

Services et activités pour personnes âgées dans la région de Fredericton 2020



Branchez-vous

Fredericton - Une communauté pour
les gens de tout âge

Fredericton



Télé-Soins est une ligne d'information et de conseils sur la santé, gratuite et confidentielle. Composez le 811 pour l'accès à des infirmières immatriculées bilingues, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. En cas d'urgence, composez le 911 ou visitez le service des urgences de votre hôpital local.

Lignes d'information sans frais reliées à la santé

Télé-Soins	811
Antipoison	911
La dépendance au jeu	1-800-461-1234
Ligne d'information sur le dépistage du cancer	1-844-777-3443
Téléimprimeur (TTY)	1-866-213-7920
Accès Patient NB	811

Ligne d'information sans frais pour les personnes âgées

Le gouvernement du Nouveau-Brunswick a créé une ligne sans frais pour les personnes âgées, leur famille et leurs soignants qui sont à la recherche de renseignements sur les programmes et services gouvernementaux.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur les **programmes et services fédéraux et provinciaux** destinés aux aînés, communiquez avec la **Ligne d'information sans frais pour les personnes âgées, au 1-855-550-0552** et parlez avec un agent aujourd'hui! La ligne est accessible de 8 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi.



Ville amie des aînés de Fredericton

À la demande générale, **Branchez-vous, un répertoire des activités et des services offerts aux personnes âgées dans la région de Fredericton**, a été révisé, mis à jour et réimprimé pour 2020!

Branchez-vous est un projet qui a été conçu et produit par le Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton, en collaboration avec la Ville de Fredericton. En tant que conseiller municipal et président de ce comité consultatif, j'ai été impressionné par le travail et l'enthousiasme des aînés qui se sont portés bénévoles pour la réalisation de ce projet qui a été lancé par des membres du comité qui, étonnés par le grand nombre de ressources à la disposition des personnes âgées dans la région, cherchaient un moyen de fournir l'information à ce sujet à toute la communauté. Je suis convaincu que vous trouverez ce répertoire très utile pour découvrir l'éventail d'activités et de services offerts à Fredericton. En plus d'être offert en version papier, le répertoire Branchez-vous est accessible en ligne, sur le site Web de la Ville de Fredericton. Profitez de tout ce que notre magnifique ville a à offrir à ses citoyens et « Branchez-vous »!

Le conseiller du quartier 6 et président du Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton, Eric Megarity.

Branchez-vous

Cette version à jour de Branchez-vous, répertoire des activités et des services offerts aux personnes âgées – été 2020, a été produite par le Comité consultatif ville amie des aînés de Fredericton et la Division des loisirs, de la culture et du développement communautaire de la Ville de Fredericton. Nous espérons que vous la trouverez utile.

Nous avons probablement omis, sans le vouloir, certains groupes et services. Si vous êtes de ceux-ci, nous vous présentons toutes nos excuses. Veuillez nous faire parvenir vos renseignements par courriel à l'adresse Recreation@Fredericton.ca, en indiquant « Ajout ou correction au répertoire Branchez-vous » dans la ligne d'objet. Envoyez-nous aussi un courriel si vous constatez des erreurs, et nous ferons le nécessaire pour apporter les corrections dans notre prochaine édition.



Table des matières

Services	5
Associations francophones	30
Programmes et activités	31
Arts et artisanat	31
Cartes (bridge, etc.)	33
Chasse et Pêche	34
Clubs et groupes sociaux	34
Communication (Langues, rédaction, etc.)	39
Conditionnement physique	40
Conférences	47
Menuiserie	47
Mots croisés	47
Musique et chant	47
Sports et activités physiques	49
Terrains de golf	57

Adult (Laubach) Literacy Fredericton

65, rue Brunswick, salle 289, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1B5

Téléphone : 458-1396

Courriel : info@adulthoodliteracyfredericton.org

Site Web : www.adulthoodliteracyfredericton.org

Adult Literacy Fredericton est un organisme communautaire sans but lucratif dont la mission consiste à alphabétiser les adultes et à sensibiliser la population à l'alphabétisation. Des bénévoles qualifiés aident les adultes qui souhaitent apprendre à mieux lire, écrire et calculer au moyen d'un programme confidentiel gratuit. Les bénévoles travaillent individuellement avec les apprenants et utilisent un matériel didactique adapté au niveau d'alphabétisation et au vécu de ces derniers. Le programme est personnalisé et se déroule dans un climat de confiance et de respect réciproques.

Association des Sourds du Canada (CAD-ASC).

Téléphone : 1-613-565-2882

Site Web : www.cad.ca

L'ASC offre des consultations et de l'information sur les besoins des personnes sourdes et leurs intérêts au public, aux entreprises, aux médias, aux éducateurs, aux gouvernements et autres. Nous effectuons des recherches et recueillons des données sur les questions relatives à la surdité, publions des rapports sur ces études et offrons une expertise sur ce sujet. Nous sommes aussi responsables de la création et de l'exécution de programmes pilotes. Nous offrons de l'aide aux organismes et agences de services pour personnes sourdes dans tout le pays et nous possédons également une vaste bibliothèque et un centre de ressources sur la surdité dans nos bureaux à Ottawa.

Association multiculturelle de Fredericton inc

28, rue Saunders, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1N1

Téléphone : 454-8292

Courriel : mcaf@mcaf.nb.ca

Site Web : www.mcaf.nb.ca

L'Association multiculturelle de Fredericton a pour mission de célébrer la richesse de la diversité en favorisant des échanges authentiques et la participation communautaire à part entière parmi les gens de toutes origines et de toutes situations. Objectifs - Favoriser la communication et la bonne entente entre les personnes de diverses origines culturelles dans la région du Grand Fredericton. - Favoriser des relations harmonieuses entre les groupes et les personnes de toute culture. - Diffuser et faire progresser l'éducation ethnoculturelle dans la collectivité. - Aider les nouveaux arrivants à s'établir dans la collectivité.

Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick

65, rue Brunswick, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1G5

Téléphone : 455-8961

Site Web : www.nb.poumon.ca/

L'Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick est un organisme de bienfaisance voué à la promotion de la santé par la prévention des maladies pulmonaires et la promotion du mieux-être au moyen de programmes et d'activités de sensibilisation, d'éducation et de recherche. Affiliée au plus ancien organisme de bienfaisance du domaine de la santé au Canada, l'Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick puise ses racines dans la lutte contre la tuberculose. La majorité de notre travail est rendu possible grâce aux fonds versés par nos généreux donateurs.

Le programme d'enseignement et de soutien pour patients offre de l'information, des ressources et des services de counseling personnel aux patients et au grand public, y compris :

- un programme de soutien pour les greffés pulmonaires;
- le programme YogaRespire, un programme agréable de yoga sur chaise à l'intention des personnes qui vivent avec la bronchopneumopathie chronique obstructive;
- des programmes d'abandon du tabac, du cannabis et du vapotage dans les écoles et les milieux de travail.

Les initiatives de mobilisation du public servent à réduire le risque posé par les toxines présentes dans l'environnement et les conséquences des changements climatiques.

- Divers projets sont menés à cette fin, sous la direction d'un organisme associé au nôtre, à savoir le Réseau canadien pour la santé humaine et l'environnement.

Du soutien à la recherche est offert aux programmes de recherche nationaux.

Des campagnes de sensibilisation sont menées pour faire changer les lois et les politiques en vue d'améliorer la santé humaine.

Bénévoles du Grand Fredericton

Un moyen fantastique de faire sa part dans la collectivité, de redonner et de changer les choses tout en s'amusant, c'est de faire du bénévolat, et c'est maintenant chose facile grâce à notre nouveau service en ligne.

Des renseignements à jour sur les occasions de bénévolat sont répertoriés sur un site centralisé gratuit, à l'adresse connectfredericton.ca. Consultez les annonces et répondez à celles qui vous intéressent, ou inscrivez-vous pour indiquer vos domaines d'intérêt afin de recevoir automatiquement les annonces qui y correspondent. Également, si vous souhaitez recruter des bénévoles pour une organisation ou un projet communautaire, songez à passer une annonce sur ce site.

Le service est géré par Bénévoles du Grand Fredericton, avec l'appui de Centraide de la région du centre du Nouveau-Brunswick, de la Ville de Fredericton et du Centre communautaire Sainte-Anne.

Pour de plus amples renseignements, veuillez faire parvenir votre demande à l'adresse : coordinator@volunteerfredericton.ca.

Bibliothèque Dre-Marguerite-Michaud

715, rue Priestman, Fredericton, N.-B. E3B 5W7

Directrice de bibliothèque - Olena Bedoieva

Téléphone : (506) 453-7100

www1.gnb.ca/0003/pages/fr/biblio-f.asp?CODE=YM

Livres, magazines, journaux, DC et DVD, nous avons de tout pour tous les goûts. Explorez notre collection grâce à notre catalogue provincial !

Nous vous aiderons à mener à bien vos projets de recherche. Posez-nous une question dès maintenant. La bibliothèque vous offre aussi une foule d'activités pour tous. Vous pouvez utiliser gratuitement nos ordinateurs pour naviguer sur l'Internet, lire les dernières nouvelles, rédiger votre CV ou encore consulter nos bases de données en ligne et nos Sites Web recommandés. La succursale virtuelle du Service des bibliothèques publiques du N.-B., la Bibliothèque numérique du Nouveau-Brunswick, est disponible 24 heures par jour pour le téléchargement de livres. Nous avons une connexion Internet sans fil (Wi-Fi) qui est disponible durant les heures scolaires et en dehors de celles-ci ! Si vous n'êtes pas un élève et que vous voulez avoir accès au service Wi-Fi durant les heures scolaires, veuillez communiquer avec un membre du personnel afin d'obtenir un mot de passe.

Ce n'est pas parce qu'un document n'est pas sur nos rayons que vous ne pouvez pas y avoir accès. Passez nous voir, faites une demande dans notre catalogue en ligne ou encore téléphonez-nous pour réserver un document. Nous l'acheminons à la bibliothèque qui vous convient le mieux.

Visitez la bibliothèque. Vous vous y sentirez comme chez vous.

Bibliothèque publique de Fredericton

Téléphone : 460-2800

Site Web : www1.gnb.ca/0003/pages/fr/biblio-f.asp?CODE=YF

Nous vous proposons des activités pour tous! Utilisez nos ordinateurs publics pour naviguer sur Internet, lire les dernières nouvelles, rédiger votre curriculum vitae ou encore consulter nos bases de données en ligne et nos sites Web recommandés. Vous pouvez aussi télécharger des livres numériques et audio, 24 heures sur 24, à partir de la succursale virtuelle du Service des bibliothèques publiques du Nouveau-Brunswick, la Bibliothèque numérique du Nouveau-Brunswick. La bibliothèque offre des produits variés, dont des DVD, des livres audio, des livres en gros caractères et des trousseaux spécialisés.

Capacité Nouveau-Brunswick

440, chemin Wilsey, bureau 102, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 7G5

Téléphone : 462-9555 ou 1-866-462-9555

Courriel : info@abilitynb.ca

Site Web : www.abilitynb.ca/

Notre mission est de promouvoir l'autonomie et la pleine participation communautaire des Néo-Brunswickois à mobilité réduite. Nous la concrétisons :

- en étant la principale voix des Néo-Brunswickois de tous âges dont la mobilité est réduite;
- en étant un leader dans la prestation des services et une voix influente dans l'élaboration des politiques publiques fédérales, provinciales et locales pour les personnes à mobilité réduite;
- en offrant des programmes et services novateurs, professionnels et bienveillants qui répondent aux besoins des gens;
- en misant sur nos connaissances, notre savoir-faire et notre expérience concrète;
- en étant des partenaires clés dans les domaines de la réadaptation, des handicaps et de la recherche.

Central Valley Adult Learning Association Inc

Téléphone : 357-7892

Courriel : admin@cvala.ca

Cet organisme sans but lucratif propose des possibilités d'apprentissage pour adultes. On y offre deux programmes de base : (1) un programme de rattrapage scolaire et de préparation au test de connaissances générales conçu pour aider les adultes à atteindre leurs objectifs en matière d'équivalent du cours secondaire et (2) un programme de littératie numérique où les adultes peuvent acquérir les compétences en informatique nécessaires pour obtenir un emploi ou contribuer à la vie familiale et communautaire. Ces programmes sont offerts gratuitement dans diverses localités à longueur d'année.

Centre d'aide en cas d'agression sexuelle de Fredericton

Téléphone : 454-0460

Ligne d'urgence 24 heures : 506-454-0437

Site Web : www.fsacc.ca/fr

Le Centre d'aide en cas d'agression sexuelle de Fredericton est un organisme sans but lucratif dont l'objectif principal trouve écho dans son engagement à mettre fin à la violence sexuelle. Il compte atteindre cet objectif en éduquant le public et en offrant des services directs aux personnes touchées par la violence sexuelle.

Centre de soins York

Le Centre de soins York est le plus important fournisseur de soins de longue durée au Nouveau-Brunswick, accueillant 218 résidents.

Il offre des chambres individuelles et des chambres à deux lits, chacune équipée de toilettes privées. Chaque chambre est dotée d'un lit électrique, d'un système d'appel du personnel infirmier, d'une armoire et d'une table de chevet.

Les familles sont encouragées à apporter des articles comme la couette préférée du résident, un fauteuil et des objets décoratifs pour que le résident se sente chez lui.

Avant de faire une demande d'admission au Centre de soins de longue durée York, les clients potentiels doivent participer à une évaluation précédant l'admission menée par le ministère du Développement social. Cette évaluation comporte un volet « clinique » et un volet « financier » et doit être réalisée avant l'admission. Vous pouvez lancer le processus en appelant le ministère du Développement social au 1-866-444-8838.

Pour plus d'information sur les soins de longue durée au Centre de soins York, veuillez composer le 444-3880.

Centre pour personnes âgées Stepping Stone

15, rue Saunders, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1M9

Téléphone : 450-7849

Courriel : steppingstoneseniorcentre@rogers.com

Site Web : www.steppingstoneseniorcentre.com

Le centre Stepping Stone offre aux personnes âgées de 50 ans et plus de la région du Grand Fredericton des programmes et des services adaptés, abordables et accessibles qui améliorent la qualité de vie et donnent l'occasion d'apprendre de nouvelles choses et de mettre en commun les expériences et les talents des participants. Le centre est l'endroit tout indiqué pour prendre un café ou un thé en bonne compagnie. Sa programmation comprend entre autres des groupes de discussion, des programmes créatifs, des activités sociales, des programmes de conditionnement physique et des parties de cartes. Un calendrier mensuel est disponible. Les droits d'adhésion sont de 20 \$ par année (de janvier à décembre). Les personnes intéressées peuvent faire un essai de deux semaines afin de déterminer si elles veulent adhérer au centre. À noter que, durant cette période d'essai, il faut quand même payer les frais d'inscription aux programmes, s'il y a lieu. Il y a également des possibilités de bénévolat.

