

VALLÉE DE LA MATAPÉDIA De Causapsal à jusqu'à la rivière Matane 102,8 km



Le secteur de la Vallée-de-la-Matapédia se situe entre les sections de la MRC d'Avignon (municipalité de Matapédia et Saint-André de Restigouche) et de la réserve faunique de Matane. Le parcours suit parfois des anciens sentiers de garde forestier et il traverse plusieurs municipalités. Le randonneur de courte ou de longue randonnée découvrira toute la richesse et la diversité d'une vallée forestière et agricole. Pays de rivières, la Vallée est reconnue pour ses saumons et ses belles forêts. Le randonneur qui aime entendre le son de l'eau et du vent et qui adore observer les signes de la présence de la faune québécoise va être en mesure de vivre pleinement ses passions.



Dans la vallée de la Matapédia, le randonneur de longue durée pourra se ravitailler dans plusieurs municipalités le long du sentier. Tout le long du sentier, de village en village, vous aurez la possibilité d'observer des saumons qui sautent dans les chutes, des sites de deltaplane et deux ponts couverts. Le sentier combine la culture matapédiennne et son environnement campagnard avec l'expérience de plein air en milieu sauvage. Le randonneur bénéficiera de 8 abris pour 4 personnes à tous les 15 à 20 km de marche. De plus, des plates-formes pour tentes ainsi que des toilettes sèches sont disponibles sur ces sites. Les abris de Causapsal, Amqui et Saint-Vianney offrent également des douches aux randonneurs.

SERVICES ET ATTRAITS LE LONG DU PARCOURS

Bureau d'accueil touristique de Causapsal : 5, rue Saint-Jacques Sud, Causapsal, QC G0J 1J0 (418) 756-6048 Les services se retrouvent sur la route 132 qui longe la rivière Matapédia. www.causapsal.net

Abrî du Camping de Causapsal : 601 Route 132 Ouest, Causapsal, QC G0J 1J0 (418) 756-5621 on y retrouve un **abri du SIA** pour 4 personnes ainsi que des douches et toilettes.

Au sud du centre-ville sur la route 132 Hébergement : Auberge la Coulée Douce chambres à louer, (418) 756-5270, air climatisé. Restaurant : Cantine Sportive. Épicerie : Marché Richelieu (3), grand choix d'aliments de bonne qualité. Site historique Matamajaw : plusieurs bâtiments restaurés qui touchent à l'histoire de la ville et à celle de la pêche au saumon.

À l'ouest du pont de la rivière Matapédia Quincaillerie Coop, un peu d'approvisionnement plutôt pour le camping que pour la longue randonnée. Dépanneur Gem (2). Il y a un petit centre commercial à côté du pont de la rivière Matapédia avec une pharmacie et une clinique médicale.

Au nord du pont de la rivière Matapédia Services : Caisse Desjardins avec GA et tél. Dépanneur Pétró Canada (2). Restaurants : Casse-croûte Lauzier; Casse-croûte Spot Lunch; Bar Laitier; et le restaurant Katrami (aux Galeries Saint-Jacques). Hébergement : Camping de Causapsal, (418) 756-5621, buanderie, boissons gazeuses, bois de chauffage; Motel du Vallon, (418) 756-3433 ou 1-866-519-3433

Pour quitter Causapsal : Le sentier est situé derrière l'abri du SIA dans le camping municipal de Causapsal. Empruntez la

route qui mène jusqu'à la rivière Causapsal, là où le SIA commence à suivre un ancien chemin de garde-pêche qui longe cette belle rivière. Des cascades offrent de magnifiques points de vue et la possibilité d'observer des poissons qui remontent la rivière.

Abrî Les Chutes : Vous arrivez sur le site des Chutes de la rivière Causapsal. On y retrouve un **abri du SIA**, une **plateforme pour tente** ainsi que des toilettes sèches dans le stationnement. Quelques km plus loin, passez par une fosse à saumon. Il s'agit du **site des Marais**. À cette fosse, il y a des panneaux d'interprétation, des aires d'observation et des animateurs qui seront en mesure de vous donner des explications sur le saumon de l'Atlantique. Au nord de la fosse, le randonneur parcourra des prés et des marais.



Abrî de Saint-Alexandre-des-Lacs : Pour s'y rendre, vous devez quitter le sentier du SIA sur le rang Lavoie et marcher 2 KM (1.24 MI) en direction nord. Au centre du village en bordure du lac Rouge, vous y trouverez l'abri du SIA ainsi que des toilettes sèches. Pour les clés, vous vous adressez au bureau de poste.

