

**12<sup>e</sup>** ÉDITION

L'HIVER EST AU  
RENDEZ-VOUS!  
ALLEZ HOP,  
SORTONS DEHORS  
ET BOUGEONS!  
VIVONS  
PLEINEMENT  
LES PLAISIRS D'HIVER!



**SOREL-TRACY**

**SERVICE DES LOISIRS**

[ville.sorel-tracy.qc.ca](http://ville.sorel-tracy.qc.ca)

450 780-5600, poste 4400

[loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca](mailto:loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca)

Consultez régulièrement le [ville.sorel-tracy.qc.ca](http://ville.sorel-tracy.qc.ca) ou la page Facebook Ville de Sorel-Tracy pour être informé des activités hivernales qui ont lieu cet hiver! La programmation des Plaisirs d'hiver s'ajustera selon les directives qu'émettra la Direction de santé publique.



## PLAISIRS D'HIVER...

...c'est une invitation à bouger en plein air pendant la saison froide pour la population de Sorel-Tracy.

...c'est une occasion de découvrir et apprendre tout en étant actif lors d'une activité.

...c'est une suggestion d'installations récréatives et d'idées pour s'occuper et s'amuser seul, en famille ou entre amis.

...c'est tout ça, avec pour objectif de permettre à tous de découvrir les plaisirs qu'offre la saison hivernale!



---

## ORGANISEZ UNE ACTIVITÉ AVEC LE SOUTIEN DE LA MUNICIPALITÉ

---

Envie d'enrichir votre vie de quartier en organisant une activité cet hiver? Ça tombe bien, la Ville de Sorel-Tracy sollicite justement votre créativité et vous lance l'invitation pour organiser une activité de proximité.

Avec le soutien de la Ville, soyez l'organisateur de cette fête de quartier, de ce rendez-vous sportif ou encore de ce tournoi amical, et créez ainsi un rapprochement avec vos voisins de quartier. Laissez aller votre imagination et contactez-nous.

L'activité devra respecter les mesures sanitaires en vigueur au moment où elle se déroulera. Nous souhaitons que la situation puisse s'améliorer rapidement pour permettre plus de possibilités.

450 780-5600, poste 4400 | [loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca](mailto:loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca)



# DÉCOUVREZ NOS INSTALLATIONS RÉCRÉATIVES!

Voici des idées d'aménagements et d'activités que vous pourrez fréquenter librement au cours de l'hiver.

---

## CARRÉ ROYAL

---

Rue du Prince

- Patin libre sur un demi-kilomètre de sentiers illuminés
- Musique d'ambiance, zone de détente et foyers extérieurs
- Zone de jeux de société et sportifs ainsi que jouets de neige (tous les samedis du 15 janvier au 19 février)

---

## RÉSEAU DE SKI DE FOND

---

Un réseau de piste de ski de fond de 20 km sillonne le secteur Sorel. Le point de départ, avec signalisation, est situé au parc Réal-Lemieux, à l'extrémité de la rue Angers.

 [ville.sorel-tracy.qc.ca/loisirs/parcs-et-activites/ski-de-fond](http://ville.sorel-tracy.qc.ca/loisirs/parcs-et-activites/ski-de-fond)

---

## MAISON DES GOUVERNEURS

---

90, chemin des Patriotes

- Exposition extérieure sur panneaux grands formats des oeuvres du photographe Pascal Gagnon. Vous pourrez même en apprendre davantage sur les techniques de photographie utilisées grâce à des capsules interactives accessibles à l'aide d'un code QR. Enfilez vos habits d'hiver et vos bottes, et venez apprécier ces oeuvres en plein air! Ou encore, faites la visite en raquettes!
- Circuit historique et patrimonial de la Maison des gouverneurs ainsi que de la région de Sorel-Tracy. Accessible dans le confort de votre foyer en cliquant [ici](#).