Collège Frontière

212, rue Queen, bureau 301, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1A8

Téléphone : 506-450-7923 ou 1-877-450-7923 (sans frais)

Courriel : jst-onge@frontiercollege.ca

Site Web : www.collegefrontiere.ca

Le Collège Frontière est un organisme d'alphabétisation pancanadien. Considérant l'alphabétisation comme un droit, il collabore avec des bénévoles et des partenaires communautaires pour donner aux personnes les compétences et la confiance dont elles ont besoin pour réaliser leur plein potentiel et contribuer à la société. Tous les programmes de tutorat sont gratuits pour les apprenants. Nous recrutons des bénévoles dévoués, enthousiastes et créatifs pour animer les nombreux programmes d'automne et d'hiver fournis en partenariat avec l'Association multiculturelle de Fredericton, le Repaire jeunesse de Fredericton, plusieurs écoles et la Bibliothèque publique de Fredericton.

College of Extended Learning de l'Université du Nouveau-Brunswick

6, promenade Duffie, 2e étage, centre Wu, campus de Fredericton de l'UNB

Téléphone : 453-4646 ou 1-866-599-4646 (sans frais)

Courriel : extend@unb.ca

Site Web : www.unb.ca/cel

Les cours et les programmes du College of Extended Learning (CEL) de l'Université du Nouveau-Brunswick sont offerts toute l'année, selon différents horaires et à divers endroits. On y trouve de quoi plaire aux gens de tout âge, de 5 à 105 ans, et à toutes les étapes de la vie. Que vous soyez une personne âgée désireuse d'approfondir un intérêt particulier, un adulte très occupé qui souhaite obtenir un grade universitaire ou faire progresser sa carrière ou encore un parent ou grand-parent à la recherche d'activités créatives pour des enfants, ne cherchez plus! Le CEL a le cours qu'il vous faut. Notre série de cours récréatifs évolue constamment et nous lançons de nouveaux cours tout au long de l'année. Visitez notre site Web pour en savoir plus ou communiquez avec nous pour obtenir des précisions.

Commission des services financiers et des services aux consommateurs

Sans frais : 1-866-933-2222

Site Web : www.fr.fcnb.ca/ConsommateursFinanciers.html

La Commission des services financiers et des services aux consommateurs est l'organisme de réglementation des services financiers et des services aux consommateurs du Nouveau-Brunswick. Elle est responsable de la réglementation des valeurs mobilières, des assurances, des pensions, des caisses populaires, des courtiers en hypothèques, des compagnies de prêt et de fiducie et de toute une gamme de dispositions législatives en matière de consommation. Sa priorité consiste à trouver des façons de contrer l'exploitation financière, en particulier l'exploitation financière des aînés et d'autres personnes vulnérables, au sein des secteurs qu'elle réglemente.

Community Food Smart

Site Web : www.communityfoodsmart.com

Community Food Smart est un groupe d'achats d'aliments en vrac pour les fruits et légumes frais. Géré par des bénévoles et des partenaires communautaires, il a pour but d'aider ceux qui ont un budget alimentaire serré à en avoir davantage pour leur argent.

Pour devenir membre, consultez l'onglet « Locations » du site Web et rendez ensuite visite au distributeur le plus près de chez vous durant ses heures normales d'ouverture. On vous aidera à remplir la demande d'adhésion et on répondra à vos questions. Les droits d'adhésion s'élèvent à 10 \$ ou au montant que vous avez les moyens de payer. L'adhésion est ouverte aux particuliers et aux familles.

Conditionnement Physique N.-B.

www.fitnessnb.ca

CPNB est un organisme indépendant, bénévole et sans but lucratif dont le financement provient en partie du gouvernement provincial. Il se consacre au développement et à la promotion du conditionnement physique et de la vie active au Nouveau-Brunswick et regroupe plus de 200 professionnels certifiés en conditionnement physique.

Cuisine communautaire de Fredericton

65, rue Brunswick, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1G5

Téléphone : 457-1788

Courriel: info@frederictoncommunitykitchen.com Site

Web : www.frederictoncommunitykitchen.com

La cuisine sert trois repas par jour aux personnes dans le besoin, du lundi au vendredi :

Déjeuner : de 7 h 45 à 8 h 15

Dîner : de 11 h 30 à 12 h 30

Souper : de 17 h à 17 h 45

Et deux repas par jour les samedis et dimanches :

Dîner : de 11 h 30 à 12 h 30

Souper : de 17 h à 17 h 45

* Nous offrons également des paniers-repas d'urgence au besoin.

Diabète Canada

730, avenue McLeod, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1V5

Téléphone : 452-9009

Sans frais : 1-800-884-4232

Sites Web : www.diabetes.ca ou www.fr.livewellbienvivre.ca

Le 13 février 2017, l'Association canadienne du diabète a changé d'appellation pour devenir Diabète Canada. Ce changement témoigne de notre engagement renouvelé à modifier la manière dont on parle du diabète, à donner davantage de visibilité à cette maladie et à faire mieux comprendre l'épidémie de diabète.

Diabète Canada a la volonté d'agir en partenariat avec la population canadienne pour mettre fin au diabète par les moyens suivants :

- des ressources à l'intention des professionnels de la santé sur les pratiques exemplaires des soins aux diabétiques;
- des campagnes de sensibilisation auprès des gouvernements, des écoles et des milieux professionnels;
- du financement de la recherche réalisée au Canada, à l'avant-garde de ce qui se fait ailleurs dans le monde, en vue d'améliorer les traitements et de trouver un remède.

DigiLearn

Téléphone : 1-855-249-TECH(8324)

Courriel : Info@DigiLearn.ca

Site Web : www.digilearn.ca

Nous offrons un accompagnement en technologie pour les aînés, individuellement ou en séances de groupe. Nous avons fourni un accompagnement à plus de 150 aînés de la région du Grand Fredericton sur des sujets tels que Facebook, les boutiques en ligne, la gestion des courriels et bien plus. Vous pouvez choisir parmi une trentaine de sujets. Au moment de l'inscription, on vous posera quelques questions afin de mieux comprendre dans quelle mesure vous maîtrisez la technologie. Nous organisons aussi régulièrement des conférences sur la technologie pour les aînés (« Tech Talks for Seniors ») pour des clubs de bienfaisance de la région de Fredericton. Il n'y a aucune limite d'âge : nos apprenants ont de 55 à 93 ans. Il est à noter que les apprenants doivent apporter leur propre appareil (téléphone intelligent, ordinateur portable, tablette, iPad, etc.).

ElderDog Canada, Fredericton Pawd

Téléphone : 1-855-336-4226

Courriel : elderdogfredericton@gmail.com

Site Web : www.elderdog.ca

ElderDog Canada: Fredericton Pawd est un organisme sans but lucratif dont la mission consiste à préserver les liens précieux qui unissent les aînés et leurs amis canins. Pour ce faire, ElderDog Fredericton aide les aînés à s'occuper de leur chien en offrant des services gratuits comme faire marcher le chien, passer prendre la nourriture ou les accessoires pour chiens au magasin et les livrer à la maison, amener le chien chez le vétérinaire ou le toiletteur et veiller à l'hygiène et au toilettage de base de l'animal. Lorsqu'un maître ne peut plus prendre soin de son animal de compagnie, de façon temporaire (en cas d'hospitalisation, par exemple) ou permanente, ElderDog aide à trouver une famille d'accueil.

Fédération des citoyen(ne)s aîné(e)s du Nouveau-Brunswick

Téléphone : 1-800-453-4333

Courriel : horizons@nbnet.nb.ca

Site Web : www.fcanb.ca

La Fédération des citoyen(ne)s aîné(e)s du Nouveau-Brunswick est un organisme bilingue à but non lucratif voué à l'avancement de dossiers qui se rapportent au bien-être des personnes âgées de 50 ans et plus au Nouveau-Brunswick. Sa mission est d'améliorer le bien-être des citoyens aînés de la province.

Fondation canadienne du rein

212, rue Queen, bureau 404, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1A8

Téléphone : 506-453-0533

Sans frais : 1-877-453-0533

Site Web : www.kidney.ca/atlantic | www.rein.ca/atlantique

La Fondation canadienne du rein est l'organisme national bénévole qui s'emploie à alléger le fardeau que représente l'insuffisance rénale :

- en finançant et en favorisant des recherches novatrices en vue de trouver de meilleures options thérapeutiques et un traitement curatif;
- en offrant des programmes éducatifs et de soutien afin de prévenir l'insuffisance rénale chez les personnes à risque et de donner aux personnes atteintes la capacité d'optimiser leur état de santé;
- en prônant un meilleur accès à des soins de santé de haute qualité;
- en sensibilisant davantage le public à l'importance de maintenir les reins en bonne santé et de consentir au don d'organes.

Fonds en fiducie pour la faune du Nouveau-Brunswick

Téléphone : 453-6655

Courriel : wildcoun@nbnet.nb.ca

Site Web : www.nbwtf.ca/fr

Le Fonds en fiducie pour la faune du Nouveau-Brunswick (FFFNB) a pour mission de favoriser la conservation des espèces fauniques au Nouveau-Brunswick. Il subventionne un éventail de programmes de mise en valeur des espèces fauniques et halieutiques du Nouveau-Brunswick, et de leur habitat. Parmi ces programmes, mentionnons le développement des pêches, le développement des espèces fauniques, le piégeage, la conservation de la biodiversité et la formation en conservation. Les dates limites annuelles pour présenter une demande de subvention sont le 1er mai et le 1er décembre. Consultez le site Web de la FFFNB pour en savoir plus sur chacun de ces programmes et pour télécharger les lignes directrices.

Force policière de Fredericton

311, rue Queen, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1B1

Urgences seulement : 911

Tous les autres appels : 460-2300

Site Web : www.fredericton.ca/fr/force-policiere-de-fredericton

Tout appel non urgent destiné à la police peut être fait à la ligne générale ci-dessus. L'appelant sera dirigé vers le membre du personnel capable de répondre à ses besoins. Il est possible également d'obtenir des renseignements sur la Force policière de Fredericton en cliquant sur le lien ci-dessus.

Fredericton Food Rescue

Courriel : coordinator@frederictonfoodrescue.ca

Site Web : www.frederictonfoodrescue.ca

Fredericton Food Rescue est un nouvel organisme bénévole créé pour réduire le gaspillage alimentaire en récupérant le surplus de fruits et de légumes laissés sur les fermes et dans les vergers, jardins et cours arrière. Aidez-nous à récolter ces surplus ou faites-nous savoir si vous avez une récolte à donner. Si votre organisme a besoin d'aliments frais pour ses clients ou ses programmes communautaires, inscrivez-vous auprès de Fredericton Food Rescue afin d'obtenir des fruits et légumes frais lorsqu'ils sont disponibles.

Fredericton Non-Profit Housing Corporation

220-494, rue Queen, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1B6

Téléphone : 452-8175

Courriel : fnphc@nb.sympatico.ca

La Fredericton Non-Profit Housing Corporation a pour mission d'offrir des logements abordables et adéquats aux personnes à faible revenu, qu'il s'agisse de personnes âgées, de personnes ayant un handicap, de familles ou de personnes vivant seules.

Groupe de soutien pour la maladie de Parkinson de Fredericton

Groupe de soutien pour la maladie de Parkinson de Fredericton; Groupe de soutien pour les soignants de la maladie de Parkinson de Fredericton

Personnes-ressources locales : Margaret (474-1608), Lorna (472-9497), Cary Norquay, coordonnateur du développement communautaire pour le Nouveau-Brunswick, Parkinson Canada (1-800-565-3000, poste 3459).

Site Web : www.parkinson.ca/fr

Le groupe de soutien pour la maladie de Parkinson de Fredericton se réunit le troisième mercredi du mois, sauf en juillet et en août. Ces rencontres sont l'occasion de transmettre de l'information éducative, de communiquer les dernières nouvelles de Parkinson Canada ainsi que de fournir du soutien affectif et de tisser des liens sociaux parmi les personnes atteintes de la maladie de Parkinson. Le groupe de soutien pour les soignants se réunit quant à lui le quatrième mercredi du mois et constitue une occasion fantastique pour les soignants d'échanger sur ce qu'ils vivent et de se soutenir mutuellement. Pour de plus amples renseignements, notamment sur le lieu et l'heure des rencontres, veuillez téléphoner à l'un des numéros fournis ci-dessus.

GoodLife

GoodLife Fitness est la plus importante entreprise spécialisée en santé et en conditionnement physique au Canada. Elle a pour mission de donner à chaque Canadien et Canadienne la possibilité de vivre en forme et en santé. Pour ce faire, elle fait du conditionnement physique une activité agréable, facile et abordable. GoodLife offre un éventail de programmes pour tous les âges. Pour en savoir plus sur un centre en particulier, visitez notre site Web au www.goodlifefitness.com/locations

Greener Village

Téléphone : 459-7461

Courriel : info@greenvillage.org

Nous offrons divers services et possibilités aux personnes dans le besoin et à celles qui souhaitent faire du bénévolat.

- Paniers-repas
- Programme Community Food Smart
- Friperie Unique Boutique
- Démonstrations et cours de cuisine
- Jardin communautaire

Guide des services et programmes pour les personnes âgées

Ce guide contient une foule de renseignements précieux visant à aider les personnes âgées du Nouveau-Brunswick et leur famille à accéder aux principaux programmes et services et à s'en prévaloir, tant à l'échelle provinciale que fédérale et dans la collectivité.

Le Guide des services et programmes pour les personnes âgées est publié par le ministère du Développement social du Nouveau-Brunswick.

Il peut aussi être consulté en ligne à l'adresse : www.2.gnb.ca/content/dam/gnb/departments/sd-ds/pdf/Seniors/SeniorsGuide-f.pdf

Pour obtenir la version papier, veuillez en faire la demande par la poste ou par courriel :

Ministère du Développement social

Gouvernement Du Nouveau-Brunswick

551, Rue King

C.P. 6000, Succ. A

Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1E7

Téléphone : 506-453-2001

Courriel : seniors@gnb.ca

Hiking NB

Le site Web Hiking NB réunit de l'information sur tous les sentiers de marche et de randonnée de la région de Fredericton et de presque partout au Nouveau-Brunswick. Des idées de sentiers classés selon les différents besoins sont proposées par l'intermédiaire des médias sociaux. Hiking NB s'efforce également d'informer la population sur l'histoire, les habitats et la géologie de chaque sentier.

Hospice Boutique

585, rue Prospect, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 6B8

Téléphone : 472-2215

Courriel : hospice.boutique.fredericton@gmail.com

Hospice Boutique est une boutique sans but lucratif dont les profits sont versés à la Fredericton Hospice House. Tous les articles vendus – vêtements, articles de décoration intérieure, livres, etc. – sont généreusement donnés. La boutique est toujours à la recherche de bénévoles. Passez-y pour magasiner, offrir vos services ou faire un don. Il s'agit d'un projet gagnant-gagnant pour notre collectivité : pourquoi ne pas y participer!

Hospice Fredericton

621, rang Churchill, Fredericton (Nouveau-Brunswick)

Téléphone : 472-8185

Hospice Fredericton est un organisme communautaire qui offre soins, confort et soutien en fin de vie. Au nombre de ses programmes, mentionnons le soutien à domicile, le soutien aux personnes endeuillées, les soins 24 heures sur 24 aux patients hospitalisés et le programme Histoire d'une vie. L'organisme exploite aussi un centre de jour où l'on accueille des adultes atteints de démence légère à modérée dans un cadre chaleureux et structuré. Le centre est ouvert les lundis, mercredis et vendredis.

