



Bulletin trimestriel / Septembre 2026



Mot de la direction

Bonjour à tous,

Nous sommes entrés dans notre période la plus intense de l'année, qui se poursuivra jusqu'à l'arrivée de l'hiver.

Comme c'est souvent le cas dans le secteur de la construction, cette période exige rigueur, agilité et collaboration; ABF demeure toutefois très bien positionnée dans le contexte économique actuel.

C'est précisément durant ces mois particulièrement occupés que nos valeurs, notamment l'esprit d'équipe et le respect, prennent tout leur sens. Elles guident nos communications quotidiennes et nous aident à mieux comprendre les réalités, les limites et les contraintes de chaque département afin de prendre, collectivement, les meilleures décisions pour l'entreprise et pour nos clients.

C'est dans ces moments précis d'adversité et plus difficiles qu'on peut vraiment reconnaître la vraie nature des gens et ce, peu importe le poste occupé.

ABF a la chance de pouvoir compter sur chacun des membres de son équipe : des personnes engagées, expérimentées et professionnelles, qui contribuent chaque jour à notre succès collectif.

Marco Fortin,
Directeur général

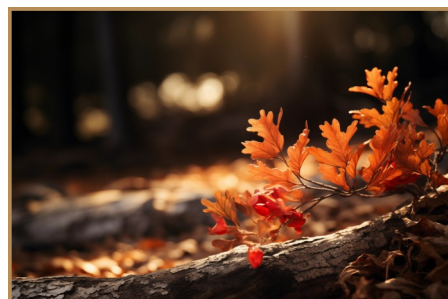
Congés à venir

Lundi le 12 octobre 2026:

Action de Grâce

Vendredi le 13 novembre 2026:

Jour du Souvenir



Dans ce numéro:

P. 2—Les nouveaux projets

P. 3—Événements ABF

P. 4—Votre club social

P. 5—Vos nouvelles financières

P. 7—Vos nouvelles RH

P. 8—Santé et sécurité au travail

P. 9—Les nouveaux employés

Les nouveaux projets



Laurea bâtiment Chauveau, Montréal, 2 300 TM



Et aussi sans oublier...

- ⇒ Nouveau Monde Graphite, St-Michel-des-Saints, 1 700 TM
- ⇒ Millenia MILC, St-Basile-le-Grand, 1 700 TM
- ⇒ Bâtiment E1—282 logements, Québec, 1 500 TM
- ⇒ 8 Place du Commerce, Montréal, 1 300 TM
- ⇒ Anjou Fortier Ford, Anjou, 1 200 TM
- ⇒ Le Rivero PH2, Québec, 1 100 TM
- ⇒ Anima PH2, Montréal, 1 000 TM
- ⇒ VM bassin rétention St-Jacques, Montréal, 900 TM
- ⇒ Wateridge Lifestyles PH1, Ottawa, 800 TM
- ⇒ Milebrook 2 bâtiment G, Pointe-aux-Trembles, 800 TM

Événements ABF

Le jeudi 9 juillet dernier avait lieu l'**ABF Open 2026**, réunissant les employés des bureaux pour une journée sous le signe du plaisir et de la camaraderie.

Félicitations à Donald Cadran, Antoine Pellerin, Nathalie Croteau et Mélanie Boucher, qui ont décroché les grands honneurs avec un impressionnant pointage de **- 4 !**



Pour lancer la saison estivale en beauté, les équipes de nos bureaux et de l'usine de Victoriaville ont eu droit à une délicieuse surprise! Le 17 juillet dernier, le food truck **La P'tite Vache** s'est arrêté à notre siège social pour offrir un moment gourmand à nos légendes, juste à temps avant les vacances d'été.



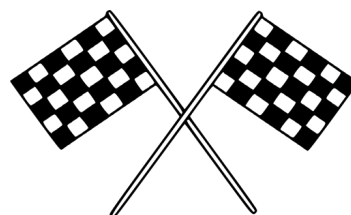
Votre club social



Voici quelques images du championnat de karting organisé par le club social, qui s'est tenu samedi le 8 août dernier.

L'activité fut très appréciée par les participants.

Inscrivez-vous au club social pour ne rien manquer!



Vos nouvelles financières

Comment économiser: des astuces simples pour réduire ses dépenses

Dans une démarche de gestion de ses finances personnelles, réduire ses dépenses passe habituellement par des gestes simples à intégrer au quotidien. Intégrés à un budget personnel, ces ajustements permettent d'avancer petit à petit, sans bouleverser son quotidien. Une erreur fréquente, c'est de vouloir tout couper en même temps. Il vaut mieux y aller graduellement, une habitude à la fois, pour que les changements tiennent dans le temps.

