

# DOCUMENT PRÉPARATOIRE

## RÉSIDENCE DE RECHERCHE À LA STATION UAPISHKA



Rédigé par : **Charles Gignac** Chargé de projet principal et Développement de la recherche  
**Réserve mondiale de la biosphère Manicouagan-Uapishka (RMBMU)**

Révisé par : **Catherine Arsenault** Coordonnatrice aux projets spéciaux  
**PANACHE art actuel**



Organisation  
des Nations Unies  
pour l'éducation,  
la science et la culture



• Réserve de la  
• biosphère de  
• Manicouagan-  
• Uapishka



## Un projet sur le Nitassinan des Innus de Pessamit

Ce projet de résidence de recherche est situé sur le Nitassinan, territoire ancestral non-cédé des Innus de Pessamit. Le Nitassinan est fondamental dans la culture innue et doit être abordé avec respect. Il est le lieu où se pratiquent les activités ancestrales, où se transmettent les savoirs traditionnels et le savoir-faire, et où l'on se rassemble pour partager les croyances, pour pratiquer les rituels et la spiritualité, ainsi que pour transmettre la langue et les valeurs. Bref, il s'agit du lieu où se véhiculent toutes les composantes de la culture innue que l'on nomme l'innu-aitun. La communauté innue de Pessamit habite et vit de ce territoire traditionnel depuis des millénaires, ce dont témoigne la présence de sites historiques d'intérêt tels que des voies de portage, des sites de sépulture, des points de rassemblement et des lieux de campement dans le secteur de la Station Uapishka.

Les Innus considèrent que le territoire n'a pas de limites précises, mais il est généralement reconnu que le Nitassinan de Pessamit couvre la rive nord du Saint-Laurent, entre les rivières Portneuf et Trinité, puis s'étend aux confins de l'arrière-pays, au-delà des monts Uapishka et Otish. Sur cet immense territoire, les chasseurs de Pessamit pouvaient croiser ceux du Lac-Saint-Jean, de Schefferville ou même les Cris de la baie James. En langue innue, Nitassinan signifie « notre terre ».

Cet attachement particulier au territoire est à prendre en considération dans l'exploration du territoire dans le cadre de cette résidence et il s'avère essentiel de le faire en collaboration avec les Premières Nations concernées.



© Alexis Pageau

## **Réserve mondiale de la biosphère Manicouagan-Uapishka**

Les réserves de biosphère (aussi appelées « régions de biosphère ») sont des lieux d'apprentissage du développement durable désignés dans le cadre du Programme sur l'Homme et la biosphère (MAB) de l'UNESCO.

Ce sont des sites qui permettent de concevoir, de mettre à l'essai et de diffuser des approches interdisciplinaires afin de comprendre et de gérer les changements et les interactions entre systèmes sociaux et écologiques, y compris la prévention des conflits et la gestion de la biodiversité.

S'appuyant sur trois fonctions interdépendantes, soit la conservation de la diversité biologique et culturelle, le développement économique et humain durable et l'appui logistique aux activités de recherche, d'éducation et de surveillance continue, les réserves de biosphère apportent des solutions locales à des problèmes mondiaux. Implanté en 1971, le MAB regroupe aujourd'hui 738 réserves de biosphère dans 134 pays. Ce réseau international offre une plateforme unique de coopération, de renforcement des capacités et de partage de connaissances et d'expériences à l'égard du développement durable.

Contrairement à ce que leur nom peut parfois laisser croire, les réserves de biosphère ne sont pas des aires protégées, bien que leur territoire inclue des zones de conservation légalement définies. Le statut ne confère pas non plus de pouvoir particulier, sur le plan réglementaire par exemple, aux organisations qui en sont mandataires et il ne s'accompagne d'aucun financement.

Il s'agit plutôt d'un statut moral octroyé en reconnaissance des efforts de concertation des acteurs clés issus d'un maximum de secteurs d'activité à l'échelle d'une région donnée pour mettre en œuvre une vision vouée à repenser le rapport entre l'humain et la nature et à concilier le développement et la conservation par l'intermédiaire d'approches axées sur la collaboration et l'innovation.

