

Bilan des activités dans la Forêt Héritage et perspectives 2022

Laurent Besner et Anthony Côté

Les 17 mai 2022 s'est tenue la 7^e assemblée annuelle d'Héritage Plein air du Nord (HÉPAN), présidée pour l'occasion par André Goulet, ingénieur de l'Institut des Territoires. Plus de 30 personnes se sont réunies dans la salle Saint-François-Xavier de Prévost pour faire le bilan des actions de 2021, poser des questions aux administrateurs et envisager les perspectives 2022 d'HÉPAN.

Les démarches d'acquisition amorcées en 2018, confirmées en 2021 et finalisées en avril 2022, d'un terrain en milieu naturel de 25,3 ha situé à Sainte-Anne-des-Lacs fut sans doute le fait marquant de l'année. Le président d'HÉPAN, André Lessard, a remercié les nombreux donateurs qui ont généreusement contribué à l'atteinte de l'objectif de la campagne de collecte de fonds. HÉPAN tient à remercier particulièrement Julie Gagnon et Jacob Zwicky, propriétaires du terrain qui ont consenti un don écologique important lors de cette transaction.

Depuis sa fondation en 2015, HÉPAN a contribué avec ses partenaires, à la protection de 81,3 ha (205 acres) de terrains dotés de caractéristiques écologiques exceptionnelles situés aux limites de Prévost et de Sainte-Anne-des-Lacs.

Il y a aménagé un réseau de sentiers de plein air portant le nom de Forêt Héritage. L'organisme reconnaît le soutien financier et technique de la Municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs et de la Ville de Prévost. En 2021, HÉPAN a convenu d'un protocole de partenariat tripartite avec ces derniers. Il profite aussi du soutien technique de la SOPAIR pour l'inspection des sentiers et de la géomatique.

À chacun son sentier!

Dans le but de rendre sécuritaire l'expérience de l'utilisateur, Héritage plein air du Nord est à dédier certains sentiers à la marche, certains aux vélos de montagne et d'autres à la vocation multifonctionnelle. Le comité de gestion du risque et le comité sentiers ont mis la main à la pâte pour améliorer substantiellement la signalisation avec de nouvelles affiches de mise en garde pour

les adeptes de vélo de montagne. De cette façon, un cycliste sera informé du niveau d'expertise attendu, des obstacles et des risques dans les sentiers qu'il choisira de parcourir.

Un nouveau code de conduite des utilisateurs adapté à la réalité de la Forêt Héritage sera diffusé bientôt. Les gestionnaires sont confiants que cette démarche améliorera la cohabitation entre les randonneurs et les adeptes d'activités sportives. De plus, une mise à jour des cartes de sentiers est en cours et leur mise en place est prévue pour le début de l'été.

Des sentiers aux normes

Les gestionnaires de sentiers d'HÉPAN sont à élaborer une politique de la construction de sentier pour s'assurer que l'ensemble des sentiers correspond aux normes établies dans son programme de gestion du risque et de se conformer, dans la mesure du possible, aux règles de construction de sentiers durables élaborées par Vélo Québec et Rando Québec. Avec la participation des services d'incendies municipaux, un plan d'évacuation d'urgence a été élaboré pour permettre le transport sécuritaire d'un blessé

vers les soins médicaux. La mise en place des infrastructures nécessaires à l'implantation du projet sera complétée en 2022.

Un premier sentier d'interprétation de la vie des arbres aura vu le jour en 2021. Héritage plein air du Nord remercie Catherine Rivard, co-fondatrice et première présidente d'Héritage Plein air du Nord et Mathieu Richer pour la réalisation de ce projet.

Plan d'aménagement Forêt-Faune-Conservation

En 2021 Héritage plein air du Nord a mandaté l'Institut des Territoires pour élaborer un plan d'aménagement Forêt-Faune-Conservation des terrains dont il est propriétaire. Le plan consiste à établir l'inventaire forestier et faunique, de s'assurer de la régénération de la forêt, de rendre les sentiers plus sécuritaires et de soutenir le processus de conservation des milieux naturels fragiles. Les recommandations contenues

dans ce plan seront graduellement mises en application à partir de 2022. L'objectif ultime est d'étendre ce plan d'aménagement aux terrains municipaux qui font partie de la Forêt Héritage.

