



Guide Pratique du Sportif - GPS



OCTOBRE 2019 - NUMÉRO 3



Mot de la présidente du Réseau FADOQ

Gisèle Tassé-Goodman



Les 28^{es} Jeux FADOQ, disputés à Trois-Rivières le mois dernier, ont connu un succès retentissant. Jamais dans l'histoire de ce grand rassemblement réservé aux membres FADOQ, il n'y avait eu autant de participants : 1 860 aînés rayonnant, socialisant et se forgeant des souvenirs! Bravo à vous tous, athlètes et bénévoles, d'avoir si bien mis en action le concept de vieillissement actif. On se donne rendez-vous l'an prochain!

Mot du président de la FADOQ – Région Mauricie

Yves Bouchard

Alors que la poussière retombe sur les Jeux FADOQ 2019, nous pouvons dire : « Mission accomplie! » La réussite de ce grand événement, dont la tenue coïncidait avec le 50^e de la FADOQ – Région Mauricie, n'aurait pas été possible sans l'aide du Secrétariat provincial, des employés du bureau régional, des bénévoles et de la Ville de Trois-Rivières.

Mille mercis!



FAITS SAILLANTS DES JEUX FADOQ 2019

Fidèles à leur réputation, les Jeux FADOQ ont prouvé qu'ils représentent l'événement phare du Réseau FADOQ.

Cela n'a jamais été aussi vrai que du 17 au 19 septembre 2019 à Trois-Rivières, là où un record de 1 860 athlètes de 50 ans et plus ont participé aux 28^{es} finales provinciales des Jeux FADOQ.

La toujours solennelle cérémonie d'ouverture a donné le coup d'envoi à l'événement. Pour l'occasion, arbitres, marqueurs et compétiteurs ont prêté serment et ont ainsi rappelé l'importance de l'esprit sportif rattaché à cet événement. Cette année, la flamme des Jeux FADOQ a été portée par l'olympien Marcel Jobin. Originaire de la Mauricie et récent champion du monde, à l'âge de 77 ans, au 3000 mètres de marche olympique, M. Jobin est un ardent défenseur du maintien d'un train de vie actif.



Les compétitions

L'édition 2019 des Jeux FADOQ provinciaux a mis à l'affiche 14 disciplines sur 9 plateaux de compétitions. Les participants se sont affrontés au baseball poche, au billard, aux dards, aux grosses quilles, au palet, au pickleball, à la course à pied, à la marche prédiction (individuelle et en équipe), à la marche rapide, à la pétanque, à la pétanque atout, aux petites quilles, au golf ainsi qu'aux sacs de sable.



Alma Black, doyenne des jeux FADOQ

Le Réseau FADOQ félicite également le couple formé de Nicole Labrosse et Yvon Brisebois. Tous deux âgés de 74 ans, ils se sont qualifiés pour les Jeux du Canada 55+, qui auront lieu à Kamloops, en 2020. Yvon Brisebois a gagné le 10 km de course à pied chez les 70 ans et plus grâce à un temps de 59 minutes 54 secondes alors que Nicole Labrosse a gagné la médaille d'argent au 5 km avec un temps de 40 minutes 31 secondes.

Âgée de 93 ans, Alma Black était la doyenne des Jeux 2019. Mme Black a représenté la FADOQ – Région Mauricie au tournoi de pétanque. Et, de son propre aveu, elle gagne encore plus de matchs qu'elle n'en perd!

Soulignons aussi la performance de Nicole Bégin, qui a remporté pour une 2^e année d'affilée l'épreuve du 3000 mètres de marche rapide. Son temps de 18 minutes 15 secondes lui permet d'éclipser celui de 18 minutes 56 secondes qui lui avait permis d'enlever les grands honneurs aux Jeux FADOQ 2018.



Nicole Labrosse et Yvon Brisebois

Un banquet qui déménage

La Soirée des Jeux s'est déroulée sous une thématique country. Le Réseau FADOQ a profité de cette soirée pour remettre trois prix d'excellence. Ces prix sont décernés annuellement à des personnes s'étant démarquées dans le domaine du loisir pour les 50 ans et plus.

Les lauréats 2019 sont :

- **Marcel Lemieux**, pour sa contribution exceptionnelle à la Fédération québécoise de pickleball (Pickleball Québec);
- **Marcel Jobin**, pour son travail en tant que modèle des saines habitudes de vie;
- **Michel Pedneault**, pour ses nombreuses années de service en tant que bénévole spécialisé dans la discipline des quilles.

Entre chacun de ces hommages bien sentis, les participants ont brûlé le plancher de danse au son des grands classiques de Dolly Parton, d'Ennio Morricone et Paul Daraïche. Vous devinerez que les danses en ligne se sont succédé à un rythme effréné.



Marcel Lemieux



Marcel Jobin



Michel Pedneault

Direction Saint-Hyacinthe

La prochaine édition des Jeux FADOQ aura lieu du 8 au 10 septembre 2020 à Saint-Hyacinthe. Y serez-vous ?



