

Juin

2 ☆ 2 4



# Le P'tit journal des familles

**Page 2 : Les cuisines parents-enfants avec Laurie**

**Page 3 : Sortie à la Plage des Îles-de-Saint-Timothée**

**Page 4 : Invitation à notre AGA !**

**Page 5 : Projet Pousse-mine de Nortera / Programme maman-conseils**

**Page 6 : Heure du conte à la bibliothèque de Saint-Urbain-Premier**

**Page 7 : Informations Comité Mieux Vieillir**

**Page 8 : Nos partenaires**

**Veillez noter que nos bureaux seront fermés le lundi 24 juin 2024, fête nationale du Québec.**

**De retour le mardi 25 juin 😊 Les dépannages alimentaires de Moisson et de la Guignolée auront lieu cette journée.**

**Bon congé !**

## **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 15 juin 24**

**15 juin : Sous-marin au bœuf**

**22 juin : Biscuits au chia, au chocolat et aux canneberges sans farine**

**29 juin : Burritos aux maïs, haricots rouge et sauce salsa**

**Inscription obligatoire au plus tard le mardi avant midi  
au 450-427-1576.**



# SORTIE



## Plage du parc régional des Îles-de-Saint-Timothée Le jeudi 4 juillet

**Vous devez arriver à la plage pour 10h**

**\*Apportez votre lunch, vos maillots, vos serviettes et vos jeux de plage !**

**\*Inscription obligatoire\*  
(Gratuit)**



**Voici l'adresse : 240. Rue Saint-Laurent,  
Salaberry-de-Valleyfield, J6S 6B9**

**Vous devez vous inscrire au plus tard le 17 juin  
2024 avant 16h.**

**\*Sortie réservée aux membres en règle d'Actions familles**

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE D' ACTIONS FAMILLES

C'est avec plaisir que nous vous invitons à notre assemblée générale annuelle, mercredi le 12 juin prochain à 19h. Elle se déroulera à la salle derrière l'église, au 122 Saint-Joseph. Vous pouvez également vous joindre à nous dès 18h ; nous vous invitons à souper !

Nous profiterons de ce moment pour partager avec vous des informations comme nos plus récentes réalisations et quelques chiffres, le tout dans un cadre agréable.

Trois postes seront ouverts au sein du conseil d'administration. Pour plus d'informations ou pour souligner votre intérêt comme candidat, communiquez avec nous.

Vous pouvez nous téléphoner dès maintenant au (450) 427-1576 pour confirmer votre présence. Les inscriptions ont lieu :

- **Jusqu'au 6 juin si vous désirez souper**
- **Jusqu'au 11 juin pour assister à l'assemblée seulement**

*Au plaisir de vous y voir en grand nombre !*



**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/>

# NORTERA

## Projet Pousse-mine, 11<sup>e</sup> édition

Actions familles est fier de voir les employés de Nortera, usine de Sainte-Martine renouveler leur attachement aux jeunes de notre région. Le projet *Pousse-mine* est de retour encore une fois cette année. L'objectif est d'offrir à **15 jeunes de Sainte-Martine et de Saint-Urbain-Premier** un sac d'école remplis d'items neufs (selon la liste scolaire de l'enfant). Vous êtes une famille qui vit une situation économique difficile et inquiète devant les nombreuses obligations financières reliées à la prochaine rentrée? **Vous pouvez communiquer avec Actions familles avant le 4 juillet.** Tout est mis en place pour assurer une grande confidentialité à chacune des étapes. Pour plus d'informations et inscription téléphonez au 450 427-1576.

### Programme Maman-conseils



Qui connaît mieux les  
besoins des tout-petits ?

**C'est le parent !**

Mais on a tous 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.

## Heure du conte avec Guylaine suivi d'un bricolage

Le mercredi 12 juin de 9h à 10h30



Le plaisir de se  
faire raconter une  
histoire!

**À la bibliothèque Armand-Miller  
de St-Urbain-Premier**

**Vous devez vous inscrire au plus tard le mardi avant 12h00 au 450-427-1576**



## SITE WEB

Pour les familles 0-5 ans  
Beauharnois -Salaberry

- Calendrier des activités à petits prix
- Carte interactive des ressources
- Bottin des services
- Vidéos inspirantes
- Disponible en 10 langues

[www.approchefamilles.ca](http://www.approchefamilles.ca)

Actions familles 122, St-Joseph, suite 1, Ste-Martine (Québec) J0S 1V0  
(450) 427-1576 [info@actionsfamilles.org](mailto:info@actionsfamilles.org) [www.actionsfamilles.org](http://www.actionsfamilles.org)



## Livraison de repas, frais du jour, à Sainte-Martine et Saint-Urbain-Premier!

Offert par le Comité Mieux Vieillir, ce service s'adresse aux personnes âgées de 50 ans et plus.

Comprends : Soupe, plat principal, dessert et collation. Livraison le mardi à prix modique.

Inscrivez-vous pour en profiter! 450-699-6289

*PSST!* Nous sommes également à la recherche d'un bénévole pour pourvoir au poste de cuisinier. Appelez-nous pour plus de détails!

## 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 ni personne pour vous accompagner ? Le service bénévole d'accompagnement au rendez-vous médicaux du Comité mieux vieillir permet aux gens de plus de 50 ans en perte d'autonomie l'accès aux services de santé et sociaux 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



# Merci à nos précieux partenaires



Carole Mallette  
Députée de Huntingdon



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](mailto:info@actionsfamilles.org) [www.actionsfamilles.org](http://www.actionsfamilles.org)