

## VIVEZ LA MAGIE DE L'AUTOMNE AVEC HÉRITAGE SAINT-BERNARD

**Châteauguay, 29 août 2025** – L'automne s'installe doucement sur les sites protégés par Héritage Saint-Bernard, apportant avec lui ses couleurs flamboyantes et son air frais. La saison est idéale pour profiter pleinement de la nature, que ce soit au cœur du refuge faunique de l'île Saint-Bernard ou dans les sentiers boisés du centre écologique Fernand-Seguin. Entre randonnées dans les paysages colorés, activités familiales et rendez-vous sportifs, petits et grands trouveront de quoi s'émerveiller tout au long de cette période magique.

### CENTRE ÉCOLOGIQUE FERNAND-SEGUIN

257, rue Fernand-Seguin, Châteauguay | [www.cefseguin.com](http://www.cefseguin.com)

#### RANDONNÉE PÉDESTRE & OBSERVATION DE LA NATURE

Une forêt de 65 hectares comprenant cinq kilomètres de sentiers aménagés pour la randonnée. À l'automne, le centre écologique Fernand-Seguin revêt ses plus belles couleurs et en met plein la vue aux curieux de nature. **Chalet d'accueil ouvert tous les jours de 9 h à 17 h. Accès gratuit.**

#### BACKYARD ULTRA DE CHÂTEAUGUAY

Samedi 4 octobre

Cette course d'endurance consiste à parcourir une boucle de 6,7 km dans un délai maximum de 60 minutes, répétée jusqu'à ce qu'il ne reste qu'un seul coureur ou que 24 heures se soient écoulées. Les fonds amassés seront remis à Héritage Saint-Bernard pour soutenir ses efforts de conservation, de protection et de mise en valeur des milieux naturels dans la région.

**Inscriptions terminées - Course complète! Venez supporter les courageux sportifs!**

**Plus d'info :** <https://bit.ly/3XC6zgT>

#### ACTIVITÉ FAMILIALE - LES FÉES DES BOIS

Samedis et dimanches, du 1<sup>er</sup> au 23 novembre 2025 | 10 h à 15 h

Promenade familiale dans le sentier enchanté du centre écologique Fernand-Seguin à la recherche des traces laissées par les elfes, les fées et les autres créatures mystérieuses habitant la forêt. Cette **promenade en autonomie** est idéale pour les familles.

**Activité libre et gratuite. Aucune réservation requise.**

**Plus d'info :** [www.cefseguin.com](http://www.cefseguin.com)

### ÎLE SAINT-BERNARD, ENTRE NATURE & CULTURE

480, boul. D'Youville, Châteauguay | [www.ilesaintbernard.ca](http://www.ilesaintbernard.ca)

#### RANDONNÉE PÉDESTRE, OBSERVATION DE LA NATURE

Site prisé par les ornithologues, les amoureux de la nature et du plein air, le refuge faunique Marguerite-D'Youville propose huit kilomètres de sentiers aménagés dans une variété d'écosystèmes qui abritent une faune et une flore remarquables. L'automne est le moment tout indiqué pour l'observation des animaux qui se préparent pour l'hiver, tels le Cerf de Virginie et les oiseaux migrateurs.

**Tarification (\$) en vigueur pour l'accès aux sentiers.**

### **Horaire exceptionnel à partir du 8 septembre :**

À compter du 8 septembre, des travaux de réaménagement auront lieu autour du Pavillon de l'île pour l'aménagement d'une nouvelle Terrasse-nature. Durant la période des travaux, le Pavillon sera exceptionnellement ouvert tous les jours de la semaine de 8 h à 17 h. L'horaire régulier reviendra à la fin des travaux prévue vers le début novembre.

### **CAFÉ & BOUTIQUE**

Sur place, le Café de l'île propose une cuisine principalement végétarienne, qui prône l'achat local et le zéro déchet en plus d'être reconnu Aliments du Québec. Un menu aux saveurs automnales est proposé, qui sent bon les pommes et la cannelle! **Ouvrte tous les jours dès 9 h!**

**Plus d'info et menu :** [www.ilesaintbernard.ca/cafe-de-lile](http://www.ilesaintbernard.ca/cafe-de-lile). Facebook/Instagram : @lecafedelile.

### **4 À 7 FESTIF**

**Vendredi 5 septembre | 16 h à 19 h**

Le Café de l'île organise un 4 à 7 festif sur sa terrasse afin de célébrer son nouveau partenariat local avec Kahnawake Brewing Company (KBC), la première microbrasserie autochtone du Canada. Au programme : découvertes de bières artisanales en présence de KBC, nachos maisons, ambiance musicale avec le DJ Underthebed et jeux extérieurs. **Entrée libre et ouverte à tous.**

### **AUTOCUEILLETTE DE POMMES « ZÉRO PLASTIQUE » AU VERGER BIOLOGIQUE**

**Dès le samedi 20 septembre | Tous les jours, 9 h à 17 h**

Le verger de l'île Saint-Bernard offre près de quinze variétés de pommes certifiées biologiques à l'autocueillette! Les visiteurs sont encouragés à apporter leurs propres sacs réutilisables ou à acheter un sac en tissu sur place. Des kiosques et produits de la pomme seront proposés les deux premiers week-ends d'autocueillette. **Autocueillette jusqu'à épuisement des ressources. Prix au poids : 1,85 \$/lb.**

**Plus d'info :** [www.ilesaintbernard.ca/autocueillette](http://www.ilesaintbernard.ca/autocueillette)

### **COURSE AU RYTHME DE NOS FOULÉES (ARDNF)**

**Dimanche 26 octobre | Dès 9 h**

Le club de course les Riverains organise sa course annuelle Au rythme de nos foulées (ARDNF) au refuge faunique Marguerite-D'Youville, en collaboration avec Héritage Saint-Bernard et la Ville de Châteauguay. Trois distances sont proposées, dans une ambiance familiale et festive : 1 km, 5 km, et 10 km.

**Plus d'info et inscription :** <https://www.ms1inscription.com/ardnf2025>

### **SERVICE GRATUIT DE NAVETTE ESTIVALE – SECTEUR D'YOUVILLE-ÎLE SAINT-BERNARD**

Une navette relie le secteur D'Youville - île Saint-Bernard à partir du stationnement satellite situé à 1 km de l'île Saint-Bernard. Les visiteurs peuvent monter à tout moment à l'un des arrêts identifiés et seront à destination en quelques minutes. **Service gratuit jusqu'au 13 octobre, de 11 h à 18 h, les samedis, dimanches et jours fériés.**

**Plus d'info :** [www.ilesaintbernard.ca/navette-exo](http://www.ilesaintbernard.ca/navette-exo)

**Source :** Pauline Druine, 450 698-3133 poste 230, communications2@heritagebernard.qc.ca

**Photos :** les crédits sont inscrits à même le nom des photos\*

*\* Les photos jointes à ce document peuvent être utilisées avec le crédit photo pour des articles relativement à ce communiqué seulement. Toute autre utilisation des photos doit faire l'objet d'une entente avec le(s) photographe(s).*