



Parc des
Appalaches

La vraie aventure nature

SENTIER	KM	NIVEAU	ACTIVITÉ	SENTIER	KM	NIVEAU	ACTIVITÉ
Secteur Cascades-de-la-Loutre				Secteur Lac-Carré			
Sentier Les Cascades-de-la-Loutre	1,5	▲	▲	Sentier Les Collines	3,4	▲	▲
Sentier Le Gros-Rocher	2,6	▲	▲				
Secteur Montagne-Grande-Coulée				Secteur Mont-Sugar Loaf			
Sentier La Coulée	3,8	◆	▲	Sentier du Pont-Brûlé	7,0	◆	▲
Sentier des Fantômes	2,7	◆	▲	Sentier Les Castors	6,9	◆	▲
Sentier Le Serpentin	0,9	◆	▲	Sentier du Garde-Feu	3,7	◆	▲
Sentier Les Eskers	3,6	27	▲	Sentier Le Beauregard	4,1	▲	▲
Sentier des Originaux	5,6	20	▲	Sentier Le Défricheur (hiver)	4,2	▲	▲
Sentier La Rolette	1,4	23	▲				
Secteur Lac-Talon				Secteur Les Tourbières-de-Saint-Just-de-Bretonnières			
Sentier du Lac-Talon	9,6	▲	▲	Sentier Le Trappeur	4,2	▲	▲
Sentier Les Parois	2,9	◆	▲	Sentier Le Frontalier	3,8	▲	▲
Sentier de l'Érablière	2,6	◆	▲	Sentier des Tourbières	4,5	▲	▲
Sentier Les Cabourans	0,8	45	▲	Sentier Le Petit-Maine	0,9	▲	▲
Sentier de la Chute du Ruisseau-des-Cèdres	4,2	3	▲				
Sentier Le Parcours-des-Caps	5,0	40	▲	Secteur Lac-Frontière			
Sentier du Petit-Lac-des-Vases	4,0	4	▲	Sentier de la Montagne du Lac	1,8	▲	▲
Sentier des Chutes-de-la-Devost	2,5	5	▲				
Sentier Le Portage	2,8	6	▲				
Sentier Le Pêcheur	2,0	26	▲				
				NIVEAU DE DIFFICULTÉ			
				▲ Facile	■ Intermédiaire	◆ Difficile	

EN CAS D'URGENCE : 418 291-5045 OU 911

877 827-3423

SANS FRAIS

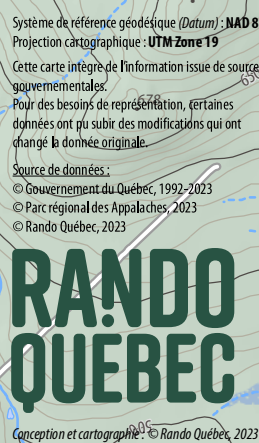
PARCAPPALACHES.COM



Disponible sur
Avenza Maps



Disponible sur
ONDAGO



Système de référence géographique (Datum) : NAD83
Projection cartographique : UTM Zone 18
Cotes d'altitude : données issues de levés de terrain et de données
aériennes, vérifiées et corrigées par le Service des
données géographiques du Québec, 1990-2003
© Parc des Appalaches / Rando Québec 2023
© Rando Québec 2023

Rando
Québec

Cartographie et cartographie © Rando Québec, 2023

Chemin forestier	Hydrographie	Milieu naturel
— Chemin forestier carrossable	— Cours d'eau permanent	— Boisé
- - - Chemin forestier non carrossable	- - - Cours d'eau intermittent	— Écosystème forestier exceptionnel
Topographie *	— Rivière, lac, étang	— Frontière Canada-États-Unis
— 275 Point cité	— Milieu humide	— Distance entre deux points
— Courbe de niveau maîtresse		
— Courbe de niveau intermédiaire		
* Équidistance des courbes de niveau : 10 m		