RÉSULTATS



BASEBALL POCHE

OR	Capitaine : Michelle Claveau	Saguenay-Lac-Saint-Jean-Ungava
ARGENT	Capitaine : Normand Gervais	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Alain Turcotte	Centre-du-Québec



BILLARD

OR	Capitaine : Denis Denoncourt	Mauricie
ARGENT	Capitaine : Sylvain Lafrenière	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Adolphe Lapointe	Québec et Chaudière-Appalaches



COURSE À PIED

5 km femme 50+

OR	Josée Belisle	00:21:41	Île de Montréal
ARGENT	Anne-Marie Gareau	00:25:05	Île de Montréal
BRONZE	Claude Laflamme	00:29:00	Québec et Chaudière-Appalaches

5 km femme 60+

OR	Odette Gélinas	00:22:08	Mauricie
ARGENT	Micheline Dion	00:22:25	Québec et Chaudière-Appalaches
BRONZE	Lise Noël	00:25:23	Île de Montréal

5 km femme 70+

OR	Nicole Légaré	00:30:26	Mauricie
ARGENT	Nicole Labrosse	00:40:31	Île de Montréal

10 km femme 60+

OR	Micheline Dion	00:46:10	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Odette Gélinas	00:46:55	Mauricie

5 km homme 50+			
OR	Jean Lespérance	00:18:01	Rive-Sud-Suroît
ARGENT	Normand Tremblay	00:19:16	Saguenay-Lac-Saint-Jean-Ungava
BRONZE	Marc-André Latour	00:19:26	Laurentides
5 km homme 60+			
OR	André Naud	00:19:14	Mauricie
ARGENT	Denis Dubreuil	00:22:00	Laval
BRONZE	Yvon Fiset	00:22:10	Mauricie
5 km homme 70+			
OR	Réjean Dubord	00:28:38	Mauricie
ARGENT	Jacques Préfontaine	00:37:01	Estrie
10 km homme 50+			
OR	Jean Lespérance	00:37:24	Rive-Sud-Suroît
ARGENT	Luc Bouchard	00:40:14	Centre-du-Québec
BRONZE	Yves Lévesque	00:46:16	Rive-Sud-Suroît
10 km homme 60+			
OR	André Naud	00:40:14	Mauricie
ARGENT	Giuseppe Ricci	00:45:34	Île de Montréal
BRONZE	Yvon Fiset	00:47:50	Mauricie
10 km homme 70+			
OR	Yvon Brisebois	00:59:54	Île de Montréal

 DARDS		
OR	Capitaine : Clovis Daoust	Laurentides
ARGENT	Capitaine : Alain Tremblay	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Gilles Crépin	Mauricie

GOLF - Femme 50+

OR	Capitaine : Johanne Hébert	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : Ginette Laurier	Lanaudière
BRONZE	Capitaine : Chantal Hamel	Centre-du-Québec

GOLF - Femme 65+

OR	Capitaine : Claudette Jomphe	Saguenay – Lac-Saint-Jean – Ungava
ARGENT	Capitaine : France Therrien	Québec et Chaudière-Appalaches
BRONZE	Capitaine : Marjolaine Gagnon	Estrie

GOLF - Homme 50+

OR	Capitaine : Louis Caron	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : Charles Grenier	Laurentides
BRONZE	Capitaine : Pierre Patoine	Centre-du-Québec

GOLF - Homme 65+

OR	Capitaine : Donald Beaumont	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : François Rheault	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Luc Émond	Laurentides

GOLF - Mixte 50+

OR	Capitaine : Liette Couture	Île de Montréal
ARGENT	Capitaine : Mario Jalbert	Richelieu-Yamaska
BRONZE	Capitaine : Raymonde Grégoire	Centre-du-Québec

GOLF - Mixte 65+

OR	Capitaine : Normand Pagé	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : Terry Howell	Estrie
BRONZE	Capitaine : Odette Belle-Isle	Estrie

GROSSES QUILLES - Open libre

OR	Capitaine : Jean Charbonneau	Laval
ARGENT	Capitaine : André Fillion	Abitibi-Témiscamingue
BRONZE	Capitaine : Serge St-Pierre	Estrie

GROSSES QUILLES - Open mixte

OR	Capitaine : Marcel Guillemette	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : Alain Auger	Centre-du-Québec
BRONZE	Capitaine : Irène Ferland	Québec et Chaudière-Appalaches

GROSSES QUILLES - Handicap

OR	Capitaine : Claude Caron	Laurentides
ARGENT	Capitaine : Michel Longpré	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Gérard Paquet	Québec et Chaudière-Appalaches





MARCHE PRÉDICTION

MARCHE PRÉDICTION - Équipe

OR	Capitaine : Louise Héту	Laurentides
ARGENT	Capitaine : Diane Morin	Centre-du-Québec
BRONZE	Capitaine : Diane Verville	Laurentides

MARCHE PRÉDICTION - Individuel

OR	France Vaillancourt	Rive-Sud-Suroît
ARGENT	Nicole Rioux	Lanaudière
BRONZE	Lucie Laplante	Centre-du-Québec



