

## **10 suggestions pour profiter de Montréal pendant les vacances de la construction!**



**Montréal, le 16 juillet 2010** – Pour occuper ses fins de semaine, trouver des activités rafraîchissantes en ces chaleurs estivales, redécouvrir l'île de Montréal le long des cours d'eau qui l'entourent et des lacs qui en font tout le charme, ou tout simplement partir à la rencontre de la ville à l'occasion des vacances, voici 10 suggestions tirées du guide Ulysse *Montréal au fil de l'eau* pour profiter de Montréal cet été.

### ***La piste cyclable des Berges***

Suivant le fleuve Saint-Laurent sur 21 km, la piste cyclable des Berges offre un magnifique panorama sur le lac Saint-Louis et les rapides de Lachine. À l'écart des voitures, la piste cyclable, bordée par quelques espaces verts, multiples invitations à se reposer, mène les cyclistes directement au parc des Rapides : ils pourront y observer plus de 225 espèces d'oiseaux et, s'ils le désirent, parcourir à pied les sentiers pédestres qui le sillonnent sur 5 km.

### ***La plage du parc Jean-Drapeau***

Connue des Montréalais pour offrir la possibilité de se détendre tous les jours de l'été, la plage du parc Jean-Drapeau attire beaucoup de monde. Il est donc conseillé d'arriver tôt pour pouvoir y accéder, puisque le nombre de baigneurs est limité afin de contrôler le système de filtrage naturel de l'eau. On peut également y jouer au volley-ball.

### ***Le parc-nature du Bois-de-l'Île-Bizard***

Dès les premiers instants passés dans le parc-nature du Bois-de-l'Île-Bizard, le promeneur est envahi par la beauté de la nature sauvage du parc. Sur les sentiers qui relient le lac des Deux Montagnes et la rivière des Prairies sur 10 km, on peut observer une multitude d'oiseaux. Une passerelle de bois de 50 m de long surplombant un marécage offre la possibilité de voir des grenouilles, des tortues, des canards, des hérons et des rats musqués. Un belvédère, des érablières et des cédrières sont prétexte à une halte au cours de la balade.

### ***La piscine de l'Hôtel de la Montagne***

Les Montréalais branchés connaissent bien la piscine de l'Hôtel de la Montagne, situé en plein cœur du centre-ville. Idéal pour se prélasser tout en profitant d'une magnifique vue panoramique de Montréal, c'est le meilleur endroit pour voir... et être vu!

### ***Les îles de Boucherville***

Pour oublier Montréal et ses gratte-ciel, les amoureux de la nature peuvent s'échapper en canot ou en kayak sur les eaux calmes entourant les îles de Boucherville. Il est possible de voguer sur ces eaux en solo ou en compagnie d'un guide-naturaliste qui révèle aux visiteurs les charmes de ce territoire protégé.



4176, rue Saint-Denis  
Montréal (Québec) Canada  
H2W 2M5

T 514-843-9882  
F 514-843-9448

[www.guidesulysse.com](http://www.guidesulysse.com)

### **La vague à Guy**

Les surfeurs débutants seront ravis de pouvoir s'entraîner dans le parc des Rapides. Prisée aussi par les kayakistes, la vague à Guy est peu achalandée, et il est possible d'y installer une corde dans le but de faciliter l'apprentissage.

### **La plage d'Oka**

La plage d'Oka permet à ceux qui veulent pratiquer le surf cerf-volant de le faire devant quelques spectateurs puisqu'elle est très fréquentée durant les belles fins de semaine de l'été. Plusieurs écoles spécialisées profitent des eaux peu profondes de l'endroit pour initier les débutants à cette activité aquatique.

### **Le Bateau-Mouche du Vieux-Port de Montréal**

Embarquer sur le Bateau-Mouche, c'est découvrir Montréal et son histoire différemment. Il accède à des secteurs où les bateaux traditionnels ne peuvent naviguer, permettant ainsi de parcourir des circuits exclusifs sur le fleuve Saint-Laurent. De jour, sous les rayons du soleil, ou de nuit, au son d'une douce musique et devant un excellent repas, voici Montréal se dévoilant depuis le fleuve.

### **Il Fornetto**

Pour les gourmets et les gourmands, le restaurant italien Il Fornetto est l'endroit idéal pour qui veut manger « directement sur l'eau ». Sur les rives du lac Saint-Louis, on peut savourer son repas sur une de ses terrasses tout en se perdant dans la contemplation du mouvement régulier des vagues.

### **Au bord de la rive/The Gables**

Tous ceux qui sont à la recherche d'une auberge proche de Montréal mais loin du bruit ambiant de la ville seront ravis de la vue sur les États du Vermont et de New York qu'offre le gîte touristique Au bord de la rive/The Gables. On y sert, entre autres mets, une succulente tourtière québécoise, et ce, dans un cadre très agréable, que ce soit dans la salle à manger ou sur la charmante terrasse.

En plus de répertorier les activités praticables sur l'île de Montréal, le guide *Ulysse Montréal au fil de l'eau* regorge de renseignements pratiques pour se rendre facilement à tous les endroits cités. Il propose également des cartes précises pour se repérer en un coup d'œil, des conseils et astuces pour pratiquer les activités et un bref historique des quartiers de la ville qui bordent les cours d'eau et les lacs.

Le guide *Ulysse Montréal au fil de l'eau* est disponible dans toutes les bonnes librairies du Québec ainsi que sur le site [www.guidesulysse.com](http://www.guidesulysse.com) pour la modique somme de 14,95\$.

— 30 —

Visitez la [librairie de voyage Ulysse en ligne](#).  
Découvrez la page [Facebook Ulysse](#)

**Renseignements** : Geneviève Décarie, directrice des communications  
**Tél.** : 514 843-9882, poste 2231; [genevieve@ulysse.ca](mailto:genevieve@ulysse.ca)