▲ Abri	➔ Point de vue
▲ Abri-feu	➔ Pont suspendu
▲ Belvédère	➔ Sortie d'urgence
▲ Camping	➔ Stationnement
▲ Campsite	➔ Table à pique-nique
➔ Refuge	➔ Toilettes
➔ Pavillon d'accueil	

LISTE DES REFUGES :

- | | |
|----------------------------|----------------------------|
| 1 - Le Lynx | 7 - Le Méandre |
| 2 - Du Ruisseau-des-Cèdres | 8 - Des Draveurs |
| 3 - Le Martin-Pêcheur | 9 - De la Chute-à-Dupuis |
| 4 - De la Cascade-Noire | 10 - Du Moulin |
| 5 - Des Pins | 11 - Le Défricheur |
| 6 - Des Érables | 12 - De la Rivière-Daaquam |

PRINCIPAUX SOMMETS :

- | | |
|---------------------------------|-------|
| A - Montagne Grande-Coulée..... | 858 m |
| B - Bonnet à Amédée..... | 730 m |
| C - Montagne La Rolette..... | 685 m |
| D - Mont Sugar Loaf..... | 650 m |
| E - Montagne du Lac Talon..... | 580 m |
| F - Montagne Fendu..... | 547 m |
| G - Montagne du Lac..... | 520 m |

0 1 2 3 Km
1 cm = 450 m 1:45 000

Maine
(États-Unis)



RANDONNER EN SÉCURITÉ, C'EST VOTRE RESPONSABILITÉ

Eau potable ou non ?

En milieu forestier, l'eau des ruisseaux et des rivières peut vous sembler bonne. Même si les conditions semblent réunies pour offrir de l'eau potable, rien ne peut garantir que les cours d'eau ne sont pas contaminés. Il est donc important d'avoir la quantité d'eau nécessaire à son séjour ou de prévoir le matériel requis pour la traiter et la rendre potable au besoin. Deux méthodes de traitement peuvent être utilisées : faire bouillir l'eau ou utiliser un filtre ou des produits de purification. **Eau potable disponible aux lieux d'accueil.**

Téléphonie cellulaire

Comme dans tout milieu forestier montagneux, le réseau cellulaire est parfois difficile à capter et le signal peut être très variable en fonction des différents fournisseurs. Nous vous recommandons de vous rendre aux points les plus élevés pour optimiser votre signal au besoin, mais au Parc des Appalaches, il est temps de « déconnecter » et de se ressourcer !

Rapportez vos déchets

Afin de contribuer à conserver la qualité des sites et par respect pour les autres randonneurs, nous vous prions de rapporter tous vos déchets, les vôtres et ceux que vous pourriez trouver sur les sentiers. **Zone poubelle et compostage aux lieux d'accueil.**

Conseils pratiques pour la randonnée estivale

- Assurez-vous de choisir un parcours en fonction de votre capacité physique et du temps que vous avez disponible.
- Pour votre sécurité, évitez de randonner seul.
- Prévoyez de bonnes chaussures et des chaussettes de rechange pour la mi-parcours afin d'éviter l'humidité et d'éviter les ampoules.
- Prévoyez de l'eau en quantité suffisante (minimum 1 litre) et des collations.
- Apportez dans votre sac à dos une lampe frontale, de la crème solaire, une casquette ou un chapeau, une veste imperméable et une trousse de premiers soins.

Conseils pratiques pour la randonnée hivernale

- 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.
- Prévoyez de l'eau en quantité suffisante (minimum 1 litre) et des collations.
- Apportez des chaussettes de rechange afin d'éviter l'humidité et d'éviter les engelures, ainsi qu'une paire de gants ou de moufles supplémentaire.
- Pour votre sécurité, ne randonnez jamais seul. Cela vous permettra en outre de vous relayer si les sentiers ne sont pas damés.
- Apportez dans votre sac une lampe frontale, des allumettes et une trousse de premiers soins.
- Randonnez avec des bâtons de marche.

CODE DU CHIEN

Les chiens sont les bienvenus dans le Parc des Appalaches, mais certaines règles s'appliquent afin de conserver ce privilège.

