



INFOLETTRE JANVIER 2026

L'ANNÉE COMMENCE SOUS DE TRÈS BONNES NOUVELLES !

L'Épicentre Saint-Henri est officiellement reconnu comme **organisme de charité**. Cette reconnaissance marque une étape importante qui nous permettra d'élargir nos actions, de mobiliser encore plus de soutien et de concrétiser de nouveaux projets au bénéfice de notre communauté.

ATELIER EN NUTRITION

18 FÉVRIER 2026 | 10H30

THÉMATIQUE : MANGER
ÉQUILIBRÉ, MÊME AVEC UN
PETIT BUDGET

ANIMÉ PAR: EMMANUELLE DUMOULIN DIÉTÉTICIENNE-
NUTRITIONNISTE

COÛT : GRATUIT SUR INSCRIPTION

DURÉE : 1H15

Tous les participants repartent avec une portion d'une recette préparée sur place

LA NOUVELLE COMPOSITION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Un grand merci aux nouveaux membres et à toutes celles et ceux qui ont participé à l'élection lors de notre Assemblée générale extraordinaire. Votre implication fait vivre la démocratie et la vie associative de l'Épicentre.

Sophie Pascal - Présidente
Juliette Reny - Vice-présidente
Emy Hérissé - Secrétaire
Marwane Adala - Trésorier

William Destin - Administrateur
David Bridgetown - Administrateur
Nicholas Kaine - Administrateur

ÉPISOLIDAIRE

ÉPICERIE COMMUNAUTAIRE

OUVERT: LES MARDIS ET JEUDIS 13H00 - 16H00

**NOTRE ÉPICERIE COMMUNAUTAIRE
VOUS ACCUEILLE!**

NOUS OFFRONS UNE SÉLECTION DE
PRODUITS SECS POUR VOUS AIDER À
REMPLIR VOTRE GARDE-MANGER, EN
TOUTE SIMPLICITÉ ET AVEC RESPECT.

UN DÉPANNAGE ALIMENTAIRE PLUS AUTONOME!

Notre service de dépannage alimentaire fonctionnera bientôt comme une épicerie : les bénéficiaires peuvent choisir eux-mêmes leurs produits selon un nombre d'items déterminé, plutôt que de recevoir des paniers secs préconçus.





Notre programme de livraison aux personnes à mobilité réduite se poursuit. Si vous ou quelqu'un que vous connaissez avez besoin de ce service à Saint-Henri ou Petite-Bourgogne, contactez-nous !

RETOUR SUR UNE ANNÉE 2025 RICHE EN MOMENTS FORTS

LE PARTAGE DES FÊTES

Dans un contexte où le coût de la vie pèse lourd sur de nombreuses familles, les paniers de Noël représentent bien plus que de la nourriture. Le 16 et 17 décembre dernier, l'Épicentre Saint-Henri a eu le grand bonheur de tenir sa distribution spéciale des Fêtes. Grâce à une mobilisation collective exceptionnelle, plus de 230 résident-e-s de Saint-Henri ont pu être soutenu-e-s et nourri-e-s pendant cette période si importante de l'année.



LES MARCHÉS SOLIDAIRES

Entre juillet et la fin octobre, nos marchés solidaires ont rassemblé la communauté autour de produits frais, locaux et accessibles. Merci à toutes et tous pour votre présence et votre soutien, qui ont permis de partager, d'échanger et de contribuer à un projet solidaire qui fait grandir notre quartier !

DÉFI VERT RELEVÉ!

Dans le cadre du Défi vert, nous avons posé des actions concrètes : adoption de produits d'entretien écologiques, implantation du compost et mise en place d'une boîte à suggestions pour encourager l'implication des usagers.

Cette initiative, réalisée en collaboration avec PME MTL Grand Sud-Ouest, la SDC les Quartiers du Canal et la Caisse Desjardins du Sud-Ouest de Montréal, nous a permis de recevoir une bourse de 1 000 \$. Nous sommes aussi fiers d'avoir reçu le Prix Ambassadeur (2 000 \$), remis lors de l'événement Horizon, le 9 décembre au Salon Richmond.



LA FÊTE DE QUARTIER ET L'OPÉRATION SAC À DOS

L'Épicentre Saint-Henri a eu le plaisir de participer à la Fête de quartier au parc Sir-Georges-Étienne-Cartier, un moment rassembleur rempli de belles rencontres avec les résident-e-s et d'échanges à notre kiosque.

Nous avons également pris part à l'Opération Sac à Dos, afin de remettre des fournitures scolaires à des enfants de Saint-Henri et de soutenir leur rentrée scolaire.



LE CAMION DE L'ÉPICENTRE EST DISPONIBLE POUR VOS PROJETS SOLIDAIRES !

L'Épicamion est votre allié pour vos collectes et redistributions alimentaires ! Déjà adopté par plusieurs organismes de la communauté, notre camion réfrigéré avec conducteur inclus est offert à des tarifs solidaires.

Faites vite : il ne reste que quelques disponibilités les lundis, mercredis et vendredis

Tarif: 48,50 \$ par heure

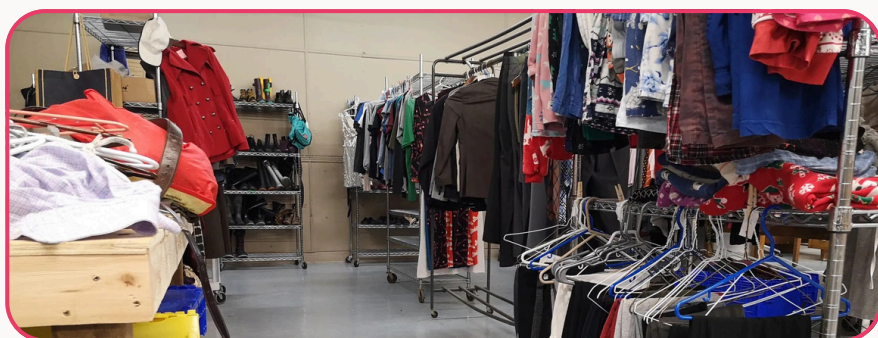
Camion, essence et chauffeur·e compris

Pour connaître les modalités, veuillez nous contacter au 514-970-5973 ou à operations@epicentresthenri.org



Des vêtements abordables pour toute la communauté, où chaque achat soutient nos activités sociales et donne une seconde vie aux vêtements, un geste à la fois économique, écologique et solidaire !

Événement à ne pas manquer ! Tous nos articles sont à moitié prix **les premiers mardis et jeudi chaque mois**
Venez faire de belles trouvailles et soutenir la communauté !



Toute l'équipe de l'Épicentre Saint-Henri vous souhaite une année remplie de santé, de sérénité et de beaux moments de partage. Que cette année 2026 soit l'occasion de renforcer les liens dans notre quartier, de faire naître des projets inspirants et de bâtir ensemble une communauté toujours plus solidaire. Merci de faire partie de cette grande chaîne de solidarité.

BONNE ANNÉE 2026 !



STATISTIQUES TRIMESTRIELLES ENTRE OCTOBRE ET DÉCEMBRE 2025



704 Paniers alimentaires distribués dont 164 livrés



1389 heures de bénévolat



84 trajets mutualisés par l'Épicamion

CONTACT



admin@epicentresthenri.org



514-970-5973



epicentresthenri.org



4561 rue Notre-Dame Ouest,
Montréal (Québec), H4C 1S3