



Parc national
Forillon

Forillon
National Park

Guide du visiteur Visitor's guide



Parcs
Canada

Parks
Canada

Canada

Bienvenue au parc national Forillon

Les gens du coin vous le diront : on ne se lasse jamais des paysages de Forillon qui se transforment et se renouvellent au rythme des saisons. Il suffit de prendre le temps de s'imprégner du moment. Sentez la brise du large sur votre peau, écoutez le roulis des galets sous les vagues, humez les parfums forestiers, explorez l'histoire humaine qui anime ce territoire. Ensemble, veillons à ce que Forillon demeure un lieu d'émerveillement et protégeons ce patrimoine naturel et culturel pour les générations futures.

L'équipe du parc national Forillon

Welcome to Forillon National Park

Locals will tell you that you can never get enough of Forillon's landscapes, which change and renew with every season. You just have to take the time to immerse yourself in the moment. Feel the sea breeze on your skin, listen to the roll of the pebbles beneath the waves, inhale the scents of the forest, explore the human history that breathes life into this territory. Together, let's ensure that Forillon remains a place of wonder and protect this natural and cultural heritage for future generations.

The Forillon National Park team



Centre d'accueil / Visitor Centre

Penouille



1238, boulevard de Forillon

Centre d'accueil et de découverte / Visitor Information and Discovery Centre



1438, boulevard de Cap-des-Rosiers

Centre récréatif / Recreation Centre



2342, boulevard de Grande-Grève

Poste de perception / Toll booth

\$ Entrée Secteur Sud / South Area entrance

2286, boulevard de Grande-Grève

\$ Entrée Secteur Nord / North Area entrance

1440, boulevard de Cap-des-Rosiers

Pour nous joindre / To contact us

Information

1-888-773-8888

information@pc.gc.ca

Réservation et changement / Reservation and modification

reservation.pc.gc.ca

1-877-737-3783

Bureau administratif / Administrative office

418-368-5505

Adresses / Address

Entrée Secteur Sud / South Area entrance

2286, boul. de Grande-Grève,

Gaspé G4X 6L7

Entrée Secteur Nord / North Area entrance

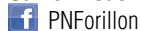
1440, boul. de Cap-des-Rosiers,

Gaspé G4X 6G7



Téléchargez l'application Parcs Canada.
Download the Parks Canada app.

Suivez-nous :



PNForillon

Follow us:



ForillonNP



Consulter les renseignements à jour sur notre site Web : www.parks.canada.ca/pn-np/qc/forillon



View updated information on our website: www.parks.canada.ca/pn-np/qc/forillon

Photo page couverture / Front cover picture : Christophe Gagnon

L'arlequin plongeur

Forillon est un refuge pour plusieurs espèces en péril. L'arlequin plongeur, un canard au plumage magnifique, est une espèce désignée « préoccupante » aux termes de la Loi sur les espèces en péril. On observe cette beauté rare dans les eaux tumultueuses côtières du Secteur Nord du parc.

The harlequin duck

Forillon is a refuge for many endangered species. The Harlequin Duck, with its magnificent plumage, is a species designated as "special concern" under Species at Risk Act. This rare beauty can be seen in the tumultuous coastal waters of the park's North Area.



Une visite éthique et sécuritaire

Éthique

- Lorsque vous visitez le parc, minimisez votre impact sur la nature en restant dans les sentiers balisés et en gérant adéquatement vos déchets.
- Pensez aux générations futures. Laissez dans le parc tout élément naturel et culturel : flore, fossiles, bois de plage, galets, artefacts, etc.

La sécurité, c'est l'affaire de tous

- Respectez les animaux sauvages : il est interdit de les attirer, les nourrir, les harceler, les chasser ou les piéger.
- Tenez votre animal domestique en laisse pour assurer sa sécurité et celle de la faune. Il est bienvenu dans tous les sentiers et les campings. Toutefois, il n'est pas permis à l'intérieur des bâtiments de services.
- Renseignez-vous avant de partir en randonnée et avisez quelqu'un de votre itinéraire si vous partez seul.

Règlements en bref

- Campeze seulement sur les sites prévus à cette fin.
- Allumez des feux uniquement dans les foyers désignés.
- Il est interdit de pêcher en eau douce : étangs, lacs, rivières, ruisseaux, etc.