Mont Thabor (Site de lancement pour deltaplane) : Magnifique vue sur le village de Lac-au-Saumon. On y retrouve une toilette sèche et une table de pique-nique.

Jct de la route menant à Saint-Alexandre-des-Lacs : vous avez la possibilité de faire un petit détour pour visiter le village de Lac-au-Saumon. **L'abri du Lac-au-Saumon** est situé dans le parc du Centenaire à 6 km de cette JCT. Vous devez refaire le même trajet le lendemain pour revenir à la JCT et repartir sur le sentier. Pour la clé de l'abri, vous adressez au Dépanneur du Lac Enr, 263 rue Saint-Edmond, Lac-au-Saumon, QC (418) 778-332. On y retrouve également un Casse-Crouste.

Abrî l'Érablière : à la JCT de la route menant à Saint-Alexandre-des-Lacs, vous pouvez rejoindre l'**abri l'Érablière** situé à environ 4 km de cette Jct. Vous y retrouvez également une toilette sèche. Cet abri est en forêt non loin d'un petit étang. Vous passerez devant le site des Chutes à Philomène. De cet abri, vous pourrez gagner Amqui en traversant la Montagne à Fournier jusqu'au rang Napoléon.

Chutes à Philomène : Dès que le randonneur traverse le pont fait en bois avec un garde-fou blanc, il aperçoit, à gauche, le stationnement de la chute. À côté du stationnement se trouve un pavillon qui peut servir d'abri lors de mauvais temps. Faites la longue descente jusqu'au pied de la chute pour pouvoir apprécier le belvédère.



Parc de la rue des Pompes : du rang Napoléon, vous gagnerez ce petit parc qui a été aménagé par la Ville d'Amqui.

Amqui Ville et Loisirs (418) 629-4242. Des services sont offerts un peu partout dans la ville. www.ville.amqui.qc.ca

JCT rue des Pompes et la route 132 : marchez en direction ouest sur la 132 jusqu'à la rue de l'Hôpital (jct route 132 et route 195). À ce carrefour, prenez le Boul. Saint-Benoît (rte 132) direction ouest jusqu'à la gare d'Amqui.

Hôpital : situé à 1 km de l'intersection de la route 195 et la route 132 au centre-ville d'Amqui.

Sur la route 132, il y a des pharmacies, des épiceries (Métro et Maxi) et une Caisse Desjardins (GA) près du pont qui enjambe la rivière Matapédia. **Restaurants en ville** : Dixie Lee (poulet frit); La Gourmandise Pizza dans four à bois; McDonald's; Micro Brasserie, la Captive (bière maison, super hamburger, boulangerie, pâtisserie, fromage), Hôtel Gagnon restaurant-bar Bar laitier en face de la gare et du camping; Cantine Fortier. Hébergement : Auberge Beauséjour (418) 629-5531, Le Domaine du Lac Matapédia (B & B) (418) 629-5004, Camping d'Amqui (418) 629-3433, Camp Sable Chaud situé à 5 minutes de la Seigneurie du Lac Matapédia (418) 629-3747. Près de la gare se trouvent deux hôtels : Auberge Ambassadeur, 1-888-588-6464 et Selectôtel Amqui, 1-800-463-0831. Magasin de sport : Inter Sports vend un peu d'approvisionnement pour le camping.

Parc Maurice Gagné et les 2 Ponts couverts (Beauséjour et Anse Saint-Jean) : de la gare, entrez dans le petit parc qui longe la rivière Matapédia au centre-ville d'Amqui. Au bout du parc, vous traverserez un pont couvert. Le sentier vous amène au rang Saint-Jean-Baptiste, plus connu sous le nom de « la petite Gaspésie ». De là, vous marchez jusqu'au Pont couvert de l'Anse Saint-Jean que vous traversez pour vous rendre au **Camping d'Amqui (1 km)** où l'on retrouve un **abri du SIA** ainsi que des douches et des toilettes. Le bureau d'accueil touristique est à la sortie du Pont couvert de l'Anse Saint-Jean.



Abrî du Camping d'Amqui : 686 Route 132 ouest, Amqui, QC (418) 629-3433. Du camping d'Amqui, vous revenez au Pont couvert de l'Anse Saint-Jean et empruntez à nouveau le rang Saint-Jean-Baptiste en direction nord. Après quelques km, vous arrivez au camp Sable Chaud. Vous marcherez dans les pistes de ski de fond jusqu'au ruisseau à Michaud. Ensuite, le sentier longe la route de la Seigneurie jusqu'au Dépôt à Soucy.

