

Avenir Pierrefonds-Québec

Vision pour un parc provincial

Par Stéphanie Emond: emond_stephanie@hotmail.com



Bonjour aux commissaires de l'OCPM,

Vous avez posé comme question hier aux différents citoyens qui ont présenté leur mémoire, leur vision en lien avec la création d'un parc provincial. C'était évidemment difficile à brûle-pourpoint d'y répondre. Voici ma réflexion un peu plus poussée sur ma vision sur ce que ce parc pourrait offrir aux visiteurs.

Je crois qu'un parc ou des sentiers pourraient y avoir différents thèmes associés tel que : jouer dans la nature, hommage aux amérindiens, à la découverte de la flore ou un parc thérapeutique, ferait de ce lieu un attrait unique et touristique.

Jouer dans la nature

Voici l'idée que le parc national pourrait attirer des gens actifs qui aiment jouer dans la nature. Une tyrolienne est une façon d'explorer dans les airs, le parc. On pourrait aussi avoir un endroit où il pourrait y avoir une tyrolienne près du sol pour les enfants. Le parc pourrait avoir des parcours d'aventure (passerelles suspendues et sentiers suspendus, filets de singe, balançoires) comme offrent Arbraska et Arbre en Arbre.



Hommage aux amérindiens

Le parc ou un sentier choisi pourrait avoir comme vocation de rendre hommage aux amérindiens. À différents endroits sur les abords des sentiers, on pourrait afficher les différentes contributions importantes que les amérindiens ont fait depuis la colonisation, une fenêtre à travers leur culture et leur façon de percevoir l'environnement qui contribuait à leur survie. Les différentes affiches pourraient aussi suggérer des activités de reconnaissance de traces d'animaux qu'on retrouve dans le parc. Cette idée devrait évidemment être exploré avec les amérindiens de la région de Montréal.

À la découverte de la flore

Les parcs-nature ont souvent une vocation écologique. La biodiversité du milieu et les différentes zones en feraient un endroit idéal pour le souligner.

Parc thérapeutique : le chemin de la vie



Parc thérapeutique en connexion avec la nature - Ce thème pourrait être utilisé pour un sentier (qui pourrait s'appeler le sentier de la contemplation) ou le thème pourrait être utilisé pour toute la partie de l'Anse-à-l'Orme. Le but est de marcher seul ou en groupe et de se laisser guider pour pouvoir faire une réflexion en harmonie avec la nature.

L'entrée de ce sentier aurait un portail rond (moon gate). Un portail en rond symbolise le voyage à travers nos pensées ce qui invite au recueillement. Plusieurs arrêts avec écriteau représenteront une valeur fondamentale. Chaque arrêt sera un lieu de recueillement ou on invitera les gens à méditer ou à pratiquer la pleine conscience (mindfulness). On invitera à faire une réflexion ciblée sur un sujet jusqu'au prochain arrêt. La réflexion est faite en groupe (pour promouvoir le partage et la communication) ou seul.

Arrêt sur la Pleine Conscience – méditation - respiration



L'écriteau sur la pleine conscience pourrait être la recherche d'une feuille d'arbre et d'admirer la lumière à travers cette feuille. On pourrait ériger une plate-forme avec des lits de bois pour regarder le ciel feuillus. Une autre station pourrait offrir de prendre le temps d'identifier les bruits et les odeurs de la nature. Des exercices de respiration pourrait aussi être offerts.

Arrêt sur l'Inspiration / Création



Une affiche sur l'inspiration pourrait inviter les visiteurs à écrire dans un livre ou de placer un papier dans une boîte; des poèmes, de courtes histoires ou un dessin en lien avec ce qu'ils voient.

Arrêt sur la Résilience (strenght)



Une affiche pourrait démontrer différentes poses de yoga avec des variantes faciles pour tous. La réflexion portera sur la résilience dans les moments difficiles.

Arrêt sur la Gratitude

Une affiche qui amènerait une réflexion sur la gratitude. Le fait qu'à chaque génération, on souhaite laisser un monde meilleur. Si on est en famille, ce sera une occasion de favoriser la discussion avec les enfants.

Arrêt sur la Bienveillance (kindness)

Envers la nature : apprendre à limiter notre empreinte écologique ex : ramasser les déchets que vous voyez dans le parc.

Envers soi : apprécier nos accomplissements et nos limitations.

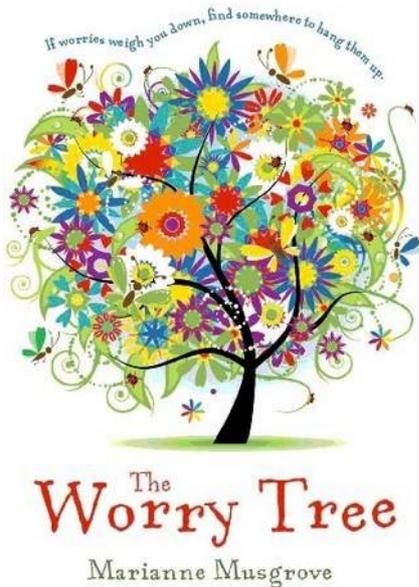
Envers les autres : une activité : trouver des moments où on pourrait faire des actes de gentillesse durant la journée.

Arrêt sur la Paix



Le cercle de la paix sera au milieu de la plaine avec de larges roches pour s'y assoir, ce qui permettrait de communiquer avec d'autres visiteurs du parc. La nuit, ça pourrait être un endroit où l'on voit lune et étoiles avec présence de télescopes.

Arrêt sur les Ruminations – "Trouble Tree"



Un arbre fort et grand pourrait être un endroit où on y dépose mentalement nos soucis. Avec cette histoire écrite: [The Trouble Tree](#)

The Carpenter I hired to help me restore an old farmhouse had just finished a rough first day on the job. A flat tire made him lose an hour of work, his electric saw quit, and now his ancient pickup truck refused to start. While I drove him home, he sat in stony silence.

On arriving, he invited me in to meet his family. As we walked toward the front door, he paused briefly at a small tree, touching the tips of the branches with both hands. When opening the door, he underwent an amazing transformation. His tanned face wreathed in smiles and he hugged his two small children and gave his wife a kiss.

Afterward he walked me to the car. We passed the tree and my curiosity got the better of me. I asked him about what I had seen him do earlier.

"Oh, that's my trouble tree", he replied. "I know I can't help having troubles on the job, but one thing for sure, troubles don't belong in the house with my wife and the children. So I just hang them on the tree every night when I come home. Then in the morning I pick them up again."

"Funny thing is", he smiled, "when I come out in the morning to pick 'em up, there ain't nearly as many as I remember hanging up the night before."

En conclusion, le but est de créer un espace attrayant et thérapeutique tout en respectant la flore et la faune. Merci de votre travail acharné et de votre respect des citoyens.

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à me contacter.