PRÉPARER AUJOURD'HUI L'ACTION BÉNÉVOLE DE DEMAIN

LES PRATIQUES DE GESTION DES BÉNÉVOLES AÎNÉS ŒUVRANT DANS LE SECTEUR DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, PRINCIPALEMENT AUPRÈS DES AÎNÉS

BÉNÉVOLER AUTREMENT

LES BÉNÉVOLES TÉMOIGNENT

AVRIL 2011

FCABQ
FÉDÉRATION DES CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC

Bénévoler autrement

Les bénévoles témoignent

TABLE DES MATIÈRES

Mot du président de la FCABQ p. 3

Là et pas ailleurs : pour la passion *par Louise Baillargeon* p. 4

L'action bénévole autrement *par Jean Proulx* p. 4

Un cinéphile qui veut partager sa passion *par Pierre Riley* p. 5

Donner un coup de main à Robin des Bois *par Éric Poulin* p. 6

Pour le plaisir ! *par Lise Giguère* p. 6

L'action bénévole comme moyen d'intégrer la société d'accueil *par Ouassima Touahria* p. 7

Comment j'ai apprivoisé les cheveux blancs *par Solange Gagnon* p. 8

Parcours d'une bénévole comblée *par Lucille Mongrain* p. 9

Un bon côté à toute chose *par Michelle Papillon* p. 10

Aider à changer les perceptions *par Philippe Beaudoin* p. 10

La Déclaration universelle du bénévolat p. 11

Faire quelque chose de stimulant *par Johane Cantin* p.14

Venu d'ailleurs avec les mêmes valeurs *par M. Jbara* p. 14

Écouter : une richesse dans ma vie *par Marcel 2080F* p. 15

Ma vie comme un long fil d'engagement *par Andrée Hammond* p. 16

Ma vie de bénévolat *par Lucile Landry* p. 17

Une façon de remettre ce qu'on a reçu *par Agnès Richer* p. 18

Faciliter la vie chez soi des aînés *par le CAB Saint-Siméon/Port-Daniel* p. 18

Bénévole ET militante *par Gisèle Bourret* p. 19

Contrer l'exode des aînés *par le CAB de la Moraine* p. 20

Les bénévoles font la différence *par la Corporation d'habitation de Giffard* p. 20

Séduite par l'accueil de l'organisme *par Sylvie Jutras* p. 21

Un engagement de longue date *par Pauline Plourde* p. 21

« **Parce que j'aime ça !** » *par Joëlle Boulet* p. 22

Passer le flambeau *par le CAB de Waterloo* p. 23

MERCI à tous nos collaborateurs p. 24

10 ANS
2001
Année internationale des bénévoles
2011

Bénévoler autrement

Les bénévoles témoignent

L'Année 2011 marque les 10 ans de l'avènement de l'Année internationale des bénévoles 2001. Au Québec, c'est la FCABQ qui avait reçu le mandat du Gouvernement du Québec d'orchestrer la tenue de cette année thématique décrétée par l'Organisation des Nations unies. Et afin de tenir compte de la diversité des gens et des actions qui composent le mouvement bénévole québécois, l'organisation avait vu à s'assurer la collaboration de 25 représentants de différents secteurs d'activité qui ont besoin de l'aide des bénévoles afin de réaliser leur mission respective.

Michel Ratelle
Président de la FCABQ

Autant de secteurs voués au soutien ou au développement social sous toutes ses formes, autant de manières de faire, autant de pratiques gagnantes à n'en pas douter. Et j'éprouve un réel plaisir que mon premier geste posé à titre de nouveau président de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec consiste à vous présenter le présent recueil de témoignages. Moi-même bénévole, je sais combien il est important de laisser ces acteurs cruciaux de changement social parler eux-mêmes de la source et de la vision de leur engagement. De plus, leurs propos sont bien la preuve de la diversité impressionnante que la tenue de l'AIB 2001 au Québec a permis de révéler.

Car, s'ils veulent tout autant « faire du bien » à l'instar de ceux qui les ont précédés, les bénévoles d'aujourd'hui - et de demain - espèrent également pouvoir influencer concrètement les choix d'action des organismes qu'ils soutiennent et même, les choix de société.