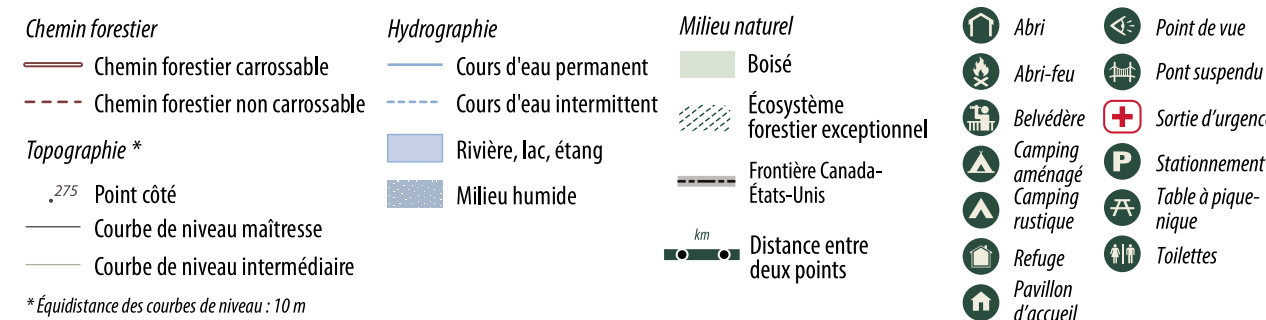


- Soyez respectueux et courtois envers les autres utilisateurs des sites du parc.
- Tenez votre chien en laisse en tout temps dans les sentiers, car il peut représenter un prédateur pour les animaux sauvages.
- Gardez sous la main de petits sacs pour ramasser les excréments et disposez-les en aux endroits appropriés.
- En saison estivale : prévenez les coups de chaleur en gardant votre animal au frais et en lui donnant régulièrement de l'eau.
- En saison hivernale : prévenez les engelures en n'exposant pas votre animal à des longues périodes de froid intense.
- En tout temps, les propriétaires de chiens sont responsables des dommages causés par leurs animaux et devraient avoir une assurance responsabilité civile.

Si un comportement vous paraît déplacé ou abusif, communiquez avec l'équipe du Parc au 877 827-3423.



