



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 / Addresses

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 :



Follow us:



PNForillon ForillonNP



Consulter les renseignements à jour sur notre site Web : parcs.canada.ca/forillon



View updated information on our website: parks.canada.ca/forillon

Photo page couverture / Front cover picture : Mathieu Dupuis

Cormorans à aigrettes au vol, Cap-Bon-Ami.

Double-crested Cormorants in flight, Cap-Bon-Ami.



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.

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	Durée moyenne / Average time	Dénivelé positif / Elevation gain	
<ul style="list-style-type: none"> ● Facile / Easy ■ Modéré / Moderate ◆ Difficile / Difficult 			<ul style="list-style-type: none"> ↔ Aller-retour / Round-trip 🔄 Boucle / Loop 			
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		2,3 km 🔄	1 h 30	148 m	
4	La Chute		1 km 🔄	45 min	90 m	
5	Les Graves Départ de / Departure from	Grande-Grave		15,2 km ↔	4 h 30	532 m
		L'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	Mont-Saint-Alban Départ de / Departure from	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
		<i>Au départ de Cap-Bon-Ami, les premiers 600 m sont très abrupts et accidentés. From Cap-Bon-Ami, the first 600 m are very steep and uneven.</i>		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		*4,3 km 🔄	2 h	69 m	
			* Retour par le sentier Le Castor / Return by Le Castor trail			
14	Le Pic-bois Départ de / Departure from	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

Golfe du Saint-Laurent
Gulf of St. Lawrence



- INSTALLATIONS / FACILITIES**
- Centre d'accueil / Visitor centre
 - Poste de perception / Toll booth
 - Terrain de jeux / Playground area
 - Exposition / Exhibit
 - Belvédère / Lookout
 - Piscine / Pool
 - Tour d'observation / Observation tower
 - Pique-nique / Picnic area
 - Chute / Waterfall
 - Canon / Artillery gun
 - Abri-dortoir / Lean-to
 - Aire de stationnement / Parking lot
 - Phare / Lighthouse
 - Abri de pique-nique / Picnic shelter
 - Chaise rouge / Red chair
 - Église St-Peter / St. Peter's Church
 - Cimetière / Cemetery
- ACTIVITÉS / ACTIVITIES**
- Randonnée pédestre / Hiking
 - Kayak de mer / Sea kayaking
 - Vélo / Cycling
 - Plongée sous-marine / Scuba diving
 - Vélo de montagne / Mountain biking
 - Randonnée équestre / Horseback riding
 - Tennis
 - Pêche / Fishing
 - Interprétation / Interpretation
 - Croisière / Cruise
 - Plage / Beach
- SERVICES / SERVICES**
- Emplacement pour tente / Tent campsite
 - Emplacement pour VR / RV campsite
 - Station de vidange / Dumping station
 - Tente oTENTik / oTENTik tent
 - MicrOcube
 - Ôasis
 - Yourte / Yurt
 - Camping en arrière-pays / Backcountry camping
 - Aire Wi-Fi / WIFI hotspot
 - Restaurant
 - Boutique souvenir / Gift shop
 - Buanderie / Laundry
 - Borne de recharge pour véhicules électriques / Electric car charging station
 - Station de réparation de vélo / Bike repair station
 - Accessible aux personnes à mobilité réduite / Accessible to the physically impaired

- 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, la plongée sous-marine ou en apnée, 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

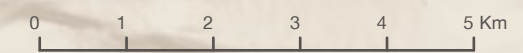
Allez découvrir l'histoire et la culture de la Nation Micmac de Gespeg / Discover the history and culture of the Micmac Nation of Gespeg



Site d'interprétation Micmac de Gespeg / The Micmac Interpretation Site of Gespeg

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



↑ Percé 65 km



Centre récréatif / Recreation Centre



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

The Recreation Centre offers a host of service, including a heated pool, outdoor playground 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.

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



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.



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

Croisière Forillon
418-360-6614
www.croisiereforillon.com

2

Croisières Baie de Gaspé
418-892-5500 1-866-617-5500
www.baleines-forillon.com

3

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.