Abrî des Trois-Sœurs : Il n'y a pas de point d'eau. Avant d'arriver au refuge, les randonneurs se dirigeant vers Cap Gaspé pourront se ravitailler à un ruisseau qui se situe près du stationnement du Dépôt à Soucy au KM 493,5, soit 2,5 KM (1.55 MI) avant le refuge. Les randonneurs se dirigeant vers Katahdin trouveront un ruisseau après le KM 490 avant d'atteindre le refuge au KM 491. Ce point d'eau est à 200 mètres du sentier et l'intersection pour s'y rendre est située à 700 mètres du refuge. Un randonneur ayant oublié de prendre de l'eau au Dépôt à Soucy pourrait assez facilement s'approvisionner en faisant un aller-retour (1,8 KM – 1.12 MI). De l'abri les 3 Sœurs, vous pouvez rejoindre la municipalité de



Saint-Vianney (16 km).

Abrî de Saint-Vianney : il est situé dans le parc municipal de Saint-Vianney. Les toilettes et les douches sont dans le bâtiment de service du parc municipal (100 mètres de l'abri). Pour la clé de l'abri, veuillez-vous adresser à la Coopérative de Solidarité de Saint-Vianney (épicerie), 1040C Route 195, Saint-Vianney, QC, (418) 629-5002.

Faites votre ravitaillement avant d'arriver à la réserve faunique de Matane et au parc national de la Gaspésie. Les points de ravitaillement deviennent rares lorsque vous quittez la Vallée-de-la-Matapédia en direction EST pour atteindre la

section montagneuse de la péninsule gaspésienne. Le randonneur doit planifier ses provisions à Amqui ou à Saint-Vianney. À Saint-Vianney et à Saint-René-de-Matane (hors sentier), il y a un bureau de poste et une épicerie. Il est aussi possible d'envoyer un colis au Camp Tamagodi à l'entrée de la Réserve faunique de Matane.

Il faut planifier très attentivement vos points de ravitaillement dans cette section du SIA.

Saint-Vianney : Municipalité : 418-629-4082. Dernière chance de trouver un restaurant et une épicerie (3) sur le sentier ou dans ses environs. www.saint-vianney.net le prochain point de ravitaillement est à 180 KM (111.85 MI) sur la route 299, direction Cap-Gaspé au Gîte du mont Albert dans le parc national de la Gaspésie. Une autre possibilité de point de ravitaillement est à Saint-René-de-Matane. Il y a un casse-croûte sur la route 195. www.municipalite.st-rene-matane.qc.ca/

SITES D'HÉBERGEMENT DU SIA-QC



Le SIA-QC offre trois options d'hébergement le long du sentier, refuges, abris (Lean-to) et plates-formes campings).

Tarifs

Refuges : 23 \$ + taxes par personne, par nuit

Abris : 17,25 \$ + taxes par personne, par nuit

Plates-formes de camping : 5,75 \$ + taxes par personne, par nuit

***Notez que les prix sont sujets à changement, et ce, sans préavis.**

Pour toutes réservations contactez le SIA-QC :

Téléphone : 1-418-566-2058

Info : 1-418-562-7885

Courriel : info@sia-iat.com

Web : www.sia-iat.com

LE BALISAGE

Des billards d'information ont été placés dans les villes et villages traversés par le SIA-QC et à différents points d'accès au sentier sur lesquels on retrouve la carte topographique pour le secteur.



Balises du Sentier

Pour marquer le tracé du sentier, 35 000 balises bleues et blanches ont été installées dans les deux sens tout au long des 650 kilomètres (404 miles) que fait le SIA-QC. Les balises sont en aluminium et mesurent 5 centimètres sur 15 centimètres et portent l'inscription SIA/IAT. De façon générale, les balises sont installées du côté droit, distantes de façon à ce que l'on puisse voir deux balises à la fois.



Balises d'urgence 9-1-1

Des balises mesurant 13 centimètres sur 13 centimètres ont été installées à environ chaque kilomètre du SIA au Québec. Elles sont utiles lors des situations d'urgence, car elles permettent de diriger plus facilement les secours.

Ces balises sont également utiles aux randonneurs et aux équipes d'entretien, qui s'en servent comme point de référence. Le kilomètre 0 est situé à Cap Gaspé, et le kilomètre 650 est à Matapédia.

RÉGLEMENTATION

Tous les usagers du SIA au Québec doivent se conformer à certains règlements visant à préserver le milieu naturel et les équipements en place.