MARCHE RAPIDE

MARCHE RAPIDE - Femme

OR	Nicole Bégin	18:14:60	Île de Montréal
ARGENT	Marilyn Plante	22:04:38	Québec et Chaudière-Appalaches
BRONZE	Louise Beaupré	23:00:88	Lanaudière

MARCHE RAPIDE - Homme

OR	Jorge Valdir	18:46:71	Île de Montréal
ARGENT	Robert Marchand	19:31.05	île de Montréal
BRONZE	Bernard McCann	20:37:90	île de Montréal



PALET

OR	Capitaine : Armand Grenier	Mauricie
ARGENT	Capitaine : Roméo Toupin	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Gérald Nadeau	Laurentides



PÉTANQUE

OR	Capitaine : Gilles Harnois	Richelieu-Yamaska
ARGENT	Capitaine : Jacques Marchand	Mauricie
BRONZE	Capitaine : Roger Barbeau	Île de Montréal



PÉTANQUE ATOUT

OR	Capitaine : Gaétan Camiré	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : Robert Davis	Estrie
BRONZE	Capitaine : Gérard Beaulieu	Richelieu-Yamaska



PETITES QUILLES

PETITES QUILLES - Open libre

OR	Capitaine : Lise Robert	Estrie
ARGENT	Capitaine : Gaston Forget	Rive-Sud-Suroît
BRONZE	Capitaine : Gilles Briand	Laurentides

PETITES QUILLES - Open mixte

OR	Capitaine : Claude Fournier	Québec et Chaudière-Appalaches
ARGENT	Capitaine : Marcel Desautels	Lanaudière
BRONZE	Capitaine : Jacques Lafrenière	Estrie

PETITES QUILLES - Handicap

OR	Capitaine : Noël Grenier	Abitibi-Témiscamingue
ARGENT	Capitaine : Jocelyne Renaud	Laurentides
BRONZE	Capitaine : Huguette Meloche	Laurentides



PICKLEBALL - Femme 50+

OR	Capitaine : Francine Roy	Estrie
ARGENT	Capitaine : Roxanne Gagné	Outaouais
BRONZE	Capitaine : Louise Lahaie	Centre-du-Québec

PICKLEBALL - Femme 65+

OR	Capitaine : Francine Paquet	Outaouais
ARGENT	Capitaine : Manon Lacasse	Outaouais
BRONZE	Capitaine : Caroline Trottier	Lanaudière

PICKLEBALL - Homme 50+

OR	Capitaine : Pierre Trottier	Lanaudière
ARGENT	Capitaine : Gérard Melancon	Laval
BRONZE	Capitaine : Guy Larivière	Richelieu-Yamaska

PICKLEBALL - Homme 65+


OR	Capitaine : Ghislain Lavoie	Saguenay – Lac-Saint-Jean – Ungava
ARGENT	Capitaine : Jean-Guy Moreau	Centre-du-Québec
BRONZE	Capitaine : Jean-Marc Boucher	Lanaudière

PICKLEBALL - Mixte 50+

OR	Capitaine : Silvie Lachaine	Rive-Sud-Suroît
ARGENT	Capitaine : Suzanne Salvas	Laval
BRONZE	Capitaine : Nathalie Bouchard	Québec et Chaudière-Appalaches

PICKLEBALL - Mixte 65+

OR	Capitaine : Michel Martel	Richelieu-Yamaska
ARGENT	Capitaine : Pauline Garneau	Québec et Chaudière-Appalaches
BRONZE	Capitaine : Diane St-Pierre	Laval

 SACS DE SABLE		
OR	Capitaine : Johanne Bonamie	Laurentides
ARGENT	Capitaine : Gilbert Faucher	Québec et Chaudière-Appalaches
BRONZE	Capitaine : Jean-Paul Gignac	Lanaudière

UN DÉFI SPORTIF DE PLUS HAUT NIVEAU VOUS INTÉRESSE?

Sachez que le Réseau FADOQ permet à ses membres de représenter le Québec aux Jeux du Canada 55+ et aux Jeux américains 50+.



JEUX DU CANADA 55+

En 2020, 24 disciplines sont au programme dont 13 éligibles pour les participants provenant du Québec.

Pour participer, les joueurs doivent être membres FADOQ. Avoir participé aux Jeux FADOQ provinciaux 2019.

Être âgés d'au moins 55 ans au 31 décembre de l'année précédant les Jeux du Canada 55+ et ne doivent pas avoir été reconnus comme athlètes professionnels dans les 20 dernières années.

Puisqu'il y a un nombre maximum de participants dans chaque discipline, la priorité revient aux compétiteurs ayant décroché l'or, ensuite l'argent, le bronze et ainsi de suite.

Les athlètes de l'année 2019 éligibles recevront une lettre les invitant à participer aux JEUX DU CANADA 55+ qui se dérouleront au mois d'août 2020.

Les Jeux FADOQ 2020 permettront aux participants de se classer pour aller aux JEUX AMÉRICAINS 50+ en 2021.

Pour information : fadoq.ca ou 1 800 544-9058



Cette 28^e édition est rendue possible grâce
à ses Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

et ses commanditaires

Lobe



avec la participation financière de

Québec 