 [ville.sorel-tracy.qc.ca/loisirs/loisirs-et-culture/maison-des-gouverneurs](http://ville.sorel-tracy.qc.ca/loisirs/loisirs-et-culture/maison-des-gouverneurs)



## PATINOIRES EXTÉRIEURES

Venez profiter de nos patinoires extérieures. Pour connaître les règles à suivre, les heures d'ouverture et la localisation, cliquez [ici](#).

## PARC REGARD-SUR-LE-FLEUVE ET QUAI CATHERINE-LEGARDEUR

5, rue Saint-Pierre

- Expositions extérieures sur panneaux grands formats:
  - photos gagnantes du concours amateur #soreltracypourtoujours.
  - les plus beaux clichés du Club photo Sorel-Tracy présentant des paysages enneigés de la région.
- Promenade sur quelque 2 km de sentiers déneigés avec des points de vue spectaculaires sur le fleuve Saint-Laurent.



## PARC MAISOUNA

10 525, route Marie-Victorin

Promenade sur quelque 300 mètres de sentiers déneigés avec différents points de vue sur le fleuve Saint-Laurent.

## PARC RÉGIONAL DES GRÈVES

Le parc permet d'accéder à un réseau de 20 km de sentiers ainsi qu'à diverses activités en plein air. Il est possible d'y accéder gratuitement via l'accueil de Sorel-Tracy ou celui de Contrecoeur.

### Accueil Sorel-Tracy

3100, chemin du Golf | 450 780-5731

- Ski de fond classique
- Raquette
- Marche hivernale

### Accueil Contrecoeur

10350, route Marie-Victorin  
450 742-4767

- Trottinette des neiges (nouveau 2022)
- Ski de fond classique
- Raquette
- Marche hivernale
- Hébertisme
- Patinoire
- Glissade sur tubes en forêt avec corridors de descente entretenus

Les équipements pour la pratique de ces activités sont disponibles en location à l'accueil Contrecoeur.

[parcregionalesgreves.com](https://parcregionalesgreves.com)



## PARCS DE QUARTIER

Appropriiez-vous les parcs de quartier, même l'hiver!

Profitez des belles journées pour sortir au parc et vous balader dans les sentiers déneigés ou encore pour braver la neige avec vos raquettes. Et pourquoi ne pas apporter votre luge pour défier les petites buttes de neige improvisées?

Sorel-Tracy compte près de 50 parcs et espaces verts sur son territoire.

Enfilez vos habits d'hiver et partez à leur découverte!

Pour découvrir tous les parcs, [cliquez ici](#).

\*Prenez note que tous les modules dans les aires de jeux pour enfants sont fermés pour la période hivernale.



## LOUEZ VOTRE ÉQUIPEMENT

Vous aimeriez vous initier à la raquette ou au ski de fond? Vous souhaiteriez patiner mais ne possédez pas l'équipement nécessaire? Voici une liste d'endroits où vous pouvez faire la location de matériel pour pratiquer vos activités hivernales favorites.

**CENTRE SPORTIF DU CÉGEP DESOREL-TRACY**  
(raquettes et skis de fond)

450 743-9127

[cegepst.qc.ca/centre-sportif/locations](http://cegepst.qc.ca/centre-sportif/locations)

**ST-PIERRE SPORTS**

(patins, raquettes, skis de fond, skis alpins et planche à neige)

450 742-5791 | [st-pierresports.com](http://st-pierresports.com)

**PARC RÉGIONAL DES GRÈVES**

(raquettes, skis de fond et tubes)

**Accueil Contrecoeur**

450 742-4767 | [parcregionaldesgreves.com](http://parcregionaldesgreves.com)





# OSEZ NOTRE PROGRAMMATION PLAISIRS ACTIFS!

---

## RALLYE-BOTTINES : ATTACHE TES LACETS!

---

Le Biophare vous propose un jeu de recherche et d'observation au parc Regard-sur-le-Fleuve. C'est un rendez-vous familial sur un trajet de 1,5 km en bordure du fleuve Saint-Laurent.

