seigneurie-du-Lac-Matapédia.



### Accès par Sayabec

Prenez la route de Sainte-Paule à son intersection avec la route 132, à la sortie est du village de Sayabec. Faites environ 4.8 km sur la route de Sainte-Paule, tournez à votre droite et empruntez la route Soucy qui traverse l'ensemble du parc régional. Il ne vous reste qu'à cheminer sur cette route pour profiter pleinement des charmes du Parc régional de la Seigneurie-du-Lac Matapédia.



## LES SENTIERS DE RANDONNÉE PÉDESTRE SUGGÉRÉS

### SECTEUR POINTE FINE

#### *Le Promontoire*

- Départ : Stationnement de la Pointe Fine
- Longueur : Boucle de 1,4 km
- Niveau : Facile
- Description : Serpentant un boisé identifié comme refuge biologique par le Gouvernement du Québec, le sentier "*Le Promontoire*" offre un magnifique point de vue sur le lac Matapédia, sur les villages environnants et sur le cœur du parc régional.



### SECTEUR DÉPÔT À SOUCY

#### *Le Lac Caché*

- Départ : Stationnement du Dépôt à Soucy
- Longueur : Boucle de 1,4 km
- Niveau : Facile
- Description : Ce sentier permet de découvrir toute la beauté du lac Matapédia de même qu'un mystérieux petit lac secrètement gardé par la forêt.



### **Les Trois Sœurs**

- Départ : Stationnement du dépôt à Soucy
- Longueur : Boucle de 5,3 km
- Niveau : Intermédiaire
- Description : *Les Trois Sœurs* sont des montagnes voisines qui vous donneront de belles percées visuelles sur le lac Matapédia. Le sentier « *Les Trois sœurs* » est emprunté en grande partie par le Sentier International des Appalaches. Le retour au stationnement s'effectue par le sentier *la Coulée* à utilisation partagée. Respectez la signalisation.



### **Les Rochers**

- Départ : Stationnement du dépôt à Soucy
- Longueur : 6,4 km aller-retour
- Niveau : Intermédiaire
- Description: Le sentier "*Les Rochers*" permet de longer le lac Matapédia et d'atteindre le site de l'ancien chalet à Soucy. Quittez le sentier vers le lac à quelques reprises, ces petits crochets offrent au randonneur de magnifiques points de vue sur le lac Matapédia et permettent également l'observation de petites et de grosses pierres très diversifiées en bordure du lac.





## SECTEUR CHALET À SOUCY

### **Les Crêtes**

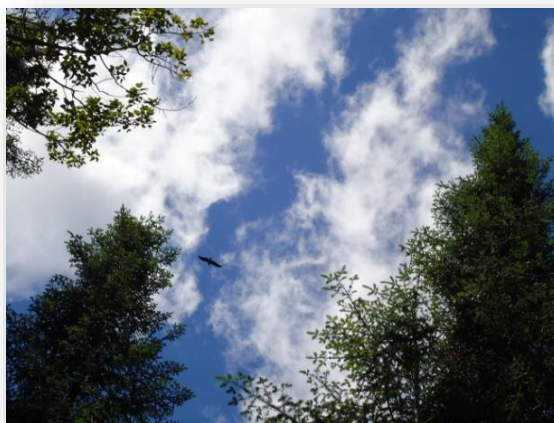
- Départ : Stationnement de l'ancien chalet à Soucy
- Longueur : 3,8 km aller-retour
- Niveau : Difficile par endroit
- Description : Après une montée abrupte, vos efforts seront récompensés par de magnifiques points de vue tout le long de la crête. L'ultime récompense vous sera offerte à l'extrémité du sentier... Gardez le silence, vous aurez peut-être la chance d'observer les aigles majestueux planer sous vos yeux !



## SECTEUR DE LA BAIE-DE-CHARLIE

### **Les Criques**

- Départ : Stationnement de la Baie-de-Charlie
- Longueur : Boucle de 4 km
- Niveau : Facile
- Description : En parcourant ce sentier, vous aurez des accès à certains secteurs du lac Matapédia qui vous permettront d'observer la diversité de la faune aviaire régnant dans la Seigneurie. Ne soyez pas surpris si vous rencontrez l'aigle à tête blanche !



