

Communiqué de presse
Pour diffusion immédiate

Le portail Quebecvacances.com propose « 12 mois, 12 pas vers le dépassement de soi! »

Montréal, 27 décembre 2017 – Lorsqu'on sort de sa zone de confort, on ressent une panoplie d'émotions : après le trac, c'est l'étonnement, puis la joie de s'être dépassé; après l'appréhension, c'est l'effort, puis la fierté d'avoir réussi. Le doute fait place à la certitude d'avoir fait le bon choix. Le portail Quebecvacances.com vous propose de partir l'année du bon pied en prenant la résolution de faire une nouvelle activité par mois. Seul, en famille ou en couple, les idées et les activités ne manquent pas. Voici un calendrier 2018 rempli de suggestions pour profiter pleinement du Québec!

Faites de l'année 2018 celle où vous aurez enfin osé!

Dans le train-train quotidien, c'est l'addition des petits gestes qui fait une réelle différence. Les « j'aurais donc dû » doivent servir de catalyseur de motivation. En 2018, il faut pouvoir dire « j'ai fait »!

JANVIER : J'ai fait du ski alpin!

La plupart des centres de ski offrent des forfaits d'initiation, incluant la location d'équipement et une leçon. Le centre de plein air [Mont Rigaud](#) se positionne comme la maternelle du ski au Québec pour petits et grands et [Bromont, montagne d'expériences](#) comme une montagne pour tous. C'est le temps de vous lancer!

FÉVRIER : J'ai pêché sur la glace!

Du 27 janvier au 11 février, profitez d'une sortie en famille au [Festival de pêche aux petits poissons des chenaux](#) pour vivre l'expérience de la pêche blanche, une activité typique de notre paysage hivernal.

MARS : J'ai fait du traîneau à chiens!

Suivez les instructions du musher, votre guide, et partez à la conquête des grands espaces blancs, entraîné par un joyeux attelage de chiens de traîneaux. Des producteurs en tourisme d'aventure comme [Randonnée Micklâ](#) ou Aventure Inukshuk à [Duchesnay](#) sont spécialistes en la matière.

AVRIL : J'ai fait de l'équitation!

Dans notre enfance, nous avons tous imaginé partir au galop sur un grand cheval blanc – ou noir, c'est selon! Réalisez votre rêve au [Ranch du Fjord](#) qui offre des balades équestres pour tous les niveaux ou dans l'un des nombreux centres équestres offrant des cours d'initiation.

MAI : J'ai complété un parcours aérien!

Le retour du beau temps amène son lot de fébrilité et d'énergie! Pourquoi ne pas canaliser ce regain de vie et s'envoyer en l'air... littéralement! Que ce soit avec les parcours aériens d'[Arbraska](#) ou alors avec [Ziptrek Écotour Tremblant](#) et [TYROPARC](#) qui se spécialisent dans les tyroliennes d'envergure.

JUIN : J'ai descendu une rivière en kayak!

Découvrez les joies de se retrouver sur l'eau et laissez monter l'adrénaline. L'espace faunique protégé du [Parc de la Rivière-des-Mille-Iles](#) permet d'appivoiser tous les types d'embarcation. La [Baie de Beauport](#), une oasis urbaine à quelques minutes du centre-ville de Québec, est le site par excellence pour les activités extérieures dont le kayak.

JUILLET : J'ai frappé un [trou d'un coup!](#)

Avouez qu'elles sont rares les occasions de faire le vide mental et de mettre le focus sur sa respiration. Une journée sur un terrain de golf vous fera décrocher à coup sûr! L'Académie du [Golf Royal Laurentien](#) offre des leçons de golf privées et semi-privées avec un enseignant de renom.

AOÛT : J'ai traversé un canyon en [via ferrata!](#)

Laissez votre crainte des hauteurs à la maison et faites l'expérience de la via ferrata, une activité à mi-chemin entre la randonnée et l'escalade, au-dessus d'un canyon avec [Projet Vertical](#) et [Canyon Sainte-Anne](#). Vous voulez faire un essai à l'intérieur, tentez votre chance à [Horizon Roc](#).

SEPTEMBRE : J'ai volé en [hélicoptère!](#)

Pour plusieurs, un vol en hélicoptère est le rêve d'une vie qui anime l'imaginaire et attise la curiosité. Faites une escapade romantique en compagnie d'[Héli-Tremblant](#) ou d'[Héli-Charlevoix](#).

OCTOBRE : J'ai fait une course de [karting!](#)

Laissez votre petit côté compétitif prendre le dessus! Apprenez les rudiments de la conduite de ces bolides sur une piste intérieure sécuritaire et amusez-vous rondement avec les amis en faisant quelques tours de piste chez [Action500 Karting!](#)

NOVEMBRE : J'ai fait l'essai d'un [spa nordique!](#)

Vous hésitez à essayer l'expérience thermale des spas finlandais, pourtant si populaire auprès d'une vaste clientèle québécoise? La grisaille de novembre pourra aller se rhabiller quand vous aurez fait le plongeon au [Ofuro Zen Station](#). Le Québec compte sur un nombre impressionnant d'établissements dédiés à offrir une expérience authentique et à contribuer à votre bien-être dont le site [Bota Bota, spa-sur-l'eau](#).

DÉCEMBRE : J'ai réalisé mon plus grand défi!

Après une année 2018 remplie de défis relevés, vous envisagez déjà vos résolutions pour 2019! Pour un avant-goût des moments mémorables à venir, apprenez à piloter un avion chez [AeroSim Expérience](#) ou, pour une expérience nautique plutôt qu'aérienne, initiez-vous au surf chez [Oasis Surf!](#)

Vous trouverez [le texte intégral de cet article](#) ainsi qu'une quantité abondante de contenus inspirants au [Quebecvacances.com](#).

À propos de la SATQ-FEQ et de Quebecvacances.com

Respectivement fondés en 1975 et 1992, Festivals et Événements Québec et la Société des Attractions Touristiques du Québec sont deux organismes à but non lucratif ayant pour mission de regrouper les festivals, événements et attractions touristiques du Québec, de les promouvoir, de les représenter auprès de diverses instances et de leur offrir des services qui favorisent leur développement. La SATQ-FEQ est le propriétaire du portail Quebecvacances.com.

– 30 –

Pour plus d'information, des photos ou une entrevue, contactez :

Sylvie Théberge

Directrice générale

Festivals et Événements Québec et Société des Attractions Touristiques du Québec

514 252-3037 ou 1 800 361-7688, poste 3478, cell. : 514 916-6986

stheberge@satqfeq.com