La présidente sortante de la FCABQ, Lise Proteau, déclarait lors de la Semaine de l'action bénévole 2011 : « *Voilà des gens qui exercent une vigilance citoyenne dans toutes sortes de domaines afin de choisir la cause qui les passionne, certes, mais dont les retombées modifieront à coup sûr et de manière positive notre vie à tous.* »

Vous en voulez des exemples ? Lisez ce qui suit afin de saisir ce qui motive ces femmes et ces hommes de génération et d'horizons différents mais unis autour du même désir conscient de se dépasser, d'aller à la rencontre de l'autre, d'aider et ultimement, de compter parmi les solutions à l'injustice, à l'indifférence et au fatalisme.

Je vous invite à « écouter » ces gens engagés nous dire pourquoi et comment ils font pour changer le monde.

10 ANS
2001
Année internationale des bénévoles
2011

Bénévoler autrement

Là et pas ailleurs : pour la passion

Lorsque j'ai pris ma retraite, je voulais me donner à une activité qui, en plus de me passionner, aurait une certaine utilité. Je ne pensais pas à ce moment-là qu'il me serait possible d'atteindre ces deux objectifs en même temps.

En effet, du plus loin que je me souvienne, j'ai toujours voulu faire du théâtre et mon rêve était d'en refaire. Après plusieurs recherches, j'ai pris connaissance d'une annonce du Théâtre Fleury de Montréal qui avait besoin d'une comédienne.

Louise Baillargeon, *Auteure, metteure en scène et comédienne bénévole au Théâtre Fleury*

« En faisant cela, je veux démontrer aux personnes aînées qu'il n'est jamais trop tard pour se divertir, avoir du plaisir. »

Lors de mon entrevue, j'apprends que le Théâtre est un comité relevant du Centre Berthiaume-Du-Tremblay et que les productions sont présentées dans des résidences pour personnes aînées ainsi qu'auprès de bénévoles. Cela fait maintenant cinq ans que je m'investis dans ce bénévolat. Du plaisir à divertir comme je dis souvent!

Je consacre entre 10 et 15 heures par semaine à mon activité bénévole. En période de création ou d'apprentissage d'une nouvelle pièce, le nombre d'heures peut facilement être multiplié par deux.

En faisant cela, je veux démontrer aux personnes aînées qu'il n'est jamais trop tard pour se divertir, avoir du plaisir. C'est également très valorisant d'avoir la certitude, qu'une journée donnée, nous avons été un rayon de soleil pour plusieurs.

Toutefois, ce type d'activité bénévole comporte certaines difficultés, dont la principale réside dans le fait que la troupe est composée essentiellement d'aînés à la retraite. À l'opposé, le théâtre est une forme de bénévolat où les personnes qui s'impliquent doivent être des passionnées. Surtout en période de préparation. Nous devons alors développer des formules de travail qui permettent une rotation relativement facile entre les membres de la troupe, une formule « conciliation bénévolat -retraite en somme» ! Parce qu'évidemment, il n'est pas facile de trouver des hommes et des femmes bénévoles qui veulent s'engager aussi à fond au sein d'une troupe de théâtre.

Malgré tout, le théâtre est pour moi une passion et c'est pour cette raison que je me suis engagée là et pas ailleurs. ∂

L'action bénévole autrement

Je m'appelle Jean Proulx et j'habite Nicolet dans la région du Centre-du-Québec. Depuis septembre dernier, je suis impliqué très activement dans ce qui est devenu le *Comité Vigilance Gaz de schiste Nicolet-Yamaska*. Ce désir de m'impliquer dans ce dossier est venu lorsque j'ai constaté, avec d'autres personnes, que notre MRC refusait de demander un moratoire sur le développement de cette industrie.

Actuellement, trois puits ont été creusés sur le territoire de notre MRC, et nos maires et mairesses semblent davantage soucieux des retombées économiques que l'exploitation des gaz de schiste pourrait éventuellement procurer au détriment des risques environnementaux élevés que cela comporte.

Je me suis impliqué dans ce dossier parce que je trouve inacceptable que nos élus-es subordonnent la santé et la qualité de vie de la population à des considérations bassement économiques, d'autant plus qu'il reste à voir à qui profitera réellement le développement des gaz de schiste.

Depuis toujours, je me suis impliqué dans différentes causes. Je crois que c'est notre devoir de citoyen et de citoyenne de le faire chaque fois que l'on se trouve confronté à ce qui nous apparait être une injustice. Cela demande beaucoup de temps et d'énergie, mais c'est à cette condition seulement que l'on peut changer des choses.

Il ne faut pas remettre le pouvoir totalement aux mains de nos élus -es. Il faut les surveiller. Le dossier des gaz de schiste constitue un bel exemple de la force de la population, qui a réussi à faire reculer le gouvernement.

