



BULLETIN *LOISIRS*

Vol.7 n°6

Populaires, les sports de glace !

Vous êtes un mordru de hockey ? Un adepte du curling ? Les deux ? Le Réseau FADOQ vous propose une foule d'activités et de tournois qui ne vous laisseront pas de glace !

Coupe du Québec 50+

Tout d'abord, sachez que la période d'inscriptions est officiellement ouverte pour la Coupe du Québec 50+ de hockey FADOQ, un tournoi dont la popularité se confirme année après année. La 9^e édition se tiendra du 3 au 5 avril 2020 à un tout nouvel endroit : le Complexe Isatis sport Saint-Constant, en périphérie sud de Montréal.

Cette année, il y a six catégories : les équipes masculines peuvent s'inscrire chez les 50+, 55+, 60+ et 65+ alors que les équipes féminines sont les bienvenues chez les 50+ et 55+. Les joueurs et joueuses seuls peuvent aussi donner leur nom pour compléter des formations.

Tournois et ligues de hockey

Il y aura également un tournoi de hockey dans le cadre des prochains Jeux d'hiver 50+ présentés par la FADOQ – Région Laurentides, du 31 janvier au 2 février, à l'aréna Gilles-Cadieux de Mont-Tremblant. Ce tournoi accueillera des équipes compétitives 50+ et 60+ ainsi que des équipes récréatives 50+.

Plusieurs regroupements régionaux FADOQ proposent aussi des ligues amicales de hockey tout au long de la saison froide.

Tournois et ligues de curling

Côté curling, on souligne la tenue d'un tournoi dans le cadre des Jeux d'hiver 50+, du 24 au 26 janvier, au Club de curling Lachute.

Par ailleurs, plusieurs regroupements régionaux FADOQ tiennent des tournois de curling dans le cadre des Jeux régionaux FADOQ, proposent des ligues ou encore des cliniques d'initiation à ce sport.

Il n'en tient qu'à vous de répondre « oui » à ces invitations à bouger !

[Accédez à la page Web >>](#)

ACTIVITÉS SPORTIVES



Tournoi invitation de Pickleball de Rimouski

Bas-Saint-Laurent

Le tournoi compte 3 niveaux de force : participation, intermédiaire et compétitif. Les catégories : double mixte, double femme et double homme. L'organisation de cette compétition est le fruit d'un partenariat entre la FADOQ- Région Bas-Saint-Laurent et le club de pickleball de Rimouski.

Inscription obligatoire.

Date : Samedi 14 décembre, de 9 h à 15 h

Lieu : Université du Québec à Rimouski (UQAR),
centre sportif, 300, allée des Ursulines, Rimouski

Coût : 15 \$ 1 catégorie, 25 \$ 2 catégories

■ **NOUS JOINDRE : 418 893-2111**

Sortie en raquettes

Québec et Chaudière-Appalaches

Nous vous invitons sur un parcours d'environ 8 km situé au beau milieu de la nature, avec de superbes points de vue sur la vallée et les rivières. Un naturaliste qui vous accompagnera sur une partie du parcours. Capsules d'information sur la faune, présentation de fourrures, chocolat chaud, soupe et bien du plaisir seront au rendez-vous! Possibilité de louer des raquettes.

■ **NOUS JOINDRE :**

Frédérique Chevarie, 418 650-5050, poste 223

fchevarie@fadoq-quebec.qc.ca



Date : Jeudi 23 janvier

Lieu : Parc national de la Jacques-Cartier
à Stoneham-et-Tewkesbury

Coût : 25 \$

[Accédez à la page Web >>](#)

ACTIVITÉS SPORTIVES

Tournoi de curling Jeux d'hiver 50+ FADOQ – Région des Laurentides

Laurentides

Dans le cadre de la 12^e édition des Jeux d'hiver 50+, la FADOQ – Région des Laurentides vous invite au tournoi de curling qui aura lieu à Lachute :

- Équipes de 4 compétiteurs, incluant le capitaine
- Chaque équipe est assurée de jouer 3 parties
- Montant de 1 500 \$ en bourses (basé sur un minimum de 16 équipes)
- Des médailles seront remises aux équipes qui termineront en 1^{re}, 2^e et 3^e position



Dates : 24, 25 et 26 janvier

Lieu : Club de curling Lachute

Coût : 200 \$ par équipe (taxes et banquet du samedi soir inclus)

■ NOUS JOINDRE :

Patrice Savard, 1 877 429-5858, poste 227

patrice@fadoqlaurentides.org

[Accédez à la page Web >>](#)

Tournoi de hockey Jeux d'hiver 50+ FADOQ – Région des Laurentides

Laurentides

Dans le cadre de la 12^e édition des Jeux d'hiver 50+, la FADOQ – Région des Laurentides vous invite à participer au tournoi de hockey qui aura lieu à Mont-Tremblant :

