

ESCAPADE AU CANADA

« Tomber en amour » au Québec



JOUR 1

ARRIVÉE À MONTRÉAL

La province francophone du Canada est une destination parfaite pour déconnecter, en couple ou entre amies. Nos suggestions pour un circuit de 10 jours entre villes et espaces verts, entre activités et détente.

REPORTAGE SIGRID DESCAMPS
COORDINATION SOLINE DE
GROEVE ET CÉLINE FION

Après un peu plus de 7h30 de vol au départ de Bruxelles, pour un atterrissage en douceur, on reste sur place deux jours, histoire de se poser, de se faire au climat (plus humide que chez nous) et de découvrir la ville... Sur place, les locaux vous diront que pour « tomber en amour » de Montréal, il faut la laisser venir à soi et l'apprivoiser... Pour nos premiers pas, on flâne d'abord un peu dans le centre, histoire de repérer quelques adresses où manger, à visiter ou encore, où « magasiner » (comprenez : faire du shopping).

En fin d'après-midi, on va prendre une bouffée d'oxygène au **parc du Mont-Royal**, tout en haut de la ville. Surnommé « La Montagne », ce vaste poumon vert de plus de 200 ha – dessiné par le même architecte que celui de Central Park : Frederick Law Olmsted – propose plusieurs sentiers de promenade et points d'eau. On y croise des écureuils, des marmottes et, si on a de la chance (on n'en a pas eu !), des rats laveurs. Incontournable : une halte au **belvédère Kondiaronk**, d'où l'on jouit d'une vue panoramique sur la ville. On

redescend ensuite pour manger un bout dans le centre avant d'aller s'écrouler dans les bras de Morphée. Des adresses à conseiller ? On a craqué pour le **food court Le Central**, à l'offre culinaire variée (lecentral.ca), et le plus chic **Restaurant Henri**, une brasserie bistronomique à la déco d'inspiration Art nouveau (restauranthenri.com). Et pour loger ? Il faut s'y prendre à temps, car l'offre est vaste, mais relativement coûteuse. Un bon plan : l'auberge de jeunesse **L'Auberge du Plateau**, qui propose des chambres privatives (aubergeduplateau.com).

Une halte incontournable sur les hauteurs de Montréal : le belvédère Kondiaronk, dans le parc Mont-Royal, avec vue imprenable sur la ville



JOUR 2

COMBATTRE LE JET-LAG

Pour lutter contre le décalage horaire (6 heures), on s'offre... une séance de spa. La méthode scandinave du « chaud-froid-détente » est connue pour aider le corps à s'adapter à un nouveau fuseau horaire, car elle aide à resynchroniser l'horloge interne ! Histoire de marier cette session de bien-être à la poursuite de notre découverte de Montréal, on réserve donc une séance au **Bota Bota**, aménagé dans un ancien navire sur le vieux port, avec vue sur le fleuve Saint-Laurent d'un côté, sur la ville de l'autre (botabota.ca). Après deux heures d'ablutions, on enchaîne avec une balade à pied (mais il est possible de l'effectuer à vélo) **le long du port**, où se dresse, entre autres, **le Centre des Sciences**. Par curiosité, on ira jeter un œil sur l'ultra-touristique **Vieux-Montréal**, qui se limite à quelques rues pavées, où s'enchaînent les boutiques et restaurants. On s'en éloignera assez vite pour rejoindre le **parc Jean-Drapeau**, étalé sur plusieurs petites îles. Parmi les autres sites à découvrir sur cet archipel : deux vestiges de l'Expo Universelle de 1967, le casino, le circuit de F1 Gilles Villeneuve, ou, pour une pause balnéaire, la plage Jean-Doré.

installé dans un ancien bateau dans le vieux port de Montréal, le spa Bota Bota.

Pour les réservations d'hôtels et restaurants, mieux vaut **anticiper un max !**



Vue aérienne sur Québec et le château Frontenac.