« Je crois que c'est notre devoir de citoyen et de citoyenne de le faire chaque fois que l'on se trouve confronté à ce qui nous apparait être une injustice. »

Jean Proulx, *Chercheur et citoyen engagé dans la défense de dossiers collectifs*

Même si tout est loin d'être joué, il s'agit d'une grande victoire citoyenne, et je suis heureux d'y avoir participé. ∂

Bénévoler autrement

Un cinéphile qui veut partager sa passion

Je * vous présente ici le portrait d'un bénévole dont l'activité est tout sauf habituelle, lorsque l'on parle d'action bénévole.

La « vocation » de ce bénévole débute lorsque, jeune enfant, le père de Serge April (c'est de ce dernier dont il s'agit) l'amenait lorsqu'il présentait un film à la salle de cinéma locale, à Asbestos. À partir de là, tout s'enclenche. Dès son plus jeune âge, Serge se met à la réalisation de ses propres films.

Les rencontres de famille inspirent abondamment ses premiers sujets. Serge installe même une salle de cinéma dans le sous-sol de la maison de ses parents. C'est le début d'une aventure qui dure depuis maintenant plus de 50 ans !

Un artiste passionné et engagé

Arrivé dans la grande ville de Montréal, Serge se découvre une passion pour la culture. Il choisit ainsi son premier appartement en fonction de la possibilité d'y installer une salle de cinéma et d'inviter ses amis une fois par mois à partager avec eux sa passion du cinéma. Il présente régulièrement des films interdits dans les cinémas traditionnels, ainsi que du cinéma de répertoire, une forme cinématographique moins courante.

Mais son dévouement à faire découvrir gratuitement des œuvres cinématographiques de qualité à son entourage ne s'arrête pas là. Il s'engage également dans plusieurs causes: la défense des droits des gays et lesbiennes, la libération de prisonniers espagnols (à cette époque, la guerre civile et le franquisme font rage en Espagne), la défense de la langue française, pour ne nommer que celles-là.

Encore une fois, Serge ne manque pas une occasion de mettre à profit ses passions dans toutes les causes qu'il défend. En effet, il adore dessiner et il est régulièrement chargé de préparer les affiches des diverses manifestations.

Un prétexte à la rencontre avec les autres

Depuis près de 50 ans, Serge ouvre la porte de son appartement une quarantaine de fois par année à ses amis et invités pour des activités souvent en lien avec les grands événements qui se déroulent un peu partout au Québec et à Montréal. En plus d'une présentation mensuelle régulière, cet amoureux de l'art sous toute ses formes ne manque pas de souligner à sa façon les *Journées de la culture*, le festival *Ciné Gay*, la compétition annuelle des feux d'artifice avec sa série *Tout feux – Tous Films,* en terminant avec *Cinétrenne,* un clin d'œil au Temps des Fêtes.

Le cinéma est pour Serge un prétexte à la rencontre. En 2009, Serge recevait son 10 000ième visiteur dans sa salle de cinéma ! Et en 2010, sa salle de cinéma-maison célébrait plus de 25 ans à la même adresse, sur la rue Dufresne. Parmi ces visiteurs, on compte, notamment, des écrivainEs, des libraires, des journalistes, des camionneurs, des bibliothécaires, des artisans et bien sûr, l'auteur de ce texte.

Encore aujourd'hui les projections attirent près d'une vingtaine de personnes à chaque rencontre. Serge remet à chacune des personnes présentes un programme-souvenir de la soirée et les cinéphages ont droit au traditionnel popcorn et à la bière d'épinette.

Après la rencontre, ce sont les échanges entre les personnes présentes autour d'un bon café qui termine la soirée en beauté. Et Serge ne manque jamais de recueillir les impressions et commentaires de ses invités dans son livre d'or à propos du film présenté. Sa salle de cinéma sert aussi à des lancements de disque, de films et de livres.

Un engagement libre de tout

Lorsque l'on est soi-même bénévole et que l'on fréquente le cinéma-maison de Serge April, on arrive à se demander pourquoi choisir ce moyen plutôt que de s'inscrire auprès d'un organisme communautaire. La réponse de Serge vient rapidement et elle est franche : il a une liberté absolue dans son engagement et il n'est pas obligé de se plier à des règles. C'est lui qui établit les siennes et c'est encore lui qui en détermine le rythme.

Et pourquoi continuer après toutes ces années ? Serge est encore enjoué par le cinéma et la présence assidue de personnes à toutes ses présentations lui permet de croire que l'intérêt est toujours présent. De plus, le cinéma est toujours d'actualité et il reste encore une multitude d'œuvres à visionner.