Consulter les règlements.



Mortalité routière : les risques ne prennent pas de vacances!

Selon une étude réalisée en 2021-2022, près de 3 000 animaux meurent chaque année dans l'ensemble de la péninsule de Forillon à la suite d'une collision avec un véhicule. Rendons les routes plus sûres pour la faune par des gestes simples :

- Respectez les limites de vitesse.
- Adaptez votre conduite.
- Signalez les animaux blessés ou morts (orignal, ours, oiseaux de proie, etc.) en composant le 1-888-762-1422.



Drones à des fins récréatives interdits.

An ethical and safe visit

Ethics

- When visiting the park, minimize your impact on nature by remaining on the marked trails and handling your trash appropriately.
- Think of future generations. Leave any natural or cultural elements in the park: flora, fossils, beach wood, cobbles, artefacts, etc.

Safety is a shared responsibility

- Respect wild animals: do not attract, feed, harass, hunt or trap them.
- Keep your pet on a leash to ensure its safety and that of wildlife. Your pet is welcome on all trails and campsites, but not inside service buildings.
- Be well prepared and informed for your hike and share your itinerary with someone if you're going solo.

A few rules

- Camp on designated sites only.
- Build fires only in designated fire pits.
- No fishing in freshwater: ponds, lakes, rivers, streams, etc.



Consult the regulations.



Road mortality: risks don't take any time off!

According to a study carried out in 2021-2022, almost 3,000 animals die every year throughout the Forillon Peninsula roads because of collisions with vehicles. Let's make our roads safer for wildlife with simple actions:

- Follow speed limits.
- Drive according to road conditions.
- Report injured or dead animals (moose, bear, birds of prey, etc.) by calling 1-888-762-1422.



Recreational use of drones is prohibited.

Le Petit Café de la Traverse

418-360-0490
cafetaverse@gmail.com

Les zones en rouge sur les cartes du parc sont interdites au public à des fins de conservation et de sécurité. Elles visent à protéger des habitats fragiles et des aires de repos, de mise-bas ou de nidification de certaines espèces.

The areas in red on park maps are closed to the public for conservation and safety purposes. They are intended to protect fragile habitats and resting, calving or nesting areas for certain species.



Un monde à part! / A world apart!

La flèche de sable de Penouille présente une mosaïque d'habitats riches qui se différencie du reste du territoire du parc. Un sentier facile d'accès permet la découverte d'un marais salé, de dunes sablonneuses et d'une taïga forestière : du plaisir garanti pour tous les contemplatifs! Du côté sud, ses plages divertissent les baigneurs et autres hardis pagayeurs.

The Penouille sand spit presents a mosaic of rich habitats that are different from the rest of the park territory. An easy access trail allows for the discovery of a salt marsh, sandy dunes and a taiga forest: guaranteed fun for all contemplative types! On the south side, its beaches entertain swimmers and other daring paddlers.



Fort-Péninsule / Fort Peninsula

Vestige méconnu de la Deuxième Guerre mondiale, Fort-Péninsule est l'unique batterie de défense côtière préservée accessible au public au Québec. Cette installation faisait partie d'un vaste complexe militaire déployé en 1942 autour de la baie de Gaspé pour défendre le territoire gaspésien et assurer l'envoi de marchandises en Europe.

Little known remnant of World War II. Fort Peninsula is Quebec's only preserved coastal defence battery still accessible to the public. This installation was part of a vast military complex deployed in 1942 around Gaspé Bay to defend the territory and secure the shipment of goods to Europe.



Interprétation / Interpretation

Nos animateurs-guides connaissent le parc sur le bout de leurs doigts. Laissez-les vous guider le temps d'une randonnée, posez leur vos questions sur la faune ou la flore, embarquez dans leurs histoires de pêche légendaires et découvrez avec eux les trésors cachés du patrimoine naturel et culturel de Forillon. Pour connaître l'horaire des activités d'interprétation, visitez notre site Web.

Our interpreters know the park like the back of their hand. Let them guide you during a hike, ask them your questions about the fauna or flora, embark on their legendary fishing stories and discover with them the hidden treasures of Forillon's natural and cultural heritage. To find out the schedule of interpretation activities, visit our website.