Institut national canadien pour les aveugles (INCA)

77, rue Westmorland, bureau 130, Frederick Square, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 6Z3

Téléphone : 458-0060

Ligne INCA : 1-800-563-2642

L'Institut national canadien pour les aveugles (INCA) fournit des services de soutien aux personnes aux prises avec une perte de vision importante. L'organisme Réadaptation en déficience visuelle, situé au même endroit, offre des services de soutien affectif, de l'aide pour lire et écrire et une formation pour les activités quotidiennes et les déplacements afin de favoriser la sécurité et l'autonomie. Des services d'emploi et de transition sont également offerts aux jeunes et aux gens en âge de travailler qui vivent avec une perte de vision.

Irish-Canadian Cultural Association of New Brunswick (ICCANB)

Bruce Driscoll, président Téléphone : 357-8283

Courriel : info@newirelandnb.ca ou bdriscn618@rogers.com

Site Web : www.newirelandnb.ca

Notre organisme a pour mission de préserver et de mettre en valeur le rôle des colonisateurs irlandais et de leurs descendants dans l'établissement et le développement du Nouveau-Brunswick depuis le 18^e siècle. En plus de présenter des exposés sur le patrimoine, des séances d'information et des séries de conférences, nous exploitons une bibliothèque de prêt et de recherche. Nos activités de proximité sont offertes aux écoles, aux organismes culturels et au grand public. Si vous pensez avoir des racines irlandaises ou si vous vous intéressez simplement à la culture et au patrimoine irlandais, n'hésitez pas à communiquer avec nous. Notre bibliothèque se trouve au deuxième étage de l'église Gibson Memorial United Church, au 183, rue Gibson, et elle est ouverte les jeudis et samedis, de 10 h à 14 h, ou sur rendez-vous. La porte d'entrée se trouve à l'arrière de l'édifice.

Jardin biologique communautaire de Fredericton

150, promenade Kimble, Fredericton (Nouveau-Brunswick)

Courriel (John Coates) : jcoates@stu.ca

Nous louons 70 parcelles de jardin, de trois grandeurs différentes, au coût de 20 \$, 30 \$ ou 40 \$ pour la saison. Nous cultivons des fruits et légumes biologiques sans pesticides ni produits chimiques dans un contexte communautaire. L'eau et tous les outils sont fournis. Des mentors en jardinage sont toujours prêts à donner des conseils. Les parcelles sont louées au début de mai et le jardinage peut commencer dès que le temps s'y prête. Certains membres plantent des vivaces; le cas échéant, nous laissons ces plantes intactes. Autrement, les membres doivent nettoyer leur parcelle avant la fin d'octobre.

Jardin botanique

Le Jardin botanique de Fredericton compte 14 jardins répartis sur un terrain de 50 acres. L'admission est gratuite. L'un des incontournables est le Jardin de littérature du Nouveau-Brunswick, qui rend hommage, par les fleurs, aux auteurs de la province qui ont fait place aux plantes dans leur prose et leurs poèmes. En juin, la collection de rhododendrons et d'azalées située au centre du Jardin déploie toutes ses couleurs. Rhodo, une grande sculpture en granit représentant un bourgeon de rhododendron, a été créé par un artiste du Nouveau-Brunswick, James Boyd, pour nous rappeler à longueur d'année le magnifique déploiement de couleurs de cet arbrisseau. Le grand jardin d'hémérocailles, comptant une centaine de variétés, est au summum de sa floraison à la fin juillet. Se trouvent également sur place un jardin de lilas, un jardin de pivoines, un jardin commémoratif de magnolias, plusieurs autres massifs de vivaces, de multiples catalpas élégants ainsi que des sentiers boisés. La Foire du printemps et la vente de plantes ont lieu chaque année le dernier dimanche de mai. Il est possible également d'y organiser des visites guidées.

Kingswood Fitness

Nous sommes une communauté de passionnés de la mise en forme qui aiment se retrouver dans une ambiance amicale et décontractée pour améliorer leur état de santé général et leur bien-être physique. Nous offrons une variété de programmes pour tous les âges. Nous sommes situés au 1700, voie Kingswood, à Hanwell, au Nouveau-Brunswick. Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec la gérante du centre de conditionnement physique, Andrea Milley, à amilley@kingswoodpark.ca ou au 444-9500, poste 507.

Playhouse de Fredericton

686, rue Queen

Téléphone : 459-6210

Courriel : claire@theplayhouse.ca

Site Web : www.theplayhouse.ca

Le Playhouse est l'endroit tout désigné pour voir des spectacles à Fredericton. Il se situe au cœur de notre magnifique centre-ville, et on y présente des spectacles de théâtre, de musique, de cirque et de danse réalisés par des artistes et des troupes locaux, nationaux et internationaux. Le Playhouse offre aussi une série de programmes éducatifs et d'extension des services, tels que « Experience more! » et « Arts Are for Everyone ».

Ligne d'écoute de Chimo

Téléphone : 1-800-667-5005

Site Web : www.fr.chimohelpline.ca/

Chimo est une ligne d'écoute téléphonique provinciale accessible 24 heures sur 24 et 365 jours par année à tous les résidents du Nouveau-Brunswick. L'organisme s'est donné pour mission d'être à l'écoute, quel que soit le problème, notamment : les idées suicidaires, le stress émotionnel, l'anxiété, les demandes de renseignements ou d'aiguillage, la dépression, la solitude et les ressources pour personnes âgées. Le service de clavardage en direct est offert quotidiennement de 17 h à minuit.

Literacy Coalition of New Brunswick

Personne-ressource : Lynda Homer,
directrice générale

Téléphone : 457-1227 ou 1-800-563-2211 (sans frais)

Courriel : lcnb@nbliteracy.ca

Site Web : www.nbliteracy.ca

Profitez de programmes gratuits pour améliorer votre capacité à lire, à écrire, à calculer et à utiliser la technologie! Ces programmes d'apprentissage pour adultes sont offerts : en petits groupes; par des enseignants qualifiés; au niveau et au rythme des apprenants; dans un lieu accessible; durant le jour, en soirée et en ligne; à temps plein et à temps partiel; en français ou en anglais.

Logement avec services de soutien

York Developments Inc. est fière d'offrir un milieu de vie sécuritaire, sociable et abordable pour les aînés à faible revenu.

Hawkins House est un immeuble de trois étages comprenant 31 studios autonomes avec salle de bain et cuisinette. Apportez votre propre ameublement pour faire de cet espace de 18 pi sur 19 pi votre chez-vous. Une salle à manger et un salon sont situés au rez-de-chaussée pour le dîner et le souper ainsi que pour les activités sociales.

Pour devenir locataire au 116, promenade Sunset, vous devez répondre aux critères suivants :

- Le demandeur doit avoir au moins 60 ans ou avoir 50 ans et avoir été obligé de quitter le marché du travail.
- Son revenu annuel brut ne peut être supérieur au revenu plafond pour l'aide au logement établi par le ministère du Développement social.
- Il doit soumettre sa demande et être inscrit pour un logement auprès du ministère du Développement social.

Services fournis

- Dîner et souper servis quotidiennement dans la salle à manger
- Service de buanderie hebdomadaire (linge de maison et vêtements)
- Service d'entretien ménager hebdomadaire
- Soins personnels (facultatifs et non inclus dans les frais de service standard)

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec Jennifer Geneau JGeneau@yorkcarecentre.ca

Lupus Canada

615, promenade Davis, bureau 306, Newmarket (Ontario) L3Y 2R2

Téléphone : 1-800-661-1468

Courriel : info@lupuscanada.org

Site Web : www.lupuscanada.org

Mission de Lupus Canada : Lupus Canada est une organisation bénévole nationale qui se consacre à améliorer la vie des personnes atteintes du lupus.

Mature People's Network

Courriel : mpnnb@yahoo.ca

Site Web : www.mpnnb.com

Le réseau Mature People's Network s'adresse aux personnes de plus de 50 ans qui sont célibataires, divorcées ou veuves et qui aiment mener une vie active et engagée. Le groupe offre l'occasion de se faire des amis et de participer à de nombreuses activités divertissantes, dont des soirées sociales (le vendredi), des déjeuners (le samedi), des repas-partage, des soirées de jeu ou de cinéma et des groupes d'intérêt (marche, vélo, kayak, golf, raquette et danse). Il y a aussi la possibilité de faire des voyages de groupe.

Meals on Wheels

Téléphone : 458-9482

L'organisme sans but lucratif Meals on Wheels of Fredericton Inc. offre des repas nutritifs et un soutien social aux personnes âgées, handicapées ou en convalescence à la suite d'une maladie, d'une opération ou d'une blessure afin de leur permettre de maintenir leur santé et leur autonomie. Des bénévoles de la collectivité livrent les repas du midi à l'intérieur des limites de la ville, à New Maryland et à Hanwell tous les jours, à longueur d'année.

Notre programme Wheels to Meals offre des repas du midi aux aînés tous les mardis, de septembre à mai, à l'église St. Mary's, sur la rive nord. Les portes ouvrent à 11 h, le repas est servi vers 11 h 45 et les divertissements se terminent vers 12 h 45. Nous aimerions vraiment voir plus de personnes âgées à la table, alors invitez vos amis à se joindre à nous pour un repas maison, un café ou thé et un dessert, le tout entouré de bonne compagnie et de musiciens locaux. Le coût est de 7,50 \$ par repas, et le transport est fourni au besoin.

Mobile Care Network

Courriel : info@mobilecarenetwork.ca

Site Web : www.mobilecarenetwork.ca

Ce réseau commercial de fournisseurs de services mobiles de la région du Grand Fredericton aide les aînés et les autres personnes vulnérables à vivre pleinement et à bien vieillir dans la collectivité. On y offre un éventail de services : réparations et rénovations domiciliaires, soins infirmiers, hygiène dentaire, entretien ménager, réduction des activités et déménagement, conseils juridiques et testamentaires, soins des pieds, ergothérapie, optique, chaussures orthopédiques, physiothérapie et gestion du patrimoine.

Musée de la région de Fredericton

571, rue Queen, C.P. 1312, succursale A, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5C8

Courriel : frederictonregionmuseum@gmail.com

Site Web : www.frederictonregionmuseum.com

Le Musée de la région de Fredericton se spécialise dans la collecte, la conservation et l'interprétation des artefacts et de l'histoire de Fredericton et de la région du centre du Nouveau-Brunswick. Il est exploité par la York-Sunbury Historical Society, Ltd., qui invite les aînés à devenir membres de l'organisme. Les membres obtiennent l'entrée gratuite au musée, des invitations à l'ouverture des expositions et un abonnement gratuit à The Officers' Quarters, la publication semestrielle de la société qui porte sur l'histoire de la région. Ils sont aussi invités aux expositions d'œuvres d'art, aux inaugurations d'expositions, aux inaugurations, en plus d'avoir accès au balcon pendant les événements spéciaux et aux programmes d'été. Le troisième jeudi de chaque mois, à la résidence du lieutenant-gouverneur, la société offre une conférence publique gratuite. Ces présentations traitent de divers sujets de nature historique et sont suivies par de légers rafraîchissements et un moment d'échange.

Nature NB

Courriel : info@naturenb.ca

Site Web : www.naturenb.ca

Nature NB est un organisme de bienfaisance qui a comme mission la célébration, la conservation et la protection du patrimoine naturel du Nouveau-Brunswick par l'éducation, le réseautage et la collaboration. Fondé en 1972 sous le nom de la Fédération des naturalistes du Nouveau-Brunswick, l'organisme chapeaute actuellement plusieurs clubs fédérés et compte des centaines de membres dans la province. En plus d'encourager une meilleure compréhension de l'environnement et d'éveiller le souci du patrimoine naturel de notre province,

Nature NB reconnaît l'importance de poser des gestes pour la conservation et le maintien de ce patrimoine naturel.

Collège d'artisanat et de design du Nouveau-Brunswick (NBCCD)

457, rue Queen, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5H1

Téléphone : 506-453-2305

Site Web : www.nbccd.ca

Instagram : @nbccdlive

Nous offrons une foule de manières d'expérimenter l'artisanat et le design, peu importe votre âge, votre horaire, votre lieu de résidence et vos intérêts.

- Suivez un atelier non crédité de soir ou de fin de semaine : www.nbccd.ca/programs/leap/ et www.educaventures.ca/.
- Inscrivez-vous à un programme donnant droit à un certificat ou à un diplôme dans nos studios de métiers d'art et de design : www.nbccd.ca/programs/overview/.
- Visitez nos élèves artistes en résidence dans leur boutique de métiers d'art à la caserne, en juillet et en août.
- Les samedis d'été, visitez nos artistes résidents à la maison Hoyt de Kings Landing.
- À tout moment de l'année, allez voir les expositions à la galerie George Fry (457, rue Queen), à la Red Brick Gallery (412, rue Queen) et au studio CreatedHere (408, rue Queen).
- Découvrez votre prochain passe-temps préféré en empruntant des livres à la Bibliothèque des métiers d'art et de design, au 412, rue Queen/415, rue King.

New Brunswick Film Co-op

Courriel : info@nbfilmcoop.com

Site Web : www.nbfilmcoop.com

Site Web : www.swfilmfest.com

La New Brunswick Film Co-op est un organisme de bienfaisance sans but lucratif qui se spécialise dans la réalisation de films en 16 mm, en haute définition et en 4K. Elle célèbre cette année 40 ans de production de films au Nouveau-Brunswick. Elle offre un large éventail de mécanismes de soutien, dont les ateliers et autres activités de formation, le soutien à la créativité et le mentorat, l'aide pour la rédaction de demandes de subvention, le prêt de matériel, les ressources humaines, les activités sociales et les laboratoires pour auteurs, cinéastes et comédiens. La coopérative présente aussi des films de qualité lors de son festival provincial annuel (Festival du film Silver Wave). Enfin, elle sert de porte-parole et de développeuse de talents pour les artistes du Nouveau-Brunswick qui, autrement, n'auraient pas la possibilité d'exprimer leurs opinions par les films.

Olympiques spéciaux Nouveau-Brunswick

Téléphone : 455-0404

Courriel : infosonb@specialolympics.ca

Site Web : www.specialolympicsnb.ca Olympiques spéciaux Nouveau-Brunswick a pour mission d'utiliser le sport pour enrichir la vie des personnes ayant une déficience intellectuelle. L'organisme offre un large éventail de programmes sportifs d'été et d'hiver partout au Nouveau-Brunswick. Les athlètes peuvent commencer à participer dès l'âge de deux ans et continuer jusqu'à l'âge d'or, ce qui fait d'Olympiques spéciaux un véritable organisme favorisant l'activité physique pour la vie. Les sports à faible impact comme les quilles et le bocce sont particulièrement populaires chez les participants âgés. Les athlètes qui souhaitent se qualifier pour les Olympiques spéciaux doivent avoir reçu un diagnostic de déficience intellectuelle avant l'âge de 21 ans (mais pour des raisons de protection des renseignements personnels, on ne leur demande pas de dévoiler ce diagnostic).