JOUR 3

DÉPART VERS QUÉBEC

On quitte Montréal pour se diriger vers Québec, à quelque 230 kilomètres de là, soit 3 heures de route environ sans escale. Sauf que l'on a évidemment prévu d'en faire : ainsi, on profite de **notre traversée de la Montérégie**, région réputée pour ses vergers, vignobles et cidreries, pour faire une halte au pied du mont Rougemont. Là, la **cidrerie Michel Jadoin** (micheljadoin.ca) organise diverses activités, dont une randonnée pédestre de 4,6 km qui mène à un belvédère avec vue sur la région. Et on n'oublie pas de faire une petite dégustation (sans alcool, conduite oblige) avant de reprendre la route. Autre étape à noter : la visite du **Village Québécois d'Antan** (villagequebecois.com), dans la

région du Centre-du-Québec. Une invitation à plonger dans le Québec du 19^e siècle, à la découverte d'authentiques maisons et cabanes de l'époque, le tout animé par des comédiens costumés, à fond dans leur rôle, qui vous racontent le quotidien de leurs personnages. C'est « bien fun » ! Arrivés à Québec en fin de journée, on file profiter des dernières heures de luminosité. Pour cela, on emprunte le funiculaire pour grimper jusqu'à la **terrasse Dufferin**, au pied du **Château Frontenac**, considéré comme l'hôtel le plus photographié au monde, où l'on pourra prendre un verre au bar, voire dîner, après avoir immortalisé la vue sur la ville et la région (fairmont.fr/frontenac-quebec). →



Quai du Vieux-Port de Montréal



JOUR 4

LA VIEILLE VILLE ET LE FLEUVE

On se lève tôt pour aller savourer un petit-déj' dans l'un des établissements de la maison **Smith** (smithcafe.com ; on vous conseille leur gâteau à la carotte, à tomber !) avant d'arpenter **les petites rues du Vieux-Québec**, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. L'occasion de découvrir la Place Royale, les fortifications et autres bâtiments historiques. On termine la visite par une balade dans les vertes **plaines d'Abraham**, le Central Park local, où se croisent pique-niqueurs et promeneurs. En été, l'espace accueille le giga festival musical de Québec, qui réunit des stars internationales. Si vous voulez profiter d'une visite guidée, on

vous conseille les services de **HQ** (hqst.ca), qui propose plusieurs formules et thématiques sous la houlette de Québécois pur jus ! En fin d'après-midi, on se la joue relax sur **la promenade Samuel-De Champlain**, une route aménagée pour les piétons, cyclistes et rollers le long des berges du Saint-Laurent. Le soir, on vous recommande vivement le restaurant **L'Orygine**, un bistro organique qui met les légumes à l'honneur et qui chamboulera votre conception de la cuisine végétarienne (lorygine.com). Autre option, plus démocratique : le **Don Végane**, aux mets aussi surprenants que savoureux (donresto.com). Deux coups de cœur !

A Québec, pour rejoindre la terrasse Dufferin, on emprunte le funiculaire

JOUR 5

JOURNÉE 100 % NATURE

On entame la journée avec une excursion dans le parc de l'impressionnante **Chute Montmorency**, à seulement 15 minutes du centre de Québec. On peut rejoindre le sommet via un escalier panoramique (il compte 487 marches, une bonne condition sportive est requise) ou en **téléphérique**. Une fois en haut, on emprunte un pont suspendu pour marcher au-dessus de la chute et admirer sa puissance. À noter pour les plus sportifs : il est possible d'emprunter trois parcours de via ferrata le long de la falaise ou de redescendre... en tyrolienne.

À environ une demi-heure de la chute, on rejoint ensuite le **domaine de Mont Sainte-Anne**. Prisé par les skieurs en hiver, le reste de l'année, ce site verdoyant attire les randonneurs et cyclistes... et les amateurs de sensations : on peut y traverser 3 ponts suspendus (dont l'un à plus de 60 m de haut) pour surplomber un canyon millénaire, mais aussi s'essayer au canyoning et au parapente ! On reprend la route vers Québec pour se diriger vers **l'île d'Orléans**, « l'île gourmande ». L'agriculture occupe plus de 90% des terres, riches en vignobles et vergers. On y admire aussi de jolies maisons du 19^e, notamment dans le **village de Saint-Jean**. Le soir, on en profite pour goûter les produits du cru dans l'un des établissements du coin avant de rejoindre la capitale.



