

GUIDE DE SÉJOUR

# AUBERGE DE MONTAGNE DES CHIC-CHOCS



Sépaq

# Perchée à flanc de montagne, vivez une expérience loin des préoccupations quotidiennes.

## ÉTÉ COMME HIVER

Choisir de poser son sac à dos à l'Auberge de montagne des Chic-Chocs, c'est s'offrir une collection d'aventures. C'est aussi s'offrir un rythme de vie différent, sain et privilégié. Ainsi, nos forfaits vous permettent de goûter pleinement ce mode de vie en altitude, en dehors de toute préoccupation.

### LES FORFAITS COMPRENNENT

- L'accueil et le transport à partir de Sainte-Anne-des-Monts
- L'hébergement
- Les repas et les collations\*
- Le service de guides expérimentés
- L'équipement de plein air et de sécurité

\* Les boissons et les eaux pétillantes ne sont pas incluses.



# ACCÉDEZ À L'AUBERGE

## SAINTE-ANNE-DES-MONTS : LÀ OÙ L'AVENTURE DÉBUTE

Avant de prendre le chemin de l'auberge, vous devez arrêter à notre bureau d'accueil de Sainte-Anne-des-Monts. C'est à cet endroit que nous vous attendons pour débiter l'aventure car aucun véhicule personnel ne peut se rendre jusqu'à l'auberge.

### Bureau d'accueil de Sainte-Anne-des-Monts

(à même l'Hôtel & cie)

90, boulevard Sainte-Anne Ouest (route 132)  
bureau 101

Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G4V 1R3

Heures de bureau restreintes

Téléphone : 1 800 665-3091



## PROTOCOLE D'ARRIVÉE ET DE DÉPART

Vous êtes priés de respecter l'heure de départ du bureau d'accueil de Sainte-Anne-des-Monts confirmée lors de votre réservation.

**Vous devez vous présenter au moins une demi-heure avant l'heure de départ confirmée.**

En cas de retard, communiquez avec le bureau d'accueil au 418 763-7822 ou avec notre service des ventes au 1 800 665-3091 pour aviser le préposé de votre situation.

Vous devez stationner votre voiture au bureau d'accueil pour toute la durée de votre séjour (stationnement éclairé mais non gardé), et ce, sans frais.

**L'accès à l'auberge en véhicule personnel est interdit en toute saison.**

Notre personnel à l'accueil s'occupera de vous diriger dès votre arrivée. Cartes et photos du territoire sont disponibles sur place.

Du bureau d'accueil, un minibus vous conduira jusqu'à l'Auberge de montagne. L'hiver, la dernière portion du trajet (55 km) se fait en minibus sur chenilles.

### Durée totale du trajet vers l'auberge

En hiver : 2 h 30 • En été : 1 h 15

## INSTALLATIONS

### POUR RELAXER

- 18 chambres avec 2 lits simples ou 1 lit king, salle de bain complète (les peignoirs, la literie, les serviettes, des savons et shampooings biodégradables ainsi que le sèche-cheveux sont fournis par l'auberge)
- Accessibles de l'aire commune, balcons suspendus avec vue sur la chute Hélène et les montagnes environnantes

### POUR ÉCHANGER

- Salle à manger
- Bar avec foyer (jeux disponibles)
- Salle multifonctionnelle : réunion, projection, activités spéciales comme des ateliers thématiques (orientation et interprétation du milieu, etc.)

### NOTES

- Il n'y a ni télévision ni téléphone dans les chambres. Toutefois, il est possible de faire des visionnements sur grand écran dans la salle commune.
- Une ligne téléphonique et un poste Internet sont à votre disposition. Il n'y a pas d'accès Internet sans fil.
- Veuillez noter que tous les téléphones cellulaires sont hors zones sur le site de l'auberge.
- L'auberge est entièrement non-fumeurs et les animaux domestiques sont interdits à l'exception des chiens-guides qui accompagnent une personne aveugle ou une personne présentant un handicap moteur. Deux chambres sont aménagées pour les personnes à mobilité réduite.



## RESTAURATION

### NOUS VOUS INVITONS À PASSER À TABLE

**Entre 7 h et 9 h** – Déjeuner assiette brunch.

**Entre 12 h et 13 h** – Dîner servi en salle à manger. Si vous faites une sortie en montagne, des boîtes à lunch savoureuses et énergétiques seront préparées afin de vous permettre de prolonger vos excursions. Il vous suffit d'en informer la cuisine la veille.

**Avant le souper** – L'espace bar vous accueille pour un 5 à 7 qui vous permettra d'échanger sur vos découvertes de la journée, si vous le désirez.