**En ligne jusqu'au 7 mars**

Durée : 45 minutes

Lieu de départ : Biophare  
(6, rue Saint-Pierre)

Pour faire le rallye directement en ligne, un appareil mobile muni d'une connexion Internet est requis. Veuillez recharger votre appareil avant de vous lancer!

Pour débiter le rallye, [cliquez ici](#).

 450 780-5600, poste 4400  
[loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca](mailto:loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca)

---

## SAMEDI DE JOUER AU CARRÉ ROYAL

---

**Les samedis, du 15 janvier au 19 février,  
de 13 h à 16 h**

Profitez de jeux libres et d'animations variées pour vous divertir lors de vos sorties en famille ou entre amis au carré Royal.

- Jeux de société géants: Jenga, Puissance 4, jeu d'échecs, jeu de serpents et échelles, etc.
- Jouets de neige: pelles, blocs et autres accessoires pour faire des châteaux de neige
- Jeux sportifs sur neige: volley-pong, soccer, jeux de poches et plus encore

## SAMEDI DE JOUER AU CARRÉ ROYAL (SUITE)

Des invités spéciaux visiteront le carré Royal pour ajouter un brin de folie à vos séances de patinage libre. Pour un maximum de plaisir, costumez-vous en vous inspirant de l'invité du jour!

- 15 janvier: les joueurs des Éperviers de Sorel-Tracy
- 22 janvier: Chase, de la Pat Patrouille
- 29 janvier: la patineuse artistique Alex-Anne Aubé-Kubel
- 5 février: le superhéros Capitaine America
- 12 février:
  - Elsa la Reine des neiges
  - Heure du conte autour du feu dès 15 h (tous les détails à la page 9)
- 19 février: la fée Bouclette et sa trottinette des neiges

? 450 780-5600, poste 4400  
[loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca](mailto:loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca)



## DIMANCHE ANIMÉ DANS VOTRE QUARTIER

Le véhicule d'animation du Service des loisirs Le Vagabond prendra d'assaut les parcs de quartier cet hiver! Certains dimanches, entre le 23 janvier et le 20 février, des activités spéciales seront proposées dans un parc près de chez vous afin de vous faire bouger sous des thématiques variées.

Au menu, plusieurs activités, qui pourraient cependant être adaptées selon l'évolution des règles sanitaires en vigueur:

- Musique d'ambiance et animation
- Chasse aux trésors
- Séances de cardio en plein air
- Kermesse et jeux d'adresse
- Autres animations surprises

Dates à retenir: 23 et 30 janvier, ainsi que 6-13 et 20 février (sujettes à changement selon les règles sanitaires en vigueur)

Consultez régulièrement la section « Plaisirs d'hiver » sur le site Internet de la Ville de Sorel-Tracy ou encore la page Facebook de la Ville de Sorel-Tracy. Vous serez ainsi à l'affût de tout ajout ou changement dans la programmation.





# DES IDÉES À FAIRE À LA MAISON OU AU PARC DE QUARTIER!

Trouvez ici des suggestions de jeux et d'activités pour vous amuser en famille dans la cour ou au parc du quartier.

## DÉFI CHÂTEAU DE NEIGE

Loisir et Sport Montérégie s'associe à la campagne Défi Château de Neige et encourage tous les citoyens de la Montérégie à profiter du plein air en construisant le plus beau château de neige pour courir la chance de gagner des prix provinciaux et régionaux!

**Du 10 janvier au 14 mars**

1. Lisez attentivement les règlements et les consignes de sécurité que vous trouverez sur le site Internet du défi.
2. Construisez votre château.
3. Lorsque votre château est terminé, prenez-le en photo (mode paysage recommandé pour la prise de photo).
4. Pour être éligible au concours, déposez votre photo dans la section « Inscription » puis sous « Château » sur le site Internet du défi.

