

QUÉBEC AU FIL DE L'EAU

Plaisir simple dans la vallée

En canot, sur la rivière Bras-du-Nord dans Portneuf

Jean-Sébastien Massicotte

jsmassicotte@lesoleil.com

Les ingrédients réunis sont parfaits. Une eau limpide, un dénivelé juste suffisant pour se faire porter par le courant et un panorama à couper le souffle.

Sitôt le canot dans la rivière, on oublie vite qu'on est si près de Québec. Secret de moins en moins bien gardé, la Vallée Bras-



Une halte bienfaisante—COLLABORATION SPÉCIALE JEAN-SÉBASTIEN MASSICOTTE

du-Nord dans Portneuf a de quoi plaire. La destination apparaît idéale pour ceux qui veulent vivre l'expérience d'une descente en rivière, sans les risques qui y sont habituellement associés.

Sûr, la prudence est toujours de mise, mais le plan d'eau se veut docile et avec peu d'obstacles.

Les sections de rapides qui ponctuent le parcours suffisent à animer la ballade, sans mettre en péril les équipages néophytes. Pas surprenant que les sorties en famille, pique-nique à bord, semblent devenir coutume.

Tout au long des 17 km sur l'eau, c'est une découverte du relief unique de la vallée Bras-du-Nord qui s'offre aux plaisanciers: de l'impressionnante chute Delaney, en passant par le corridor de verdure qui habille l'horizon en continu.

Un environnement qui vaut le détour et qui explique à merveille le plaisir simple d'une journée en rivière.



Isabelle Duchaine découvre la rivière Bras-du-Nord en compagnie d'amis et du guide de la journée, Frédéric Asselin.— COLLABORATION SPÉCIALE, JEAN-SÉBASTIEN MASSICOTTE

Portrait d'un passionné

ADEPTE DES LONGUES EXPÉDITIONS

Nom : Frédéric Asselin

Âge : 32 ans

Lieu de résidence : Saint-Raymond

Occupation : directeur de la coopérative de solidarité Vallée Bras-du-Nord

Expérience en canot : 15 ans

Digne de mention : adepte de longues expéditions, il a notamment descendu la rivière Georges en 1999 (bassin de la baie d'Ungava, environ 700 km en 32 jours). Il a aussi exploré la rivière Rupert en 2002 (bassin de la baie James, environ 300 km en deux semaines), et la Pontax en 2004 (au nord de la Rupert, 300 km en deux semaines)

Pourquoi présenter cette destination : « Parce que je suis le directeur de la coopérative !, lance à la blague le sportif originaire de Québec.

Sérieusement, c'est un joyau accessible. À mon avis, la plus grande richesse au Québec, ce sont nos rivières. C'est ce qui nous identifie. Nous, ce qu'on fait en mettant en valeur le Bras-du-Nord, c'est de favoriser la pratique du canot, et ça sensibilise les gens à cette grande richesse qui nous distingue partout dans le monde ! De cette façon, on mobilise l'opinion publique à préserver les rivières d'ici, et éventuellement celles dans le Nord. »



Destination : rivière Bras-du-Nord

Activité : canot

Où : accueil Cantin à l'accueil Shannahan (près de Saint-Raymond)

Comment s'y rendre : à partir de Québec, par l'autoroute 40 Ouest, prendre la sortie 281 et se rendre à Saint-Raymond en suivant la route 365 (environ 45 min). Pour se rendre dans la vallée, emprunter la rue M^{re}-Vachon à partir du centre-ville (à droite à la station-service Ultramar). Environ 5 km plus loin, tourner à gauche sur le rang Saguenay. Suivre les indications pour les deux accueils : Cantin (l'arrivée en canot) et Shannahan (le départ). Un *must*, la carte détaillée de la vallée est offerte au bureau d'information touristique de Saint-Raymond.