OPAL Family Services

500, rue Beaverbrook, bureau 420, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5X4

Téléphone : 457-9520

Opal Family Services a pour mandat de créer des services de soutien bénévoles et de les offrir aux familles ayant une personne handicapée à charge afin que celles-ci puissent élever leur être cher dans un milieu familial épanouissant et une collectivité remplie de possibilités. Nous offrons du soutien et un accès aux services de relève pour les familles ayant des besoins spéciaux dans la région du Grand Fredericton. Dans le cadre des services de relève, un bénévole ou un soignant rémunéré est jumelé à un adulte ou à un enfant ayant des besoins spéciaux afin que les autres membres de la famille puissent bénéficier d'un repos bien mérité. Nous offrons également un très populaire programme d'activités sociales hebdomadaires pour adultes qui permet aux participants de prendre part à tout un éventail d'activités, de se faire de bons amis et d'acquérir de nouvelles habiletés. Par ailleurs, notre groupe jeunesse se réunit toutes les deux semaines pour faire du bricolage, jouer à des jeux, chanter, faire des défilés de mode, jouer au bingo, faire des chasses au trésor et participer à d'autres activités, le tout animé par des bénévoles.

People Link community e-bulletin

Courriel : Marilyn Noble, mrnoble@nbnet.nb.ca

Ce cyberbulletin réunit des informations à jour sur les activités et les enjeux associés à la diversité et à l'inclusion, à la justice sociale, à la santé et au bien-être, ainsi qu'aux possibilités d'éducation permanente et de perfectionnement culturel, professionnel et personnel. Ce bulletin est tout à fait gratuit.

Piscine intérieure de Fredericton

79, allée Carrington, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3A 5R5

Téléphone : 506-460-2273

Les inscriptions aux programmes aquatiques de la piscine intérieure de Fredericton sont acceptées à longueur d'année et peuvent être faites en personne ou en ligne. Au nombre des programmes figurent des cours de natation pour débutants et de natation avancée, des cours d'aquaforme et des séances d'étirement dans l'eau. Des heures sont également prévues pour la nage en longueur et la baignade publique.

Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt (PCBMI)

Le PCBMI est un programme de collaboration entre l'Agence du revenu du Canada (ARC) et divers organismes communautaires. Ces derniers tiennent des séances de préparation de déclarations de revenus où leurs bénévoles remplissent les déclarations des personnes qui ont un revenu modeste et une situation fiscale simple. Le PCBMI a pour but d'aider les personnes admissibles qui ne peuvent pas elles-mêmes remplir leur déclaration de revenus et de prestations. Le programme et ses services sont offerts gratuitement.

Pour vous informer sur la possibilité de devenir bénévole, rendez-vous sur la page : [Devenez bénévole](http://Devenezbénévole.ca) et aidez les gens autour de vous à faire leur déclaration de revenus – Canada.ca

Séances de préparation des déclarations de revenus du PCBMI

Le Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt (PCBMI) aide les personnes et les familles à faible revenu à produire leur déclaration de revenus.

Les séances sont offertes à l'église Forest Hill United Church les vendredis matins (de 9 h à 12 h) en avril et à d'autres moments sur rendez-vous.

Personne-ressource : Mary Grant (foresth.office@bellaliant.com)

Programme de jour pour adultes – Centre de soins York

Le Programme de jour pour adultes offre divers services et programmes récréatifs thérapeutiques et sociaux aux personnes âgées ou atteintes de démence. De nature adaptative, le programme accueille aussi les personnes qui vivent avec une mobilité réduite ou qui sont confrontées à l'isolement ou à d'autres difficultés semblables.

Nos programmes sont actuellement offerts les mardis, mercredis et jeudis dans un environnement confortable, stimulant et sécuritaire. Notre communauté centrée sur la personne se préoccupe essentiellement du bien-être de chacun en offrant des activités flexibles et semi-structurées ainsi que des services de répit aux familles et aux soignants.

Le Centre de soins York offre aux clients de son Programme de jour pour adultes de superbes installations modernes, munies de l'équipement nécessaire à la prestation des services requis, le tout dans un environnement sûr et accueillant.

Le matin, votre être cher sera accueilli par une aide aux activités expérimentée, informée et chaleureuse, qui l'aidera à amorcer sa journée en lui offrant une petite collation matinale et en lui communiquant l'information à jour sur l'activité en cours. Les activités récréatives thérapeutiques seront adaptées aux intérêts et aux habiletés de votre être cher. L'art-thérapie, la musicothérapie, la zoothérapie et les sorties ne sont que quelques exemples des moyens pour notre personnel fabuleux de stimuler nos clients.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec Jennifer Geneau à l'adresse JGeneau@yorkcarecentre.ca.

Programme de jour pour adultes – Hospice Fredericton

621, rang Churchill, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1P5

Téléphone : 472-8185

Hospice tient un centre de jour pour adultes. Dans un cadre structuré et chaleureux, on y accueille les personnes atteintes de démence légère à modérée. Le centre est ouvert les lundis, mercredis et vendredis.

Programme de jour pour adultes – Paradise Villa

665, promenade Clements, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3G 7J2

Coordonnatrice de la vie communautaire : Courtney Boutot, 443-8000, poste 7;

ou coordonnatrice des admissions : Katrina Legere-Paul, 443-8000, poste 2

Courriel : Courtney (tlactivities.paradisevilla@gmail.com) ou Katrina (adminassist@paradise-villa.ca)

Le programme de jour pour adultes Harmony House offre un répit aux familles et aux soignants. Nous cherchons non seulement à maintenir et à améliorer les fonctions physiques, mentales et spirituelles de nos clients, mais aussi à rehausser leur qualité de vie. Le programme comprend des activités thérapeutiques et sociales, de l'aide pour la prise de médicaments, un dîner et des collations santé ainsi que des services de soins des pieds et de coiffure sur rendez-vous. Le programme est offert de 9 h 30 à 16 h 30, du lundi au vendredi. Le coût est de 50 \$ par jour, mais le ministère du Développement social offre une subvention de 40 \$ par jour aux personnes admissibles.

SERVICES POUR PERSONNES ÂGÉES

Service d'autobus

Téléphone : 506-460-2200

Site Web : www.fredericton.ca/fr/transport-en-commun-fredericton/

- Laissez-passer du club des 65 ans et plus offert au coût de 50 \$ aux personnes âgées de 65 ans et plus sur présentation d'une carte d'identité délivrée par le gouvernement. Ce laissez-passer est valide de janvier à décembre (déplacements illimités). On ne peut se le procurer qu'au Centre de services de l'hôtel de ville.
- Service de transport adapté Fredericton Transit offre un service de transport adapté aux personnes à mobilité réduite habitant à Fredericton. L'inscription est obligatoire. Elle se fait en visitant le site Web frederictontransit.ca/accessibility ou en composant le 460-2212. Il est possible de réserver le service de transport adapté par abonnement (heures et destinations habituelles des usagers réguliers) ou en en faisant la demande une journée à l'avance. Le tarif d'un trajet simple est de 3 \$. Les accompagnateurs, au besoin, voyagent gratuitement. Le service de transport adapté exploite deux autobus munis d'un élévateur pour fauteuil roulant, du lundi au samedi, de 7 h à 23 h. De plus, un contrat avec une entreprise de taxi locale permet d'offrir ce service aux clients ayant une certaine mobilité ou pouvant se déplacer en automobile.

Service d'incendie de Fredericton Urgences

Urgences seulement : 911

Tous les autres appels : 460-2020

Site Web : www.fredericton.ca/fr/service-dincendie

Tout appel non urgent destiné au Service d'incendie peut être fait à la ligne générale ci-dessus. L'appelant sera dirigé vers le membre du personnel du Service d'incendie de Fredericton pouvant répondre à ses besoins. Il est aussi possible d'obtenir des renseignements sur les services d'incendie en cliquant sur le lien ci-dessus.

SIDA Nouveau-Brunswick

65, rue Brunswick, bureau G17, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1G5

Téléphone : 1-800-561-4009

Courriel : info@aidsnb.com

Site Web : www.aidsnb.com

SIDA Nouveau-Brunswick inc. est un organisme provincial qui vise à promouvoir et à soutenir la santé et le bien-être des personnes touchées par le VIH et le sida tout en aidant à réduire la propagation du VIH, de l'hépatite C et d'autres infections transmissibles sexuellement et par le sang au Nouveau-Brunswick grâce à des initiatives axées sur la prévention, l'éducation et le soutien.

Société Alzheimer du Nouveau-Brunswick

320, rue Maple, bureau 100, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3A 3R4

Téléphone : 459-4280 ou 1-800-664-8411 (sans frais)

Courriel : info@alzheimernb.ca

Site Web : www.alzheimernb.ca

La Société Alzheimer du Nouveau-Brunswick est un organisme de santé sans but lucratif dont la mission est d'alléger les conséquences personnelles et sociales de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées, en offrant de l'information, de l'éducation et du soutien, et de promouvoir la sensibilisation du public et la recherche sur les causes et le traitement de la maladie d'Alzheimer.

Société de l'arthrite, division du Nouveau-Brunswick

Téléphone : 1-800-321-1433

Courriel : info@nb.arthritis.ca

Site Web : www.arthrite.ca

À la Société de l'arthrite, nous nous affairons à empêcher l'arthrite de vous limiter dans vos activités en investissant dans la recherche de pointe, en défendant proactivement la cause et en mettant au point des solutions novatrices en matière d'information et de soutien qui amélioreront la santé de la population canadienne. Pour des conseils de santé et de mieux-être, des trucs pour prendre en charge votre état, des histoires inspirantes, un sentiment d'appartenance et bien d'autres choses encore afin d'aider les personnes atteintes d'arthrite à avancer et à s'épanouir malgré la maladie, rendez-vous sur notre site Web à l'adresse : www.arthrite.ca/bien-vivre.

Third Age Centre

Téléphone: 452-0526

Courriel : 3rdage@stu.ca

Site Web : www.stu.ca/3rdage

Le Third Age Centre (centre du troisième âge) est un organisme de bienfaisance installé sur le campus de l'Université St. Thomas. Dirigé par un conseil d'administration bénévole, il a pour mission d'aider les aînés à maintenir un mode de vie sain et actif, à s'épanouir et à se mettre au service de leur collectivité. Le centre promet une éducation permanente, une discussion publique éclairée et des échanges intergénérationnels. Axes d'intérêt actuels du centre : comprendre la démence; préoccupations financières et juridiques des aînés; soins à domicile et soins de longue durée; prise en charge des médicaments; perception du vieillissement dans la culture populaire; récit de vie; équilibre et questions de sécurité : prévention des chutes

Timbres de Pâques

65, rue Brunswick, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 1G5

Téléphone : 458 8739 | 1-888-280-8155

Courriel : info@easterseals.nb.ca

Site Web : www.easterseals.nb.ca/index.php/fr/home

Timbre de Pâques Nouveau-Brunswick est un organisme bilingue sans but lucratif qui travaille de concert avec les personnes handicapées afin de favoriser leur autonomie et l'égalité d'accès aux possibilités offertes dans leur collectivité.

Université St. Thomas

51, promenade Dineen, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5G3

Téléphone : 452-0640

Courriel : admissions@stu.ca

Site Web : www.stu.ca

L'Université St. Thomas est unique au Canada : les arts libéraux y sont le point de mire de l'enseignement. Nous sommes convaincus qu'il s'agit du meilleur bagage de connaissances possible pour vous préparer à devenir un leader, un penseur et un citoyen du monde. Une formation en arts libéraux vous donne les outils nécessaires pour trouver des solutions aux problèmes, prendre des décisions de manière autonome et agir en conséquence. Elle vous enseigne à présenter vos arguments logiquement, à rédiger clairement et à explorer de nouveaux horizons. Grâce à notre enseignement, vous développerez des aptitudes en communication, votre jugement critique et votre ouverture d'esprit. Vous pourrez choisir parmi plus de 30 disciplines, des domaines traditionnels comme la philosophie, l'histoire et les langues aux programmes spécialisés en journalisme, droits de la personne, criminologie, environnement et société, en passant par les études autochtones.

URec (service de loisirs de l'UNB)

CENTRE Richard J. CURRIE, 15, promenade Peter Kelly, campus de Fredericton de l'UNB

Téléphone : 447-3104

Courriel : lrogers@unb.ca

Site Web : URec.ca

À l'URec, nous nous concentrons sur la personne. Nous croyons que chacun, quels que soient son âge ou ses habiletés, peut adopter un mode de vie sain et actif. Tous sont les bienvenus à l'URec! Les droits d'adhésion (un mois, quatre mois ou un an) sont abordables et ne comportent aucuns frais supplémentaires. Un large éventail de programmes (portant le nom « Silver Series ») est offert aux aînés qui souhaitent mener un mode de vie sain, dynamique et actif. Tous les programmes sont animés par des professionnels certifiés en conditionnement physique dans un contexte sûr et motivant. La description de ces programmes se trouve dans la section Conditionnement physique du présent répertoire; il y a aussi des renseignements supplémentaires à l'adresse : www.unb.ca/fredericton/urec/feebased-programs/silverseries.html

SERVICES POUR PERSONNES ÂGÉES

Vie autonome

York Developments Inc. continue à servir la collectivité de Fredericton en offrant un chez-soi aux aînés qui ont besoin d'un logement abordable. Il y a actuellement trois complexes indépendants qui comptent 72 appartements d'une chambre et de deux chambres à coucher. Pour plus d'information, veuillez communiquer avec Jennifer Geneau JGeneau@yorkcarecentre.ca

YMCA de Fredericton

Téléphone : 462-3000

Site Web : www.fredericton.ymca.ca

Nous sommes une communauté vouée à la promotion de la santé des enfants, des adultes et des familles. Notre vaste éventail de programmes comprend de quoi répondre à tous les besoins. Parmi nos axes de programmation, mentionnons la santé et le conditionnement physique, les services de garderie, les activités aquatiques, les camps de vacances et les programmes de développement communautaire et international (p. ex. ami de la famille et semaine de la paix). Une aide financière est offerte aux personnes qui pensent que les programmes du YMCA leur seraient bénéfiques, mais qui n'ont pas les moyens de payer la totalité des droits d'adhésion. Différents programmes sont offerts.

York Sunbury Search & Rescue (YSSR)

Téléphone : 461-5832

Courriel : sar1@yssr.nb.ca

Facebook : www.facebook.com/YorkSunburysearchAndRescue/

L'équipe de recherche et de sauvetage YSSR est la plus ancienne et la plus nombreuse au Nouveau-Brunswick. Au cours des 30 dernières années, cet organisme bénévole a aidé la GRC et les services de police locaux à trouver des centaines de personnes disparues. Quel que soit l'âge, l'expérience ou l'état d'une personne, elle peut disparaître n'importe quand, n'importe où. Le cas échéant, l'objectif du YSSR est toujours le même : ramener la personne chez elle, saine et sauve. L'équipe du YSSR cherche activement des bénévoles pour participer à ses activités de recherche de personnes disparues et pour l'aider dans les domaines de l'administration, des relations publiques, de l'approche communautaire et de la collecte de fonds, activités essentielles à l'obtention des ressources nécessaires pour la formation de ses membres et l'achat de matériel. Quelles que soient vos compétences, le YSSR a une place pour vous!