Serge est maintenant un préretraité et en ce moment, il prépare le 50ième anniversaire de sa salle de cinéma *Ciminima*. Pour l'occasion, il présentera de ses propres réalisations de films et montages qu'il a réalisés depuis un demi-siècle.

Longue vie au *Ciminima* .∂

Serge April,
un amoureux inconditionnel du cinéma, devant l'entrée de sa salle de projection personnelle, le Ciminima.

« (…) on arrive à se demander pourquoi choisir ce moyen plutôt que de s'inscrire auprès d'un organisme communautaire. (…) Il a une liberté absolue dans son engagement et il n'est pas obligé de se plier à des règles. »

** À titre de fan régulier des projections du Ciminima, Pierre Riley, directeur général de la FCABQ, a voulu faire découvrir une forme inusité de bénévolat qui permet des rencontres enrichissantes avec les autres par le biais de l'art.*

Bénévoler autrement

Donner un coup de main à Robin des Bois

Il y a de ces idées qui marquent l'esprit autant par leur simplicité et leur audace et dont l'accomplissement réussit à venir chercher le meilleur de nous-mêmes.

Il y a 18 mois déjà que j'ai la chance de découvrir l'aboutissement de l'une de ces idées en l'un de nos joyaux montréalais, le restaurant Le Robin Des Bois.

Éric Poulin,
Cadre, serveur bénévole au restaurant Le Robin Des Bois

« Le besoin de donner de mon temps m'est venu à travers le désir de participer à quelque chose de plus grand que soi. »

Le besoin de donner de mon temps m'est venu à travers le désir de participer à quelque chose de plus grand que soi. Ayant pris part comme bénévole à l'Opération Nez-Rouge à trois reprises, j'ai rapidement découvert le plaisir d'aider la collectivité d'une manière originale, tout en rencontrant des gens dévoués et passionnés.

Cette activité étant limitée au temps des Fêtes, il fut plus qu'agréable de trouver un endroit où je peux effectuer du bénévolat régulièrement malgré mon horaire chargé. J'y effectue le service aux tables comme serveur avec un très grand plaisir !

Je consacre entre trois et cinq heures par semaine au resto, le reste de mon temps étant occupé par mon emploi et mon rôle de père. J'éprouve tout simplement un grand plaisir à prendre part à une organisation qui redonne à la société.

L'idée de départ m'a totalement séduit. De plus, l'accueil du personnel du Robin envers ses bénévoles est tout simplement admirable et je m'y sens maintenant comme chez moi. ∂

Pour le plaisir !

Après avoir travaillé 35 ans auprès des malades et des personnes âgées, j'ai eu envie de voir autres choses. Nouvellement arrivée à Baie-du-Febvre, j'ai fait partie du Conseil de Fabrique à titre de marguillère et six ans plus tard, j'en ai accepté la présidence, un poste que j'ai comblé durant trois ans. Je me suis aussi impliquée au niveau de la pastorale durant quelques années.

Mais le fait d'être de plus en plus connue dans mon milieu m'a valu d'être sollicitée pour d'autres formes de bénévolat. C'est ainsi que je suis devenue la «quêteuse» du village en faisant du porte-à-porte pour la Fondation des maladies du cœur, la Société canadienne du cancer, le Noël du pauvre, Centraide, entre autres.

C'est avec un grand plaisir que j'ai fait partie du conseil d'administration du CAB du Lac St-Pierre durant 6ans. Aujourd'hui, je suis membre de la Table de concertation sur l'engagement social et bénévole, un comité de réflexion chapeauté par le CAB depuis 2007. Je donne aussi un coup de main au service d'impôt.

Comme on revient toujours à nos premières amours, je fais également du bénévolat au CHSLD Lucien-Shooner de Pierreville. Je me sens bien auprès des personnes âgées.

Au cours de l'année 2010, j'estime avoir investi environ 152 heures en bénévolat, des heures que je qualifie comme étant très enrichissantes et valorisantes. ∂

« Comme on revient toujours à nos premières amours, je fais également du bénévolat au CHSLD Lucien-Shooner de Pierreville Je me sens bien auprès des personnes âgées.»

Lise Giguère,
Bénévole auprès des aînés, « quêteuse du village », membre de c.a.

Bénévoler autrement

L'action bénévole comme moyen d'intégrer la société d'accueil

Je suis arrivée au Canada comme étudiante étrangère depuis plus de deux ans, mon but étant de mener des études de deuxième cycle.