Les sentiers de randonnée / Hiking trails

Sentier / Trail		Accessibilité / Accessibility	Longueur / Length ↔ Aller-retour / Round-trip 🔄 Boucle / Loop	Durée moyenne / Average time	Dénivelé positif / Elevation gain
● Facile / Easy ■ Modéré / Moderate ◆ Difficile / Difficult					
1	Prélude-à-Forillon	🚶🚼	0,5 km 🔄	15 min	11 m
2	La Taïga	🚶	*4,4 km 🔄	1 h 30	87 m
			* Retour par la route d'accès / Return by the access road		
11	Du Banc	🚶🚲🚼	4,4 km ↔	1 h 30	44 m
12	Le Castor	🚶🚲🚼	2,9 km ↔	1 h 30	35 m
3	Les Parages	🚶	2,6 km 🔄	1 h 30	148 m
4	La Chute	🚶	1 km 🔄	45 min	90 m
5	Grande-Grave	🚶	15,2 km ↔	4 h 30	532 m
	Anse-aux-Amérindiens				
	Route de gravier / Gravel road	🚶🚲	6,4 km ↔	2 h	172 m
	Sentier / Trail	🚶	8 km ↔	2 h 30	310 m
6	Plage de Petit-Gaspé / Petit-Gaspé Beach	🚶	*5,3 km ↔	2 h	326 m
			7,2 km 🔄	3 h	405 m
	Cap-Bon-Ami	🚶	*3,6 km ↔	2 h	282 m
			7,9 km 🔄	3 h 30	472 m
	Havre de Grande-Grave / Grande-Grave Harbour	🚶	*5 km ↔	2 h	325 m
			7,2 km 🔄	3 h	421 m
			* Aller-retour à la tour d'observation / Round trip to the lookout tower		
7	La Vallée	🚶🚲🚴	9 km ↔	2 h 30	160 m
8	Le Portage	🚶🚲🚴	20 km ↔	5 h 30	357 m
13	Le Ruisseau	🚶	*4 km 🔄	2 h	69 m
			* Retour par le sentier Le Castor / Return by Le Castor trail		
14	Stationnement La Chute / La Chute parking lot	🚶	4,8 km ↔	1 h 30	153 m
	Stationnement Le Castor / Le Castor parking lot	🚶🚲*	7 km ↔	2 h 30	130 m
			* Sentier Le Pic-bois, accessible à vélo par le sentier Le Castor seulement / Bike must access by Le Castor trail only		
9	Les Crêtes	🚶	33,2 km ↔	13 h	1 437 m
10	Les Lacs	🚶🚲	37,2 km ↔	14 h	1 276 m



Le Petit Café de L'Anse
418-892-5040
www.centreculturellegriffon.ca

Location de yourte / Yurt rental
418-892-5679
www.centreculturellegriffon.ca

Allez découvrir l'histoire et la culture de la Nation Micmac de Gespeg / Discover the history and culture of the Micmac Nation of Gespeg

INSTALLATIONS / FACILITIES

Centre d'accueil Visitor centre	Exposition Exhibit	Tour d'observation Observation tower	Canon Artillery gun	Phare Lighthouse	Église St-Peter St. Peter's Church
Poste de perception Toll booth	Belvédère Lookout	Pique-nique Picnic area	Abri-dortoir Lean-to	Abri de pique-nique Picnic shelter	Cimetière Cemetery
Terrain de jeux Playground area	Piscine Pool	Chute Waterfall	Aire de stationnement Parking lot	Chaise rouge Red chair	

ACTIVITÉS / ACTIVITIES

Randonnée pédestre Hiking	Vélo Cycling	Vélo de montagne Mountain biking	Tennis	Interprétation Interpretation	Plage Beach
Kayak de mer Sea kayaking	Plongée sous-marine Scuba diving	Randonnée équestre Horseback riding	Pêche Fishing	Croisière Cruise	Location de vélo Bicycle rental

SERVICES / SERVICES

Emplacement pour tente Tent campsite	Tente oTENTik oTENTik tent	Yourte Yurt	Restaurant	Borne de recharge pour véhicules électriques Electric vehicle charging station	Accessible aux personnes à mobilité réduite Accessible to the physically impaired
Emplacement pour VR RV campsite	MicrOcube	Camping en arrière-pays Backcountry camping	Boutique souvenir Gift shop	Station de réparation de vélo Bike repair station	
Station de vidange Dumping station	Ôasis	Aire Wi-Fi WIFI hotspot	Buanderie Laundry		