Canyon du Mont Saint-Anne

JOUR 6

LE PARC NATIONAL DE LA JACQUES-CARTIER

Non, ce n'est pas une faute de frappe : la Jacques-Cartier est une rivière. Le parc qui porte son nom se situe à moins de 30 minutes de la ville, et propose plus de 100 km de sentiers de randonnée pédestre. L'une des plus belles façons de le parcourir c'est via la rivière elle-même : en canoë ou en kayak, déconnexion garantie !

En fin de journée, direction **l'hôtel-musée écologique et durable des Premières Nations** (hotelpremieresnations.ca) sur le territoire de la réserve amérindienne Wendake. Un hôtel-boutique 4 étoiles, qui abrite le **musée Huron-Wendat**, dédié à l'histoire et la culture des autochtones, et un resto gastronomique. À faire : le parcours nocturne lumineux **Onwha' Lumina** (onhwalumina.ca).



La meilleure façon de découvrir le parc national de la rivière Jacques-Cartier...



La Sucrerie de la Montagne

JOUR 7

MONT TREMBLANT ET ERABLE A GOGO

On reprend lentement la route vers Montréal, mais avant de la rejoindre, on s'offre une journée au **parc national du Mont-Tremblant**. Très prisé en hiver, le site est accessible en toutes saisons et propose de nombreux sentiers pour randonneurs et cyclistes, ainsi que plusieurs lacs où s'adonner à diverses activités nautiques. Le soir, direction Rigaud pour une soirée « dans le jus » à **La Sucrerie de la Montagne**, une institution. Un micro-village construit autour d'une érablière artisanale - qui continue de récolter l'eau d'érable (qui sera ensuite transformée en sirop) à l'ancienne - avec resto, boulangerie, une boutique et des chalets. Le patron, Pierre (une légende vivante), et son fils Stéphane sont aussi accueillants que passionnants. L'idéal est de pouvoir loger dans l'un des chalets sur place, pour vivre l'expérience à fond (sucriedelamontagne.com). Faute de place (ou si l'on préfère séjourner dans un lieu plus cosy), on trouve à dix minutes de là **l'Auberge des Gallant** (aubergedesgallant.com), qui dispose d'un resto gastronomique, d'une piscine et d'un espace wellness, où se faire chouchouter.

JOURS 8 & 9

RETOUR À MONTRÉAL

Après le petit-déjeuner, on reprend la route vers Montréal, dont on poursuit l'exploration. Au très fréquenté Quartier des spectacles, on préférera celui de la **Petite-Bourgogne**, avec un passage par le **marché Atwater**, où l'on peut aussi manger ; ou **celui du Mont-Royal**, avec ses petites boutiques (on y trouve notamment pas mal d'adresses vintage pour les amatrices de fripes), ses restos et ses fresques murales à presque tous les coins de rue. Dans un autre style, si on a envie de rester dans un mood « nature », on passe une bonne partie de la journée dans le vaste **Jardin botanique**, situé non loin du stade olympique au look futuriste.



JOUR 10

CE N'EST QU'UN AU REVOIR

Il nous reste quelques heures avant de nous envoler vers notre plat pays. L'occasion d'une dernière balade dans

CARNET DE VOYAGE

→ **S'y rendre**

Air Transat (airtransat.be) propose 3 vols directs par semaine au départ de Bruxelles en direction de Montréal (de début juin à début octobre) ou chaque jour à partir de l'aéroport Paris-Charles-de-Gaulle. Demandez votre autorisation de voyage électronique ou **ETA** (Electronic Travel Authorisation) via canada.ca, au plus tard quatre jours avant le départ. Sans elle, vous ne pourrez pas entrer sur le territoire.

→ **Moyen de paiement**

La **carte de crédit** est acceptée partout, pas la fonction **Maestro**. Prévoyez des **dollars canadiens**, ou des euros que vous pourrez changer sur place. Attention, tous les prix sont affichés hors taxes, et dans les bars et restos, vous devrez ajouter un **pourboire de minimum 15 %** à la note finale.

Plus d'infos sur : bonjourquebec.com

Montréal est remplie de fresques murales, notamment dans le quartier de Mont-Royal.