

Loisirs et découvertes

PARTANCES - SUR LA ROUTE DU JERK... 63



L'ESPRIT DU VIN - PLUS QU'UN MOUSSEUX, UN CHAMPAGNE! 67



par Bianca Jobert, Denis Hébert et Natalie Sicard

VISITES GUIDÉES

VIRÉES AUTOMNALES au Québec

L'automne est la saison idéale pour les sorties de week-end, en famille, en amoureux, en solitaire... En montagne, en train, sur les rives du grand fleuve, nous vous proposons trois destinations québécoises à découvrir avant que les grands froids nous assaillent... Bonne découverte!

ESCAPADE SUR LA CÔTE-DU-SUD

1

RANDONNÉES ET PETITS PLAISIRS « À L'OMBRE DE L'ORFORD »

2

CROISIÈRE À BORD DU TRAIN DU MASSIF DE CHARLEVOIX

3

CÔTE-DU-SUD 56 ORFORD 58 CHARLEVOIX 60

> SUITE DE LA PAGE 59

SE BICHONNER À EASTMAN-LES-BAINS, UN RÉPIT BIEN MÉRITÉ

Quoi de plus réconfortant que de se faire bichonner dans un spa après une journée de randonnée? Le spa Eastman, qui célèbre son 35e anniversaire, s'est doté pour l'occasion d'une nouvelle section de balnéothérapie. Dans une atmosphère de pure détente, l'expérience « Eastman les-Bains » donne accès à deux hammams, aussi à deux bains chauds extérieurs, un bain polaire, deux piscines et un étang extérieur baignable toute l'année. On a aussi ajouté un circuit Knopy, concept d'hydrothérapie pour bras et jambes particulièrement dynamisant. Le forfait spécial 35e anniversaire, le « 4 à 10 », qui inclut l'accès complet aux bains et le souper de fine cuisine santé, en quatre services, est une pure merveille.

DORMIR AU PIED DES SENTIERS

Situé directement dans le Parc national du Mont-Orford, aux abords du lac Stukely, le centre de villégiature Jouvence est l'endroit parfait pour prolonger l'expérience du coureur des bois. J'ai dormi bien confortablement dans l'un des 30 pavillons – chalets répartis sur le site, concept idéal pour les familles. Mais j'aurais pu tout aussi bien choisir l'une des 24 chambres de l'Auberge, réservée aux adultes, ou le lodge Hors-Piste, dans les bois, et y inviter jusqu'à une trentaine d'amis. Quelle que soit la formule choisie, le concept est celui du tout-inclus: hébergement, repas et accès à tous les équipements de plein air disponibles sur le site (voiliers, canots, kayaks, pédalos, rabaskas, sentiers pédestres, etc.). La nourriture y est succulente, à la fois raffinée et généreuse, avec un choix impressionnant pour la formule buffet (tranches de bison, coré de canard).

SE RESSOURCER DANS UNE AUBERGE INSPIRANTE

J'ai terminé ce beau périple par un atelier de qi gong, discipline millénaire chinoise, à l'Auberge du savoir, à Eastman. Blottie dans une ancienne grange plus que centenaire, au creux de vallons enchanteurs – avec vue imprenable sur le mont Orford –, cette auberge au concept novateur porte bien son nom. Les deux comparses à l'origine de cette aventure,

qui remonte à il y a sept ans, sont artistes dans l'âme, autant passionnés de création que de développement personnel. Ils ont imaginé ce lieu comme une ruche de bonnes idées afin de favoriser la transmission des connaissances et des habiletés. Ainsi, tout au long de l'année, on peut suivre des ateliers inspirants (qi gong, yoga, nutrition, chant, danse, reiki). Les

groupes ont aussi la possibilité de louer l'Auberge au complet avec ses 18 chambres douillettes, ou encore le luxueux loft attenant. Une chose est certaine, ici, la nuit, votre sommeil sera paisible et réparateur, et le jour, entre rires d'enfants et passionnantes conversations, votre séjour sera fait d'allégresse, de joie et d'échanges de connaissances. ◀



LA FERME CITROUILLES ET TOURNESOLS

PRODUITS RÉGIONAUX

MARCHÉ LOCALVOIE

www.marchelocavoie.com

FERME LES PÊCHÉS MOUTONS

www.pechesmoutons.com

ROUTE DES VINS DE L'ESTRIE

www.route-des-vins-delestrie.com

AU VIGNON DE D'ORFORD

www.auvignondeorford.com

FERME CITROUILLES ET TOURNESOLS

www.citrouillesetournesols.com

LA SAVONNERIE DES DILIGENCES

www.savonneriediligences.ca