- Les usagers des refuges et campings doivent obtenir un permis émis à cette fin.
- laisser tout lieu qu'ils occupent et tout équipement qu'ils utilisent dans un état d'ordre et de propreté;
- le camping et les feux sont permis seulement aux endroits aménagés ou désignés à cette fin;
- les véhicules motorisés ne sont autorisés qu'aux endroits définis et aménagés pour la circulation routière;

Le long du SIA, un usager doit d'abstenir :

- d'abattre ou d'endommager des arbres, des arbustes;
- d'abattre, de capturer, de blesser, de molester, de nourrir ou d'apprivoiser un animal;
- d'introduire des animaux sauf s'il s'agit d'un chien d'aveugle qui accompagne son maître;
- de jeter des déchets ou autres ordures ailleurs que dans les contenants et les endroits prévus à cette fin;
- de transporter des armes ou des instruments de chasse;

Le Directeur du SIA peut interdire temporairement l'accès à une partie ou à l'ensemble du SIA;

- s'il y a des risques pour la sécurité des personnes;
- si la capacité de support des aménagements est dépassée ou atteinte;
- s'il y a des risques sérieux de détérioration du milieu.

CONSEILS PRATIQUES

Il est bon de rappeler aux randonneurs qui entreprendront le parcours du sentier des Appalaches, quelques conseils pratiques pour éviter certains désagréments.

Il faut penser que :

- les moustiques peuvent être voraces, prévoir une huile ou une pommade;
- les vents soufflent parfois très violemment sur les sommets, s'apporter des vêtements appropriés;
- les animaux sauvages peuvent se montrer intéressés par la nourriture des randonneurs, suspendre les provisions à l'extérieur de la tente pour la nuit;

Un supplément de deux repas d'aliments déshydratés et une trousse de premiers soins doivent faire partie de l'équipement du randonneur comme mesures préventives.

L'ÉTHIQUE DU RANDONNEUR

La conservation du milieu naturel et le respect des autres randonneurs exigent que l'on tienne compte des éléments suivants :

- sortir les déchets du sentier et les déposer dans les poubelles placées aux extrémités du sentier;
- laisser les lieux d'hébergement dans un état de propreté impeccable;
- allumer les feux de cuisson dans les foyers aménagés à cette fin;
- laisser l'utilisation des refuges à ceux qui en ont fait la réservation.
- suivre les instructions pour l'utilisation des équipements dans les refuges et rapporter toute anomalie;
- ne consommer que la quantité de bois nécessaire pour les besoins de cuisson et de chauffage;
- éviter d'utiliser l'écorce des arbres pour allumer le feu;
- cueillir les fruits sauvages pour consommation sur place seulement et sans endommager le milieu naturel.

CONSEILS DE SÉCURITÉ

Même si la sécurité est d'abord l'affaire du randonneur, voici quelques conseils de sécurité qu'il est recommandé de respecter :

- lors de l'inscription, l'usager doit fournir le nom, l'adresse et le numéro de téléphone d'une personne à rejoindre en cas d'accident;
- les randonneurs de moins de 18 ans doivent être accompagnés d'un adulte;
- chaque randonneur est tenu de respecter l'itinéraire prévu lors de l'inscription;
- la qualité de l'eau peut parfois être douteuse, il est alors préférable de la faire bouillir ou d'y ajouter des comprimés d'halazone;
- lorsqu'on est témoin d'un accident, le rapporter le plus rapidement possible;
- avant d'entreprendre une longue randonnée pédestre, une bonne condition physique est un atout important;
- en cas d'urgence contacter le 911.

POUR NOUS CONTACTER



Sentier international des Appalaches – Québec
c. p. 132, Matane, Québec, G4W 3N1
Tél. : 418-560-4642
Courriel : info@sia-iat.com
Web : www.sia-iat.com

Services	Accomodation Type / IAT Passport Type d'hébergement / Passeport SIA	Accomodation Type / IAT Parters Type d'hébergement / Partenaires	Blaze no	Distance
			No Balise	Blaze no
Eau	Abrî / Shelter - Saint-Vianney		KM	KM
Pas d'eau	Camping / Platforms + Abrî / Shelter - Les Trois Sœurs		KM	KM
Eau			DE/FROM	À / TO
Eau, Dc	Abrî / Shelter - Camping d'Amqui	Camp Sable Chaud (camping)	467	478
Eau	Abrî / Shelter - L'Érablière	Camping municipal d'Amqui	478	491
Eau	Abrî / Shelter - Lac-au-Saumon		491	501
Eau	Abrî / Shelter - Saint-Alexandre-des-Lacs		501	505
Eau	Camping / Platforms + Abrî / Shelter - Les Chutes		505	520
Eau	Abrî / Shelter - Causapsal		520	528
Eau, Tél, Dc			528	540
			540	544
			544	560

