

**Le P'tit
journal des
familles
juillet 2023**



Page 2 Cuisine Parents-Enfants avec Laurie

Page 3 Le temps d'un après-midi et nouvelles du CABGC

Page 4 Bien équipé pour la rentrée

Page 5 Calendrier du mois de juillet

Page 6 Détail des activités de juillet

Page 7 Calendrier du mois d'août

Page 8 Détail des activités d'août

Page 9 Nos précieux partenaires

Cuisine parents-enfants avec Laurie

Activité **GRATUITE** pour vous et vos enfants!

Vous devez venir chercher les ingrédients le

Jeudi entre 15h -18h

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

Zoom en direct le samedi 22 juillet

Inscription obligatoire au plus tard le mardi avant 12h

*Places limitées 450-427-1576

1^{er} juillet : Pouding au chocolat et à l'avocat

8 juillet : Pâtes sans gluten au citron

15 juillet : Smoothie mangue et cantaloup

22 juillet : Dogburger à la mexicaine – **ZOOM**

29 juillet : Tarte aux fraises avec crème patissière (au lait végétal)



**Veillez noter que nos bureaux seront fermés le lundi 3 juillet 2023
pour notre congé de la Fête du Canada.**

De retour le mardi 4 juillet

**Les dépannages alimentaires de Moisson et de la Guignolée auront lieu
cette journée.**

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

(450) 427-1576 info@actionsfamilles.org www.actionsfamilles.org



Le temps d'un après-midi

Atelier animé par Joel pour les personnes d'âge mature

Mercredi entre 13h30 et 15h30



5 juillet : Club de lecture – Un cœur simple de Gustave Flaubert

12 juillet : Jeux de carte et de société

19 juillet : Sortie au refuge faunique de l'Île Saint-Bernard

26 juillet : Pas d'atelier (période de répit)

Lieu d'échange sur toutes sortes de sujets où on placote plus ou moins sérieusement dans un cadre ludique, stimulant et créatif.

Inscription obligatoire le mardi avant midi au (450) 427-1576

Bénévoles recherchés : Passez le mot !

Le Comité mieux vieillir est à la recherche de bénévoles pour combler des services essentiels à la population : Popotes roulantes, accompagnement-transport aux rendez-vous médicaux.

Vous croyez que le maintien à domicile de nos aînés est important ? Nous aussi !

Aucun engagement. Postes occasionnels et permanents disponibles.

Pour devenir bénévole :

450 699-6289 poste 29 | aide@cabgc.org | cabchateauguay.org/devenirbenevole



Service d'accompagnement aux rendez-vous médicaux et aide aux courses

Besoin d'un accompagnement pour vos rendez-vous médicaux parce que vous n'avez pas de véhicule ou personne pour vous accompagner ? Besoin d'aide pour vos courses à l'épicerie, la banque ou la pharmacie ?

Le service bénévole d'accompagnement au rendez-vous médicaux et d'aide aux courses du Comité mieux vieillir permet aux gens de plus de 50 ans en perte d'autonomie l'accès à ces services en assurant un accompagnement rassurant et sécuritaire.

Des frais s'appliquent en fonction de votre destination. Service offert en collaboration avec le Centre d'action bénévole du grand Châteauguay.

Pour plus d'information : 450-699-6289

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

(450) 427-1576 info@actionsfamilles.org www.actionsfamilles.org



Bien équipé pour la rentrée 2023

Offert par Entraide Mercier, ce programme s'adresse aux familles à faible revenu de la région. Il permet aux familles de se procurer gratuitement pour les enfants de la maternelle jusqu'au 5ième secondaire, les effets nécessaires : sac à dos, cahier d'exercice, cartables, cahiers, crayons, etc... pour démarrer l'année scolaire du bon pied.

TERRITOIRE DE RÉSIDENCE DESSERVI : Mercier, Châteauguay, Léry, Saint-Isidore, Sainte-Martine et Saint-Urbain-Premier

Comment s'inscrire?