C'est au terme d'une vaste démarche de concertation et de représentation s'étant échelonnée sur plus de cinq années que la Réserve de la biosphère (RB) de Manicouagan-Uapishka a été désignée en 2007.

La région s'étend sur un territoire de 54 800 km<sup>2</sup> (Figure 1), qui comprend l'intégralité de la MRC de Manicouagan, incluant la ville de Baie-Comeau, l'ensemble des villages longeant le fleuve Saint-Laurent, de Pessamit jusqu'à Baie-Trinité, ainsi que son arrière-pays, en plus d'une partie de l'arrière-pays des MRC de Caniapiscau et de Sept-Rivières. Ce territoire inclut également l'entièreté des monts Uapishka (Groulx) et le lac-réservoir Manicouagan.

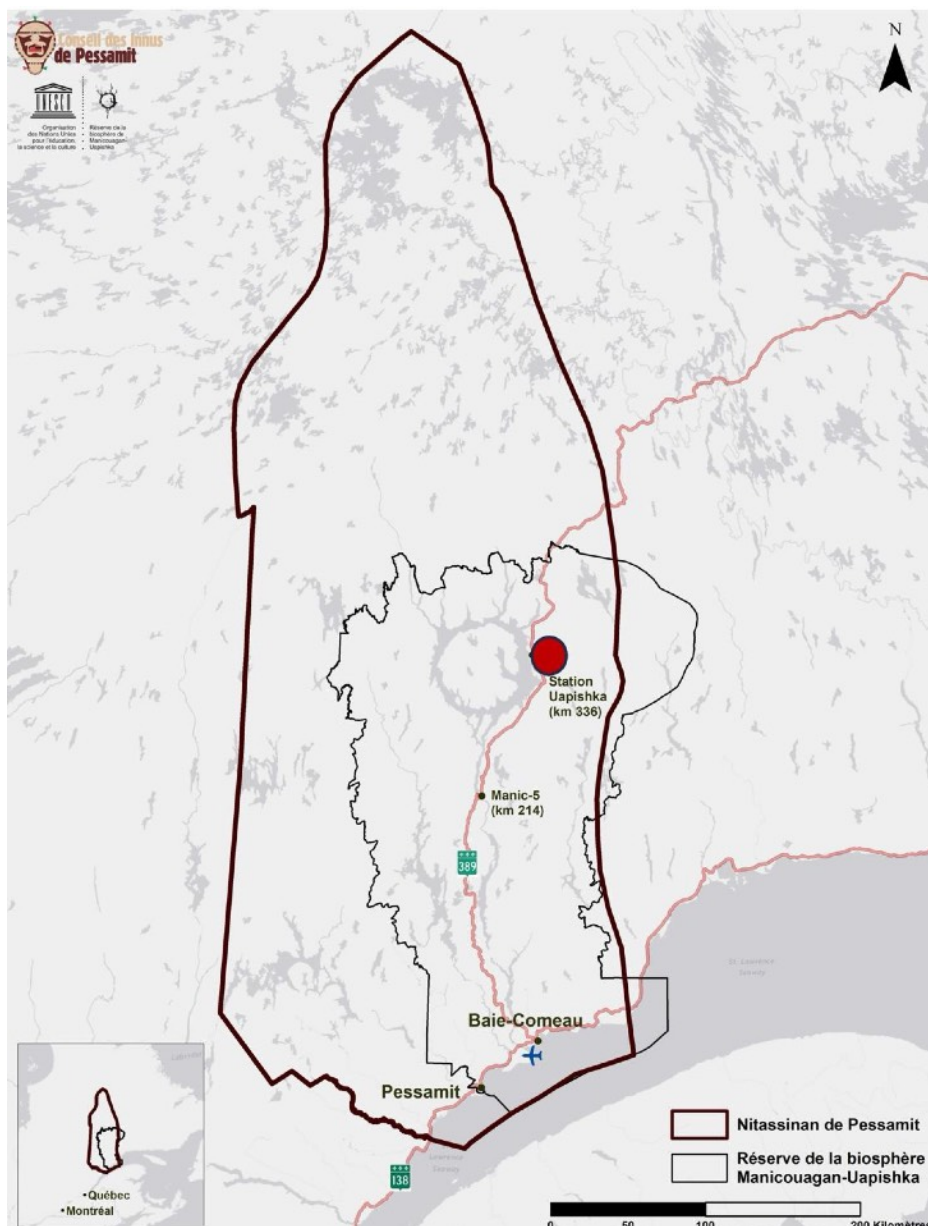


Figure 1 : Nitassinan de Pessamit et le territoire de la RMBMU

## Les Monts Uapishka (Groulx)

Les Monts Uapishka (Groulx), situés à 320 km au nord de Baie-Comeau, sont l'attrait principal de l'arrière-pays de la Manicouagan. S'élevant aux abords du lac-réservoir Manicouagan, formé par l'impact d'une météorite il y a environ 214 millions d'années (Figure 2), ce massif compte une trentaine de pics s'élevant à plus de 1 000 mètres d'altitude. Or l'envolement de la dépression topographique circulaire formée par l'impact météoritique, initialement composée d'une vallée et de deux anciens lacs, a entraîné la disparition de plusieurs sites ancestraux innus, ce qui a eu des répercussions énormes sur la vie en territoire, en particulier pour les membres de la communauté de Pessamit.

L'une des caractéristiques les plus remarquables des Monts Uapishka est leur biodiversité exceptionnelle, qui s'explique par leur situation géographique unique. La chaîne de montagnes sert de point de rencontre entre différentes zones biogéographiques, offrant ainsi une variété d'habitats pour une multitude d'espèces végétales et animales. Les sommets, qui peuvent atteindre jusqu'à 1 100 mètres d'altitude, hébergent des écosystèmes subarctiques et alpins, où l'on trouve des forêts de conifères, des toundras et des lichens.