- Classes compétitives 50+, 60+ et classe récréative 50+
- Chaque équipe est assurée de jouer 3 parties
- Une équipe doit être composée de 11 joueurs minimum et 14 joueurs maximum, incluant le gardien de but
- Des médailles seront remises aux équipes qui termineront en 1^{re}, 2^e et 3^e positions de chacune des catégories
- Les 3 équipes médaillées de chacune des catégories compétitives se partageront une bourse de 500 \$



■ NOUS JOINDRE :

Patrice Savard, 1 877 429-5858, poste 227

patrice@fadoqlaurentides.org

Dates : 31 janvier, 1^{er} et 2 février

Lieu : Aréna Gilles-Cadieux à Mont-Tremblant

Coût : 550 \$ par équipe

[Accédez à la page Web >>](#)

ACTIVITÉS SPORTIVES



Forfait évasion plein air Jeux d'hiver 50+ de la FADOQ

Laurentides

Dans le cadre de la 12^e édition des Jeux d'hiver 50+, la FADOQ – Région des Laurentides vous invite à participer à son forfait évasion plein air dans les Laurentides :

- Trois jours d'activités : ski alpin, planche, ski de fond, raquette et patin
- Deux nuitées à l'hôtel Le Chantecler
- Sept repas (taxes et service compris)
- Un accompagnateur par groupe lors des activités
- Accès à une piscine et à une salle d'entraînement
- Rabais de 20 % au spa de l'hôtel pour les soins de santé et de massothérapie

Dates : 8, 9 et 10 février

Lieux : Hébergement : hôtel Le Chantecler
Activités : Sainte-Adèle et les environs

Coût : 350 \$ pour le forfait ski de fond, planche, raquette et patin, en occupation double
(billet de ski alpin disponible à 30 \$ par jour)

■ NOUS JOINDRE :

Patrice Savard, 1 877 429-5858, poste 227

patrice@fadoqlaurentides.org

[Accédez à la page Web >>](#)

ACTIVITÉS SPORTIVES

Sortie en ski de fond

Québec et Chaudière-Appalaches

Vous êtes invités au club de ski de fond des Grandes Prairies pour une randonnée de ski de fond d'une quinzaine de kilomètres. Vous y découvrirez de magnifiques sentiers accompagnés d'encadreurs hors pair qui sauront vous mener à bon port dans la joie et le plaisir ! Possibilité de faire du ski classique et pas de patin. Une boîte à lunch et des boissons chaudes vous seront offertes.

Date : Jeudi 13 février

Lieu : Club de ski de fond des Grandes Prairies
à Lévis, secteur Saint-Romuald

Coût : 20 \$

■ NOUS JOINDRE :

Frédérique Chevarie, 418 650-5050 poste 223

fchevarie@fadoq-quebec.qc.ca



[Accédez à la page Web >>](#)

Open FADOQ de pickleball

Île de Montréal

Tournoi de pickleball en double (femme, homme et mixte) organisé par la FADOQ - Région île de Montréal. Durant cette journée, 5 matchs sont assurés, 2 catégories possibles : récréatif ou compétitif. Nombreux lots à gagner.

Date : Vendredi 28 février, de 9 h à 17 h

Lieu : Centre Pierre-Charbonneau

Coût : 25 \$ par personne

■ NOUS JOINDRE :

Nicolas Magère, 514 271-1411, poste 222

nmagere@fadoqmtl.org



ACTIVITÉS SPORTIVES

Open FADOQ de badminton

Île de Montréal

Tournoi de badminton en double (Femme, homme et mixte) organisé par la FADOQ - Région île de Montréal. Durant cette journée, 5 matchs sont assurés, 2 catégories possibles : intermédiaire ou compétitif. Nombreux lots à gagner.

Date : Vendredi 13 mars, de 9 h à 17 h

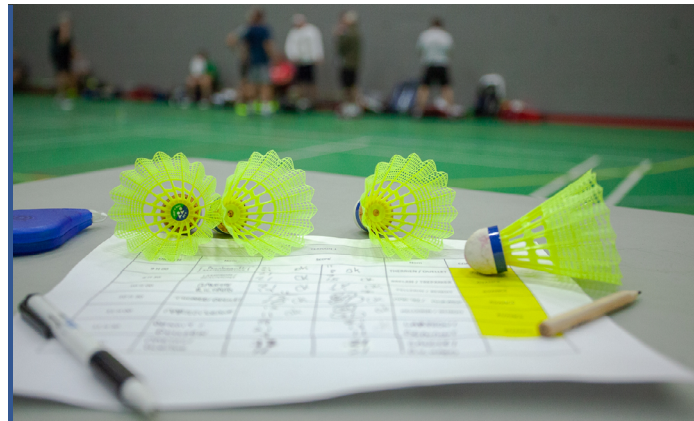
Lieu : Centre Pierre-Charbonneau

Coût : 25 \$ par personne

■ NOUS JOINDRE :

Nicolas Magère, 514 271-1411, poste 222

nmagere@fadoqmtl.org



Grande Randonnée 3^e édition

Gaspésie Îles-de-la-Madeleine

Randonnée en raquette pour une troisième année. En collaboration avec le groupe de randonnée SIA (guide et interprète) nous parcourons les sentiers du Géoparc de Percé pour profiter des plaisirs de l'hiver.