..... 50 mètres (164 pieds) / 50 metres (164 feet)



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.

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.



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!



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.

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



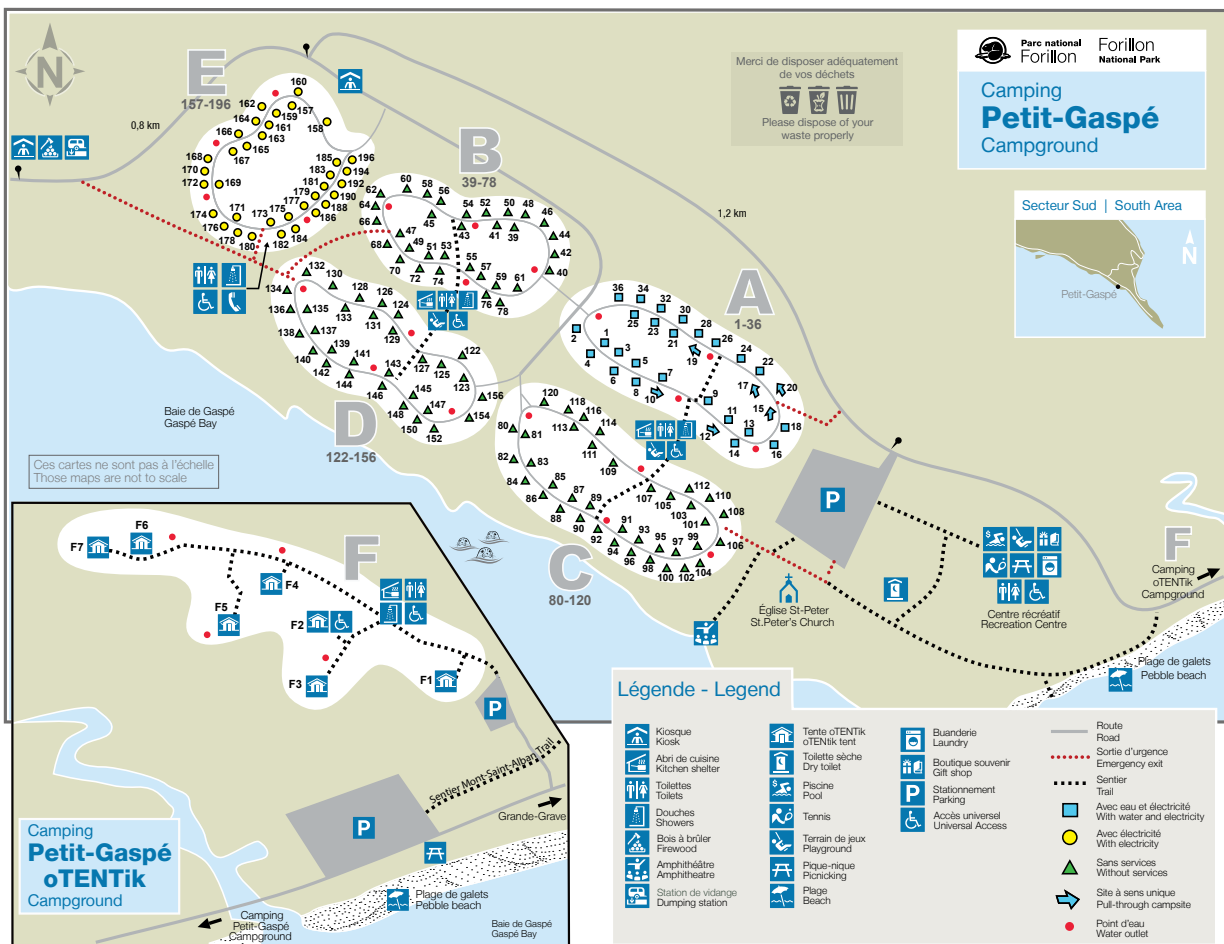
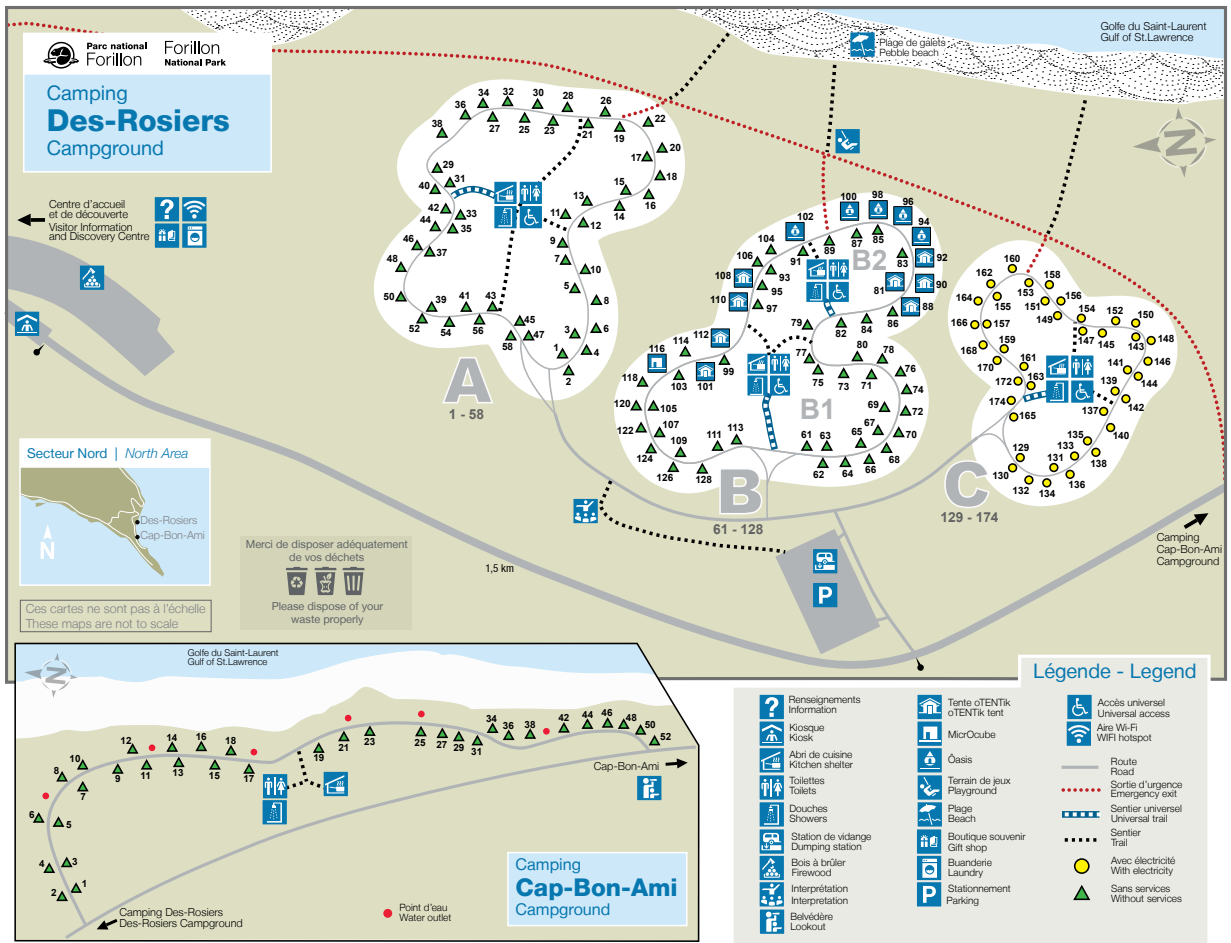
Ne jetez aucun déchet dans votre foyer. / Don't put garbage in your fire pit.



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 dishwasher 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.







**Lieu historique national de la
Bataille-de-la-
Ristigouche**

**Battle of the
Restigouche
National Historic Site**





Balayez ce code QR pour plus d'information.



Scan this QR code for more information.