Voici 9 stratégies concrètes pour améliorer votre gestion de budget sans alourdir votre quotidien.

1—Réduire le gaspillage pour alléger votre facture d'épicerie: une meilleure planification des repas permet d'éviter le gaspillage, de limiter les pertes et d'éviter l'achat de produits préparés plus coûteux.

Par exemple: en utilisant les circulaires en ligne pour cibler les produits en vente et les marques maison, il devient plus facile de réduire sa facture d'épicerie sans compromettre la qualité.

2—Planifier vos achats pour éviter les achats impulsifs: les achats impulsifs peuvent rapidement déstabiliser un budget personnel. Par exemple, ajouter un article en promotion à son panier—comme un gadget ou un vêtement—alors qu'il n'était pas prévu peut sembler une bonne affaire sur le moment. Pourtant, ces achats non planifiés finissent par s'accumuler.

3—Comparer les prix avant d'acheter: un comparateur en ligne aide à trouver les meilleures offres, surtout pour les achats importants. Comparer les prix permet aussi de profiter d'un avantage concurrentiel entre les commerçants.

Par exemple: avant de choisir un électroménager ou un abonnement téléphonique, des sites de comparaison en ligne, comme Shopbot, peuvent aider à repérer les écarts de prix. Une vérification auprès des détaillants permet ensuite d'affiner la recherche.

4—Profiter des programmes de fidélité et des rabais disponibles: les programmes de fidélité, comme les récompenses en points, les cartes à points ou certaines offres de bienvenue, procurent des avantages concrets lorsqu'ils sont bien utilisés. Les programmes de fidélisation, quant à eux, visent à créer un attachement durable avec la clientèle. En pratique, ils peuvent aussi aider à réduire certaines dépenses grâce à des rabais personnalisés, des offres exclusives ou des avantages accordés aux membres.

5—Mieux utiliser ses cartes de crédit au quotidien: une carte de crédit peut être un outil utile... ou coûteux, selon son utilisation.

Point de vigilance: les soldes non remboursés sur une carte de crédit entraînent des frais d'intérêt, généralement à un taux d'intérêt élevé, ce qui augmente le montant total à rembourser. Avec le temps, ces frais s'accumulent, ce qui peut alourdir le coût réel des achats et réduire la marge de manœuvre dans le budget. À l'inverse, lorsque le solde est réglé rapidement, ces frais sont évités, ce qui facilite le suivi du flux monétaire (entrées et sorties d'argent).

6—Automatiser son épargne pour plus de constance: les versements automatiques sont pratiques pour mettre de l'argent de côté petit à petit. Cette approche soutient vos objectifs financiers, comme bâtir un fonds d'urgence, acheter votre première propriété ou préparer votre retraite.

7—Faire une pause avant un achat: la règle des 10 secondes repose sur une idée simple : prendre un pas de recul avant d'acheter. Qu'il s'agisse de quelques secondes, de quelques heures ou même de quelques jours, ce simple réflexe aide à réduire les dépenses inutiles et à mieux aligner ses choix sur ses objectifs financiers. Par exemple, un article en promotion peut donner l'impression qu'il s'agit d'une occasion à ne pas manquer. Prendre quelques secondes pour se demander si cet achat était prévu ou s'il est réellement nécessaire permet souvent d'éviter une dépense qui n'était pas essentielle. La clé, c'est de garder le contrôle au lieu de céder à la pression d'acheter.

(suite page suivante)

Vos nouvelles financières (suite)

Comment économiser: des astuces simples pour réduire ses dépenses (suite)

8—Réduire ses factures récurrentes: certaines dépenses fixes peuvent être optimisées sans effort majeur.

Par exemple :

- Adopter les ampoules à DEL pour réduire ses factures d'électricité;
- Débrancher les appareils lorsqu'ils ne sont pas utilisés ou limiter le mode veille permet de diminuer la consommation d'énergie liée à la charge fantôme;
- Explorer des solutions comme un chauffe-eau à la demande (un appareil qui chauffe l'eau uniquement au moment de l'utilisation, plutôt que de la garder chaude en continu) peut aussi contribuer à alléger sa facture énergétique;
- Revoir son forfait de téléphonie mobile ou d'Internet en fonction de sa consommation réelle (données, appels, vitesse requise);
- Regrouper certains services (Internet, téléphonie, assurances) pour simplifier et, parfois, réduire les coûts.