Associations francophones

Association des aînés de la Capitale pour l'apprentissage et le mieux-être (AACAME)

715, rue Priestman, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3B 5W7

Téléphone : 453-2731

Présidente : Norma Dubé

E-mail: normadube17@gmail.com

Website: www.aines-capitale.com

À l'intention des personnes âgées de 50 ans et plus, l'Association des aînés de la Capitale pour l'apprentissage et le mieux-être a pour mission d'améliorer la qualité de vie de ses membres en particulier, et des résidents de la région de la capitale provinciale en général, en aidant ces personnes à réaliser leur plein potentiel culturel, intellectuel, social, spirituel et physique.

Association francophone des aînés du Nouveau-Brunswick

Sans frais : 1-866-523-0090

Courriel : afanb@afanb.org

Site Web : www.afanb.org

La mission de l'Association francophone des aînés du Nouveau-Brunswick est de regrouper les francophones de 50 ans et plus afin de promouvoir leur mieux-être, de veiller à la défense de leurs droits et ainsi de contribuer à leur épanouissement personnel et à celui de toute la société.

Arts et Artisanat

Cours d'art du jeudi soir

Jeu. 19 h – 21 h

Apprenez et créez avec des artistes et enseignants locaux; 16 ans et +. Inscription requise. S'il vous plaît appelez 506-458-2028 ou e-mail emailbag@beaverbrookartgallery.org

8 \$ (membres) – 15 \$ (non-membres)

Cours d'art pour aînés

Des cours de peinture (aquarelle, acrylique et huile) sont offerts par sessions de dix semaines au printemps et à l'automne. Les participants doivent fournir leur propre matériel. Les cours ont lieu les mardis, mercredis ou jeudis, de 13 h à 15 h, au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Réservé aux personnes âgées de 55 ans et plus. L'inscription coûte 100 \$ par session de dix semaines. Composez le 460-2235 pour vous inscrire.

Fredericton Guild of Fibre Artists

Personne-ressource : Barb Perry, au 506-457-1559

La guilde se réunit à l'église Forest Hill United Church tous les mardis, de 9 h 30 à 11 h 30, de septembre à juin.

Bienvenue à tous. Apportez votre projet et venez discuter en travaillant.

Fredericton Quilters' Guild (courtepointe)

Des réunions mensuelles informatives ont lieu le troisième mardi du mois, à 19 h, de septembre à novembre et de janvier à mai, au Centre pour personnes âgées de Fredericton. Tous sont les bienvenus. Les droits d'adhésion annuels sont de 30 \$ seulement. On organise également des corvées, des activités sociales et des ateliers réservés aux membres. Pour en savoir plus, communiquez avec Lee McLean, au 451-1311, ou Gail Mitchell, au 261-5270. Vous pouvez aussi envoyer un courriel à frederictonquiltersguild@gmail.com.

Groupe de courtepointe de l'église Forest Hill United Church

Confection de courtepointes à la main les lundis, de 10 h à 12 h, de septembre à juin.

Église Forest Hill United Church (salle à l'étage – accès par des escaliers)

Les débutants sont les bienvenus.

Personne-ressource : Mary Grant (foresth.office@bellaliant.com)

Arts et Artisanat

Heritage Rug Hooking Guild

Les rencontres ont lieu de 9 h à 13 h 30 le deuxième jeudi du mois, de septembre à mai, à l'église presbytérienne St. James, au 1991, chemin Hanwell, route 640, Hanwell. On commence habituellement par prendre un café et socialiser à 9 h. Tous sont les bienvenus. Les rencontres pourraient comprendre certains programmes relatifs à la fabrication de tapis au crochet, des démonstrations ainsi que de courtes séances administratives. Des ateliers de niveaux débutant et avancé sont offerts périodiquement. La guilde a la chance de compter parmi ses membres trois instructeurs certifiés en fabrication de tapis au crochet. Les droits d'adhésion annuels sont de 30 \$. Nous avons aussi un groupe de soir appelé Evening Matters. Il se réunit en soirée les deuxième et quatrième mardis du mois, dans la salle de la cathédrale Christ Church. Pour plus de renseignements, communiquez avec Sheila Black, présidente, au 450-4467 ou à s.jonesblack@gmail.com pour l'Heritage Rug Hooking Guild, et Kimm Moore, au 474-2710 ou à kimm_moore@yahoo.com pour le groupe Evening Matters.

Knifty Knitters (tricot et crochet)

Tous sont les bienvenus dans ce groupe qui se réunit tous les dimanches après-midi, de 13 h 30 à 15 h, au carrefour de la Bibliothèque publique, pour tricoter ou crocheter, montrer leurs projets, faire de nouvelles rencontres et prendre une tasse de thé. Pour en savoir plus sur la Bibliothèque publique de Fredericton, consultez la section Services.

Knit Witts (tricot)

Les mardis après-midi, de 14 h à 16 h

Salon Fiddlehead, pavillon Governor

Au complexe Parkland Fredericton de Shannex, un groupe dynamique et multigénérationnel de tricot et d'ouvrage à l'aiguille se réunit les mardis à 14 h, dans le salon Fiddlehead du pavillon Governor.

Tous les membres du public qui sont adeptes du tricot et de l'ouvrage à l'aiguille sont les bienvenus. Si vous ne tricotez pas, venez exercer votre esprit et « piquer une jasette ».

Cartes (bridge, etc.)

Bridge de compétition

Les mercredis soir, à 18 h 30, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Réservé aux membres, au coût de 5 \$ par soir. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Bridge du vendredi matin

Les rencontres ont lieu au Centre pour personnes âgées de Fredericton au, 112, avenue Johnston. Les nouveaux membres sont toujours les bienvenus. Les parties commencent à 9 h 15. Les frais de participation sont de 10 \$ pour la saison. Renseignements : 460-2235.

Fiddlehead Bridge Studio

Les rencontres ont lieu les lundis et jeudis à 13 h et les mardis à 9 h 30 et à 18 h 30, au 800, rue St. Mary's. Tous sont les bienvenus, mais les participants sont surtout âgés de 55 ans et plus. Appelez-nous au 449-0671.

Jeux de cartes à l'improviste

Les vendredis après-midi, à 13 h, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone, on joue à différents jeux de cartes. C'est gratuit pour les membres. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Parties de bridge à l'improviste

Tous les lundis à 18 h 30 et les vendredis à 13 h au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Réservé aux membres, au coût de 2 \$ par séance. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Parties de bridge à l'improviste

Tous les mercredis, de 13 h à 16 h, au centre Kinsmen, au 141, rue School, à Fredericton. Les adultes sont les bienvenus. L'entrée est gratuite moyennant un don. Pour en savoir plus, téléphonez au centre Kinsmen, au 472-7397.

Chasse et pêche

Fredericton Fish and Game Association

Les rencontres ont lieu le deuxième mardi du mois, sauf en juillet et en août, dans les locaux d'Exit Realty, sur la rue St. Mary's. Tous sont les bienvenus. Les droits d'adhésion sont de 25 \$, mais les rencontres sont gratuites. Nous offrons des cours de montage de mouches en hiver et organisons le tournoi annuel de pêche pour les jeunes au lac Killarney en juin. Pour plus de renseignements, communiquez avec Rod Currie au 458-5643 ou à racarrie@nb.sympatico.ca, ou avec Dave Sawler au 260-0488.

Clubs et groupes sociaux

Barker's Point Seniors Half Century Club

Ce groupe se réunit les deuxième et quatrième mardis du mois, de 19 h à 21 h, au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Le club est ouvert à toutes les personnes de plus de 50 ans qui souhaitent s'y joindre. Soyez des nôtres pour jouer au jeu de cartes 45 et un léger dîner. Ce club fait partie de NB Seniors Fredericton. Pour en savoir plus, communiquez avec Pat Fowler, présidente, au 506-458-5384, Joyce Greer, vice-présidente, au 506-450-3243, ou Marion Barton, secrétaire, au 506-474-1323.

Café-causerie

Les vendredis matin, à 10 h, on joue aux cartes au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Les membres peuvent participer gratuitement. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Café-causerie sur le décès

Ce n'est pas une activité à fréquence régulière.

Informez-vous à la bibliothèque pour connaître les prochaines dates.

Le café-causerie sur le décès n'est pas un groupe de soutien aux personnes endeuillées.

Autour d'un café, nous discutons de notre conception de la mort et de la fin de vie, et nous communiquons notre point de vue et nos sentiments dans un milieu sans jugement. Les conversations se font dans le respect et la bienveillance et sous le sceau de la confidentialité. Vous pouvez venir assister aux discussions sans avoir à prendre la parole. Vous devez toutefois vous inscrire, pour que nous nous assurions d'avoir de la place pour tout le monde. Veuillez téléphoner au 454-1298 ou envoyer un courriel à AnneMarie@Hartfords.ca.

Clubs et groupes sociaux

Club d'âge d'or de Nashwaaksis

Ce groupe se réunit tous les jeudis soir, de 19 h à 21 h, au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Les parties de cartes (45 et cribbage) sont suivies d'une collation. Le club est membre de la Fédération des citoyen(ne)s aîné(e)s du Nouveau-Brunswick. Les personnes âgées de 55 ans et plus peuvent y adhérer au coût de 15 \$. Un service de transport est offert aux personnes qui en ont besoin. Pour en savoir plus, veuillez téléphoner à Doris Jamieson, au 472-4385.

Club de jardinage de Fredericton

Nous sommes un groupe d'environ 45 personnes de tout âge qui se réunit deux fois par mois, de mars à décembre, pour parler de jardinage, mettre en commun nos connaissances, visiter des jardins et des pépinières, vendre des plantes, participer à des projets communautaires et organiser des réceptions en plein air. Nous sommes toujours heureux d'accueillir de nouveaux membres. Aucune expérience n'est requise. Les droits d'adhésion annuels sont de 15 \$. Pour en savoir plus, consultez notre page Facebook, à www.facebook.com/FrederictonGardenClub, ou communiquez avec Mary, à marymackenzieparker@gmail.com ou au 459-5036.

Club de lecture de Forest Hill

Le club de lecture de Forest Hill se réunit le premier mardi du mois, à midi, de septembre à juin. Apportez votre dîner. Bienvenue à tous.

Coordonnées : bureau de l'église Forest Hill United Church au 506-455-0988 ou à foresth.office@bellaliant.com.

Club de VTT Nashwaak Valley

Situé au 70, promenade Rolling Hill. Pour en savoir plus, visitez le site www.clubs.nbatving.com/en/50/index.php.

Club Lions

Les réunions ont lieu le quatrième mardi du mois, à 19 h 30, dans les locaux du club, au 37, route 148, chemin Killarney. Tous sont les bienvenus (peu importe l'âge) et les droits d'adhésion sont de 65 \$ par année. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Duane Craig au 450-7117 ou envoyer un courriel à duane.craig@outlook.com

Clubs et groupes sociaux

Convo Café

Les RENCONTRES SOCIALES DU SAMEDI et DU JEUDI Convo Café sont des espaces permettant de rencontrer des personnes de différents âges, professions et cultures, d'aider les nouveaux arrivants à pratiquer l'anglais ou le français et de contribuer à combattre les sentiments de solitude ou d'isolement social. Elles sont aussi l'occasion pour tous les résidents de Fredericton de rencontrer de nouveaux membres de la communauté et de découvrir ce qui se passe d'intéressant en ville.

Les rencontres de deux heures se déroulent selon la formule suivante : pendant la première heure, il y a une présentation ou une conversation sur un sujet donné, suivie d'une période de questions et d'une série d'annonces relatives à des événements intéressants qui se passent en ville au cours du mois. Diverses activités structurées peuvent aussi être au programme de cette première heure. La deuxième heure est libre afin de pouvoir bavarder et échanger avec d'autres participants, de jouer à des jeux de société ou de revenir sur ce qui a été discuté et que vous avez trouvé intéressant.

Les deux rencontres sociales se tiennent à des endroits accessibles à tous, quelles que soient leurs capacités. Bien que les rencontres se déroulent en anglais, les conversations en petits groupes peuvent avoir lieu en français entre des personnes qui choisissent de le faire.

N'hésitez pas à inviter des gens qui, selon vous, aimeraient rencontrer de nouvelles personnes de la communauté. Boissons chaudes et collations seront fournies. L'événement est gratuit et aucune inscription n'est requise, il suffit de se présenter!

Pour voir les lieux, les dates et les heures des SOCIALES, vérifiez le site Web de la ville : www.fredericton.ca/fr/loisirs/programmes

FCFDU Fredericton

la FCFDU Fredericton distribue de nombreuses bourses d'études postsecondaires pour femmes, offre un soutien financier aux bibliothèques et aux programmes de musique dans les écoles rurales et organise un salon du livre annuel. La Fédération a aussi établi plusieurs comités et groupes d'intérêt, offre un soutien financier aux programmes internationaux d'éducation pour filles et femmes, et défend les droits des filles et des femmes. Toutes les femmes qui appuient les croyances et les objectifs de la FCFDU Fredericton sont invitées à devenir membres de l'organisme. Pour obtenir de plus amples renseignements, visitez le www.cfuwfredericton.com ou communiquez avec Sharon, à sharonacrabb@gmail.com.

Le Fredericton PROBUS Club

Le groupe se réunit une fois par mois (sauf en juillet et en août), le premier mardi du mois, de 10 h à midi, à l'église Forest Hill United Church, au 45, cour Kimble, à Fredericton. Le coût d'adhésion est de 25 \$. Ce club s'adresse aux professionnels et aux gens d'affaires à la retraite ou à la semi-retraite qui accordent une grande importance aux relations sociales et qui aiment être stimulés sur le plan intellectuel. Pour en savoir plus, envoyez un courriel à probusfredericton@gmail.com.

Clubs et groupes sociaux

Order of the Eastern Star

Ce groupe se réunit le deuxième vendredi du mois, sauf en janvier et février, au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Pour adhérer à ce groupe, il faut être membre de la franc-maçonnerie (pour un homme) ou affilié à la franc-maçonnerie (pour une femme). Les femmes doivent avoir 18 ans ou plus et les hommes, 21 ans ou plus. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Debbie Hill à djhill@ups.com.

Pause-café

Un groupe féminin d'études bibliques se réunit à l'Église chrétienne réformée de Fredericton chaque mercredi de septembre à juin, de 9 h à 10 h 45. Les femmes de tous âges sont les bienvenues.

121, avenue McAdam, Fredericton (Nouveau-Brunswick) E3A 1G7

Téléphone : 472-6450

Pour en savoir plus, envoyez un courriel à fton.crc.clerk@gmail.com.

Photo Fredericton

Photo Fredericton est un club de photographes de Fredericton et des collectivités environnantes. Le grand public est invité à assister aux rencontres. Les réunions ont lieu les deuxièmes et quatrièmes mardis du mois à 19 h. Les appareils photo de tous les types, tailles et niveaux de complexité sont les bienvenus. Les rencontres se dérouleront dans la salle 202 du pavillon Brian Mulroney, à l'Université St. Thomas. Le stationnement est possible à l'angle des rues Montgomery et Windsor. Pour en savoir plus, visitez notre site Web : www.photofredericton.ca/v3/

Clubs et groupes sociaux

PNM Zoomers

Les PNM Zoomers sont un groupe de résidents de 50 ans et plus du village de New Maryland et des environs. Notre but est de promouvoir l'activité physique, la socialisation, le réseautage, l'engagement communautaire et la sensibilisation et d'offrir un environnement pour ces activités. Nos membres participent activement et nous offrons des activités et programmes variés. Tous les résidents de la région de New Maryland âgés de 50 ans et plus sont les bienvenus.

