

octobre 2023



Organisme communautaire

Actions familles

SAINTE-MARTINE / SAINT-URBAIN-PREMIER

Page 2 : Remerciement Nortera

Page 3 : Atelier "Les Matinées de Guylaine"

Page 4 : Atelier " Le temps d'un après-midi"

Page 5 : Cuisines collectives / cuisines parents-enfants

Page 6 : Aide aux devoirs

Page 7 : Recette de beurre de pommes

Page 8 : Nos partenaires



Veillez prendre note que les bureaux d'Actions familles seront fermés le lundi 9 octobre 2023 pour l'action de grâce. De retour le mardi 10 octobre 😊 Les dépannages alimentaires de Moisson et de la Guignolée auront lieu cette journée.

Un énorme "MERCI" à l'entreprise **NORTERA** pour cette 10^e édition du **projet Pousse-Mine** qui a permis encore une fois de fournir à 13 jeunes des sacs à dos remplis d'effets scolaires. Une collaboration précieuse qui permet à ces jeunes d'être bien équipés pour l'année scolaire à venir !



NORTERA 



MERCII !

Les Matinées de Guylaine

Ateliers les jeudis de 9h15 à 11h

**Venez vous amuser à faire des ateliers que
vous pourrez refaire à la maison avec vos
enfants.**

5 octobre : Gâteau au fromage express

**12 octobre : Peinture avec papier bulle et
marteau**

19 octobre : Bricolage "cœur à la ficelle"

26 octobre : Atelier d'argile

**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 13h30 à 15h30

Cet atelier permet d'échanger sur des sujets improvisés ou suggérés par vous les participants et moi-même l'animatrice. Tout en placotant vous profitez de ce moment pour créer, cuisiner ou jouer à des jeux et surtout passer un bel après-midi !

*** 2 octobre : Conférence au Manoir Youville
(Vieillir avec ses pertes et ses deuils) * offert par
le CABGC *** (13h-15h45) *****

11 octobre : Fabrication d'un petit panier en laine

18 octobre : Peinture sur verre avec Q-tip

25 octobre : Jeux de société/ cartes

**Vous devez vous inscrire au plus tard le mardi
avant 12h00**

Au 450-427-1576

Places limitées

Les cuisines 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 21 octobre *

Inscription obligatoire au plus tard le mardi avant 12h

***Places limitées 450-427-1576**

7 octobre : Gâteau aux pommes et à la cannelle

14 octobre : Potage à la citrouille façon thaï

21 octobre : Courges spaghettis sauce à la viande **zoom*

28 octobre : Sucettes glacées BOOOnanes fantômes



Cuisines collectives avec Laurie



Les mercredis entre 9 h et 13h

Pour faire des économies, des rencontres et bien manger !

Pour information et inscription : 450-427-1576

Halte-garderie gratuite disponible sur place grâce à La Station de l'Aventure.

Aide aux devoirs

Les lundis et mardis de 15h30 à 16h15.

Du soutien est offert pour les devoirs, les leçons ou un projet d'école.

Une collation est offerte aux jeunes!

Places limitées, offert aux membres seulement.

Vous devez vous inscrire au plus tard le jeudi de la semaine d'avant.

450-427-1576



**Livraison
repas complet**

Sainte-Martine
Saint-Urbain Premier
Avec soupe, plat principal,
dessert et collation

Appelez-nous!
450 699-6289




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/>



Recette de beurre de pommes

7



CLASSIQUES, ACCOMPAGNEMENTS

BEURRE DE POMMES

Portions:
8 pots de 250 ml

INGRÉDIENTS

2,7 kg (6 livres) de pommes (McIntosh ou Cortland)
1,25 L (4 tasses) d'eau
2 boîtes de sirop d'érable

PRÉPARATION

1. Enlever le cœur de la pomme, la peler et la couper en quatre morceaux.
2. Dans une casserole, mettre les morceaux et l'eau.
3. Cuire pendant 30 minutes jusqu'à ce que les pommes ramollissent.
4. Réduire en purée.
5. Incorporer le sirop d'érable et faire bouillir à feu doux pendant 3 heures ou jusqu'à ce que la préparation épaississe et soit foncée. Brasser très régulièrement.
6. Verser dans les pots et stériliser dans l'eau bouillante pendant 10 minutes, à partir du moment où l'eau bout à nouveau.

Référence : <https://lapommeduquebec.ca/recette/beurre-pomme/>

Merci à nos précieux partenaires



FERME MARIE-JOSÉE
MAROIS

Famille
Québec

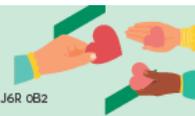


Desjardins, au cœur
de sa communauté

Siège social
724, boul. Saint-Jean-Baptiste, Merder (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



Desjardins
Caisse de l'Ouest de
la Montérégie



MOISSON SUD-OUEST

l'art d'alimenter sans gaspiller

Membre de LES BANQUES ALIMENTAIRES DU QUÉBEC
Membre affilié Food Banks Canada / Banques alimentaires



Sainte-Martine
Entre terres et rivières



Municipalité de
Saint-Urbain-Premier

NORTERA



RONA

Cascades



Boulangerie D.J. Martinez
depuis 1975



Marie
Harmonie
ÉCOLE DE MUSIQUE



Nadon Jasmin CPA inc.
Société de comptables professionnels agréés

Hugues Jasmin, CPA
Manon Poirier, CPA

470, rue Ellice
Beauharnois, QC
J6N 1X7

Téléphone : 450-429-6431, poste 225 (Hugues)
450-429-6431, poste 224 (Manon)
Cellulaire Hugues : 514-241-5106

Télécopieur : 450-429-3297
Courriel : hugues@nadonjasmincpa.com
Courriel : manon@nadonjasmincpa.com



BRENDA SHANAHAN

Députée | MP
Châteauguay-Lacolle

brenda.shanahan@parl.gc.ca
450 691-7044

253, boulevard D'Anjou
Châteauguay, Québec J6J 2R4

Carole Mallette
Députée de Huntingdon



Carole.Mallette.Hunt@assnat.qc.ca (450) 427-2150



DISTRIBUTION LAZURE. BÂTIR UNE COMMUNAUTÉ

LAZURE

LAZUREINC.CA

SPÉCIALISÉ EN CUIVRE MÉTALLIQUE, ÉQUIPEMENT AUTOMATÉ, SOUCES ET TROUSSES POUR MÉTALLIER
250 RIVIÈRE DES FÈVES NORD, ST-URBAIN PREMIER



Proxim

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



Suroît Propane

Propane résidentiel et commercial



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