Aussitôt arrivée à Montréal, j'ai contacté Le Service Bénévole de l'Est de Montréal (SBEM), car je voulais m'impliquer socialement mais j'avais de la difficulté à choisir un organisme qui m'intéresse !

Avec cette visite, la personne ressource au SBEM m'a aidé à bien cerner les domaines qui m'intéressent et les gens que j'aimerais aider. Finalement, mon choix s'est arrêté sur le Regroupement des Aveugles et Amblyopes du Montréal Métropolitain (RAAMM), il s'agit donc d'un organisme d'aide et d'orientation offerts aux malvoyants. Avoir des personnes aveugles dans ma famille m'a vraiment incité à choisir cet organisme et je me suis sentie obligée de les aider et de les soutenir.

Après mes premiers accompagnements, j'ai réalisé que mon aide n'est qu'une surface. En réalité, ce sont ces personnes même qui m'aident !

À raison de 3 heures par semaine, les moments passé à leur côté, me font remarquer plusieurs avantages dont je bénéficie, et dont,- il faut le dire- je suis rarement satisfaite. Le contentement est devenu ainsi la première leçon acquise auprès d'eux.

J'ai également remarqué que ces personnes font preuve d'un courage et d'un optimisme hors du-commun, ce qui ne tarda pas à m'influencer et m'inspirer une force nécessaires pour faire face aux difficultés de la vie loin de ma patrie.

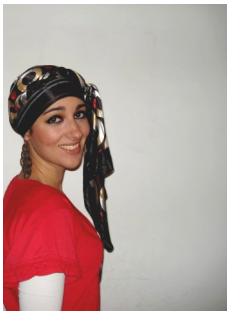
Mon expérience auprès de la RAAMM me donna le goût d'aller encore plus loin, je recontactai donc le SBEM pour vérifier s'ils ont des projets en lien avec mon domaine d'étude, l'interculturel; je me retrouvai donc dans l'équipe de Fimba Tankoano, le meneur d'un projet assez ambitieux : « Le bénévolat, une participation citoyenne et inclusive au service de la communauté montréalaise ».

C'est un projet qui veut promouvoir le bénévolat auprès de la communauté Montréalaise interculturelle, il m'a permis de mettre en pratique ce que j'apprends en université. Il est vrai que je n'étais pas rémunérée pour ce travail, mais j'ai acquis tant de connaissances et j'ai rencontré beaucoup de personnes si impliqués et passionnés !

Le dernier organisme que j'ai rejoint s'appelle La Maisonnée, j'ai été tutrice d'anglais (pas pour longtemps malheureusement, pour un conflit d'horaire), en aidant des élèves, adolescent ou immigrants, dans leur devoir et en les encourageant dans leur parcours scolaire. Cette courte expérience me donna le sentiment de responsabilité, et me montra la grande influence qu'on peut exercer sur d'autres personnes! Et quelle fût ma joie quand j'ai vu mon élève réussir son examen !

Finalement, comme étant une algérienne et faisant partie d'une famille Arabo-musulmane, aider les personne n'est pas perçu chez nous comme une charge ou une obligation, mais plutôt une culture, une tradition, un héritage dont on ne réfute plus la nécessité ni le bénéfice. Mais j'ai appris encore, que le bénévolat est une occasion de réseautage, d'apprentissage et d'affirmation de soi. ∂

Ouassima Touahria,
Étudiante étrangère et bénévole au sein de différents organismes montréalais



« Il est vrai que je n'étais pas rémunérée pour ce travail, mais j'ai acquis tant de connaissances et j'ai rencontré beaucoup de personnes si impliquées et passionnées ! »

Bénévoler autrement

Comment j'ai apprivoisé les cheveux blancs

«À chacun sa mission», c'est le titre d'un livre écrit par Jean Monbourquette. Très révélateur ! Pour ma part, je pense que c'est au Projet Changement que j'ai trouvé, sinon ma mission, l'une de mes missions… C'était au début des années 2000.

Vieillir me faisait peur et me fait toujours un peu peur. Cependant, au contact des membres du Projet Changement, 50 ans et plus, j'ai non seulement connu un organisme communautaire aux activités nombreuses et passionnantes, mais j'ai rencontré une «seconde famille». C'est clair, ce sentiment d'appartenance me rend la vie beaucoup plus agréable.

