**Club FADOQ-SBDL**

**Des activités et des ressources pour les retraités et les aînés**

**Hiver, printemps et été 2025**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Nom de l’activité** | **Fin pour 2025** | **Début été 2025** |  |
|  |  |  |  |
| **Les loisirs culturels** |  |  |  |
| Atelier de peinture abstraite | 10 mars au 14 avril |  | [Ateliers de peinture abstraite – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/atelier-de-peinture-abstraite/) |
|  |  |  |  |
| **Des repas entre amis** |  |  |  |
| Dîners communautaires | 17 juin |  | [Dîners communautaires – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/diners-communautaires/) |
| Brunch du dimanche | 15 juin |  | [Les brunchs du dimanche – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/les-sorties-au-restaurant/) |
|  |  |  |  |
| **Des jeux pour tous** |  |  |  |
| Supers bingos | 17 juin |  | [Super-Bingo du Club – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/super-bingo-du-club-de-lage-dor/) |
| Cafés rencontres et jeux divers | 17 juin |  | [Les Café-Rencontres – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/cafe-rencontres/) |
| Tournois de cartes | 17 juin |  | [Les tournois de cartes du Club – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/les-tournois-de-cartes-du-club-de-lage-dor/) |
|  |  |  |  |
| **Les loisirs actifs** |  |  |  |
| Ateliers de mise en forme ViActive | 18 juin |  | [Les Ateliers de mise en forme ViActive – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/mise-en-forme-viactive/) |
| Grandes Marches de Sainte-Brigitte | 17 juin |  | [Les Grandes Marches de Sainte-Brigitte – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/les-grandes-marches/) |
| Cours de danse en ligne | 20 mars |  | [La Danse en ligne – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/la-danse-en-ligne/) |
| Quilles Finlandaises |  | Les mercredis mi-juin | [Les Quilles Finlandaises – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/les-quilles-finlandaises/) |
| Pétanque |  | Mardi et jeudi mi-juin | [La Pétanque à Sainte-Brigitte – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/la-petanque/) |
| Pickelball intérieur Trivent 1 | Période hivernale | Jeudi -dimanche | [Le Pickleball – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/le-pickleball/) |
| Pickelball extérieur |  | Dès le beau temps  Mercredi-jeudi | [Le Pickleball – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/le-pickleball/) |
| Ligue de quilles | Finales fin avril |  | [La Ligue de quilles – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/la-ligue-de-quilles/) |
|  |  |  |  |
| **Une mine d'informations, de conseils et d'outils** |  |  |  |
| Guide pratique pour votre santé et votre qualité de vie |  |  | [Guide pratique pour votre santé et votre qualité de vie](https://fadoq-sbdl.org/sources-et-ressources/) |
|  |  |  |  |
| **ÉVÉNEMENTS** |  |  |  |
| Conférence  Un punch vitaminé  Par Mylène DionViActive | 16 avril – 14H00 | Parc des Saphirs  Ouvert à tous | [À votre santé – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/a-votre-sante/) |
| Parties de sucre annuelle | 2 avril 2025 |  | [Les Parties de sucre – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/les-parties-de-sucre/) |
| Épluchette de blé d’Inde annuelle | 26 août 2025 |  | [L’Épluchette de blé d’inde – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/epluchette-de-ble-dinde/) |
| Les soirées dansantes | 22 février 2025 |  | [Les Soirées dansantes – Club FADOQ de Sainte-Brigitte-de-Laval](https://fadoq-sbdl.org/activites/les-soirees-dansantes/) |
| Le Dîner de Noël | 16 décembre 2025 |  |  |
|  |  |  |  |
| **ACTIVITÉS EN COLLABORATION** |  |  |  |
| Gala de danse FADOQ 2025 | 7 juin 2025 |  | [Gala de danse FADOQ 2025](https://www.fadoq.ca/quebec-et-chaudiere-appalaches/activites/evenements/gala-de-danse-fadoq-2025) |
| jeux régionaux de la FADOQ-RQCA | 26 avril au 16 juin |  | https://www.fadoq.ca/jeux-regionaux-fadoq-rqca-2025 |
|  |  |  |  |