Au nombre de nos activités actuelles, mentionnons : les repas-partage communautaires avec conférencier qui se tiennent tous les deux mois (de 17 h 30 à 19 h 30), des cours d'étirement et de musculation les mardis et jeudis (de 10 h à 11 h), un groupe d'artisanat qui se réunit une fois par mois, un club de lecture qui se rencontre tous les quatre jeudis (à 11 h) ainsi que trois ou quatre soupes-repas. Nous offrons par ailleurs une bourse à un futur étudiant en gériatrie ou dans un domaine connexe et organisons un échange de livres. La plupart des activités se tiennent de septembre à juin. De plus, nous agissons comme bénévoles auprès des services d'urgence du village. Si vous avez une nouvelle activité à proposer à l'intention des résidents de 50 ans et plus, nous accueillons avec joie vos suggestions.

Si nos activités vous intéressent et que vous souhaitez vous joindre aux PNM Zoomers, vous n'avez qu'à nous envoyer un courriel à l'adresse pnmzoomers@gmail.com ou à visiter la section des Zoomers sur le site Web du Village de New Maryland.

Soirées cinéma à l'église Forest Hill United Church

Soirées cinéma à l'église Forest Hill United Church. Du thé et du maïs soufflé sont servis. Communiquez avec le bureau de l'église au 506-455-0988 ou à foresth.office@bellaliant.com pour connaître les dates de projection et les titres des films.

Le Fredericton Golden Club

Ce club de bienfaisance local est composé d'hommes à la retraite qui ont eu de brillantes carrières dans un éventail de métiers et de professions. Ces hommes apportent une contribution financière substantielle à l'avancement de la jeunesse sans organiser de grandes activités de financement. Le club regroupe 110 membres ordinaires, à vie et honoraires. Seuls les membres ordinaires paient des droits d'adhésion, ceux-ci s'élevant à 50 \$ par année. Le club a atteint un nombre limite de membres, mais il est possible de s'inscrire à une liste d'attente. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Fred, au 455-8862.

Wilmot Book Club (club de lecture)

Les rencontres du club de lecture ont lieu le quatrième mardi du mois, à 19 h, de septembre à juin, à l'église Wilmot United Church, au 473, rue King. Ce club est ouvert aux adultes. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Lucille, à lgcaseley@gmail.com. Vous trouverez aussi des renseignements à notre sujet sur Internet, à l'adresse www.wilmotuc.nb.ca/book.html.

Communication (langues, parole, rédaction, etc.)

Cercle français

Le Cercle se réunit les mercredis matin, à 9 h 30, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. La participation est gratuite pour les membres. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Groupe des écrivains

Les rencontres de ce groupe ont lieu les lundis, à 13 h 30, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. La participation est gratuite pour les membres. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Heure du conte

Joignez-vous à nous à la Bibliothèque publique le troisième mercredi du mois, de 19 h à 20 h pour écouter ou raconter de belles histoires. Le tout se déroule dans le carrefour, au deuxième étage, et il n'est pas nécessaire de s'inscrire. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Bibliothèque publique dans la section Services.

Riverside Toastmasters

Ce groupe se réunit les premier et troisième mercredis du mois, de septembre à juin, et le troisième mercredi du mois en juillet et en août. Toutes les rencontres ont lieu au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston, de 19 h à 21 h. L'âge minimum requis est de 18 ans. Il est possible d'assister à quelques rencontres en tant que visiteur. Les droits d'adhésion sont de 75 \$ tous les six mois, plus 30 \$ pour la trousse de nouveau membre. Vous avez droit à un rabais de 5 \$ si vous payez directement pour l'année complète.

Table espagnole

Ce groupe se réunit tous les jeudis soir, de 19 h à 20 h, dans la salle Wolastoq, à la Bibliothèque publique de Fredericton. Tous sont les bienvenus et la participation est gratuite. Pour en savoir plus sur la Bibliothèque publique de Fredericton, consultez la section Services.

Conditionnement physique

Apex (programme de réadaptation cardiaque)

Chaque cours comprend un entraînement cardiovasculaire et des exercices de renforcement musculaire. Ce programme est conçu pour les personnes qui ont suivi le programme de réadaptation cardiaque du Centre Woodridge ou qui ont reçu une recommandation de leur médecin.

Exigences : Les participants doivent pouvoir faire de l'activité physique d'intensité légère à modérée pendant une soixantaine de minutes, trois fois par semaine.

Aquaforme

La résistance de l'eau, combinée aux accessoires utilisés, procure un excellent entraînement tout en réduisant l'impact sur les articulations. Ce type d'exercice est idéal tant pour les débutants et les personnes âgées que pour les personnes en excellente forme. Il n'est pas nécessaire de savoir nager. Les séances se déroulent au YMCA de Fredericton. Pour en savoir plus, composez le 462-3000 ou consultez la rubrique YMCA dans la section Services.

A.X.O.N.

Le programme A.X.O.N. s'adresse aux personnes aux prises avec des problèmes physiques attribuables à un trouble neurologique chronique comme la maladie de Parkinson, la sclérose en plaques, les séquelles d'un AVC ou la neuropathie périphérique. Chaque cours comprend des exercices conçus pour augmenter ou maintenir la force des membres supérieurs et inférieurs ainsi que l'équilibre.

Exigences : Les participants doivent pouvoir marcher (avec ou sans appareil d'aide à la marche), communiquer verbalement et avoir suffisamment d'endurance pour pouvoir faire de l'activité physique d'intensité légère à modérée pendant une heure. Téléphone : 453-4579. Site Web : www.urec.ca

Bien vivre avec le diabète

L'initiative Bien vivre avec le diabète, de la Financière Sun Life, vise à mieux faire connaître les facteurs liés au mode de vie qui jouent un rôle dans le diabète et à offrir des ressources pour aider les participants à adopter des stratégies préventives et thérapeutiques efficaces.

Seuls les prédiabétiques et diabétiques (diabète de types I et II) y sont admissibles. Les participants auront accès à un entraînement personnel subventionné, à un abonnement subventionné à l'URec et à des ateliers sur la nutrition et l'activité physique offerts par un diététiste professionnel ou un physiologiste de l'exercice certifié.

Les séances d'entraînement ont lieu au centre Richard J. Currie de l'Université du Nouveau-Brunswick, à la date et à l'heure convenues par le participant et l'entraîneur. Les personnes désireuses de prendre part à cette initiative devront obtenir un formulaire de recommandation signé par leur médecin, leur diététiste spécialisé en diabète ou leur pharmacien et devront ensuite fixer un rendez-vous avec Caitlin Doyle, coordonnatrice de l'entraînement et du dépistage à l'Université du Nouveau-Brunswick, pour commencer le programme.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Caitlin Doyle, à cailtin.doyle@unb.ca ou au 453-4603.

Conditionnement physique

Body & Bones (corps et ossature)

Ce programme est conçu pour les personnes âgées atteintes d'ostéoporose ou d'ostéoarthrite qui veulent suivre un programme de renforcement musculaire général. Body & Bones est un programme progressif, comprenant des exercices de résistance et un entraînement fonctionnel, qui se donne trois jours par semaine. Les jours 1 et 2 consistent en des exercices de renforcement musculaire général et de conditionnement des muscles posturaux au moyen du poids du corps, de minihaltères légères et d'autres petits accessoires. Le jour 3 est davantage axé sur l'équilibre et le développement de la souplesse. Les personnes qui ont participé à ce programme de conditionnement ont amélioré leur équilibre et augmenté leur force de préhension, la force musculaire de leurs membres inférieurs et l'amplitude articulaire de leurs hanches et de leurs épaules. Il y a une étroite corrélation entre ces résultats, d'une part, et le maintien d'un mode de vie autonome et la prévention d'un déclin fonctionnel, d'autre part. Les cours sont adaptés aux besoins physiques de chaque participant.

Body Flow

Cette activité est offerte du lundi au vendredi, à 10 h 30, au centre de conditionnement GoodLife (Uptown Centre). Les adultes sont les bienvenus. Le coût pour les aînés (65 ans et plus) est de 25,99 \$ toutes les deux semaines. Communiquez avec Simon Rose au 455-2255 ou à frederictonmall@goodlifefitness.com.

Dusty Sneakers (conditionnement pour débutants)

Les lundis, mercredis et vendredis, de 10 h 15 à 11 h 15, au YMCA. Ces cours s'adressent aux personnes qui commencent un programme de conditionnement ou sont âgées de 50 ans et plus. Ils comprennent un entraînement cardio, la musculation et des exercices de flexibilité. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Joan Gillespie (ses coordonnées se trouvent dans la rubrique YMCA de la section Services).

Étirements dans l'eau

Ces programme de conditionnement physique dans l'eau chaude s'adresse aux personnes ayant des problèmes d'articulation et met l'accent sur les étirements et la musculation afin d'améliorer et de maintenir l'amplitude de mouvement. Il n'est pas nécessaire de savoir nager. La profondeur de l'eau est d'environ un mètre (3 pi 8 po). Offert au YMCA de Fredericton. Pour en savoir plus, composez le 462-3000 ou consultez la rubrique YMCA dans la section Services.

Étirements dans l'eau

Ces séances ont lieu du lundi au vendredi, de 11 h 30 à 12 h 30, à la piscine intérieure de Fredericton. Les adultes et les aînés sont les bienvenus. Les frais de participation par séance sont de 4,60 \$ pour les adultes et de 3,05 \$ pour les aînés. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Piscine intérieure de Fredericton dans la section Services.

Conditionnement physique

Exercices aquatiques

Les séances ont lieu les lundis et mercredis, de 19 h 30 à 20 h 30, et les mardis et jeudis, de 14 h à 15 h, à la piscine intérieure de Fredericton. Les adultes et les aînés sont les bienvenus. Les frais de participation par séance sont de 4,60 \$ pour les adultes et de 3,05 \$ pour les aînés. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Piscine intérieure de Fredericton dans la section Services.

Gentle Fit (Kingswood)

Ce programme est offert tous les mardis, de 9 h à 10 h, à Kingswood. Les aînés sont les bienvenus. Les frais de participation sont de 10 \$ (ou vous pouvez prendre un abonnement). Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Kingswood dans la section Services.

Gentle Fit (YMCA)

Ce programme est offert les mardis et jeudis à 10 h 30 au YMCA. Il consiste en des exercices (certains sur chaise) pour aider à accroître la force, la souplesse et l'équilibre. Il s'adresse aux personnes qui veulent s'exercer en douceur. (Le programme n'est pas offert l'été.)

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Joan Gillespie (ses coordonnées se trouvent dans la rubrique YMCA de la section Services).

Gentle Pace Mobility-Fitness Class

Cours de conditionnement pour adultes : les mardis et jeudis à 10 h au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Le coût est de 5 \$ par séance. Pour de plus amples renseignements et connaître les heures d'autres cours, veuillez joindre Shelley Swift au 443-9811 ou à gentlepacemobility@gmail.com.

Happy Hearts (santé cardiovasculaire)

Nos instructeurs expérimentés et talentueux enseignent les mouvements cardiovasculaires, l'entraînement par intervalles, la musculation générale, l'équilibre et la souplesse. Ce programme s'adresse aux personnes âgées qui cherchent à maintenir ou à améliorer leur niveau de conditionnement physique dans une ambiance agréable et positive. Trois types de cours sont offerts : conditionnement physique, renforcement et yoga. Téléphone : 453-4579. Site Web : www.urec.ca

Conditionnement physique

Méditation du lundi

Cette séance de méditation d'une heure est animée par Dave Seabrook et a lieu de midi à 13 h dans la salle Chickadee de la Bibliothèque publique. Tous sont les bienvenus, depuis les novices jusqu'aux experts. Nous fournissons des tapis, des chaises, etc., mais vous pouvez apporter vos propres accessoires. Pour en savoir plus, consultez la rubrique Bibliothèque publique dans la section Services.

Cours Newbody

Les séances ont lieu tous les vendredis à midi, au centre de conditionnement GoodLife (Uptown Centre) sur la rue Prospect. Les adultes sont les bienvenus. Les personnes âgées de 65 ans et plus bénéficient du tarif pour aînés : 25,99 \$ toutes les deux semaines. Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec Simon Rose à frederictonmall@goodlifefitness.com ou au 455-2255.

Pilates équilibre

Fondé sur le répertoire de Pilates, ce cours à la fois simple et divertissant vous montrera comment bien bouger votre corps et vous permettra de renforcer et de stabiliser les muscles posturaux ainsi que d'améliorer votre équilibre et la confiance en vos capacités physiques. Préparez-vous à vous amuser! Ce cours convient à tous les niveaux. Des modifications sont proposées au besoin.

Pour en savoir davantage sur tout programme du volet « Silver Series », rendez-vous sur le site www.urec.ca ou téléphonez au 453-4579.

Precision Pilates Studio

Ce studio offre plus de 20 cours de groupe et 50 séances privées chaque semaine. L'horaire complet se trouve sur le site www.frederictonpilates.com. Tous sont les bienvenus. Le coût est de 20 \$ pour la participation ponctuelle à un cours sur tapis, mais divers autres prix sont offerts selon le forfait et le type de cours choisi. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Cara Hazelton, à info@frederictonpilates.com ou au 440-8680.

Club de natation Silver Dolphins (fondé en 1978)

Le club de natation Silver Dolphins est le plus ancien club de natation de Fredericton. Il a été fondé à l'automne 1978 pour les adultes de 50 ans ou plus qui souhaitaient faire de la gymnastique aquatique avec des moniteurs qualifiés.

Le club a commencé par offrir des séances de bain libre et de nage en longueurs, en plus de compter des membres faisant partie d'une équipe de nage synchronisée. Plus tard, il s'est mis à offrir des cours d'aquaforme puis, l'équipe de nage synchronisée s'étant progressivement retirée du club, il privilégie les cours d'aquaforme et les séances de nage en longueurs et de bain libre. Le club utilise la piscine Sir Max Aitkin du gymnase Lady Beaverbrook de l'Université du Nouveau-Brunswick.

PROGRAMMES ET ACTIVITÉS POUR PERSONNES ÂGÉES

En plus d'être bien formés, les moniteurs agréés sont bienveillants et stimulants. Selon les membres du club, les cours d'aquaforme sont un excellent exercice, qui leur permet de renforcer leurs muscles et d'améliorer leur posture et leur équilibre sans solliciter outre mesure les articulations. Sans compter que pas un cours ne passe sans que les participants ne rient aux éclats ou chantent en chœur avec les moniteurs.

Le club de natation Silver Dolphins vous offre tout cela, ainsi qu'un bel esprit de camaraderie.

N'attendez plus! Venez bouger les lundis, mercredis et vendredis et vous faire de nouveaux amis.

Appelez au 454-3381 ou écrivez à silverdolphins19@gmail.com pour en savoir plus.

Silver Strides

Toutes les séances de marche sont animées par un entraîneur personnel et ont lieu sur la piste de marche intérieure. Chaque rencontre comprend une période de marche et une courte séance de musculation et de conditionnement. Des évaluations ont lieu tout au long du programme pour suivre les progrès. Ce programme s'adresse à toutes les personnes qui souhaitent apprendre à marcher, quel que soit leur niveau de conditionnement physique, afin d'en retirer les plus grands bienfaits pour leur santé.