Solange Gagnon,
Bénévole au Projet Changement 50 ans et plus *à Montréal*

« Parce que donner implique recevoir et que c'est bon de partager ma passion pour la créativité avec les femmes aînées. »

Mes premières années au sein du Projet Changement m'ont fait apprivoiser… les cheveux blancs et découvrir la force de l'âge. Je participais à des activités physiques et culturelles, jusqu'au jour ou l'on m'approcha pour faire partie du conseil d'administration. Pendant deux mandats, j'ai occupé le poste de vice-présidente au sein d'une équipe engagée et dynamique. En mai 2008, le Projet soulignait mes cinq ans de bénévolat. Déjà …

Nous sommes en 2011. Je suis encore bénévole au Projet Changement et je le dis sans fausse honte : c'est par égoïsme. Oui, oui. Parce que donner implique recevoir et que c'est bon de partager ma passion pour la créativité avec les femmes aînées. J'en ressens les échos et le rayonnement jusque dans ma vie personnelle. Donc, passionnée par la créativité j'anime des ateliers basés sur le collage, le découpage et les couleurs. Je donne déjà depuis plusieurs années des sessions d'automne et d'hiver, à raison de huit ateliers de trois heures chacun. C'est un régal. C'est la découverte. Comme je dis toujours aux participantes, la créativité, c'est l'art de laisser aller son imagination vers des destinations inconnues. Sans jugement, sans comparaison. Quel beau programme !

Fondé depuis 40 ans, le Projet Changement est un centre communautaire dont l'un des buts est de répondre aux besoins de socialisation et de partage des ainés. C'est un milieu de vie chaleureux et énergisant auquel j'adhère avec un plaisir non dissimulé … ∂

Se rendre utiles ensemble

Nous avons obtenu l'information d`une ancienne collègue de travail de Denise qui était bénévole elle-même. Et ayant du temps de libre, nous avons décidés d`aller voir comment nous pourrions être utiles en partageant notre temps ensemble. Après avoir reçu de l`information sur les besoins de l`action bénévole, nous avons opté pour faire des impôts à la maison.

Avant la saison des impôts, nous avons reçu 25 heures de formation. Pendant la saison des impôts (février, mars et avril), nous faisons environ une douzaine d`heures par semaine chacun; ce qui représente 288 heures de bénévolat.

Nous sommes aussi bénévoles pour la préparation de paniers de Noël, à la Paroisse Saint-Frédéric de Drummondville pour la préparation et la distribution de paniers de Noël pour les gens démunis et lors de la Guignolée avec le Comptoir alimentaire Drummond.

Nous estimons à 60 heures les heures que nous y avons consacrées. En donnant de notre temps de cette manière, nous avons le sentiment d`être utile et de partager nos connaissances pour aider des gens qui en ont besoin. Par la même occasion, nous en retirons une expérience qui est enrichissante pour nous.

Nous avons choisi de devenir bénévoles du Centre d'action bénévole Drummond parce que nous avons découvert que ses actions avaient une répercussion majeure sur la population de notre région.

De plus, nous avons en tant que bénévoles un très bon soutien de la direction et des employées du CAB. C'est ce qui nous donne ce sentiment d`être importants. ∂

« Nous avons choisi de devenir bénévoles du Centre d'action bénévole Drummond parce que nous avons découvert que ses actions avaient une répercussion majeure sur la population de notre région. »

Denise et Yvon Bédard,
Bénévoles à la Clinique d'impôts du CAB Drummond

Bénévoler autrement

Parcours d'une bénévole comblée

Faire du bénévolat, c'est quoi? C'est donner de son temps en pensant recevoir une paye? Non, bien entendu. Pour moi, c'est de se sentir utile et satisfaite de pouvoir donner tout en recevant beaucoup. Rien ne peut dépasser ce sentiment. Ça aide à rester jeune, à oublier mes petits bobos et il n'y a pas de prix pour ça !

Je fais un retour dans le temps, il y a une bonne trentaine d'années, où j'étais bénévole pour le Club Optimiste. Aider les jeunes, les impliquer dans le sport, être là pour les écouter et les motiver, leur donner un bagage de connaissances pour leur vie d'adulte. C'était notre force et un plaisir continuel. Imaginez, organiser 40 activités en 52 semaines et ce, année après année. Ne me demandez pas le nombre d'heures, c'était presque du temps plein et ça me fait un peu peur d'y penser !

Mais j'ai réussi à le faire et même plus, car dans les moments libres, je m'amusais à fleurir mon beau village. Plusieurs heures à mettre en terre de jolies fleurs tout en étant consciente d'apporter plein de soleil à mes concitoyens, quoi de plus agréable ?