Les Monts Uapishka tiennent également une place significative dans la culture innue, où ils sont désignés sous le nom de « Uapishka », signifiant « sommets rocheux perpétuellement enneigés ». Ce nom reflète le fait que ces montagnes restent couvertes de neige durant neuf mois de l'année, soulignant leur caractère distinctif et leur importance pour les Innus.

La gestion du territoire des Monts Uapishka est axée sur la conservation et le respect de l'environnement. Des initiatives de développement durable sont mises en place pour assurer la protection de cette région unique, tout en permettant aux visiteurs de découvrir ses merveilles dans le respect de la nature.



Figure 2 : Secteur du lac-réservoir Manicouagan avant l'enneigement

**« Ça s'appelle Uapishk. Uapishk, c'est parce que c'est blanc. La roche est blanche. [...] Pourquoi est-ce que ça s'appelle Uapapishkau ? C'était à cause de la neige. Quand on montait sur le territoire, au mois de septembre, les montagnes qui étaient blanches. Tu es à Uemashtakan et tu vois déjà la montagne. Elle est enneigée. Elles sont enneigées. Et on les a appelées Uapishkau. »**

– Edgar St-Onge (2021), aîné de la communauté de Pessamit



© Alexis Pageau

## **La Station Uapishka**

Cofondée en 2016 par le Conseil des Innus de Pessamit et la RMBMU, la Station Uapishka est située au kilomètre 336 de la Route 389. Elle poursuit la mission de stimuler la découverte et la protection de l'arrière-pays de la Manicouagan, Nitassinan de Pessamit et territoire d'exception reconnu par l'UNESCO, en utilisant l'écotourisme, l'occupation innue et la recherche comme moyen d'action. Plus spécifiquement, la Station Uapishka agit comme un agent de mise en œuvre de plusieurs ambitions, faisant office de cœur logistique au déploiement de tous les volets de la stratégie intégrée de développement de l'arrière-pays de la Manicouagan.

Site d'accueil écotouristique doté d'installations multifonctionnelles, la Station Uapishka vise à apporter une contribution significative au développement et à la structuration de la recherche scientifique, des mesures de conservation, de l'occupation innue du territoire, de la sécurité des usagers et du tourisme durable, où les activités récréatives et éducatives de découverte du territoire apportent une contribution aux efforts de préservation et de mise en valeur du patrimoine naturel et culturel.