Legend:

- Route principale / Main road
- Route secondaire pavée / Paved secondary road
- Limite de parc national / National Park boundary
- Sentier d'accès / Access trail
- Distance (km) entre 2 points / Distance (km) between 2 points
- Sentier facile / Easy trail
- Sentier modéré / Moderate trail
- Sentier difficile / Difficult trail

Zones interdites ou à accès limité
En tout temps, l'apnée, la plongée sous-marine, la baignade, la circulation à pied et l'accostage sont interdits dans ces secteurs. Renseignez-vous auprès du personnel du parc.

Prohibited or restricted access zones
At all times, activities such as snorkeling, scuba diving, swimming, hiking or mooring are not allowed in these areas. Ask a park employee for information.

**LES INCONTOURNABLES
TOP THINGS TO DO**

Distances (km)

Poste de perception Nord / North toll booth					
Poste de perception Sud / South toll booth	10				
Grande-Grave	5	15			
Penouille	17	12	18		
Gaspé	21	38	33	38	
Percé	68	89	106	101	107



Centre récréatif / Recreation Centre



Le centre récréatif offre de multiples services, dont une piscine chauffée, un service de restauration, des jeux extérieurs pour les enfants, une boutique et un terrain de tennis.

The Recreation Centre offers a host of services, including a heated pool, a food service, outdoor playground area for children, a gift shop and a tennis court.



Bienvenue en 1920!

Le magasin général Hyman & Sons et la maison Dolbel-Roberts, ancrés depuis plus de cent ans à Grande-Grave, témoignent de l'âge d'or de l'industrie morutière et de la diversité culturelle sur la péninsule. En continuant vers la pointe, retrouvez la petite maison jaune des Blanchette. Ces bâtiments patrimoniaux sont d'excellents témoins des communautés ayant habité le territoire avant la création du parc.

Welcome to 1920!

The Hyman & Sons General Store and Dolbel-Roberts House have withstood time, wind and tide at Grande-Grave for over one hundred years, bearing witness to the golden age of the cod fishing industry and the peninsula's cultural diversity. As you make your way to the point, you will see the Blanchette's little yellow house. These heritage buildings are excellent witnesses to the communities that inhabited the area before the park was created.

Cap-Bon-Ami

Soyez aux premières loges d'un spectacle de mer et de falaises où les oiseaux marins et les phoques sont en vedette.

Enjoy a front-row seat to stunning seascapes and soaring cliffs where seabirds and seals take the stage.

Tour du Mont Saint-Alban / Mount Saint-Alban tower

À 285 mètres d'altitude, la tour offre une saisissante vue panoramique sur l'extrémité des Appalaches qui se jettent dans les eaux du golfe du Saint-Laurent.

Perched 285 metres above sea level, the tower offers a striking panoramic view of the Appalachians plunging into the waters of the Gulf of St. Lawrence.

Site patrimonial de Grande-Grave / Grande-Grave heritage site



Cap-Gaspé

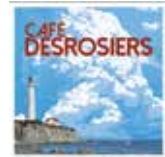
Le bout du monde

Le sentier Les Graves, l'un des plus populaires de Forillon, longe la Baie de Gaspé et vous mène jusqu'à Cap-Gaspé, le bout du monde. Regardez bien, les baleines soufflent dans ce coin-là.

Land's end

Les Graves, one of Forillon's most popular trails, winds along Bay of Gaspé and takes you to land's end at Cap-Gaspé. Keep your eyes peeled for whales!