Puis, le temps a passé. Mes merveilleux enfants ont quitté la maison, fondé leurs familles. Mes petits-enfants ont grandi et n'avaient plus les mêmes besoins alors j'ai senti en moi comme un vide. Il me manquait quelque chose et je cherchais une solution pour combler ce manque. Mais quoi?

C'est là que le Centre d'action bénévole des Riverains est entré dans ma vie, comme une étoile dans mon cœur. Une équipe formée de merveilleuses personnes qui, tout en aidant les jeunes, m'ont permis de retrouver un peu de ma jeunesse. Ils m'ont demandé si je voulais être bénévole et entrer dans la belle aventure du Courrier des Enfants. J'ai dit oui, sans hésiter.

Ainsi, depuis plusieurs années, je réponds aux lettres des enfants et j'y mets tout mon cœur. J'ai le plaisir de parler avec eux par l'écriture, je les encourage et les motive quand ils me racontent leurs belles journées avec leurs mots à eux et leurs beaux dessins. Ce sont des rayons de soleil pour moi.

Mais aussi, il y a des lettres un peu plus tristes, l'enfant qui me dit avoir perdu un être cher ou l'autre qui a des chicanes avec des amis. Ça me fait toujours un peu mal car je comprends que pour eux, ce sont de gros problèmes. J'essaie alors de mon mieux, par l'écriture, à adoucir leur peine et à mettre du soleil dans leur vie !

Toutefois, il me manquait toujours ce précieux contact direct avec les enfants. C'est alors que l'équipe du Centre d'action bénévole m'a offert une autre chance, celle de faire partie d'un nouveau défi: le projet Lire et faire lire ! Wow! C'était ce que je cherchais, ce que j'attendais depuis plusieurs années !

En entrant dans la classe de maternelle, je retrouve enfin cette joie qui me manquait tant. En regardant leurs visages souriants, j'ai hâte de m'installer avec les beaux livres pleins d'images et de couleurs. Je perds 10 ans, instantanément, je m'installe à la petite table, on se colle et j'entre dans leur imaginaire …

Il n'y a plus qu'eux et moi, moi et eux …j'observe l'émerveillement dans leurs yeux à chaque page que l'on anime ensemble, je partage leurs éclats de rire, je suis comme un poisson dans l'eau! Et il y a toutes ces questions. « Pourquoi t'a des plis dans ton visage? »; « pourquoi sur tes mains, tes veines sont grosses? » Et je leur réponds que chaque pli et chaque veine sont des marques d'amour que les enfants m'ont données au fil du temps.

Je ne veux pas qu'ils aient peur de vieillir, je veux qu'ils associent les marques du temps à quelque chose de positif. Quand ils me flattent le dos de leurs petites mains, je me sens comme un bibelot de porcelaine qu'ils veulent protéger. C'est magique!

Je voudrais que tout le monde puisse avoir la chance, au moins une fois dans leur vie, de connaître un tel bonheur. Et ce bonheur, le bénévolat peut nous l'apporter, j'en ai la preuve!
Le bénévolat pour moi, c'est une belle histoire qui me fait comprendre, jour après jour, une magnifique leçon de vie; celle du respect, de l'amitié et du partage.

Merci à Marie-Claude et à toute sa belle équipe du Centre d'action bénévole des Riverains de me permettre à chaque semaine de recevoir cette belle chaleur dans mon cœur de grand-maman ! ∂

Lucille Mongrain,
Bénévole au Courrier des Enfants et au Service Lire et faire lire du Centre d'action bénévole des Riverains à Sainte-Anne-de-la-Pérade

« En entrant dans la classe de maternelle, je retrouve enfin cette joie qui me manquait tant. En regardant leurs visages souriants, j'ai hâte de m'installer avec les beaux livres pleins d'images et de couleurs. ! »

Bénévoler autrement

Un bon côté à toute chose

On peut dire que je suis bénévole à temps plein. C'est suite à un accident d'automobile que j'ai découvert les services du centre d'action bénévole. Ces services ont été si importants pour moi que je me suis dit que si un jour, j'avais l'occasion de rendre les services que j'avais reçus, je le ferais.

Mon accident ayant laissé des séquelles importantes, les médecins ont signé mon arrêt de travail permanent.

Donc, jeune retraitée (si on peut dire) à 38 ans, j'ai commencé à faire du bénévolat, au début en effectuant la livraison de la popote roulante puis, en faisant de l'accompagnement-transport.