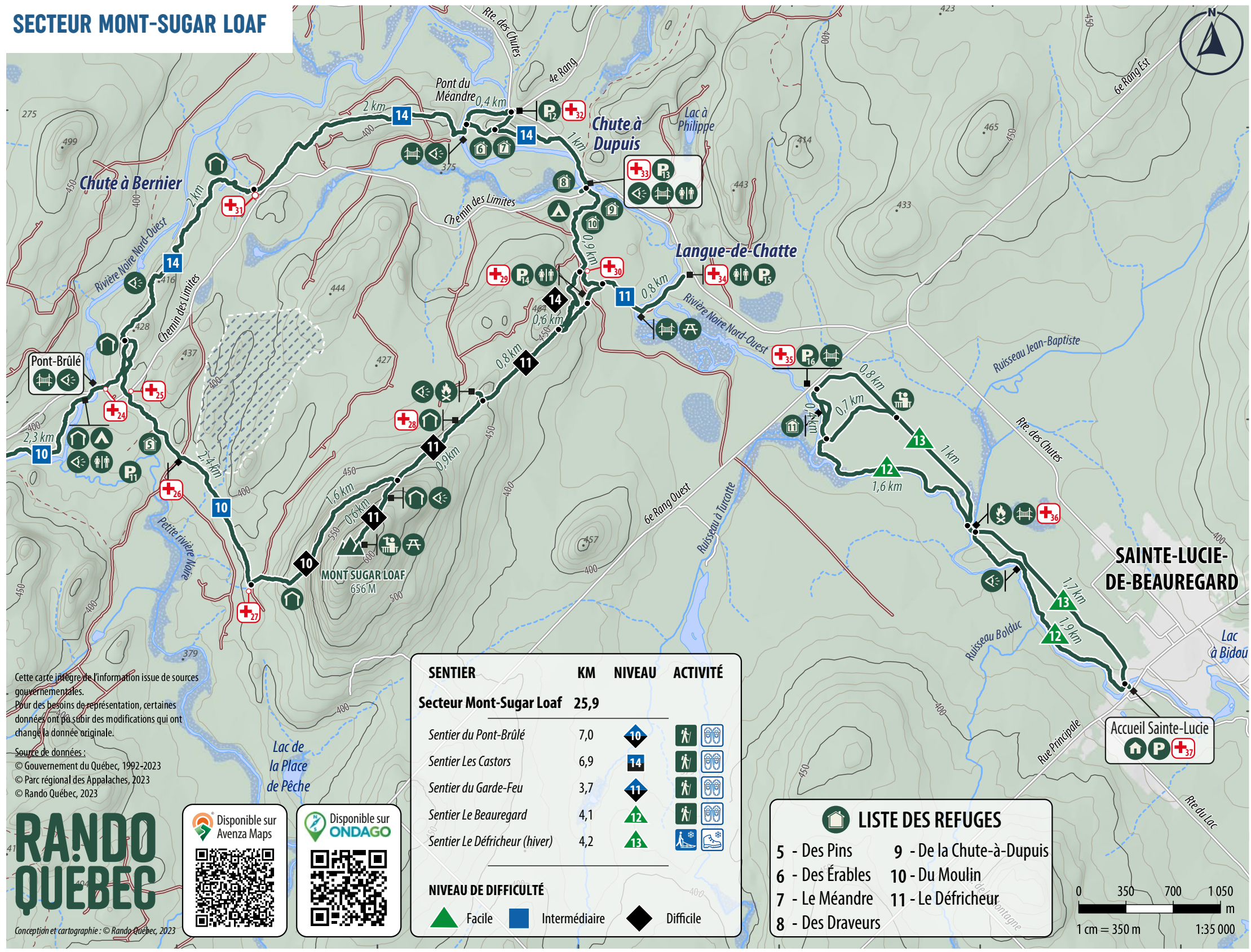
