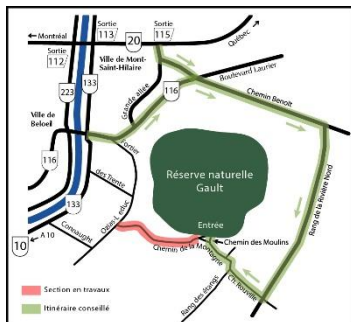


## BULLETIN MENSUEL



Centre de la Nature  
Mont Saint-Hilaire



### Travaux sur le Chemin de la Montagne... Accès perturbé jusqu'à la fin du mois d'août 2016

Veillez noter que des travaux de réfection ont actuellement lieu sur le Chemin de la Montagne, et ce jusqu'à la fin du mois d'août 2016. Sur semaine, les visiteurs devront passer par Saint-Jean-Baptiste (voir itinéraire conseillé). Les fins de semaine, le Chemin de la Montagne sera ouvert facilitant ainsi l'accès à la Réserve naturelle Gault.



### Saison des naissances dans la forêt...

Le printemps fera bientôt place à l'été. Depuis quelques semaines, les oisillons sortent de leur coquille afin de profiter de la belle saison pour devenir autonome. Lors de leurs premiers vols, les oisillons sont souvent malhabiles. Il leur arrive parfois de s'assommer ou de tomber au sol. Si, lors d'une de vos randonnées, vous rencontrez un oisillon au sol qui appelle ses parents, nous vous demandons de le laisser sur place. Les parents s'en occupent. L'oisillon a beaucoup plus de chance de s'en sortir en nature plutôt que si vous nous le rapportez au pavillon d'accueil des visiteurs.



### Mercredi 8 juin : journée de l'air pur

Comme vous le savez déjà, la forêt du mont Saint-Hilaire est un formidable purificateur d'air qui profite à toute la région environnante. Les arbres dans notre rue, dans nos parcs et autour de nos maisons contribuent aussi à la purification de l'air que nous respirons. En revanche, notre chère voiture est l'une des principales sources de pollution, alors marchez ou enfourchez votre vélo !



## Cardio plein-air pour faire le plein d'oxygène

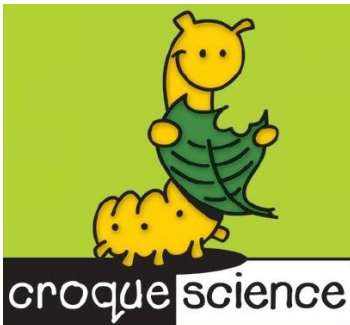
Envie de vous oxygéner les poumons tout en profitant d'une activité en plein air ? Le club de cardio plein-air est fait pour vous! La session d'été se déroulera les samedis, du 27 juin au 4 septembre. Pour plus d'informations ou pour toute demande d'inscription, vous pouvez contacter Orine Wion au 514 889-8526 ou par mail à : [sthilaire@cardiopleinair.ca](mailto:sthilaire@cardiopleinair.ca)



## Maladie de Lyme

Avec l'arrivée des beaux jours et l'irrésistible envie d'aller se promener en forêt, il est important de se méfier des tiques, qui vivent principalement dans les forêts, les boisés et les herbes hautes. En effet, ces dernières, si elles sont infectées, peuvent transmettre la maladie de Lyme, qui s'étend depuis quelques années sur le territoire québécois.

Rassurez-vous tout de même, les tiques ne vivent pas sur les sentiers de la montagne, et surtout, elles ne sautent pas ! Alors pas de nécessiter de contourner ces derniers pour les éviter, bien au contraire !



## Croque Science - Camp de jour été 2016

Tu es passionné de nature et tu souhaites découvrir la faune et la flore à travers le jeu, dans le plaisir, le partage et la bonne humeur ? Croque-science t'invite cet été à découvrir le monde fascinant des sciences naturelles en participant aux camps de jour. Viens te joindre à notre équipe de petits explorateurs-chercheurs. Nous partirons en expédition comme de vrais naturalistes ! Pour plus d'informations : <http://www.croque-science.ca> ou (450) 655-4843



Restauration de  
milieux naturels  
Je participe!

## Les journées bénévoles

Si vous souhaitez participer à nos activités de restauration des sentiers, nous vous invitons le dimanche 12 et le samedi 18 juin. Portez des vieux vêtements et apportez des gants de travail, une pelle à jardin ou à rigole, une gourde d'eau et une collation. Vous êtes nos partenaires très appréciés. Inscription : 450-467-1755, ou: [benevolat@centrenature.qc.ca](mailto:benevolat@centrenature.qc.ca).



## Concours photo - Cartes postales

Avec le retour des beaux jours, la lumière se fait plus belle, les arbres nous offrent leurs premières fleurs et les animaux sont de retour un peu partout dans la forêt. Une belle occasion pour prendre des photos de printemps. Le thème cette année est « Carte Postale ». Pour plus d'information à propos du concours: [www.centrenature.qc.ca/activites/concoursPhoto.html](http://www.centrenature.qc.ca/activites/concoursPhoto.html).