

OCTOBRE 2025



LE P'TIT JOURNAL DES FAMILLES

PAGE 2 : ATELIER "LES MATINÉES DE GUYLAINE"

PAGE 3 : ATELIER "LE TEMPS D'UN APRÈS-MIDI"

PAGE 4 : LES CUISINES PARENTS-ENFANTS / COLLECTIVES

PAGE 5 : HEURE DU CONTE

PAGE 6 : INFORMATIONS SUR LE "SALON DES AÎNÉS"

PAGE 7 : SUITE "LES MATINÉES DE GUYLAINE"

PAGE 8 : SERVICE DE LOCATION DE TIRE-LAIT

PAGE 9 : CONSEILS POUR PASSER L'HALLOWEEN

PAGE 10 : NOS PARTENAIRES



Veillez prendre note que les bureaux d'Actions familles seront fermés le lundi 13 octobre 2025 pour l'action de grâce.

De retour le mardi 14 octobre.

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



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.

2 octobre : À la bibliothèque de Sainte-Martine *page 6

9 octobre : Science "pâte magique"

16 octobre : Création de coussin

23 octobre : Recette "Boules d'énergie"

30 octobre : Bricolage "araignée d'Halloween"

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

Le temps d'un après-midi!

Groupe d'âge : mature

Animatrice Michelle

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 !

1^{er} octobre : Relâche (salon des aînés)

8 octobre : Peinturer ses émotions

15 octobre : Jeux de cartes / société

22 octobre : Fabrication d'un cintre pour foulard

29 octobre : Décoration de citrouille

Vous devez vous inscrire au plus tard le lundi avant 12h00

Au 450-427-1576

Places limitées

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

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 25 octobre ***

4 octobre : Muffins aux carottes

11 octobre : Soupe aux pois chiches

18 octobre : Biscuits à la citrouille et aux pépites de chocolat

25 octobre : Monstres Quesadillas

1^{er} novembre : Momies au riz

Inscription obligatoire au plus tard le mardi avant 12h

Cuisines collectives avec Laurie

Les mercredis entre 9h et 13h

Pour faire des économies, des rencontres et bien manger !

(Session de 6 semaines/par groupe)

Pour information et inscription : 450-427-1576

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

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

A Halloween-themed poster with an orange background and a purple border. The background is decorated with various Halloween items: a spider, a bat, a witch's hat, a jack-o'-lantern, a centipede, a spiderweb, a ghost, and a large eyeball. The text is in bold, colorful fonts. The main title is in large blue letters, and the subtitle is in white with a black outline. The date and time are in white with a black outline. The location is in orange with a black outline. The registration information is in orange with a black outline. The logo for 'actions familles' is in the bottom right corner.

SPÉCIAL HALLOWEEN

**29 OCTOBRE
2025
À 9H00**

HEURE DU CONTE
SUIVI D'UN BRICOLAGE
"CRÉATION DE MASQUE"

**À LA BIBLIOTHÈQUE ARMAND-MILLER
DE ST-URBAIN-PREMIER**

**VOUS DEVEZ VOUS INSCRIRE AU PLUS TARD LE
JEUDI D'AVANT AU 450-427-1576**

Organisme communautaire
actions familles

- Inscription obligatoire

Actions
familles y
sera avec son
kiosque !

SALON

Journée découverte 50+

Discovery day FAIR

1^{er} octobre
October 1st

10h - 17h



HÔTEL
MANOIR
D'YOUVILLE 498, boul. D'Youville,
Châteauguay

Entrée gratuite
Free admission

Plusieurs activités et 40 kiosques à découvrir !
Various activities with 40 kiosks to discover !



Billets
en pré-
vente

On peut-tu être heureux ?
Démystifie le bonheur
avec Marthe Laverdière

Conférence sur la crise d'Oka
en français et en anglais
11h30 - Salle La Chapelle

Venez voir les danseurs du Pow wow

Participation

Loisirs

Rencontrer les
ressources

Services

Santé

Information

Connexion

Rallye

Audace

Et dîner
sur place

grâce à une aide financière de :



Offert par les membres de la Table de
concertation des aînés du grand
Châteauguay et le comité organisateur

LE RÉSEAU
D'ÉCLAIREURS



Desjardins

LE COMPAGNOM

JOURNÉE INTERNATIONALE DES AÎNÉS

Aînés, piliers de nos communautés

1^{er} octobre 2025



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

Atelier "Les matinées de Guylaine"



Le jeudi 2 octobre de 9h15 à 11h



À la bibliothèque Sainte-Martine

164, rue St-Joseph, Sainte-Martine

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



**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/>



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

SERVICE CHEZ ACTIONS FAMILLES



Nourri-
Source
MONTRÉGIE



Location de tire-lait

de grade hospitalier

**Demandez à votre marraine
d'allaitement ou contactez-nous!**

1-877-425-0805

monteregie@nourri-source.org



Conseils pour passer l'Halloween en toute sécurité

Sécurité :

Protégez la sécurité de vos enfants en leur apprenant à bien se faire voir et à être attentifs à ce qui se passe autour d'eux.

- Accompagnez vos enfants tous les ans jusqu'à ce qu'ils soient en âge de sortir avec des amis.
- Remettez à chaque enfant une lampe de poche afin que les automobilistes et autres personnes puissent le voir plus facilement.
- Dites à vos enfants de rester dans les endroits bien éclairés, de visiter seulement des maisons illuminées de l'extérieur et de ne jamais entrer dans une maison ni monter dans une voiture.
- Apprenez à vos enfants à être prudents lorsqu'ils traversent la rue. Veillez à ce qu'ils regardent bien des deux côtés et traversent uniquement s'il n'y a pas de voitures qui s'en viennent. Traversez la rue aux coins des rues, et ne traversez jamais entre des voitures stationnées.



Faire preuve de vigilance par rapport aux bonbons et aux jouets

Examinez toujours les friandises et les jouets rapportés à la maison avant de les donner à vos enfants.

- Dites à vos enfants de ne pas manger leurs friandises, pas même un seul bonbon, avant que vous ne les ayez examinées.
- Faites preuve de prudence si vous donnez aux enfants des friandises avec lesquelles ils pourraient s'étouffer, comme des bonbons mous, des arachides et des bonbons durs.
- Vérifiez les jouets et les articles de fantaisie pour vous assurer qu'ils ne comportent pas de petites pièces. Si c'est le cas, ne les laissez pas entre les mains d'enfants de moins de trois ans.

Référence : Canada.ca



Merci à nos précieux partenaires



Carole Mallette
Députée de Huntingdon



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



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