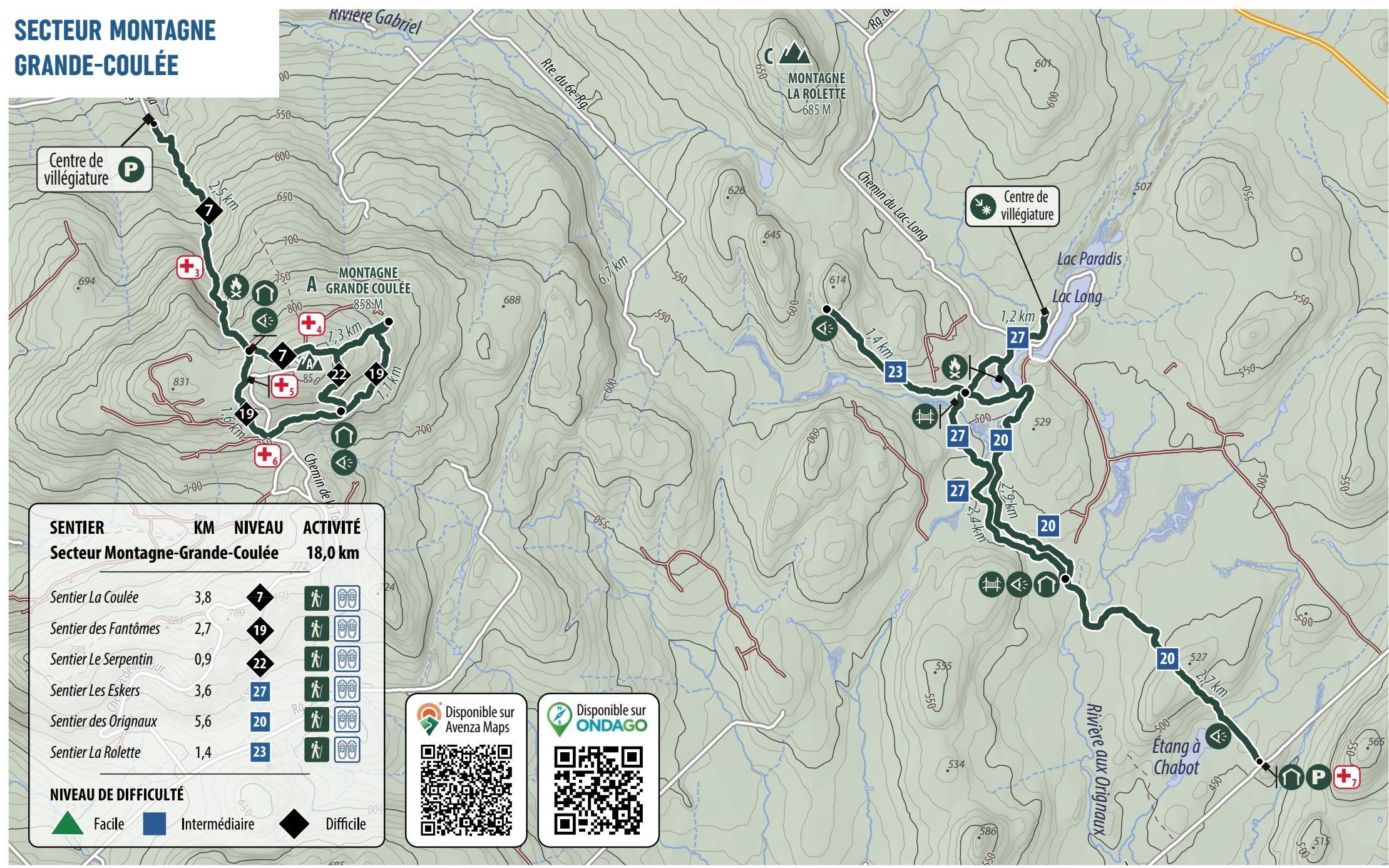
MONTAGNE LAC TALON