### **Le petit lac**

- Départ : Stationnement de la Baie-de-Charlie
- Longueur : 4.9 km aller-retour
- Niveau : Facile
- Description: Partant de la Baie de Charlie, ce sentier vous amènera vers un petit lac fréquenté par les orignaux. Vous pourrez y voir entre autres un grand barrage érigé par les castors ainsi que la présence de nombreux oiseaux et mammifères qui gravitent autour de ce riche milieu naturel.



## **LES RÈGLES D'UTILISATION DU PARC RÉGIONAL ET QUELQUES CONSEILS PRATIQUES**

### **Respectez les règlements d'utilisation du parc régional**

- Abstenez-vous de jeter des déchets ailleurs que dans les contenants et les endroits prévus à cette fin;
- veuillez vous conformer à la vocation de chaque sentier : exemple: ne pas circuler à vélo sur les sentiers réservés uniquement à la randonnée pédestre;
- respectez la signalisation et utilisez les stationnements aménagés dans les sites d'accueil du parc régional;
- votre chien est admis dans le parc, il doit cependant être tenu en laisse et sous surveillance en tout temps. Vous devez ramasser les excréments de votre chien et en disposer de façon hygiénique;
- il est interdit de circuler sur les rives du lac avec des véhicules motorisés;
- il est interdit de camper dans le parc régional, aucun site de camping n'est actuellement aménagé à cette fin;
- les feux en plein air ne sont autorisés que dans les aires de feu aménagées à cette fin;
- la chasse à l'arme à feu est permise dans le parc régional à l'exception de 3 secteurs correspondant aux principaux sites récréatifs du parc. Ces espaces sont identifiés sur le territoire par une signalisation;
- avertissez le personnel de la MRC de La Matapédia de tout événement spécial : observation de phénomène naturel à protéger, bris d'équipements, vandalisme, etc. Coordonnées : 418-629-2053 # 1101 ou # 1133 ou [administration@mrcmatapedia.qc.ca](mailto:administration@mrcmatapedia.qc.ca)

### **Eau**

- L'eau de surface (lacs, rivières et ruisseaux) est non potable et doit être bouillie pendant 5 minutes avant consommation. Comme il n'y a pas beaucoup d'endroits où s'approvisionner en eau sur le territoire du parc, il est recommandé de prévoir une quantité d'eau suffisante pour toute la durée de votre activité.

## **Logistique du randonneur**

- Assurez-vous de porter de bonnes chaussures, surtout pour les parcours de niveaux intermédiaire à difficile. Vous parcourrez des sentiers en forêt, soyez donc prudents et prévoyants. Apportez toujours quelques victuailles et de l'eau, en cas de baisse d'énergie ou d'inconvénients de parcours.
- N'oubliez pas votre appareil photo et vos lunettes d'observation.

## **Insectes piqueurs**

Comme la période des insectes piqueurs s'étend du début juin à la fin août, nous vous conseillons, pour un séjour agréable:

- D'apporter de l'huile à mouche.
- De porter des vêtements de couleurs pâles.
- De ne pas consommer de bananes.
- D'éviter les produits parfumés.

## **Dermatite du baigneur**

### Qu'est-ce que la dermatite du baigneur ?

- La dermatite du baigneur est une affection cutanée causée par de petites larves que l'on retrouve dans certains lacs. Ces petites larves portent le nom de « cercaires ». Elles sont si petites qu'il est presque impossible de les voir à l'œil nu. Lors de baignade, les cercaires se collent à votre peau jusqu'au moment où vous sortez de l'eau. Sous l'action du soleil, la peau s'assèche et les cercaires piquent votre peau pour y pénétrer. Elles y meurent ensuite.

### Comment attrape-t-on la dermatite du baigneur?

- La présence de cercaires dans l'eau de baignade provient d'oiseaux aquatiques porteurs du parasite. Le tout débute avec les excréments des oiseaux qui entraînent la contamination des escargots en bordure des rivages. À partir des escargots, des cercaires sont libérées et retournent contaminer les oiseaux aquatiques. Malheureusement, les cercaires ne font pas la différence entre les oiseaux et les baigneurs. C'est ainsi que les baigneurs se font piquer accidentellement.
- La dermatite du baigneur provoque des désagréments pour ceux qui en sont atteints. Pour réduire au maximum les risques d'être affecté :
  - Évitez les plages où des cas de dermatite du baigneur ont été rapportés.
  - Réduisez à quelques minutes le temps que vous passez dans l'eau.
  - En sortant de l'eau, asséchez votre peau en la frottant vigoureusement avec une serviette. Il faut, en fait, éviter de laisser la peau s'assécher au soleil ou à l'air libre.