1



Café DesRosiers

418-360-0490
cafetaverse@gmail.com

2



Croisière Forillon

418-360-6614
www.croisiereforillon.com

3



Les Délices de Forillon

418-368-7705
www.mdsg.ca

4



Croisière Baie de Gaspé

418-892-5500 • 1-866-617-5500
www.baleines-forillon.com

5



Cap Aventure

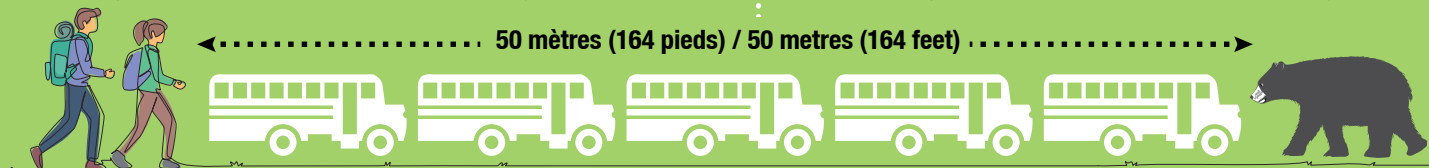
418-892-5056 • 1-877-792-5055
www.capaventure.net/kayak



Quelques conseils pour partager le territoire avec l'ours noir

Pour éviter de rencontrer un ours

- Manifestez votre présence : accrochez vos clés à votre ceinture, parlez, chantez, etc.
- Optez pour la randonnée en groupe.
- Soyez attentif à votre environnement, évitez de porter des écouteurs.



Vous rencontrez un ours

- Gardez votre calme et restez groupé.
- Demeurez à une distance sécuritaire d'au moins 50 mètres (164 pieds).
- Laissez à l'ours du temps et de l'espace pour fuir.
- Parlez-lui calmement en tapant dans vos mains.

Il ne s'en va pas?

- Rebroussez chemin. Informez les autres randonneurs de la présence de l'ours.
- **Avertissez un employé du parc ou composez le 1-888-762-1422 pour nous informer de la situation.**

Pour plus d'information :

- Consultez nos employés.
- Demandez notre dépliant *Partager le territoire avec l'ours noir*.



Balayez ce code QR pour plus d'information.



Tips for sharing the territory with black bears

To avoid encountering a bear

- Make your presence known: hang your keys on your belt, talk, sing, etc.
- Hike in groups.
- Be aware of your surroundings and avoid wearing headphones.

If you encounter a bear

- Stay calm and remain in a group.
- Keep a safe distance of at least 50 metres (164 feet).
- Give the bear time and space to flee.
- Speak calmly while clapping your hands.

Bear not leaving?

- Turn back the way you came. Inform any hikers you come across about the bear's presence.
- **Notify a park employee or call 1-888-762-1422 to inform us of the situation.**

For more information

- Check with our employees.
- Request our *Sharing the territory with the black bear* leaflet.



Scan this QR code for more information.



Évitez d'attirer la faune. Tenez votre site propre! / Avoid attracting wildlife. Keep your campsite clean!



Casier à l'épreuve de la faune. / Wildlife-proof locker.

Entreposez tout ce qui est odorant et susceptible d'attirer les animaux, y compris les glacières. / Store anything odorous and likely to attract animals, including coolers.

Les tentes et les tentes-roulottes ne sont PAS des endroits d'entreposage sécuritaires ni des lieux pour cuisiner. / Tents and tent-trailers are NOT safe storage or cooking areas.