Pour en savoir davantage sur tout programme du volet « Silver Series », rendez-vous sur le site www.urec.ca ou téléphonez au 453-4579.

Tai-chi

Wu's Tai Chi Chuan Academy

Les dates et les heures de cours peuvent changer; pour obtenir des informations exactes, consultez notre page Web au www.wustylefredericton.com/class-schedule/. Nous offrons un essai gratuit d'une semaine pour la plupart des cours. Le coût est de 45 \$ le premier mois et de 65 \$ par mois par la suite. Les cours réservés aux personnes de 50 ans et plus coûtent 55 \$ par mois, mais il est possible d'épargner 10 \$ par mois en prenant un abonnement de 12 mois. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Sifu Martin Kennedy, à club@wustylefredericton.com ou au 450-8889

Yoga

Silver Yoga

Respectez votre propre rythme tout en découvrant la puissance du souffle et du mouvement. Les participants gagnent en force musculaire et en équilibre. Après une séance, ils en retirent une sensation de légèreté et de détente. Ce cours convient à tous les niveaux. Des modifications sont proposées au besoin.

Pour en savoir davantage sur tout programme du volet « Silver Series », rendez-vous sur le site www.urec.ca ou téléphonez au 453-4579.

Yoga

Yoga joie

Tous les jeudis à 10 h 30 dans le hall d'entrée du pavillon Regent, à Shannex. Tous sont les bienvenus, mais l'inscription est obligatoire. Le coût est de 5 \$ par séance. Pour en savoir plus, veuillez composer le 460-8546 ou envoyer un courriel à ppacey@shannex.com.

Le yoga Kripalu

Le yoga Kripalu est une forme douce de hatha yoga caractérisée par une approche bienveillante et axée sur la méditation, la guérison physique et la transformation spirituelle dont les bienfaits se font sentir dans la vie quotidienne.

Appelez au 462-3000 pour en savoir plus ou consultez la rubrique YMCA dans la section Services.

Yoga sur chaise

Le yoga sur chaise s'adresse aux personnes qui souhaitent pratiquer le yoga, mais pour qui il est difficile de faire les transitions entre les mouvements au sol et ceux debout.

Les adultes sont les bienvenus. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Joan Gillespie (ses coordonnées se trouvent dans la rubrique YMCA de la section Services).

Yoga sur chaise avec Ellen

Reprise des activités en avril. Elles se déroulent chaque lundi de 15 h à 16 h dans le salon Fiddlehead du pavillon Governor.

Tous sont les bienvenus, mais l'inscription est obligatoire. Le coût est de 5 \$ par séance. Pour s'inscrire, prière d'appeler Pam Bowen au 460-8803.

Yoga de base/flux

(débutant à avancé) Le cours débute par une période d'échauffement suivie d'une série de poses individuelles ou en flux. Il se termine par une relaxation pour intégrer le corps, la conscience et l'esprit. Appelez au 462-3000 pour en savoir plus ou consultez la rubrique YMCA dans la section Services.

Yoga (Kingswood)

Tous les jours, du lundi au vendredi, au centre de conditionnement Kingswood. Les adultes sont les bienvenus et le coût est de 10 \$ par séance. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Andrea Milley (ses coordonnées se trouvent dans la rubrique Kingswood de la section Services).

PROGRAMMES ET ACTIVITÉS POUR PERSONNES ÂGÉES

Yoga

Yoga (Goodlife)

Ce cours est offert les mardis, mercredis et jeudis à 10 h 30, ainsi que les samedis à 10 h 45 et les dimanches à 12 h 30, au centre de conditionnement GoodLife (Uptown Centre) sur la rue Prospect. Les adultes sont les bienvenus. Les personnes âgées de 65 ans et plus bénéficient du tarif pour aînés : 25,99 \$ toutes les deux semaines. Pour obtenir de plus amples renseignements, communiquez avec Simon Rose à frederictonmall@goodlifefitness.com ou au 455-2255.

Yoga (Stepping Stone)

Les lundis, à 11 h, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Les membres peuvent participer pour 10 \$ par cours. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Zoomers on the Go

Un nouveau programme d'exercices GRATUIT pour les adultes âgés de 50 ans et plus, nommé « Zoomers on the Go », sera offert cet automne à Fredericton. Ce programme d'exercices sera mené par des pairs, des adultes qui sont aussi âgés de 50 ans et plus, qui auront reçus une formation extensive de Fitness New Brunswick pour pouvoir enseigner le programme.

Nous recrutons présentement des adultes qui aimeraient participer dans un programme qui a comme but d'améliorer la mobilité et de réduire le risque de tomber. Ce programme sera offert deux fois par semaine (sessions d'une heure), pour 12 semaines.

Vous être éligible si :

- Vous êtes âgés de 50 ans ou plus
- Vous pouvez faire de l'exercice avec peu de surveillance
- Vous pouvez vous engager à un programme d'exercices de 12 semaines (2 sessions/semaine)

Si vous êtes intéressés, s'il vous plaît contacter Anna Petrie a cellab@unb.ca ou téléphonez le 506-458-7034

Zumba

Les jeudis matin, de 9 h 15 à 10 h 15, au centre de conditionnement Kingswood. Tous sont les bienvenus. Le coût est de 10 \$ par séance. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Andrea Milley (ses coordonnées se trouvent dans la rubrique Kingswood de la section Services).

Zumba Gold

Les lundis (Zumba Gold) et les mercredis (Zumba Gold Toning), à 11 h, au Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Le premier cours est gratuit. Le coût est de 5 \$ par cours. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Colleen Jesso, à zumbawithcolleenjesso@gmail.com ou au 261-0804.

Conférences

Forums

Séances d'information sur divers thèmes. Les mercredis après-midi, à 14 h, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Ouvert au grand public. Pour en savoir plus sur les dates et les thèmes, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Menuiserie

Atelier de menuiserie pour aînés de Fredericton

L'atelier est ouvert aux membres du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h. Les membres fournissent leur propre bois, mais ont accès aux outils de l'atelier. Il faut être âgé de 55 ans et plus et avoir une certaine connaissance de la menuiserie pour devenir membre. Les droits d'adhésion sont de 50 \$ pour la première année et de 40 \$ par année par la suite. Les personnes intéressées n'ont qu'à téléphoner à l'atelier, au 460-2256, et demander à parler au surveillant en service.

Mots croisés

Mots croisés cryptiques

Ce groupe se réunit les mardis, à 13 h, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Musique et chant

Chanteurs Stepping Stone

Les jeudis matin, à 9 h 30, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. La participation est gratuite pour les membres. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

PROGRAMMES ET ACTIVITÉS POUR PERSONNES ÂGÉES

Musique et chant

Chantez avec Lynda Jean

Diverses dates, dans la salle Garrison du pavillon Regent, à Shannex. Pour s'inscrire, prière d'appeler Pam Bowen au 460-8803.

Cours de guitare hawaïenne

Les jeudis après-midi, à midi pour les débutants et à 13 h pour le niveau intermédiaire, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Des cours de différents niveaux sont offerts. Le coût pour les membres est de 10 \$ par cours. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Guitare

Des cours de guitare de niveaux différents sont offerts les jeudis après-midi au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Le coût pour les membres est de 75 \$ pour six semaines. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Second Chances Band

Ce groupe communautaire est composé d'adultes qui n'ont jamais joué d'un instrument de musique dans un orchestre et d'adultes qui souhaitent revivre l'expérience. On encourage et on aide les nouveaux musiciens, quels que soient leur âge et leur expérience en musique ou dans un orchestre. Les rencontres se déroulent les mardis soir pour les débutants et les jeudis soir pour les musiciens chevronnés, à 19 h, à l'école Leo Hayes High School. Pour de plus amples renseignements, écrivez à Secondchancesfred@gmail.com.

Paper Bag Singers

Nous sommes un groupe de gens qui aiment chanter, mais qui croient ne pas savoir chanter ou à qui on a dit qu'ils ne savaient pas chanter. Nous nous appelons les Paper Bag Singers parce que chacun de nous chante faux. Ensemble, toutefois, l'effet est fantastique! Et nous chantons. Nous rassemblons de 30 à 40 personnes par soir.

Nous nous réunissons le deuxième et le quatrième lundi du mois, de septembre au début de juin, de 19 h 30 à 21 h, à la cathédrale Christ Church. Nous chantons des chansons qui ont fait partie de notre enfance : les Beatles, Simon and Garfunkel, Don McLean, Petula Clark, etc.

Les gens de tous les âges sont les bienvenus, peu importe leurs habiletés comme chanteur. Certaines personnes font partie de chorales; elles viennent chanter pour le plaisir. Il n'en coûte que 5 \$ pour une soirée de chansons et de plaisir; veuillez déposer votre argent dans le sac en papier.

Nous avons un site Web où les gens peuvent s'informer sur nos activités et voir des photos : www.meetup.com/Paper-Bag-Singers. Ou communiquez avec Lynn Melanson : paperbagsingers@gmail.com. Si vous avez des questions à propos de notre groupe, n'hésitez surtout pas à nous les poser.

Musique et chant

Troubadours

Les mardis, à 14 h 45, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. La participation est gratuite pour les membres. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Sports et activités physiques

Basketball

Ligue de basketball Grand-Master

Jeudi soir. 40 ans et plus. D'octobre à mars

Responsable : Brian Rosborough. Téléphone : 459-4541. Courriel : tex@nbnet.nb.ca

Curling

Club Capital Winter

Les parties de ligue se jouent durant le jour et en soirée, du lundi au vendredi. Tous sont les bienvenus. Les droits d'adhésion varient selon le nombre de parties jouées chaque semaine. L'adhésion à titre de membre associé est également possible. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Ann Corant, au 452-0020 ou au 452-0021, ou encore à capitalwinterclub@rogers.com. Vous pouvez aussi visiter le site Web du club, au www.capitalwinterclub.ca.

Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Jaime Watson, au 452-0020 ou à capitalwinterclub@bellaliant.com.

Curling en salle

Responsable : Margaret Roxborough, présidente du conseil d'administration de l'église Forest Hill United Church

Courriel : margie.roxborough@bellaliant.net

Le programme de curling en salle est ouvert à tous et à toutes peu importe le degré de mobilité et fait la promotion de l'activité qui contribue à améliorer l'équilibre et la coordination, entre autres, et donne l'occasion de rencontrer des gens. Vous êtes les bienvenus le mercredi matin, de 10 h à midi, à l'église Forest Hill United Church.

Cyclisme

Folks on Spokes Fredericton

Ce groupe social se réunit les mardis, de mai à octobre, au Centre des visiteurs des sentiers (180, chemin Station), et le départ se fait à 10 h. La vitesse et la distance des randonnées varient selon chaque cycliste. Les randonnées commencent sur le réseau de sentiers de Fredericton et certaines des plus longues se poursuivent sur des routes rurales à faible circulation. Quel que soit votre niveau d'habileté, vous pourrez apprécier le paysage et rencontrer des personnes intéressantes! La majorité des participants sont âgés de 50 ans et plus, mais il n'y a aucune limite d'âge et l'activité est gratuite. Les seules conditions à remplir sont d'avoir un vélo en bon état, de porter le casque et de respecter toutes les règles de sécurité routière lors des randonnées. Pour en savoir plus, envoyez-nous un courriel à frederictonfolksonspokes@outlook.com ou consultez notre page Facebook à l'adresse / www.facebook.com/folksonspokesfredericton/.

Danse

Club de danse carrée et ronde Elm Tree

Le club se rencontre les jeudis soirs, de 19 h 15 à 22 h, Place-Willie O'Ree, sur la rue Cliffe, à Fredericton. Les cours commencent en septembre et coûtent 12 \$ par couple. Pour en savoir davantage, communiquez avec Terry et Melonie Hebert, au 472-1444 ou à meloniewood@msn.com, ou visitez le site Web du club, à l'adresse www.elmtreesquares.ca.

Club de danse en séquence Capital City

Le club se rencontre les mardis soirs, de 19 h à 21 h 30, Place-Willie O'Ree, sur la rue Cliffe, à Fredericton. Les cours commencent en septembre et coûtent 10 \$ par couple. Pour de plus amples renseignements, veuillez joindre les Radford, au 452-1793, ou les Ford, au 472-0583.

Club de danse Northern Lights

Les cours sont offerts les lundis, au 112, avenue Johnson, selon l'horaire suivant : cours pour débutants de 18 h à 19 h, cours d'amélioration de 19 h à 20 h, cours de niveau intermédiaire 1 de 20 h à 21 h et cours de niveau intermédiaire 2 de 21 h à 22 h. Les mercredis, à la salle communautaire du Centre Grant-Harvey (groupe pour aînés Stepping Stone), il y a un cours d'amélioration de 9 h 15 à 10 h 15, un cours de niveau intermédiaire de 10 h 15 à 11 h 15 et un autre de 11 h 15 à 12 h 15, puis un cours pour débutants de 12 h 15 à 13 h 15. Les frais de participation sont de 5 \$. Pour participer aux cours du Centre Grant-Harvey, il faut être membre du Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Ce n'est pas le cas pour les cours de l'avenue Johnston. Pour en savoir plus, communiquez avec Eric Hart, au 455-0483 ou au 447-1854, ou encore à ehart@nb.sympatico.ca.

Danse

Danse en ligne

Cette activité commence à l'automne.

Quatre plages sont prévues à l'horaire. Au Victoria Hall, les lundis matins à compter du 16 septembre, il y a un cours pour débutants à 9 h 15 et un cours d'amélioration à 10 h 30.

À l'Église unie, au 45, cour Kimble, les mercredis matins à compter du 11 septembre, il y a un cours d'amélioration à 13 h 15 et un cours pour débutants à 14 h 30.

Il s'agit d'exercices à faible impact qui sont très bons pour le mental. Les personnes de tout âge sont les bienvenues!

Les coûts sont de 5 \$ pour une séance.

Écrivez à mablemalley@gmail.com ou téléphonez au 457-7084.

Danse fluide

Les mardis, à 13 h 30, au Centre pour personnes âgées Stepping Stone. Les membres peuvent participer pour 5 \$. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Stepping Stone dans la section Services.

Disque-golf

Disque-golf

Parc Odell, 397, avenue Rookwood, Fredericton

Site Web : frederictondiscgolf.com

C'est gratuit, divertissant et ouvert aux personnes de tout âge et de tout niveau d'habileté. Le disque-golf est semblable au golf ordinaire, mais au lieu de frapper une balle dans un trou, il faut lancer un disque dans un panier. Il n'y a ni frais de participation ni heure de départ; il suffit de se présenter avec un Frisbee et de s'amuser! Fredericton.ca

Maritime Disc Golf Association

Le disque-golf est un sport amusant et à faible impact pour les personnes de tout âge et de tout niveau d'habileté sportive. On peut y jouer en toute saison. Des parties amicales se jouent les mercredis soirs, toute l'année (à 18 h l'été et à 20 h l'hiver). Pour en savoir davantage, veuillez joindre Avery Hughson à ahhughson@gmail.com.