De fait, la Station Uapishka constitue un vecteur de l'occupation contemporaine du Nitassinan par les Innus de Pessamit. En ce sens, elle agit comme un socle territorial de renforcement et de mise en valeur de leur identité et de leur savoir. Elle est vectrice de développement personnel et professionnel pour les jeunes qui y travaillent. Elle représente également une occasion de contact et de partage inédit avec le grand public, pouvant contribuer aux efforts globaux de compréhension mutuelle et de réconciliation.



© Striking Balance

## **Informations générales et mesures de sécurité à la station et dans les monts Uapishka**

### **Se rendre à la Station Uapishka**

La Station Uapishka est uniquement accessible via la route 389, en partant soit de la ville de Baie-Comeau au sud, soit de Fermont au nord. À partir de Baie-Comeau, il est nécessaire de parcourir une distance de 336 km pour atteindre la Station Uapishka, ce qui représente un trajet d'au moins 4 heures 30 minutes lorsque les conditions sont favorables.

### **Route 389**

- Il n'y a pas de réseau cellulaire dès que vous empruntez la 389.
- Elle est en partie asphaltée, vous pouvez l'emprunter avec tout type de véhicule en été.
- La route est sinueuse, certaines personnes pourraient être incommodées par des symptômes associés au mal du transport.
- Prévoyez-vous des collations, de l'eau, etc.
- Voici les différents points de service de la route 389 :
  - Km 94 – Relais Manic-Outardes (restaurant, internet, hébergement)
  - km 211 – Motel Énergie (essence, restaurant, internet, hébergement)
  - km 316 – Relais Gabriel (essence, internet)
  - km 579 – Fermont (tous les services habituels d'une municipalité)

**Le transport entre Baie-Comeau et la Station Uapishka sera assuré par la RMBMU.**

## **Renseignements sur les options de connectivité (Wi-Fi, réseau cellulaire, communication d'urgence)**

La Station Uapishka est située dans une région éloignée où les possibilités de connexion (internet, téléphone) sont limitées.

- Il n'y a pas de réseau cellulaire à la Station Uapishka, ni dans les environs.
- Un réseau d'internet Wi-Fi est présent dans le bâtiment principal (auberge).
  - La qualité de la connexion est satisfaisante, bien qu'elle ne soit pas comparable à celle des zones urbaines ;
  - Les appels téléphoniques peuvent être passés via Wi-Fi avec un téléphone intelligent ;
  - Il est à noter qu'une interruption du service Wi-Fi à la Station Uapishka peut survenir à n'importe quel moment.
- Pour les situations d'urgence, surtout en cas de défaillance du Wi-Fi, la station est équipée d'un téléphone satellite.



© Camille Charette

## **Détails des infrastructures et commodités à la Station Uapishka**

La Station Uapishka, c'est d'abord une auberge, véritable lieu d'où convergent les activités et les opérations de la station. Un endroit paisible propice aux échanges et aux découvertes. L'architecture unique du bâtiment met en valeur toute la splendeur du paysage. L'hébergement aura ainsi lieu dans l'auberge et elle demeurera ouvertes aux autres résidents.



## Commodités

- Chambre avec un lit simple ;
- Literie et serviettes incluses ;
- Salle de séjour commune ;
- Salles de bain partagées (toilettes, douches) ;
- Accès à la buanderie.

## À prévoir

- Il n'y a pas de réfrigérateur dans les chambres ni possibilité de cuisiner ;
- Les animaux de compagnie ne sont pas admis ;
- Produits d'hygiène personnelle.



© Sébastien Jean

## Informations sur les options de restauration, y compris les régimes alimentaires spéciaux pris en charge

Lors du séjour à l'auberge de la Station Uapishka, il n'est pas possible de cuisiner soit même. À la place, un service de pension complète (3 repas par jour) sera offert. Les repas sont préparés par le bistro de l'auberge. Il n'y a pas de choix de menus, le plat servi est le seul disponible. Étant donné la complexité d'approvisionnement en vivres à la station, il n'est malheureusement pas possible d'accommoder toutes les diètes et préférences alimentaires. Néanmoins, des ajustements peuvent être envisagés, surtout pour les allergies, à condition que l'équipe de la Station Uapishka soit informée préalablement.