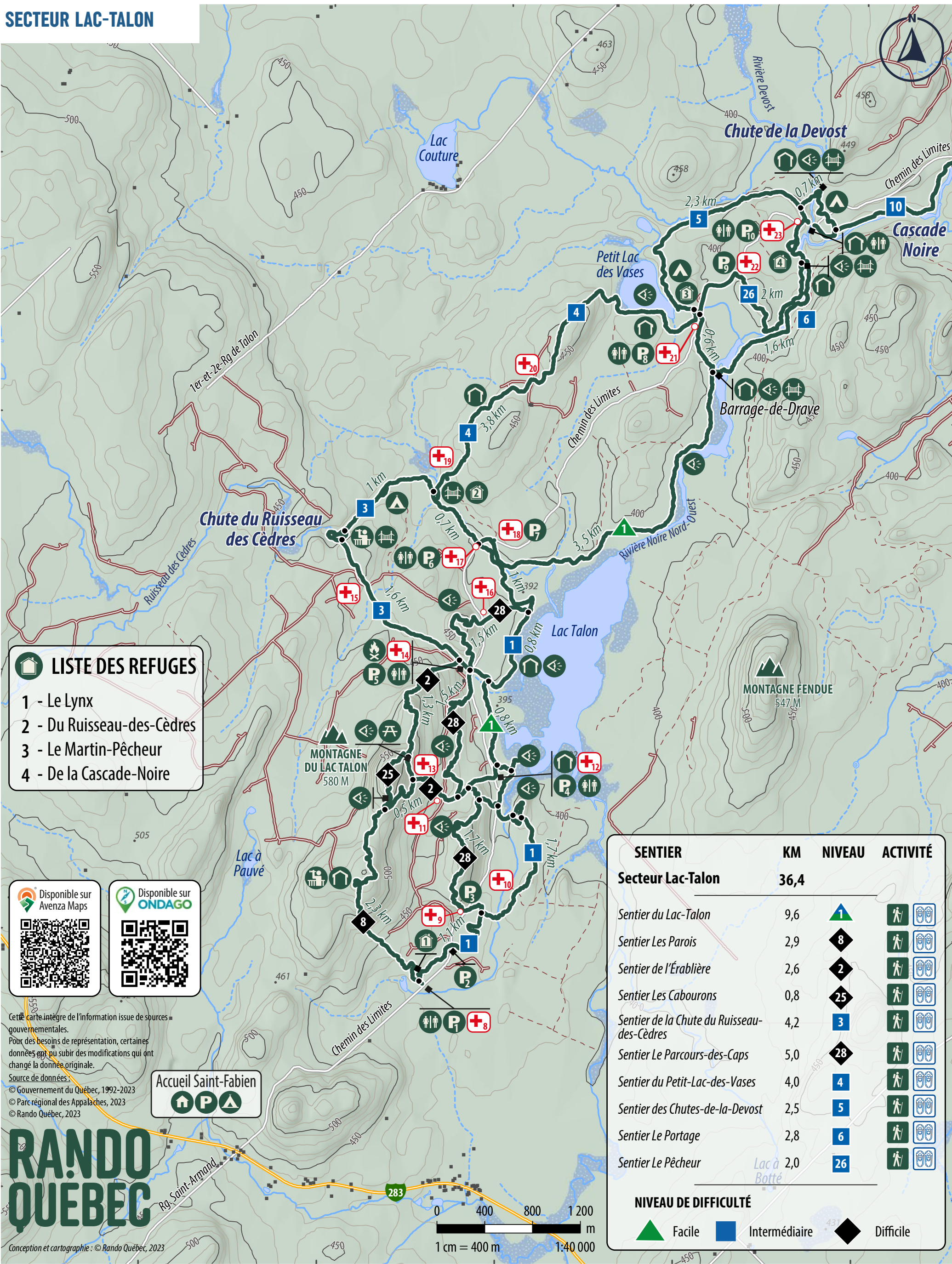
Afin d'assurer votre sécurité, tous les sentiers sont balisés à l'aide de plaques bleues, de flèches, de numéros de sentiers, de panneaux synoptiques ou d'indications de distance à parcourir entre les points d'intérêt.