Stationnement/navette : un service de navette est disponible seulement lors de la location d'embarcations, sur réservation

(départs : à 9 h 30, 10 h 30 et 11 h 30). Accessible uniquement les fins de semaine avant le 24 juin, puis sept jours sur sept jusqu'au 4 septembre. Sinon, pour ceux qui arrivent avec leurs bateaux, il est plutôt aisé et rapide d'organiser la navette avec deux voitures. Les stationnements sont gratuits.

Droits d'accès à la vallée : 5 \$ par adulte par jour

Autres activités possibles : kayak, randonnée pédestre (plus de 70 km de sentiers), camping rustique, randonnée équestre et escalade

Niveau de difficulté : technique facile, mais la durée est suffisante pour justifier le niveau intermédiaire.

Durée/distance : prévoir entre 4 et 6 heures / 17 km

Période idéale pour y aller : à partir de la fin mai, jusqu'à la fin septembre.

À voir : le pont suspendu qui sur-

plombe la rivière (mise à l'eau), la chute Delaney et ses 150 mètres (à environ 3 ou 4 km du départ), les nombreuses plages de sable et de galets, les hautes parois rocheuses (en particulier dans le dernier tiers du parcours) et le paysage de verdure encafé.

Précautions/recommandations : la principale difficulté de la sortie réside dans la distance à parcourir. Prévoir suffisamment de temps. Emporter assez d'eau et de nourriture, de même que de quoi se protéger du soleil et des insectes, selon la période de l'année. Prudence également sur le rang Saguenay, qui est en gravier et étroit par section. Réduisez votre vitesse.

Coordonnées : téléphone : 1 800 321-4992 ou 337-2900 www.vallebrasdunord.com

Plus de photos sur la destination à l'adresse suivante : www.cyberpresse/soleil/eau

Voyages Wonder IATA Tél.: (514) **868-9800** 1-866-750-9800 PLACE-D'ARMES 71-B, De La Gauchetière O., Mtl

Le meilleur de la Chine / Croisière des Trois Gorges 22 jours ★ Présentation audiovisuelle (en français) à Québec

Départs garantis: **10 sept;** **8/19 oct.; 2 nov.**

Tout inclus **3388 \$** à partir de

inclus : croisière 5 étoiles (Regal Princesse) Hôtel 5/4 étoiles, pension complète en Chine, transports international et domestique, toutes taxes comprises, accompagnateur/guide francophone

Visites : Beijing, Xi'an, Hangzhou, Suzhou, Wuzhen, Shanghai, Wuhan, Trois Gorges, Chongqing, Dazu Grottes, Guilin, Guangzhou, Hong Kong

Le meilleur de la Chine 16 jours Tout inclus **2988 \$** à partir de

Départs garantis : **15 août;** **10/30 sept.; 19 oct.; 2 nov.; 25 déc.**

Visites : Beijing, Xi'an, Hangzhou, Suzhou, Wuzhen, Shanghai, Guilin, Guangzhou, Hong Kong

Inclus : Hôtel 5/4 étoiles, pension complète en Chine, transports international et domestique, toutes taxes comprises, accompagnateur/guide francophone

Réservation: 1-866-750-9800 Mmes Mina et Tracy, M. Paul

Sujet: Meilleur de la Chine / Croisière des Trois Gorges 22 jours

10h30-12h00; 13h00-14h30 & 15h30-17h00

Adresse: Hilton Québec (Salle Dufferin)

1100, boulevard René-Lévesque Est, Ville de Québec

★ Rabais de 50\$ pour réservation sur place

★ Brochure/ dépliant de voyages

★ Experts en voyages vous attendront pour toute question

17 juin

PREMIÈRE CARTE ROUTIÈRE TOURISTIQUE DU CENTRE-DU-QUÉBEC

C'est la première carte du genre réalisée pour cette région. Elle contient les noms et coordonnées complète des 311 membres de l'association touristique de même que des lieux d'hébergement, des restaurants et des attraits. Elle sera offerte gratuitement dans les stations-services de la région et dans les bureaux d'information. On peut la commander dans Internet au www.tourismecentreduquebec.com ou en téléphonant au 1 888 816-4007, poste 300.

Marianne White