La formule de pension complète comprend également des collations entre les repas.

## Horaire

- Déjeuner américain : De 7 h à 8 h 30
- Dîner : Boîte à lunch seulement
- Souper table d'hôte 3 services : 18 h 30

La Station Uapishka offre également une variété de vins et de bière de microbrasserie (\$)

*À noter : il est possible d'apporter vos boissons alcoolisées dans votre chambre, cependant il n'est pas possible de les consommer au bistro ou dans les aires communes de l'auberge.*

## À prévoir

Il est vivement recommandé d'emporter avec vous des aliments qui vous sont chers lors de votre visite à la Station. Bien que la sélection de collations disponibles sur place soit variée et de bonne qualité, il est important de noter qu'il n'existe pas de possibilité d'achat sur place pour compléter ce qui pourrait vous manquer durant votre séjour.

## La gestion des aspects psychologiques liés à un séjour prolongé dans un endroit isolé

Un séjour prolongé dans un endroit isolé, comme la station Uapishka, peut présenter divers défis et considérations psychologiques importants. **L'isolement social** est un défi majeur, l'éloignement des réseaux sociaux habituels pouvant conduire à des sentiments de solitude et d'isolement, affectant ainsi l'humeur et le bien-être mental. **La monotonie**, due au manque de variété et de stimulation dans l'environnement, peut également affecter la motivation et l'état psychologique général. **Le stress et l'anxiété** peuvent être exacerbés par la distance par rapport aux services habituels. La cohabitation dans un espace isolé peut intensifier **les tensions** et les conflits interpersonnels, nécessitant de bonnes compétences en communication et en gestion des conflits. Enfin, **l'adaptation aux conditions météorologiques imprévisibles** et à l'environnement difficile peut représenter des défis supplémentaires, nécessitant une bonne préparation physique et psychologique.

## La sécurité dans les Monts Uapishka

Le massif des monts Uapishka est une région isolée, peu fréquentée selon les secteurs où la prudence est de mise. Une randonnée du mont Harfang accompagné d'une biologiste est prévue. Par ailleurs, vous avez la possibilité d'explorer par vous-même le sentier d'interprétation de 5 km situé à proximité de la Station Uapishka. Pour toute excursion ou randonnée dans cette région, voici quelques aspects importants à considérer dans votre planification :

- Les conditions météo changent rapidement, la température descend parfois sous le point de congélation la nuit et des averses de neige peuvent être rencontrées aussi tard qu'en juin et aussitôt qu'en septembre ;
- La présence d'ours et de loups oblige à la prudence ;
- **Soyez prudent!** De nombreuses opérations de sauvetage ont lieu chaque année ;
- L'environnement hostile, la difficulté du terrain, la météo capricieuse et changeante font de ce territoire un endroit difficile (ex.: le 26 août 2020, le mercure affichait -8 °C sur les plateaux avec de la neige).

*À noter que la station ne possède pas d'embarcation pour les visiteurs pour naviguer le réservoir Manicouagan.*

## Quoi apporter pour ce séjour à la Station Uapishka ? \*

Vêtements	Accessoires
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vêtements de la vie de tous les jours</li> <li>• Bas longs</li> <li>• Bas de rechange</li> <li>• Pantalon long pour activité physique (éviter le jeans)</li> <li>• Chandail long</li> <li>• Chandail de rechange</li> <li>• Veste isolante (polar, duvet, etc.)</li> <li>• Veste imperméable / coupe-vent</li> <li>• Pantalon imperméable</li> <li>• Tuque</li> <li>• Casquette ou chapeau</li> <li>• Gants</li> <li>• Cache-cou</li> <li>• Chaussures adaptées à la randonnée</li> <li>• Guêtres (facultatif)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tout pour l'hygiène personnelle</li> <li>• Sac de jour</li> <li>• Lunettes de soleil</li> <li>• Gourde à eau (2)</li> <li>• Crème solaire</li> <li>• Huile à mouche</li> <li>• Filet à mouches (surtout au mois de juillet et d'août)</li> <li>• Bâtons de marche (facultatif)</li> </ul>

*\*Liste non exhaustive*