

Juin
2022



Le P'tit journal des familles

Page 2 : Ateliers de Guylaine / Ateliers de Michelle

Page 3 : Calendrier des activités estivales du mois de juillet

Page 4 : Explications du calendrier

Page 5 : Idée de recette pour les enfants

Page 6 : Cuisines parents-enfants avec Laurie

Page 7 : Dessin d'été à colorier

Page 8 : Nos partenaires

Les Matinées de Guylaine

Ateliers les jeudis de 10h à 12h

Venez vous amuser à faire des ateliers que vous pourrez refaire à la maison avec vos enfants.
(Venez avec ou sans enfant)*

2 juin : Peinture sur verre
9 juin : Pas d'atelier colloque
16 juin : Création de bijoux

Vous devez vous inscrire au plus tard le mercredi avant 12h00
Au 450-427-1576

Le temps d'un après-midi !

(Groupe d'âge : mature)

Animatrice Michelle

Atelier les mercredis de 13h à 15h

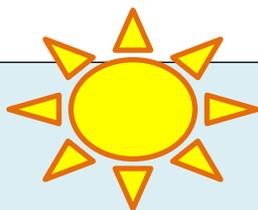
Prendre du temps pour soi

Vous devez vous inscrire au plus le mardi avant 12h00

Au 450-427-1576

Places limitées**

1 juin : Scrapbooking
8 juin : Bouchées muesli aux fruits séchés
15 juin : Porte-clé en macramé



Activités estivales Juillet 2022

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi |
|-------|-------|--|--|-----------------------------|
| | | | | 1 férié * Fête du Canada |
| 4 | 5 | 6 (10h-14h) Guylaine Tente Hilalu Parc Jean-Guy- Ste-Marie St-Urbain- Premier | 7 (10h-12h) Michelle Bricolage Aux bureaux d'Actions familles | 8 |
| 11 | 12 | 13 (10h-12h) Michelle Atelier culinaire À la sacristie de l'église | 14 (10h-12h) Laurie Exercices Au parc des Copains de Ste-Martine | 15 |
| 18 | 19 | 20 (10h-12h) Laurie Activité sur les micros pousses Aux bureaux d'Actions familles | 21 (10h-12h) Laurie Exercices Au parc des Copains de Ste-Martine | 22 |
| 25 | 26 | 27 (10h-12h) Laurie Bricolage Aux bureaux d'Actions familles | 28 (10h-12h) Laurie Exercices Au parc des Copains de Ste-Martine | 29 |

Pour les membres d'Actions familles seulement

Détails des activités à la page suivante



EXPLICATION DU CALENDRIER ESTIVAL DU MOIS DE JUILLET

-6 juillet : Tente Hilalu de 10h à 14h (avec Guylaine)

**Au parc Jean-Guy-Ste-Marie de St-Urbain-Premier
Apportez votre pique-nique**

L'activité sera annulée en cas de pluie



**-7 juillet : Bricolage (mangeoire d'oiseaux) de 10 à 12h
(avec Michelle) Aux bureaux d'Actions familles**



**-13 juillet : Atelier culinaire (jubes maison) de 10h à 12h
(avec Michelle)**

À la sacristie de l'église (porte verte sur le côté de l'église)



**-14-21-28 juillet : Exercices de 10h à 12h (avec Laurie)
Au parc des Copains de Sainte-Martine**



**-20 juillet : Activité sur les micros pousses de 10h à 12h
(avec Laurie) Aux bureaux d'Actions familles**



**-27 juillet : Bricolage (peinture) de 10h à 12h (avec Laurie)
Aux bureaux d'Actions familles**



**Pour les inscriptions aux différentes activités communiquez avec nous
au 450-427-1576 au plus tard le mardi précédant 12h***

Idée de recette pour les enfants

Croque-minion

5



Ingrédients :

| | |
|--------------------|------------|
| Pain de mie | 2 tranches |
| Fromage en tranche | 2 tranches |
| Jambon | ½ tranche |
| Cœur de palmier | 1 rondelle |
| Beurre | 2 noix |
| Olive noire | 1 |

Préparation de la recette : croque-minion

- 1 Tartinez les tranches de pain d'un peu de beurre. Déposer les tranches de fromage par-dessus, découpez ce qui dépasse.
- 2 Découpez la rondelle de coeur de palmier en 2. Détaillez la demi-tranche de jambon et l'olive noire pour obtenir les éléments de décoration comme sur la photo.
- 3 Disposez les morceaux d'olive, de jambon et de coeur de palmier sur les tartines et servez aussitôt.

Maman-conseils



Qui connaît mieux les
besoins des tout-petits ?
C'est le parent !

Nous avons parfois besoin
d'un peu de soutien!

Demandez Guylaine
450 427-1576

Pourquoi une Maman-conseils ?

- ✈ Pour les dodos
- ✈ Pour l'alimentation
- ✈ Pour la routine
- ✈ Pour la discipline

Et plus encore !

Ce service est gratuit et
confidentiel. Il s'adresse aux
familles de tous genres, peu importe
le revenu familial, et pour tous les
parents d'enfants de 0-5 ans.

Offert grâce au soutien financier de la Table
de concertation Petite enfance du Grand
Châteauguay.



Activité GRATUITE pour vous et vos enfants!

**Vous devez venir chercher le matériel
Jeudi entre 15h -18h**

**Une vidéo vous sera envoyée pour que vous
puissiez faire la recette**

**AU MOMENT QUI VOUS CONVIENT et un zoom en direct durant le
mois !**

Les membres sont les bienvenus !

**Inscription obligatoire au plus tard le mardi avant 12h *
Places limitées**

04 juin : Pattes d'ours aux bananes, avoine et dattes

11 juin : Salade de légumineuses

18 juin : Biscuits mous au chocolat blanc et aux fraises

25 juin : Salade verte aux pommes, noix, bacon et érable (ZOOM)*



Suivez nous sur notre page
Facebook Actions familles afin
de ne rien manquer de nos
activités et de nos nouveautés.



<https://www.facebook.com/actions.familles/>

Dessin d'été à colorier



Merci à nos précieux partenaires



FERME MARIE-JOSÉE
MAROIS

Famille
Québec



LEGAULT AUDIO VIDEO
ILLIMITÉ



Distribué à plus de 300 familles, partenaires et commerces de la région. Joignez-vous à nos précieux partenaires et offrez-vous une belle visibilité à faible coût.

Actions familles 122, St-Joseph, suite 1, Ste-Martine (Québec) J0S 1V0
(450) 427-1576

info@actionsfamilles.org

www.actionsfamilles.org