**Dès 19 h** – Souper proposant des menus raffinés et inspirés des produits du terroir dans une ambiance décontractée.

**Si vous avez des exigences particulières concernant les repas et leur préparation, dans le cas des allergies alimentaires par exemple, veuillez remplir le formulaire et le retourner dans un délai maximal de 15 jours avant le début du séjour au [inforeservation@sepaq.com](mailto:inforeservation@sepaq.com). Des frais supplémentaires de 50 \$ par personne par jour s'appliquent si nous n'avons pas été avisés d'une restriction alimentaire au moins 15 jours avant votre arrivée.**

### UN AUBERGISTE

L'aubergiste s'assure que l'atmosphère chaleureuse de l'auberge vous permettra de décrocher de votre quotidien tout en vous permettant de savourer le massif montagneux à votre rythme. Le tout dans le confort et la sécurité.

### UN CHEF, PRÈS DE LA NATURE

Pas question de se priver de ce que la vie offre de meilleur, même retiré au sommet d'une montagne! Le chef cuisinier, vous attend avec des produits de haute qualité provenant de la Gaspésie, mais aussi des mets aux accents d'ailleurs. On vous surprendra avec des plats sains et savoureux, où poissons et viandes sont à l'honneur. Pour un maximum de fraîcheur, le pain et les pâtisseries, le yogourt et les desserts sont faits sur place.

### DES REPAS CONVIVIAUX

Élevés dans la tradition gaspésienne de la convivialité, le personnel de l'auberge vous invite à prendre les repas autour de grandes tables réfectoires. Il assure le service et se fait un plaisir d'échanger avec vous afin de partager les moments forts de la journée.

### POLITIQUE D'ACHAT À L'AUBERGE

Tous les articles que vous achetez au bar et à la boutique, au cours de votre séjour, sont notés et comptabilisés. Vous serez invités à régler votre ardoise à la fin du séjour. Le pourboire est à la discrétion de la clientèle.



## ACTIVITÉS

### ACTIVITÉS HIVERNALES

- Raquette  
11 sentiers variant de 1,7 km à 15 km
- Ski de haute route
- Planche à neige divisible
- Ski nordique
- Ski-raquette
- Randonnée sur sentiers balisés
- Observation de la faune
- Photographie
- Massage (\$), faites votre réservation pour une séance de massothérapie dès votre arrivée à l'auberge.

### ACTIVITÉS ESTIVALES

- Randonnée pédestre en montagne  
6 sentiers variant de 1,6 km à 19,8 km
- Vélo de montagne  
3 sentiers de 15 km, 20 km et 27 km
- Observation de la faune  
(cervidés, rapaces, etc.)
- Interprétation du milieu naturel
- Photographie

### PRATIQUER DES ACTIVITÉS... AUTONOMES OU GUIDÉES ?

Toutes les activités peuvent être pratiquées de façon autonome ou encadrées par un guide. La programmation est adaptable à vos besoins selon vos champs d'intérêts et la température. Des activités encadrées sont proposées afin de vous faire découvrir certaines particularités naturelles ou vous donner accès à des secteurs montagneux plus difficiles.

N'oubliez pas que vous allez à l'auberge pour trouver votre rythme, tantôt actif, tantôt plus contemplatif. Il vous sera toujours possible d'opter pour le confort de l'auberge plutôt que pour les activités proposées.

### ÉQUIPEMENT FOURNI

#### Matériel de sécurité

- Radio émetteur-récepteur
- Détecteur de victime d'avalanche
- Veste de flottaison
- Carte topographique
- Thermos

#### Équipement technique

- Bâtons télescopiques
- Raquettes
- Ensemble de ski de haute-route : bottes, skis, fixations, bâtons et peaux d'ascension
- Ensemble de planche à neige divisible (splitboard) : planche, bottes et peaux d'ascension
- Ski-raquette
- Sur-bottes
- Vélo de montagne à assistance électrique
- Kayak double
- Planche à pagaie (SUP)

# QUOI APPORTER

## PETITS BAGAGES POUR GRANDES AVENTURES

L'auberge est située en territoire montagneux, les conditions météorologiques peuvent varier rapidement. Sur les sommets dénudés, le vent souffle parfois très fort. Dans ces conditions, nous vous conseillons de vous habiller «par couches», c'est-à-dire en superposant des vêtements respirants qui pourront, au besoin, être enlevés ou ajoutés.

## EN CAS D'OUBLI

Vous pourrez vous procurer certains articles sur place, à la boutique de l'auberge. L'Auberge de montagne des Chic-Chocs offre notamment des vêtements techniques. Veuillez noter cependant que l'inventaire est restreint et sujet à changement.

### CONSIGNES POUR LES BAGAGES

- **OBLIGATOIREMENT**, le poids maximal des bagages ne devra pas dépasser 20 kg (44 lb).
- Vous pouvez apporter deux bagages : un sac à dos de promenade et un sac de voyage souple.
- Tous vos bagages devront être visiblement identifiés.