 [defichateaudeneige.ca](http://defichateaudeneige.ca)  
 [defichateaudeneige](https://www.facebook.com/defichateaudeneige)



## VARIÉTÉ D'ACTIVITÉS POUR S'AMUSER

### CHASSE AUX TRÉSORS GIVRÉS

Préparez plusieurs glaçons de toutes les couleurs et cachez-les à l'extérieur. Les enfants devront les trouver.

### CRAIES SUR TROTTOIR DE GLACE

Utilisez vos craies à trottoir pour dessiner sur les plaques de glace (ou de neige durcie).

### TAGUE-GELÉE

Une personne joue le rôle du bonhomme de neige. Tous les autres sont des animaux polaires. Le bonhomme de neige tente d'attraper les animaux polaires. Lorsqu'il réussit à en toucher un, il le gèle, ce qui veut dire que celui-ci doit demeurer immobile, comme une statue. Le but du jeu est que tous les animaux soient gelés. Pour la partie suivante, ce sera la première personne à avoir été touchée qui deviendra le bonhomme de neige.



## CERCEAUX D'HIVER

Installez plusieurs cerceaux au sol en les espaçant. Déterminez un pointage pour chacun. Lancez à tour de rôle un ballon à l'intérieur. Le gagnant est celui qui a obtenu le plus de points. Il est aussi possible de suspendre les cerceaux à un arbre ou à un module de jeux, à l'aide d'une corde, et de lancer le ballon à travers.

## MINIGOLF EN HIVER

Créez un parcours à obstacles de style minigolf en utilisant un ballon pour le traverser. Voici des exemples d'obstacles:

- un grand contenant ( un bac ou une poubelle) couché, placé environ 2 mètres plus loin et dans lequel vous lancerez le ballon
- un ballon placé 2 mètres plus loin sur lequel vous lancerez le premier ballon afin de le faire avancer
- un tunnel de carton ou de neige à travers lequel vous ferez passer le ballon

## BATAILLE DE BALLES DE NEIGE

Faites une pyramide avec des boîtes de mouchoirs vides ou des boîtes de conserve. L'objectif est de faire tomber la pyramide à l'aide de balles de neige.

## COURSE DE TRAÎNEAUX

Créez votre propre traîneau à l'aide d'une boîte de carton dépliée et d'une corde et faites une course en équipe de deux personnes (l'une tirant l'autre à l'aide de la corde).

## L'HEURE DU CONTE DE LA MAGIE DE L'HIVER

**Le samedi 12 février à 15 h au carré Royal**

Venez vivre avec les enfants une heure du conte toute spéciale. En plein air dans un parc, autour du feu, laissez le conteur vous raconter les histoires *Le petit pingouin perdu* et *Le voyage de Boris le bonhomme de neige*.

Présentée par les bibliothèques de Sorel-Tracy et animée par *Animations Clin d'oeil*.

L'activité aura lieu dans la mesure où les conditions climatiques ainsi que les règles sanitaires le permettent.

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter le Service des loisirs de la Ville de Sorel-Tracy par téléphone au 450 780-5600, poste 4400 ou par courriel à [loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca](mailto:loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca)

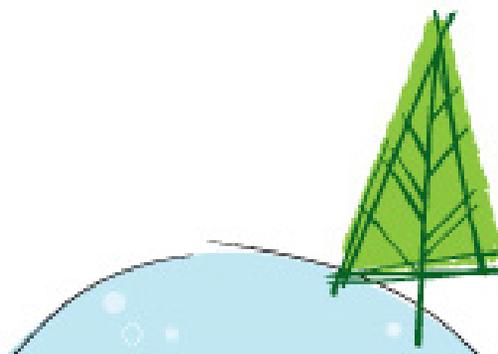


---

# MERCI À NOS COLLABORATEURS

---

Biophare 



SOREL-TRACY

SERVICE DES LOISIRS

[ville.sorel-tracy.qc.ca](http://ville.sorel-tracy.qc.ca)

450 780-5600, poste 4400

[loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca](mailto:loisirs@ville.sorel-tracy.qc.ca)