Lors de l'assemblée, quatre nouveaux administrateurs ont été élus pour un mandat de deux ans, soient: Udo Blenkhorn, Denis Dalpé, Julie Teasdale et Jean-Patrice Tremblay. Ils se joignent à Anthony Côté, Stéphane Desjardins, Mario Gallant, André Lessard et Philippe Marchessault qui poursuivent leur mandat. Michèle Guay, conseillère municipale de la Ville de Prévost et Louis Dupuis de la municipalité de Sainte-Anne-des-Lacs, assistent aux conseils d'administration en tant qu'observateurs invités et qu'agents de liaison avec les élus municipaux.



Avis de santé publique des Laurentides

La tique et la maladie de Lyme

ÉMILIE CORBEIL

La Direction de santé publique des Laurentides rappelle les mesures de prévention et de protection à la population afin de se protéger des piqûres de tiques pour prévenir la maladie de Lyme.

Avec l'été à nos portes, la Direction de santé publique du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) des Laurentides invite la population à se protéger contre les piqûres de tiques, car elles peuvent transmettre la maladie de Lyme. Certains territoires du sud de la région des Laurentides sont particulièrement à risque puisque la présence de tiques infectées y a été démontrée.

Comment faire pour se protéger?

La meilleure façon de ne pas contracter la maladie de Lyme est d'éviter les piqûres de tiques lors d'activités de plein air. Les tiques ne sautent pas et ne volent pas, mais elles peuvent cependant s'agripper à vous ou à votre animal de compagnie lorsque vous êtes en contact avec des végétaux dans un jardin ou un aménagement paysa-

ger, dans les forêts, les boisés et les herbes hautes.

Pour éviter les piqûres de tiques

- marchez de préférence dans les sentiers et évitez les herbes hautes;
- utilisez un chasse-moustiques sur les parties exposées de votre corps, en évitant le visage;
- portez un chapeau, des souliers fermés et des vêtements longs;
- entrez votre chandail dans votre pantalon;
- entrez le bas de votre pantalon dans vos chaussettes ou vos bottes;
- portez des vêtements de couleurs claires lors de vos promenades. Les couleurs claires rendent les tiques plus visibles.

Pour plus d'informations sur comment identifier une tique, consultez le Guide d'identification des tiques du Québec.

Quoi faire en cas de piqûre?

En cas de piqûre, il faut retirer la tique dès que possible. Utilisez un tire-tique ou une pince fine, comme une pince à sourcils. Évitez d'utiliser vos doigts ou vos ongles. Plus une tique reste accrochée longtemps, plus on augmente le risque de transmission de la maladie de Lyme. Le risque qu'elle soit infectée dépend de l'espèce de la tique et de la région où elle se trouve.

Appelez Info-Santé au 811 ou consultez un médecin si vous êtes dans une des situations suivantes :

- la rougeur est de 5 cm de diamètre ou plus;
- la rougeur persiste depuis plus de 48 heures;
- vous croyez présenter un ou plusieurs autres symptômes de la maladie de Lyme dans les jours, les semaines ou les mois suivants la pratique d'une activité extérieure pouvant vous exposer aux tiques.



Différentes espèces de tiques femelles non gorgées de sang : (1) *Ixodes scapularis*, (2) *Ixodes cookei*, (3) *Dermacentor variabilis*, (4) *Amblyomma americanum*, (5) *Rhipicephalus sanguineus* et (6) *Haemaphysalis leporispalustris*.

Traitement préventif de la maladie de Lyme

Si vous avez été piqué par une tique dans certains territoires du sud de la région, il est possible qu'à la suite d'une évaluation par un médecin ou un pharmacien, on vous prescrive des antibiotiques de façon préventive. Les territoires des municipalités suivantes sont concernés : Deux-Montagnes,

Mirabel, Oka, Pointe-Calumet, Saint-Eustache, Saint-Joseph-du-Lac, Saint-Placide, Sainte-Marthe-sur-le-Lac. À celles-ci s'ajoute le territoire de la communauté de Kanesatake.

Pour tout savoir sur la maladie de Lyme, consultez le site: santelaurentides.gouv.qc.ca/sante-publique/maladies-infectieuses/maladie-de-lyme/