À notre retour, nous partagerons un bon repas chaud afin de socialiser davantage et de récompenser nos efforts physiques.

L'activité vise à briser l'isolement social des aînés et à leur faire découvrir le plaisir d'être actifs physiquement.

■ NOUS JOINDRE :

Annick Joncas ou Renée Blouin, 418 368-4715

www.fadoq.ca

A flyer for the 'LA GRANDE RANDONNÉE' event on March 28th. The flyer features a blue and white color scheme with images of people snowshoeing. Text on the flyer includes 'LE 28 MARS', 'LA GRANDE RANDONNÉE', 'VEZ PROFITER DE L'HIVER EN RAQUETTES', 'INSCRIPTION 418-368-4715 ou annick.fadoq@hotmail.com', and logos for 'fadoq Région Gaspésie Îles-de-la-Madeleine', 'LOISIR et SPORT Gaspésie Îles-de-la-Madeleine', 'sports experts', and 'Club de randonnée SIA Côte-de-Gaspé'.

Date : Samedi 28 mars

Lieu : Géoparc de Percé

Coût : 5 \$

Séjour à Séville et sur la Costa del Sol

Québec et Chaudière-Appalaches

Visitez Séville et ses lieux enchanteurs tels que l'Alcazar et ses jardins, la cathédrale de Séville et le quartier de Santa Cruz. Séjournez par la suite sur la Costa del Sol. Ce voyage vous offre la possibilité de découvrir les destinations à votre propre rythme, sous les conseils d'un guide accompagnateur ou de profiter d'excursions optionnelles vous étant offertes pour chaque destination.

Dates : 11 au 26 mai

Lieux : Séville et Costa del Sol

Coût : À partir de 2 999 \$* en occ. double

*Si réservé avant le 14 février 2020. Après cette date, le voyage sera au prix régulier de 3 099 \$

En collaboration avec Groupe Voyages Québec.



[Accédez au site Web >>](#)

■ POUR INFORMATION :

Marissa Dompierre, 418 650-5050, poste 260

mdompierre@fadoq-quebec.qc.ca

Randonnée pédestre accompagnée de Joliette

Lanaudière

Raisons de partir en Alsace :

1. Découverte des plus beaux villages alsaciens
2. Dîner dans une Winstub alsacienne
3. Dégustation de vin blanc alsacien
4. Randonnée sans portage de sac
5. Découverte libre de Strasbourg et de Colmar

Le voyage est une initiative de la FADOQ - Région Lanaudière, en collaboration avec Voyages Nouveau Monde, et est ouvert à tous les membres FADOQ du Québec.

■ POUR INFORMATION :

Édith Monette, 450 759-7422, poste 231

■ POUR RÉSERVATION :

Cynthia Pinard, 450 755-5557, poste 225

Dates : 15 au 23 juin, 9 jours

7 nuits/17 repas

Coût : À partir de 3 659 \$ en occ. double

Départ garanti à partir de 14 passagers. Petit groupe de 14 à 16 personnes.

[Accédez à la page Web >>](#)

BONS COUPS

Jeux en Tête 2019

Centre-du-Québec

Une journée de tournois amicaux dans 3 disciplines TOCK, CARTES 500 et CARTES 4 PIQUE, avec 600\$ en bourses offertes aux équipes gagnantes.

Près de 100 compétiteurs qui ont formé des équipes et qui n'ont pas perdu la carte ! En collaboration avec le Groupe Ivoire de Plessisville.

La journée des tournois s'est terminée avec la remise des bourses, les tirages de cadeaux de participation et l'apéro musical avec les musiciens de Gilles Boyte.

Préparez votre équipe pour l'an prochain, le 5 novembre !

Date : 14 novembre 2019



Salon VITALITÉ 50 Plus

Rive-Sud-Suroît



Ce sont plus de 2 000 visiteurs qui ont profité de la présence des 50 kiosques et de la présentation des 10 conférences pour s'informer, se documenter et s'initier à de nouvelles activités. Les membres FADOQ de tous les secteurs profitaient du Vendredi VIP pour se rendre au Salon grâce aux 3 circuits d'autobus offerts et prendre un repas sur place. Cette première édition a été un franc succès. Un grand merci aux exposants, aux nombreux visiteurs et aux bénévoles qui ont contribué à sa réussite.

Dates : 15 et 16 novembre 2019

Lieu : Quality Hotel
Centre des congrès Saint-Jean-sur-Richelieu

Merci à nos Grands Partenaires



Auto • Habitation



Vie • Santé • Investissement

avec la participation financière de

Québec 



4545, av. Pierre-De Coubertin, Montréal (Québec) H1V 0B2
www.fadoq.ca | info@fadoq.ca | 1 800 544-9058