

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

Châteauguay, 15 septembre 2026 – 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 refuge faunique Marguerite-D'Youville 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

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 3 et dimanche 4 octobre | Dès 7 h le samedi 3 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 30 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 : cefseguin.com/backyard-ultra-de-chateauguay

ACTIVITÉ FAMILIALE - LES FÉES DES BOIS

Samedis et dimanches, du 10 octobre au 1^{er} novembre | 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 : cefseguin.com/les-fees-des-bois

ÎLE SAINT-BERNARD, ENTRE NATURE & CULTURE

480, boul. D'Youville, Châteauguay | 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.

CAFÉ DE L'ÎLE & BOUTIQUE

Local • Écoresponsable • Gourmand

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*. En cette saison colorée, un menu aux saveurs automnales est offert, qui sent bon les pommes et la cannelle! La boutique du Café propose quant à elle une sélection de produits de plein air, des ouvrages spécialisés sur la faune et la flore ainsi que des produits alimentaires locaux.

Ouvert tous les jours dès 9 h!

Plus d'info et menu : www.ilesaintbernard.ca/cafe-de-lile. Facebook/Instagram : @lecafedelile.

AUTOCUEILLETTE DE POMMES « ZÉRO PLASTIQUE » AU VERGER BIOLOGIQUE

Dès le samedi 19 septembre | Tous les jours, 9 h à 17 h

Le verger de l'île Saint-Bernard offre 12 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

BAIN DE FORÊT (SHINRIN YOKU)

Dimanche 27 septembre et samedi 17 octobre 2026 | 9 h à 11 h 30

Le Shinrin Yoku, ou « bain de forêt », est une expérience guidée qui invite à ralentir et à éveiller ses sens. Accompagnés d'une guide certifiée, les participants sont invités à profiter pleinement des bienfaits de la nature au refuge faunique Marguerite-D'Youville.

38 \$ par personne + taxes (comprend les frais d'accès au refuge faunique Marguerite-D'Youville)

Info et inscription : ilesaintbernard.ca/shinrin-yoku

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 12 octobre, de 11 h à 18 h, les samedis, dimanches et jours fériés.**

Plus d'info : www.ilesaintbernard.ca/navette-exo

COURSE AU RYTHME DE NOS FOULÉES (ARDNF)

Dimanche 25 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 : ilesaintbernard.ca/ardnf

JOURNÉE PORTES OUVERTES AU REFUGE FAUNIQUE MARGUERITE-D'YOUVILLE

Samedi 7 novembre | 9 h à 17 h

Le refuge faunique Marguerite-D'Youville ouvre grand ses portes au public pour célébrer les 40 années d'engagement d'Héritage Saint-Bernard envers la protection de la nature et de la biodiversité.

Le public est invité à venir célébrer, découvrir les lieux et en apprendre davantage sur la mission et le travail quotidien de l'organisme.

Accès gratuit toute la journée au refuge faunique Marguerite-D'Youville • Aucune réservation requise
Kiosques de 11 h à 15 h

Pour en savoir plus : ilesaintbernard.ca/portes-ouvertes

FORFAITS TOURISTIQUES POUR GROUPES ORGANISÉS

Héritage Saint-Bernard offre des activités guidées destinées aux groupes organisés qui souhaitent découvrir le patrimoine et les milieux naturels de Châteauguay. Grâce à des formules flexibles et personnalisables, les visiteurs peuvent profiter d'activités adaptées à leurs intérêts. Cette année, l'organisme bonifie son offre avec **deux nouvelles activités** spécialement pensées pour les groupes corporatifs et les activités de consolidation d'équipe.

Forfaits disponibles :

- **En quête de l'adage! Jeu d'énigme sur le tertre – NOUVEAU**
- **Action de contrôle du nerprun, une espèce exotique envahissante – NOUVEAU**
- **Balade historique sur les traces de Marguerite-d'Youville**
- **Découverte du refuge faunique**
- **Initiation ornithologique**

INFO ET RÉSERVATION : ilesaintbernard.com/groupeorganises

- Horaire adaptable aux besoins du groupe, prévoir entre 2 h et 6 h
- Entre 2 et 75 participants, selon les thématiques
- Coût variable en fonction des thématiques et des options retenues

-30-

Source : Pauline Druine, 450 698-3133 poste 230, communications2@heritagestbernard.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).*