

Le P'tit journal des familles *

OCTOBRE

2026

TABLE DES MATIÈRES

Page 2 : Atelier "Les matinées de Guylaine"

Page 3 : Suite : Atelier "Les matinées de Guylaine"

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

Page 5 : Cuisines collectives/ Cuisines parents-enfants

Page 6 : Atelier "Sucre à la crème"

Page 7 : La Station de l'Aventure /halte répit

Page 8 : Informations comité Mieux Vieillir

Page 9 : Bingo cercle des fermières

Page 10 : Nos partenaires

PENSÉE DU JOUR

*« On mesure l'union
d'une famille à sa
capacité à traverser
ensemble les étapes
difficiles. »
-Clément Auray*

ÉQUIPE DE TRAVAIL

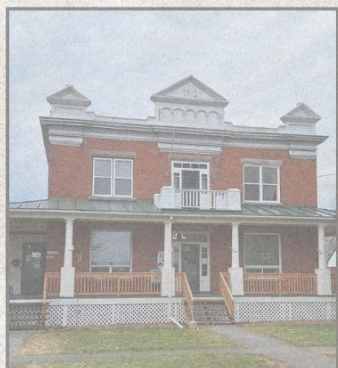
Directrice
Solange Chabot

Assistante de direction /
intervenante

Michelle Weston

Intervenante
Guylaine Forcier

Animatrice des cuisines
Laurie Pasteels



Heures d'ouverture :
Lundi au jeudi de 9 h à 16 h 30

Adresse : 122, rue Saint-Joseph, Suite 101
Sainte-Martine (QC) J0S 1V0

Téléphone : 450 427-1576

Courriel : info@actionsfamilles.org





JOYEUSE ACTION DE GRÂCE !

Veuillez prendre note que les bureaux d'Actions familles seront fermés **lundi le 12 octobre** pour l'action de grâce.

De retour, mardi 13 octobre 2026.

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



ATELIER

Les matinées de
Guylaine
Les jeudis de 9h15 à 11h

**VENEZ VOUS AMUSER À FAIRE DES ATELIERS QUE VOUS
POURREZ REFAIRE À LA MAISON AVEC VOS ENFANTS.**

1 OCTOBRE : PORTE-PHOTO AVEC BOUCHONS DE LIÈGE
8 OCTOBRE : COLLAGE DE LA MER
15 OCTOBRE : SUSHI DE BANANES AU CHOCOLAT
22 OCTOBRE : BACS SENSORIELS
29 OCTOBRE : BRICOLAGE D'HALLOWEEN

**VOUS DEVEZ VOUS INSCRIRE AU PLUS TARD LE MARDI AVANT
12H00 AU 450-427-1576**





Atelier

“Les matinées de Guylaine”

Le jeudi 8 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

ATELIER LE TEMPS D'UN APRÈS-MIDI

Groupe d'âge : mature
Animatrice Michelle
Les mercredis de 13h30 à 15h30

**RELÂCHE -
FORMATION**

**OCTOBRE
07**

BRODERIE

**OCTOBRE
14**

**JEUX DE CARTES/
SOCIÉTÉ**

**OCTOBRE
21**

BRICOLAGE

**OCTOBRE
28**

**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 !**

**Vous devez vous inscrire au plus tard le lundi 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 24 OCTOBRE *

10 OCTOBRE : NACHOS DESSERT AUX POMMES
17 OCTOBRE : POUTINE AUX LÉGUMES D'AUTOMNE
24 OCTOBRE : BURGER MONSTRUEUX
31 OCTOBRE : VERRINES TERREAU DE MONSTRES

INSCRIPTION OBLIGATOIRE AU PLUS TARD LE MARDI AVANT 12H



CUISINES COLLECTIVES

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

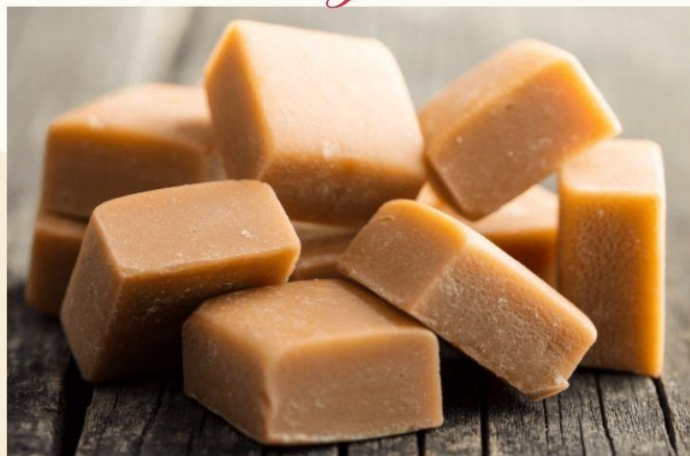
Halte-garderie gratuite disponible sur place grâce à La Station de l'Aventure