Certains de ces ajustements peuvent entraîner un coût initial plus élevé, mais permettent de réaliser des économies au fil du temps. Dans la plupart des cas, ces changements ont un effet direct sur le revenu après impôt disponible, et ils peuvent contribuer à des économies durables et libérer une marge de manœuvre dans le budget.

9—Adapter ses habitudes de transport et d'achat: certains frais de déplacement et certaines dépenses liées aux achats du quotidien peuvent s'accumuler sans qu'on s'en rende compte. En modifiant certaines façons de se déplacer ou de consommer, il est parfois possible de réduire ses dépenses sans bouleverser son mode de vie.

Par exemple:

- Opter pour le transport actif (vélo, marche) ou le transport en commun permet de limiter les factures d'essence, d'entretien et d'utilisation d'un véhicule, ainsi que le permis de conduire.
- Louer des équipements d'entretien paysager électriques – comme une tondeuse, un taille-haie, un coupe-bordure ou un souffleur à feuilles – plutôt que les acheter.
- Privilégier les activités gratuites ou les achats de seconde main, comme les vêtements ou les livres usagés.
- Opter pour des livres audio dans le cadre d'un abonnement mensuel peut revenir moins cher que d'acheter plusieurs livres individuels, surtout pour les personnes qui lisent régulièrement.

Ces stratégies pour économiser ne reposent pas sur des sacrifices majeurs, mais sur une meilleure gestion des finances personnelles. En combinant automatisation, planification et ajustements ciblés, il devient plus simple de réduire le stress financier. Ces démarches peuvent aussi aider à avoir la marge de manœuvre nécessaire pour bâtir un fonds d'urgence, tout en avançant vers ses objectifs – que ce soit l'ouverture d'un régime enregistré d'épargne-études (REEE), un projet immobilier ou l'atteinte d'un meilleur équilibre financier. ♦♦♦♦♦

Vos nouvelles RH

SEPTEMBRE : LA VRAIE RENTRÉE DES ADULTES!

On associe souvent la rentrée aux enfants qui retournent à l'école avec leurs sacs à dos flambant neufs. Pourtant, soyons honnêtes : septembre est aussi la rentrée des adultes. Que l'on travaille sur un chantier, dans l'usine ou au bureau, le mois de septembre apporte toujours cette impression de nouveau départ.

Après quelques semaines à profiter du soleil, à entreprendre des rénovations qui ont pris deux fois plus de temps que prévu ou à tenter de convaincre les enfants que « non, ce n'est pas déjà la fin des vacances », nous voilà de retour à nos activités habituelles. Et avec le retour viennent souvent les bonnes résolutions.

Un peu comme au Jour de l'An, septembre nous donne envie de repartir du bon pied. On se promet d'être mieux organisé, de répondre plus rapidement à ses courriels, de ranger son poste de travail, de nettoyer sa boîte de réception ou encore d'arrêter de chercher ce fameux outil qui disparaît mystérieusement chaque semaine. Les intentions sont excellentes. Pour leur réalisation... disons qu'il reste plusieurs mois pour y travailler!



Un petit objectif à la fois

La bonne nouvelle, c'est qu'un nouveau départ n'a pas besoin d'être spectaculaire. Il peut simplement commencer par un petit objectif. Apprendre une nouvelle compétence, améliorer une méthode de travail, offrir un coup de main à un collègue ou adopter une habitude qui facilite nos journées. Les grands changements commencent souvent par de petites actions répétées.

Septembre est aussi un bon moment pour reconnaître le travail accompli. Dans le tourbillon des projets et des échéances, on oublie parfois de prendre du recul pour constater tout ce qui a été réalisé. Pourtant, chaque contribution compte. Que vous soyez sur le terrain, à la production ou derrière un écran, votre travail participe à la réussite collective de l'entreprise.



Ensemble, c'est plus facile

Et n'oublions pas l'importance de l'esprit d'équipe. Une bonne journée est souvent celle où l'on peut compter sur ses collègues, échanger quelques rires et avancer ensemble vers un objectif commun. Après tout, les défis sont toujours un peu plus faciles à relever lorsqu'on partage le même objectif... et parfois le même café.

Alors, à l'aube de cet automne qui s'annonce bien rempli, prenons quelques minutes pour réfléchir à ce que nous aimerions accomplir d'ici la fin de l'année. Quel projet vous motive? Quelle nouvelle habitude aimeriez-vous développer? Quelle différence pourriez-vous faire dans votre équipe?