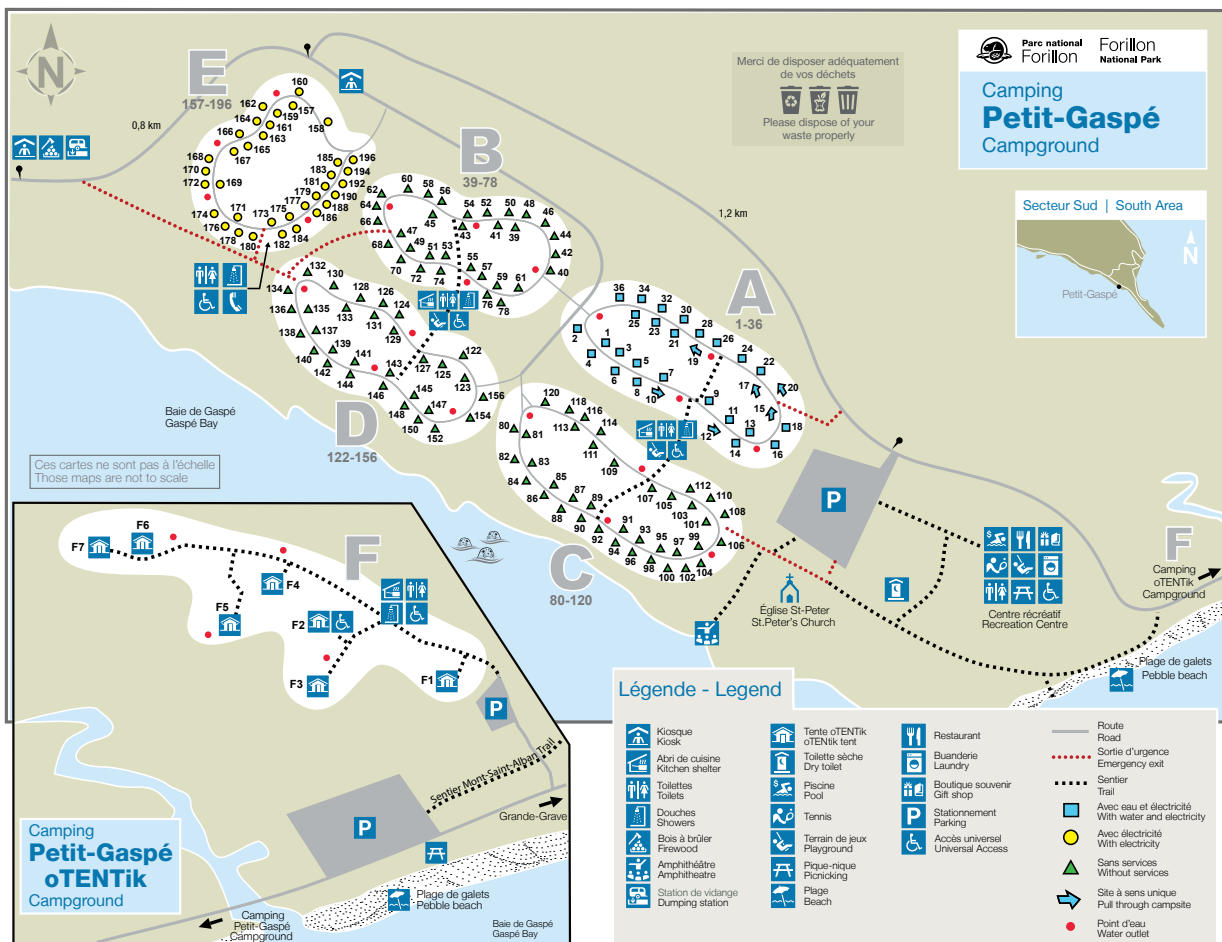
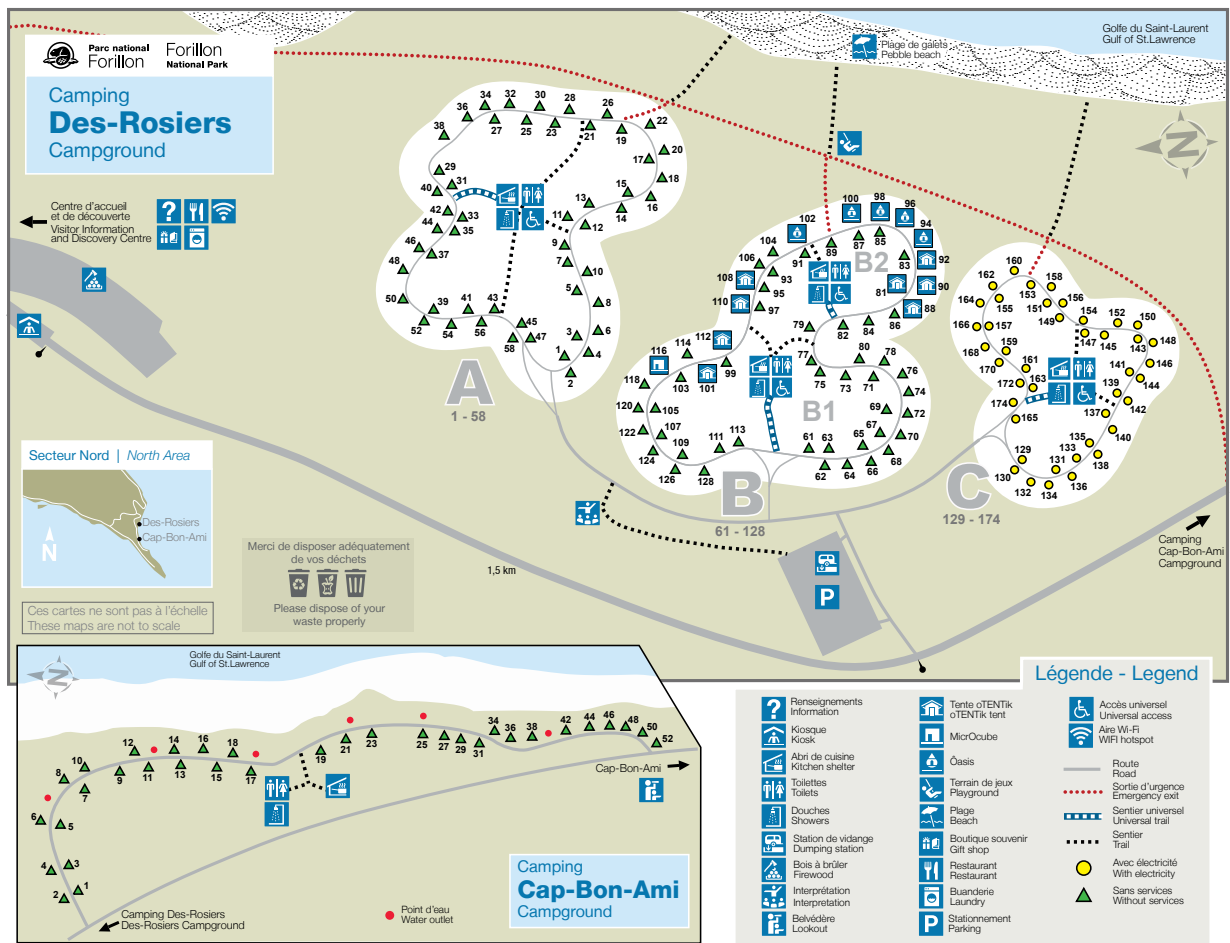
Ne jetez aucun déchet dans votre foyer. / Don't put garbage in your fire pit.