Géocachette

The Fredericton Geocaching Tour

Prenez votre GPS et préparez-vous à une aventure agréable et éducative! Fredericton propose trois parcours de géocachettes uniques qui vous permettront de profiter du plein air, d'explorer de nouveaux horizons et d'en apprendre davantage sur l'histoire de la région pendant que vous suivez la piste des caches.

Les parcours de géocachettes de Fredericton comptent trente caches spéciales sur trois thèmes : la nature, la culture et le patrimoine. Il s'agit du moyen idéal d'explorer des coins inusités et de partir à la chasse au trésor! Téléchargez le passeport pour suivre votre progression dans la série.

Site Web : www.tourismfredericton.ca/fr/experience/les-parcours-de-geocachettes-de-fredericton

Hockey

Ligue de hockey des anciens de la région de Fredericton

Cette ligue de hockey réservée aux hommes de plus de 35 ans compte 29 équipes qui jouent en soirée, du dimanche au jeudi, et la saison s'échelonne du début novembre à la fin mars. Chaque équipe détermine ses frais d'inscription, ceux-ci pouvant varier de 350 \$ à 500 \$ par saison. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Bob Mac Mullen, au 472-1535 ou à aith@nbnet.nb.ca.

Maîtres hockeyeurs

Des hommes de 50 ans et plus se réunissent les mardis et jeudis matin, du début de novembre jusqu'à la fin de mars, pour disputer des matchs de hockey improvisés. Les frais d'inscription varient de 250 \$ à 300 \$. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Bob Mac Mullen au 472-1535 ou à aith@nbnet.nb.ca.

Installations de loisirs extérieurs

La Division des loisirs, de la culture et du développement communautaire de la Ville de Fredericton gère quatre piscines extérieures, une aire de jets d'eau, une plage avec surveillance au lac Killarney, des terrains de tennis, de tennis léger et de volleyball de plage, des pataugeoires et des patinoires extérieures. Toutes ces installations sont ouvertes en saison. Outre des frais minimes pour suivre des cours de natation dans les piscines extérieures, l'utilisation de ces installations est gratuite. Pour obtenir un complément d'information et connaître les horaires, veuillez visiter la section sur les loisirs du site Web de la Ville. www.fredericton.ca/en/recreation/recreation-facilities.

Jeu de galets

Club de jeu de galets pour aînés de Fredericton

Les mardis et jeudis, de 13 h 30 à 15 h, à l'église Wesleyan, au 131, allée Duncan. Les droits d'adhésion sont de 10 \$ par année; des frais de participation de 2 \$ s'ajoutent pour chaque séance. Il n'est pas nécessaire d'avoir un partenaire et il n'y a aucun engagement à prendre, de sorte que les participants jouent les jours qui leur conviennent. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Kathy Daley au 459-0083.

Groupe de jeu de galets

Les parties ont lieu les mercredis, à 13 h, au centre Kinsmen, au 141, rue School, à Fredericton. Les frais de participation sont de 10 \$ par année, plus 0,50 \$ par semaine pour le café et les biscuits. Il ne s'agit nullement d'une compétition : les parties ne servent que de prétexte à s'amuser et à bouger. Les frais de participation sont de 0,50 \$ (ou un don) pour les adultes. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Joyce, au 472-1384.

Marche

Club de marche du centre commercial Regent

Club de marche du centre commercial Regent, au 1381, rue Regent. Les membres du club de marche se réunissent une fois par année pour recevoir des prix, prendre un café et écouter des conférences. Tous les résidents de Fredericton et des environs sont les bienvenus, quel que soit leur âge. L'adhésion à vie ne coûte que 10 \$, taxes en sus. Pour en savoir plus, visitez notre site Web au www.regentmall.ca, envoyez-nous un courriel à cmacdonald@primarisreit.com ou téléphonez-nous au 462-0350.

Pistes de marche intérieures

www.fredericton.ca/en/recreation

Centre Grant • Harvey, 460-2345

Place Willie O'Ree : 460-2700

Une piste intérieure pour la marche est située à la Place Willie O'Ree, et des pistes intérieures pour la marche et la course sont situées au Centre Grant • Harvey. Ces pistes sont accessibles gratuitement au public sauf en cas d'activités payantes. Les pistes sont fermées une heure à une heure et demie avant le début d'une partie ou d'une activité payante. Consultez les sites Web ou téléphonez pour connaître le calendrier des activités payantes.

Wednesday Walkers (Les marcheurs du mercredi)

Ce club de marche gratuit s'adresse à tous les adultes intéressés. Le groupe se rencontre tous les mercredis à 10 h, de juin à octobre, pour une marche d'une heure. Pour obtenir de plus amples renseignements, composez le 460-2020.

PROGRAMMES ET ACTIVITÉS POUR PERSONNES ÂGÉES

Natation

Nage en longueur (YMCA)

Tous les jours au YMCA de Fredericton. Pour en savoir plus, composez le 462-3000 ou consultez la rubrique YMCA dans la section Services.

Nage en longueur (Sir Max Aitken)

Des possibilités de faire des longueurs sont offertes tous les jours à la piscine Sir Max Aitken, sur le campus de l'Université du Nouveau-Brunswick. Pour en savoir plus, consultez la rubrique YMCA dans la section Services. Vous pouvez également visiter notre site Web à l'adresse www.urec.ca ou téléphoner au 453-4579.

Nage en longueur (FIP)

Des possibilités de faire des longueurs à la piscine intérieure de Fredericton sont offertes du lundi au vendredi de 12 h 30 à 13 h 30, les mardis et jeudis de 6 h 30 à 8 h 30 et le dimanche de 20 h à 21 h. Le coût est de 4,05 \$ pour les adultes et de 2,80 \$ pour les personnes âgées. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Piscine intérieure de Fredericton dans la section Services.

Natation lève-tôt

Les mardis et jeudis, de 6 h 30 à 8 h 30, à la piscine intérieure de Fredericton. Prière d'apporter la monnaie exacte pour payer les sauveteurs. Le coût est de 4,05 \$ pour les adultes et de 2,80 \$ pour les personnes âgées. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Piscine intérieure de Fredericton dans la section Services.

Cours de natation

l'URec offre des cours de natation privés aux membres de l'URec et au grand public. Pour en savoir plus, consultez la rubrique URec dans la section Services.

Cours de natation

La piscine intérieure de Fredericton offre des cours de natation en groupe ou privés pour tous les âges et tous les niveaux. Pour en savoir plus, veuillez consulter la rubrique Piscine intérieure de Fredericton dans la section Services

Patinage public

Les arénas de Fredericton offrent des séances de patinage public selon un horaire varié. Toutes les séances sont gratuites. Consultez le site Web pour connaître l'horaire à jour. www.fredericton.ca/fr/loisirs

Téléphone : 460-2020

Pickleball (tennis léger)

Fredericton Pickleball Club

Pour vous joindre au Fredericton Pickleball Club (FPC), vous devez signer une décharge de responsabilité. Les frais d'adhésion sont de 25 \$, soit 10 \$ pour Pickleball Canada en ligne et 15 \$ au FPC. L'année du FPC commence le 1er octobre et se termine le 30 septembre de l'année suivante. En plus des frais d'adhésion, il y a des frais pour les terrains. Ces frais sont de 30 \$ par mois si vous payez pour toute l'année, de 35 \$ par mois si vous payez pour trois à neuf mois et de 40 \$ si vous payez pour un mois à la fois. Les frais d'accès aux terrains permettent de jouer à l'un ou l'autre des nombreux endroits où FPC tient ses activités selon l'horaire affiché sur le site Web du FPC : www.frederictonpickleballclub.com/play-calendar

Pour en savoir plus, communiquez avec Alden Briggs, président du FPC : alden.briggs@icloud.com ou 459-5637.

Quilles

Club de bowlingrin de Fredericton

15, rue Saunders, dans le parc Wilmot. Les séances d'entraînement ont lieu les lundis, à 18 h, et les vendredis et samedis, en matinée. Les matchs de ligue se déroulent les mardis et jeudis, en matinée et en soirée. Le club est ouvert aux personnes de tout âge, mais la plupart des membres ont 50 ans et plus. Les droits d'adhésion sont de 55 \$ pour la première année et de 115 \$ par année par la suite. Les personnes âgées de 80 ans et plus paient 55 \$. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec nous au 454-6808 ou visiter notre site Web au www.frederictonlawnbowlingclub.com.

Quilles 50 ans et plus

les groupes du mercredi et du vendredi commencent à jouer à 13 h. Ils jouent deux parties de quilles dans une ambiance amicale. Le groupe du jeudi commence lui aussi à 13 h. Les participants jouent trois parties dans une ambiance amicale et des prix sont distribués. Toutes les parties ont lieu au 1700, voie Kingswood, à Hanwell. Pour en savoir plus, veuillez communiquer avec Alex Trask, au 444-9503 ou à kingswoodseniors@gmail.com.

Quilles « odd box » pour aînés

Mercredi après-midi de 12 h 30 à 15 h au Drome (301, rue Main à Fredericton), pour les 50 ans et plus. Il en coûte 13,50 \$ pour participer et il y aura des prix en argent à gagner. Renseignements : 449-1250.

The Beaus and Belles Carpet Bowlers

Groupe de joueurs de quilles du Centre pour personnes âgées de Fredericton, au 112, avenue Johnston. Les nouveaux joueurs sont les bienvenus. Le groupe se réunit les lundis et vendredis, de 13 h à 15 h. Pour en savoir plus, composez le 460-2235.

Sentiers

Fredericton compte plus de 115 km de sentiers polyvalents non motorisés et accessibles aux piétons, aux appareils d'aide à la mobilité non polluants (p. ex. fauteuils roulants motorisés) et aux cyclistes. En hiver, les tronçons asphaltés sont déneigés.

Ski de fond

Club de ski de fond Wostawea

wostaweaski@gmail.com www.wostawea.ca Wostawea offre des sentiers, des randonnées, des cours et des activités sociales pour les skieurs de fond de la région de Fredericton, y compris les aînés. Les fondeurs ont accès à plus de 44 kilomètres de pistes damées à deux endroits : les sentiers Wostawea, à partir du pavillon Kingswood, et les sentiers du parc du lac Killarney, à partir du pavillon du centenaire Rotary du lac Killarney.

N'hibernez pas durant la saison froide

Restez en forme et profitez du plein air dans les sentiers de ski de fond de Fredericton! Les sentiers damés et tracés du parc du lac Killarney et du parc Odell sont une façon magnifique d'explorer les profondeurs des paysages forestiers de deux parcs urbains extraordinaires. Tous les efforts sont faits pour damer et tracer les sentiers des parcs Odell et Killarney dès que possible après une chute de neige. Lorsque le temps le permet, des sentiers supplémentaires sont damés pour la marche. Il est important de ne pas oublier que, durant l'hiver, les sentiers peuvent ne pas être entretenus régulièrement. Vous trouverez l'information la plus récente sur la page Facebook (Fredericton Loisirs) ou sur Twitter [www.twitter.com/@VilleFredLoi](https://twitter.com/VilleFredLoi). Les conditions des sentiers de ski varient en fonction de la quantité et du type de neige, du personnel formé disponible, des conditions météorologiques et de l'équipement. Si vous vous y engagez, vous le faites à vos risques et périls. Il faut donc être prudent. Soyez prudent et amusez-vous!

Tennis

Centre de tennis Abony Family

Centre de tennis Abony Family des séances d'instruction et de jeu sont offertes aux personnes âgées qui veulent pratiquer une activité d'intensité élevée. Aucune expérience n'est requise et le matériel est fourni. Les séances ont lieu le 22 octobre, le 12 novembre et le 10 décembre de 10 h 30 à midi, au 596, promenade Knowledge Park. Les personnes âgées de 60 ans et plus peuvent participer au coût de 2 \$. Pour en savoir plus, veuillez envoyer un courriel à info@abonytennis.ca ou composer le 457-2382.

Tennis

Groupe de tennis pour aînés

Les lundis, mercredis et vendredis, pendant deux heures, au parc Wilmot ou au centre de tennis Abony Family, selon la saison. Au parc Wilmot, les séances ont d'abord lieu de 13 h 30 à 15 h 30 et ensuite de 9 h 30 à 11 h 30 lorsque les journées se réchauffent; à l'approche de l'automne, on reprend l'horaire de l'après-midi. À la mi-octobre, on commence à jouer à l'intérieur (Abony), de 13 h 30 à 15 h 30; en mai, on retourne au parc Wilmot. Les personnes âgées de 55 ans et plus sont les bienvenues. La participation est gratuite, mais il faut payer les droits d'entrée au centre de tennis Abony Family, qui sont d'environ 11,50 \$ pour la séance de deux heures. Pour en savoir plus, communiquez avec Frank Sauntry, au 455-4247.

Tennis

34 terrains de tennis sont ouverts tous les jours durant l'été (les terrains éclairés sont ouverts jusqu'à 23 h). Pour obtenir de plus amples renseignements, appelez-nous au 460-2020 ou visitez le www.fredericton.ca.

Terrains de golf

Club de golf de Fredericton

331, chemin Golf Club. Téléphone : 443-7710. Site Web : www.playfgc.com

18 trous, 6 093 verges, normale 70 et terrain d'exercice.

Niché commodément en plein cœur de Fredericton, le Club de golf de Fredericton fournit à ses membres et à ses invités une communauté de golf accueillante, et des conditions et un rythme de jeu exceptionnels. Nous vous invitons à venir faire vous-même l'expérience de la communauté du Club de golf de Fredericton et à #jouercgf.

Club de golf et de footgolf et terrain d'exercice Carman Creek

460, promenade Riverside (hôtel Ramada)

Téléphone : 472-7273. Site Web : carmancreekgolf.com

Terrain de golf de neuf trous non traité chimiquement, primé pour son respect de l'environnement, et parcours de minigolf de neuf trous.

Club de golf et de curling Gage

55, avenue Fraser, Oromocto.

Téléphone : 357-9343. Site Web : www.gagegolfandcurling.com

Situé un peu à l'extérieur de Fredericton, le club Gage offre un parcours de golf exceptionnel de 18 trous. Téléphonnez pour connaître les droits de jeu.

Terrains de golf

Club de golf Gilridge

550, chemin Claudie

Téléphone : 453-1077 Site Web : www.gilridgegolf.ca

Ce parcours de golf de neuf trous est le plus long parcours réduit à Fredericton.

Club de golf Riverbend

541, route 628, Durham Bridge (à 15 minutes de Fredericton)

Téléphone : 452-7277. Site Web : riverbendgolf.nb.ca

18 trous.

Club de golf West Hills

200, rang Summerhill

Téléphone : 450-4653. Site Web : westhillsgolf.com

Ce terrain de golf est bien situé, à quelques minutes seulement du centre-ville de Fredericton.

Golf Kingswood

1700, chemin Hanwell

Téléphone : 443-3333 ou 1-800-423-5969 Site Web : www.kingswoodpark.ca

Ce terrain de golf « distinction » de 18 trous est le plus célèbre au Nouveau-Brunswick.

Terrain de golf du parc provincial Mactaquac

1965, route 105, parc Mactaquac

Téléphone : 363-4925. Site Web : mactaquacgolf.com

Ce parcours de championnat de 18 trous, maintenant géré par Golf Kingswood, offre une série unique de défis pour les joueurs de tous les niveaux d'habileté (7 030 verges).