Étape 1----- Rassemblez les documents suivants :

- Copie de l'avis de cotisation de Revenu Québec 2022 de l'autre parent ou conjoint s'il y a lieu
- Copie de l'Avis de l'allocation famille du Québec.
- Preuve de résidence
- Copie de la liste des effets scolaires demandés par l'école pour chaque enfant que vous souhaitez inscrire. Sur chaque liste, barrez les articles déjà en votre possession. La réutilisation des effets des années précédentes est encouragée.

Votre avis de cotisation ne reflète pas la précarité de votre situation? Vous pouvez tout de même communiquer avec un intervenant d'un organisme partenaire pour discuter de votre situation.

Étape 2----- Communiquez avec un des organismes partenaires pour procéder à l'inscription :

Tous les types de familles à faible revenu peuvent s'inscrire au programme Bien équipé pour la rentrée par le biais des organismes communautaires suivants :

La Rencontre Châteauguoise 450-699-6819

Alliance Carrière Travail - SAFIR (nouveaux arrivants seulement) 450-977-0223

Actions Familles 450 427-1576 (seulement pour les résidents de Ste-Martine et St-Urbain-Premier)

**Vous êtes déjà un usager régulier d'un organisme suivant ?
Communiquez avec votre intervenant habituel pour vous inscrire.**



Quartier des femmes 450-692-9805

La Re-Source 450-699-0908

RIAPAS 450-691-6682

AVIF 450-692-7313

Date limite d'inscription : Vendredi 28 juillet 2023

Étape 3----- Acceptation de la demande

Les familles acceptées recevront une confirmation de l'acceptation de la demande au début du mois d'août. Elles obtiendront en même temps les détails pour récupérer les effets scolaire. Surveillez votre boîte de courriel.

Un grand MERCI à tous nos partenaires, sans eux, le programme n'aurait pas lieu.



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

(450) 427-1576 info@actionsfamilles.org www.actionsfamilles.org



Calendrier des activités estivales



Juillet 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
3 férié * Fête du Canada Nos bureaux seront fermés	4	5 Guylaine 10h-12h Perles d'eau Aux locaux d'Actions familles	6 Guylaine 10h-14h Tente Hilalu Parc Jean-Guy-Ste-Marie-St-Urbain-Premier	7
10	11	12 Laurie 10h-12h Fabrication de balle anti-stress Aux locaux d'Actions familles	13 Joel 10h-12h Partie de soccer Au terrain de soccer (en arrière de l'école)	14
17	18	19 Laurie 10h-12h Atelier culinaire À la sacristie de l'église	20 Joel 10h-12h Atelier de généalogie À la bibliothèque de Sainte-Martine	21
24	25	26 Laurie 10h-14h Tente Hilalu Au parc des copains	27 Joel 10h-12h Bingo À la sacristie de l'église	28
31				

**Activités offertes aux membres actifs
d'Actions familles seulement**

<https://www.actionsfamilles.org/adhesion/>

Détails des activités à la page suivante

**Tourne
la page !**





DÉTAIL DES ACTIVITÉS DE JUILLET



5 juillet : Perles d'eau de 10h à 12h (avec Guylaine)

Aux locaux d'Actions familles



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

Au parc Jean-Guy-Ste-Marie de St-Urbain-Premier

Apportez votre pique-nique - Activité annulée en cas de pluie*



12 juillet : Fabrication de balles anti-stress de 10h à 12h

(avec Laurie) Aux bureaux d'Actions familles

13 juillet : Partie de soccer de 10h à 12h (avec Joel)

Au terrain de soccer derrière l'école



19 juillet : Atelier culinaire de 10h à 12h (avec Laurie)

Thématique à déterminer

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

20 juillet : Atelier de généalogie de 10h à 12h (avec Joel)

à la bibliothèque de Sainte-Martine

26 juillet : Tente Hilalu de 10h à 14h (avec Laurie)

Au parc des Copains à Sainte-Martine

Apportez votre pique-nique - Activité annulée en cas de pluie*



27 juillet : Bingo de 10h à 12h (avec Joel)