Septembre nous offre à tous une nouvelle page. Pas besoin qu'elle soit parfaite. Il suffit d'y écrire quelques bonnes idées, d'y ajouter une dose de motivation et, pourquoi pas, un peu d'humour pour traverser les prochains mois.

Bonne rentrée à tous... et courage, il ne reste qu'environ quatre mois avant les prochaines vacances! 😊

Santé et sécurité au travail

Chute de plain-pied

Les risques de chute de plain-pied concernent tous les secteurs d'activités. Contrairement à la croyance populaire, ils représentent la majorité des types de chutes au travail.

Risques et conséquences

- ✓ Glisser sur des surfaces glissantes.
- ✓ Trébucher sur une surface de plancher endommagé.
- ✓ Trébucher sur des objets dans un environnement de travail encombré.
- ✓ Heurter un équipement lors d'une chute de plain-pied.

Pistes de solutions

- ✓ Soyez formé sur les méthodes de travail appropriées liées aux risques de chute de plain-pied. Référez-vous à votre supérieur, au besoin.
- ✓ Maintenez l'environnement de travail propre, sec et dégagé.
- ✓ Portez des chaussures adaptées à votre zone de travail et aux tâches à effectuer.
- ✓ Maintenez un éclairage adéquat en tout temps.
- ✓ Signalez les surfaces endommagées et réparez rapidement celles-ci.
- ✓ Utilisez le bon nettoyant à plancher, certains laissent une fine pellicule glissante.
- ✓ Enlevez rapidement l'eau accumulée sur le plancher et utilisez de l'absorbant en cas de déversement de produits.
- ✓ Enlevez tout le matériel et la marchandise inutiles des aires de circulation.
- ✓ Méfiez-vous des surfaces inégales et des dénivellations.
- ✓ Évitez de courir dans les voies de circulation.



Questions? Contactez votre équipe SST!

Les nouveaux employés

Nom	Département
Ahmed Zerhab	Chantiers
Ali Sanou	Chantiers
Anthony Brulé	Chantiers
Carl Lefebvre	Chantiers
Catherine Leclair	Chantiers
Cobra-Jet Gabriel McLean-Feinberg	Chantiers
Dominic Pronovost	Chantiers
Éric Madore	Chantiers
Gabriel Bicari	Chantiers
Gabriel Pilon	Chantiers
Geneviève Dufresne	Chantiers
Guillaume Beaupré	Chantiers
Innocent Bahati Weza	Chantiers
Isaac Tardif	Chantiers
Jason Labarre	Bureaux
Jean-Pierrot Fournier	Chantiers
Jeremias Sirin Xicay	Usines
Jessey Clément Dompierre	Chantiers
Justin Perreault	Chantiers
Kevin Waldemar Mellado Garcia	Usines
Lisandro Antonio Avalos Gerardo	Usines
Louis Kalonji Ndaye	Usines

Nom	Département
Ludovik Chrétien	Chantiers
Luis Francisco Marroquin Ortega	Usines
Marc Gosselin	Chantiers
Marc-André Allard	Chantiers
Marco Marc-Charles Jean-Philippe	Chantiers
Marco Pablo Merida Lopez	Usines
Martin Côté	Chantiers
Mathieu Larivière	Chantiers
Maxime Forcier	Chantiers
Mehdi Ismail	Bureaux
Michel Gagné	Chantiers
Miguel Tobon	Chantiers
Nathan Bélanger	Usines
Nicolas Blakeney	Chantiers
Nicolas Parisé	Chantiers
Pierre Sagor Bamibotche	Chantiers
Raphaël Forand	Chantiers
Salah Issaq	Chantiers
Samuel Rousseau	Bureaux
Sébastien Naud	Livraison
Sergio Andres Vallejo	Usines
Silvain Cardinal	Chantiers

(suite page suivante)

Les nouveaux employés (suite)

Nom	Département
Simon Caosson Sanou	Chantiers
Stevens Georges	Chantiers
Thomas Lafrance	Chantiers
Timoteo Estuardo Hernandez Maldonado	Usines

Nom	Département
Tristan Desjardins	Chantiers
Wayne Couture	Chantiers
Xavier Cardinal-Charette	Chantiers

**Bienvenue à tous les nouveaux employés
dans la grande famille d'ABF! 😊**

Contactez-moi pour obtenir ou soumettre des
informations supplémentaires:

Mélanie Boucher

(819) 758-7501 Poste 1248

mboucher@abf-inc.com