ATELIER

Sucre à la crème

avec

*Johanne Ayotte
Ranger*



mardi 20 octobre

18h30

***inscription obligatoire en appelant au 450-427-1576**

Date limite 17 octobre

Halte-Répît

18 mois à 5 ans

Les mercredis et jeudis à Ste-Martine

de 9h00 à 14h00

au 122 St-Joseph

Automne

Du 16 septembre au
10 décembre 2026

Hiver

Du 6 janvier au
1er avril 2027

Printemps

Du 7 avril au
10 juin 2027

**La Station
de l'Aventure**
Maison de la famille



10.00\$ par jour/ enfant

Aucune limite de journées
de halte-répît par semaine.

Dîner de l'amitié intergénérationnel

Édition automne

Jeudi 22 octobre dès 11h00

Centre Communautaire St-Jean Baptiste & Desjardins
au 13 rue Ronaldo-Bélanger, Sainte-Martine.

Repas gratuit, discussions, rires et jeux dans une ambiance
chaleureuse.

Pour les citoyens de Sainte-Martine et Saint-Urbain-Premier
avec des élèves du Programme Citoyens du monde de
l'École Sainte-Martine et les bénévoles du
Comité mieux vieillir.

Vous pouvez venir accompagner d'une personne
de 50 ans et plus.

Pour information ou inscription : 450 699-6289
ou www.cabchateauguay.org/evenements



Bénévoles recherchés pour la livraison des popotes roulantes



Secteurs : Saint-Urbain-Premier & Sainte-Martine
Disponibilités requises : mardis et/ou vendredis



Intéressé? Contactez-nous !

450-699-6289 | popote@cabgc.org

Nouveauté !



**Nous sommes maintenant sur
Facebook : Comité mieux vieillir**



**Je veux
bénévolier !**





Cercle des fermières
de Sainte-Martine

**SAMEDI
3 OCTOBRE 2026**

BINGO

**Des femmes
de cœur, un
monde de
talents !**



ENTRÉE À 19H

ADULTES SEULEMENT



Centre communautaire de
Sainte-Martine
13, rue Ronaldo-Bélanger
Sainte-Martine

Prix d'entrée

30\$

De beaux prix à gagner !

Merci à nos précieux partenaires

• Distributeur de portes et fenêtres
• Portes de garage
• Portes Patio
• Thermos
• Installation

MENUISERIE ALPHONSE CORMIER INC.
PORTES & FENÊTRES

Martin Déry
propriétaire
martin.dery@cormierpf.com
www.cormierpf.com

682, boul. St-Jean-Baptiste
Ste-Martine, Qc J0S 1V0
Tel.: **450.427.3747**
Fax: 450.427.7144

Famille Québec

Sainte-Martine
Entre terres et rivières

Fenplast

MOISSON SUD-OUEST
l'art d'alimenter sans gaspiller

Membre de LES BANQUES ALIMENTAIRES DU QUÉBEC

IGA FAMILLE ROY
à Sainte-Martine

Marie Harmonie
ÉCOLE DE MUSIQUE

Municipalité de Saint-Urbain-Premier

Boulangerie D.J. Martinez
depuis 1975

NORTERA
LEADER NORD-AMÉRICAIN DES LÉGUMES SURGELÉS ET EN CONSERVE

316 rue Saint-Joseph, Sainte-Martine
norterafoods.com

DISTRIBUTION LAZURE. BÂTIR UNE COMMUNAUTÉ

LAZURE
LAZUREINC.CA

Spécialité en toiture métallique, revêtement extérieur, boîtiers et rampes sur mesure
250 RIVIERE DES FÈVES NORD, ST-URBAIN-PREMIER

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

OK PNEUS
Toujours la bonne conduite.

Depuis 1953

Pierre Laplante
Propriétaire

Téléphone : 450-427-3309
Sans frais : 1-855-427-3309
Cellulaire : 514-916-6471
Télécopieur : 450-427-2326
Courriel : okpneustemartine@videotron.ca

230 St-Joseph,
Ste-Martine, Québec J0S 1V0

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