**NOTE :** Il est possible d'apporter son équipement de ski ou de planche à neige.

### CONDITIONS DE NEIGE

[sepaq.com/conditionsdeneige](http://sepaq.com/conditionsdeneige)

Installez gratuitement notre application des conditions de neige

## POUR BIEN APPRÉCIER LE MILIEU MONTAGNARD, NOUS VOUS SUGGÉRONS D'APPORTER :

### Vêtements techniques pour l'hiver

- Manteau avec capuchon
- Veste isolante
- Pantalon de ski
- Pantalon coupe-vent
- Foulard ou cache-cou
- Tuque
- 2 paires de mitaines
- Surmitaines
- Sous-vêtements thermaux
- 3 paires de chaussettes
- Bottes de randonnée isolées ou non
- Casque et lunettes de ski
- Chaussons de bottes de ski
- Bottes de planche à neige

### Vêtements techniques pour l'été

- Manteau coupe-vent avec capuchon
- Chandail ou polar
- Pantalon coupe-vent
- Shorts
- T-shirts
- Maillot de bain
- Foulard ou cache-cou
- Tuque mince
- 3 paires de chaussettes
- Chaussures de randonnée
- Casque, gants et cuissard de vélo

### Accessoires à apporter en toute saison

- Sac à dos de promenade (minimum de 25 L)
- Gourde
- Lunettes de soleil avec protection UV
- Crème solaire et baume à lèvres
- Appareil photo
- Jumelles d'observation
- Trousse de toilette
- Pantoufles
- Radio-réveil
- Chaussures d'intérieur

# LA SÉCURITÉ SUR LE SITE

L'Auberge de montagne des Chic-Chocs offre des séjours et des activités localisés dans un site naturel isolé, le massif des Chic-Chocs. L'auberge tient à vous offrir l'encadrement le plus sécuritaire qui soit.

Les guides de l'auberge sont tous formés pour répondre rapidement à l'appel en cas de nécessité. Ils ont suivi une formation de premiers soins en région isolée, une formation en réanimation cardio-respiratoire (RCR) ainsi que le cours en sécurité avalanche donné par le Centre d'avalanche de la Haute-Gaspésie.

Un protocole d'intervention en cas d'urgence a été mis sur pied avec les différents intervenants médicaux de la région. Des voies d'accès en véhicule motorisé sillonnent le territoire et peuvent être empruntées en cas de besoin. L'auberge possède un système complet de communication. Lors d'excursions, les guides de l'auberge sont munis d'un équipement de secours et de radios.

En hiver, les guides font des coupes de neige afin de connaître l'évolution du manteau neigeux; cela permet de déterminer les risques d'avalanche dans certaines portions du territoire.

L'été, l'auberge se trouve à plus d'une heure de route de la municipalité de Sainte-Anne-des-Monts (2 h 30 l'hiver), et à près de trois heures de route de l'hôpital de Sainte-Anne-des-Monts. Le temps de transfert en cas d'incident peut s'avérer long et difficile, considérant que l'évacuation en milieu naturel peut être affectée par plusieurs facteurs dont, notamment, la gravité de la situation, le climat et le lieu de l'incident.

De plus, sans représenter un danger considérable, il est entendu que la pratique d'activités en milieu naturel isolé présente plus de risques à l'Auberge de montagne des Chic-Chocs en raison de l'éloignement des services de santé.

Pour toutes ces raisons, il s'avère primordial que vous respectiez les consignes de sécurité émises par les guides et que vous fassiez preuve d'une grande prudence dans la pratique de vos activités.

**Si vous avez une condition médicale particulière, veuillez remplir le formulaire et le retourner dans un délai maximal de 15 jours avant le début du séjour au [inforeservation@sepaq.com](mailto:inforeservation@sepaq.com).**

## ASSURANCE MÉDICALE

Vous devrez détenir votre propre assurance dans le cas d'une annulation pour cause d'accident ou de maladie. Les coûts de transport pour évacuation d'urgence, si nécessaire, sont entièrement à vos frais.

Nous vous recommandons de bien vérifier auprès de votre compagnie d'assurances ou de la compagnie qui émet votre carte de crédit si l'une d'elles offre une police qui couvre les frais liés au transport d'urgence (navette, ambulance, hélicoptère), aux soins médicaux et à l'hospitalisation.

## BON SÉJOUR!

**LA SÉPAQ SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER SANS PRÉAVIS  
LES SERVICES ET LES MODALITÉS CONTENUS DANS CE GUIDE.**

Photos : Pierre Carbonneau, Mathieu Charland, Mathieu Dupuis.