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



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

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

(450) 427-1576 info@actionsfamilles.org www.actionsfamilles.org

Calendrier des activités estivales

Août 2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
	1	2 Laurie 10h-12h Bricolage Aux locaux d'Actions familles	3 Joel 10h-14h Tente Hilalu Parc Jean-Guy- Ste-Marie St-Urbain- Premier	4
		9 Laurie 10h-12h Atelier culinaire À la sacristie de l'église	10 Guylaine 10h-12h Jeux extérieurs gonflables Sur le terrain d'Actions familles	11
14	15	16 Laurie 10h-12h Parcours de motricité Aux locaux d'Actions familles	17 Guylaine 10h-12h Atelier culinaire À la sacristie de l'église	18
21	22	23 Laurie 10h-12h Jeux d'eau Sur le terrain d'Actions familles	24 Guylaine 10h-12h Bricolage Aux locaux d'Actions familles	28
28	29	30	31	

**Activités offertes aux membres actifs
d'Actions familles seulement**

<https://www.actionsfamilles.org/adhesion/>

Détails des activités à la page suivante



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

(450) 427-1576 info@actionsfamilles.org www.actionsfamilles.org

 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/>



DÉTAIL DES ACTIVITÉS D'AOÛT

2 août : Bricolage Cadre photo (thème bord de mer) de 10h à 12h

Apportez vos photos ! (avec Laurie)

Aux locaux d'Actions familles



3 août : Tente Hilalu de 10h à 14h (avec Joel)

Au parc Jean-Guy-Ste-Marie de St-Urbain-Premier

Apportez votre pique-nique - Activité annulée en cas de pluie*



9 août : Atelier culinaire de 10h à 12h (avec Laurie)

Découverte et création de boissons aromatisées aux fruits

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

10 août : Jeux extérieurs gonflables de 10h à 12h (avec Guylaine)

Sur les terrains d'Actions familles



16 août : Parcours de motricité de 10h à 12h (avec Laurie)

Sur les terrains d'Actions familles

17 août : Atelier culinaire – Bananes flambées de 10h à 12h (avec Guylaine)

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

23 août : Jeux d'eau de 10h à 12h (avec Laurie)

Aux locaux d'Actions familles

24 août : Bricolage – Cocottes oiseaux de 10h à 12h (avec Guylaine)

Aux locaux d'Actions familles



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



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

(450) 427-1576 info@actionsfamilles.org www.actionsfamilles.org

Merci à nos précieux partenaires

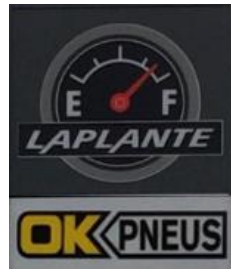


Desjardins, au cœur de sa communauté

Siège social
724, boul. Saint-Jean-Baptiste, Mercier (Québec) J6R 0B2
450 698-2204

Centre de services Sainte-Martine
138, rue Saint-Joseph
Sainte-Martine (Québec) J0S 1V0

Centre de services automatisés Saint-Isidore
693, rue Saint-Régis
Saint-Isidore (Québec) J0L 2A0



Proxim

Lucie Senneville et Mathieu Gaudreau,
pharmaciens inc.
Pharmaciens-propriétaires

Brenda Shanahan

Brenda Shanahan, députée | MP
Châteauguay-Lacolle
Brenda.Shanahan@parl.gc.ca
450-691-7044
253, boul. D'Anjou, Châteauguay (QC) J6J 2R4

Carole Mallette
Députée de Huntingdon



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC
Carole.Mallette.Hum@assnat.qc.ca (450) 427-2150



AUVENTS G.S. CANVAS

Tolles de tout genres / All kind of tarp
Auvents / Awnings
Rembourrage général / Upholstering
Abris / Shelters

Gélan Sureau
Local : 450.892.7379
282, boul. St-Joseph
Ste-Martine, QC J0S 1V0



RÉSIDENCE FUNÉRAIRE

Marie-Soleil Phaneuf inc.

22, rue Picard, Ste-Martine
450 427-2332 24h/24, 7j/7
residencemariesoleilphaneuf.com

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