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

Numéro d'urgence 418 291-5045
En cas d'urgence, composez le 911



SECTEUR LAC-TALON

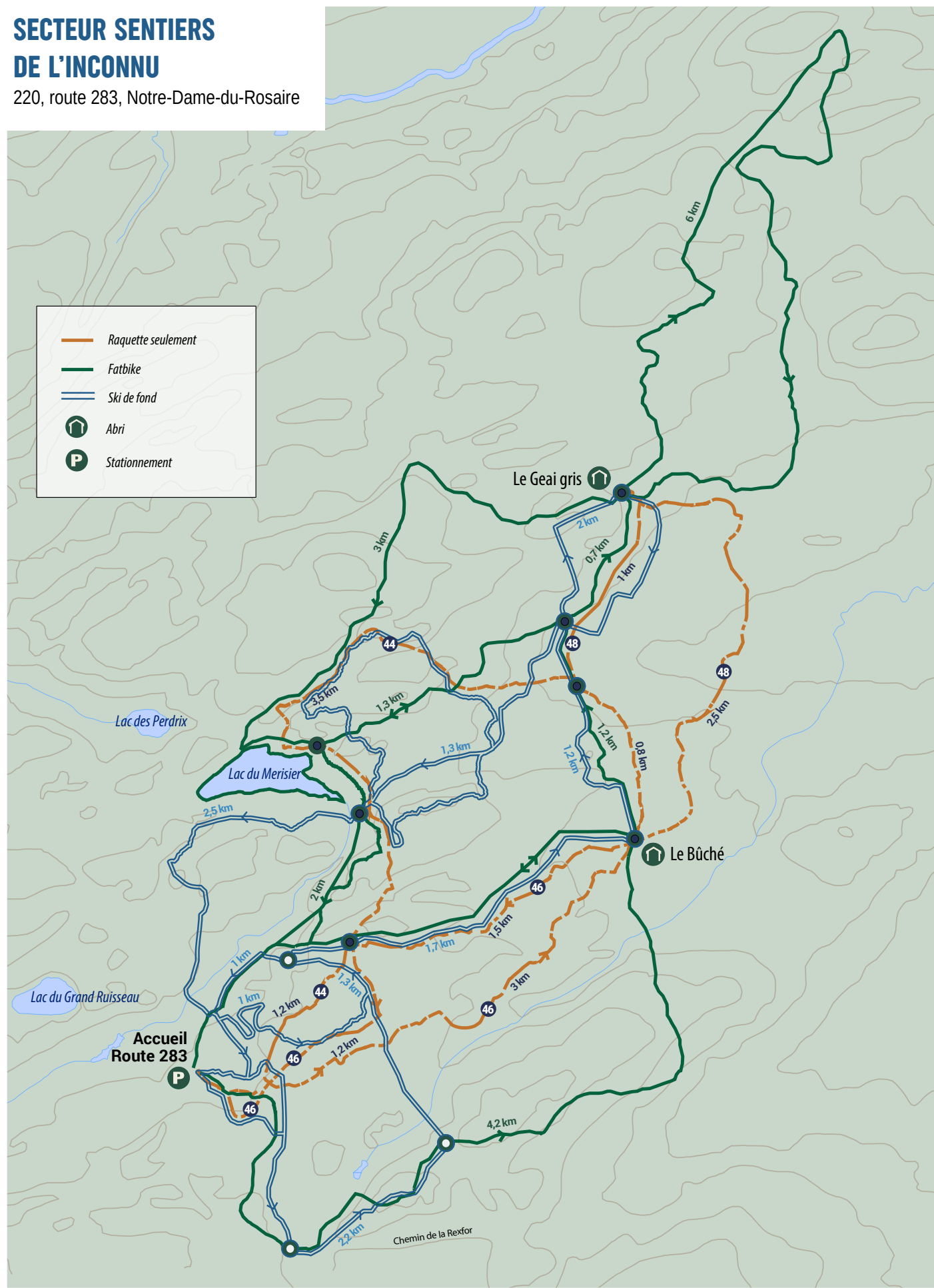


Le parc met à votre disposition un réseau de refuges afin de vous faire vivre une expérience hors du commun.



SECTEUR SENTIERS DE L'INCONNU

220, route 283, Notre-Dame-du-Rosaire



Bureau d'accueil de Sainte-Lucie-de-Beaugard
(Bureau permanent)
105, rue Principale
Sainte-Lucie-de-Beaugard, QC G0R 3L0
877 827-3423 | 418 223-3423

Bureau d'accueil de Saint-Fabien-de-Panet
(Bureau saisonnier)
73, route 283
Saint-Fabien-de-Panet, QC G0R 2J0
418 249-4636

info@parcappalaches.com
Parc des Appalaches

Numéro d'urgence 418 291-5045
En cas d'urgence, composez le 911

Soyez un randonneur consentié, achetez votre accès ici !



CARTE DES SENTIERS



SUGGESTIONS DE PARCOURS

Cascade et esker • 5.1 km

DÉPART P10

Sentier des Chutes-de-la-Devost 5

Sentier le Portage 6

Chute du Ruisseau des cèdres • 5.6km

DÉPART P5

Sentier du Lac-Talon 1

Sentier du Ruisseau-des-Cèdres 3

Tour du Mont Sugar Loaf • 13.7km

DÉPART P13

Sentier du Garde-Feu 11

Sentier du Pont-Brûlé 10

Sentier les Castors 14

Tour de la Montagne Grande Coulée • 9km

Sentier des Originaux 7

Sentier les Fantômes 15

Sentier des Originaux 7

Les parois et l'érablière • 7.1km

DÉPART P1

Sentier les Parois 8

Sentier de l'Érablière 2

Sentier du Lac-Talon 1

Le Parcours des Caps • 9.8km

DÉPART P3

Sentier du Parcours-des-Caps 28

Sentier du Lac-Talon 1

Le Tour du Bûché • 5.7km

(PARCOURS FAMILIAL, HIVER SEULEMENT)

Sentier Le Bûché 16