Ne laissez pas de déchets sur votre site. / Never keep trash on your site.



Versez l'eau de vaisselle ou de cuisson dans les lavabos des bâtiments de services. / Dump dishwater or cooking water in the service building sinks.





Le Site d'interprétation Micmac de Gespeg vous accueille

Découvrez l'histoire et la culture de la Nation Micmac de Gespeg. Vivez une expérience unique en terre Mi'gmaq grâce à la fidèle reconstitution d'un village traditionnel où wigwams, ronds de feu, objets utilitaires et pièges de chasse vous dévoilent le mode de vie pratique et ingénieux des Mi'gmaq et leurs ancêtres selon les quatre saisons comme au 17^e siècle. Sa boutique de souvenirs est un incontournable. Le site est à une vingtaine de kilomètres du parc national Forillon, au 783, boulevard de Pointe-Navarre à Gaspé.

The Micmac Interpretation Site of Gespeg welcomes you

You are invited to discover the history and culture of the Gespeg Mi'gmaq Nation. Participate in a unique experience on Mi'gmaq land through a faithful re-creation of a traditional village where wigwams, fire rings, everyday objects and traps for hunting reveal the practical and ingenious way of life of the Mi'gmaq and their ancestors through all four seasons, as they existed in the 17th century. The gift shop is a must. You will find the site at 783 Pointe-Navarre Boulevard, Gaspé, about twenty kilometres from Forillon National Park.



Lieu historique national du
Phare-de-
Pointe-au-Père

Pointe-au-Père
Lighthouse
National Historic Site

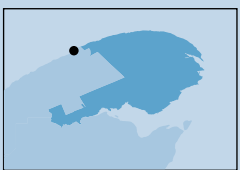




Balayez ce code
QR pour plus
d'information.



Scan this QR
code for more
information.





40 ANS 1985-2025
Lieu historique national de la
Bataille-de-la-
Ristigouche

Battle of the
Restigouche
National Historic Site
40 YEARS 1985-2025



40 ans à vivre des histoires uniques
40 years of stories as unique as you



Balayez ce code
QR pour plus
d'information.



Scan this QR
code for more
information.

