

[Subscribe](#)[Share ▼](#)[Past Issues](#)[Translate](#)

Infolettre  
www.clubmontagnecanadien.qc.ca



**Le 12 mai 2016**

### **Prochaines sorties du Club**

En semaine, jeudi Mont Saint-Hilaire

14 mai Ausable River, Adirondacks

14 mai Bear Den, Dial et Nippletop, Adirondacks

14 mai Mont Nixon, Laurentides

15 mai Sentier La Préfontaine d'en-haut et mont Sainte-Catherine, Laurentides

20 – 23 mai Mont Bigelow, Maine

21 mai Montagne d'Argent, La Conception, Laurentides

21 mai Mont Hopkins, Adirondacks

22 mai Indian Head et Ausable River, Adirondacks

27 au 29 mai Monts Gosford et Mégantic

28 mai Le sentier du Grand Brûlée, Tremblant

### **Les tiques en randonnée**

Les tiques à pattes noires, communément appelées tiques à chevreuil, sont des arthropodes de la classe des arachnides, des acariens appartenant à la famille des Ixodidae, les tiques dures. Elles se nourrissent essentiellement de sang. Elles ont une morphologie bien adaptée à leur mode de vie de parasites hématothrophes. Ovale et aplatis, elles possèdent des crochets leur permettant de s'agripper facilement aux animaux qui passent près d'eux. Elles sont aussi dotées d'un puissant appareil buccal (rostre) leur permettant de percer la peau et d'y injecter une salive anticoagulante leur permettant de mieux se nourrir.



Elles se retrouvent au niveau de la végétation basse et sont transportés par certains oiseaux migrateurs, les souris à pattes blanches et le cerf de Virginie. Leur pique peut transmettre une maladie, la borréliose ou maladie de Lyme, du nom de la ville au Connecticut où elle a été décrite pour la première fois en 1975. Cette maladie est causée par une bactérie pathogène pour l'homme *Borrelia burgdorferi*, et peut entraîner des problèmes de santé majeurs s'ils ne sont pas traités à temps. Il est donc important de reconnaître les signes de piqûres de tiques et de mettre en place des mesures de prévention efficaces contre celles-ci. La maladie de Lyme est en émergence au Québec, en raison de la montée vers le nord des tiques véhiculés par ces animaux sauvages. Elle se situe actuellement dans le sud du Québec et en Nouvelle Angleterre. Les chercheurs croient que les changements climatiques ne seraient pas étrangers à ce phénomène de migration. Des précautions simples peuvent vous prémunir contre les piqûres de ce parasite. Nous vous invitons à consulter le [site de la Santé publique de la Montérégie](#) pour être bien au fait du phénomène.

Par Daniel Rivest

## **Campagne de recrutement**

Nous voulons recruter de nouveaux membres et nous savons tous que le bouche à oreille et le site web sont de bons moyens. Il faut toutefois faire un pas de plus. Nous avons développé une publicité pour la saison estivale et nous comptons sur vous pour l'affichage aux endroits que vous jugerez opportun. Vous n'avez qu'à imprimer quelques copies de l'un des documents en lien. Plusieurs commerces avec service de photocopies offre l'impression d'un document à partir d'une clé USB. Il s'agit d'une contribution volontaire et il n'y aura pas de dédommagement pour les frais encourus.

Ensemble nous pouvons aller beaucoup plus long!

[Affiche format 8,5 x 11](#)    [Dépliant format 4 x 8,5 \(feuille standard pliée en 3\)](#)

## **Procès-verbal de l'Assemblée générale**

L'assemblée générale a eu lieu le 28 avril dernier à Montréal. C'est l'occasion de faire le point sur l'évolution de notre club et nous vous invitons à consulter [l'ébauche du procès-verbal](#) en lien. Les membres du conseil d'administration ont été élus et nous souhaitons la bienvenue à deux nouveaux administrateurs, Jocelyne Leroux est maintenant responsable du Ski et Daniel Rivest des Communications.

## **Accès aux Sentiers de l'Estrie**

Le CMC est membre « Organisation » des Sentiers de l'Estrie. C'est à vous d'en profitez, n'hésitez pas à proposer de nouvelles sorties sur leur réseau. Lors d'activités du CMC sur leurs sentiers, nous disposons de 10 cartes de membres et 3 permis de stationnement. Vous faites la demande 2 semaines à l'avance à Michel Taillefer [secretaire@clubmontagnecanadien.qc.ca](mailto:secretaire@clubmontagnecanadien.qc.ca), vous passez les prendre chez moi ou je vous les envoie par la poste.

## **Rabais lors de l'abonnement à la revue Rando Québec**

Rando Québec (Fédération québécoise de la marche) offre une réduction de 5 \$ à sur les coûts de leur adhésion (ou renouvellement) pour un an à Rando Québec. Vous aurez les mêmes avantages que n'importe lequel des autres membres de Rando Québec. Mentionnez simplement que vous être membre du CMC pour obtenir le tarif réduit.

[secretaire@clubmontagnecanadien.gc.ca](mailto:secretaire@clubmontagnecanadien.gc.ca)  
[se désabonner](#) | [mise à jour des préférences d'abonnement](#)