Puis, il y a quelques années de cela, ont débuté les carrefours d'information pour aînés. Mon engagement est pour moi comme un investissement et comme pour un investissement financier, en cas de doute, mieux vaut ne pas investir. Toutefois, je me dois de dire que je n'ai jamais eu de doute et je me suis investie totalement dans ce nouveau projet.

J'investis de mon temps et les dividendes sont plus que généreux alors que les risques sont plutôt faibles (encore une petite référence financière). Savoir qu'une personne qui sort de mon bureau est rassurée parce que j'ai pu l'aider et de savoir qu'elle repart mieux informée est le meilleur des salaires.

Bon bénévolat ! ∂

Michelle Papillon,
Bénévole au Carrefour d'information pour aînés du CAB D'Autray (Berthierville)

« Savoir qu'une personne qui sort de mon bureau est rassurée parce que j'ai pu l'aider et de savoir qu'elle repart mieux informée est le meilleur des salaires. »

Aider à changer les perceptions

Depuis plus de trois ans, je suis intervenant bénévole pour le Groupe de recherche et d'intervention sociale de Montréal (GRIS-Montréal). Le GRIS-Montréal est un organisme communautaire de démystification de l'homosexualité et de la bisexualité. Cette démystification se fait par le biais d'interventions auprès des étudiants, principalement du secondaire. Je suis aussi impliqué dans le comité recherche de l'organisme et serai formateur d'ici l'automne. En tout et partout, j'évalue à une centaine d'heures par année mon implication bénévole au GRIS.

Pourquoi faire du bénévolat au GRIS-Montréal? Il y a certes dans ces interventions que je fais l'espoir de changer les perceptions qu'ont les jeunes de l'homosexualité et de permettre à des jeunes gays et lesbiennes de mieux se sentir dans leur peau. Avec, en filigrane, de faire le pont entre vie personnelle et changement social et d'atténuer l'homophobie.

Je tenais à ce type de bénévolat – plutôt que, par exemple, faire partie d'un conseil d'administration – pour ce qu'il m'apporte d'actions concrètes et ancrées, si je peux m'exprimer ainsi, au terrain.

De plus, cette action a un début, un déroulement et une fin qui tient en peu d'heures, ce qui me convient parfaitement. Enfin, que dire des réactions des jeunes rencontrés, lesquelles, positives ou négatives, nous sont livrées en temps réel. ∂

« Je tenais à ce type de bénévolat – plutôt que, par exemple, faire partie d'un conseil d'administration – pour ce qu'il m'apporte d'actions concrètes et ancrées, si je peux m'exprimer ainsi, au terrain. »

Philippe Beaudoin,
Gestionnaire de projets et bénévole à GRIS-Montréal

Bénévoler autrement

La Déclaration Universelle du Bénévolat

The International Association for Volunteer Effort **(IAVE) a été créé en 1970 par un petit groupe de femmes de différents pays partageant la même vision sur la capacité des bénévoles à contribuer à solutionner les problèmes sociaux et humains et à créer des ponts favorisant la compréhension entre tous les peuples. C'est ainsi que IAVE travaille à développer les échanges internationaux et le partage d'expertises, dans le but d'encourager et de renforcir le mouvement bénévole à travers le monde.**

L'idée de faciliter la contribution vitale des bénévoles et reconnaître leurs mérites en les consacrant par une Année internationale des bénévoles (AIB) à l'aube du XXIème siècle a vu le jour lors des délibérations de plusieurs des plus importantes organisations non - gouvernementales internationales telles que, l'Association internationale pour le volontariat (IAVE), le Centre européen de volontariat (CEV) qui regroupe vingt mille associations de volontariat et l'Alliance mondiale des unions chrétiennes féminines (YWCA) qui compte vingt - cinq millions de membres dans le monde entier. Ce concept a également émergé pour la première fois au sein du système des Nations Unies lors d'un forum organisé au Japon en 1996 par le programme des Volontaires des Nations Unies (VNU) et l'Université des Nations Unies (UNU).

IAVE est présent dans une centaine de pays et son action est axée autour des volets suivants : la présentation de congrès internationaux, le soutien à la création et au développement de centres d'action bénévole, la formation, l'information et la promotion auprès du public, la participation des jeunes à l'effort bénévole et les services aux membres.

Le bénévolat est un pilier fondamental de la société civile. Il donne vie aux aspirations les plus nobles de l'être humain – la recherche de la paix, de la liberté, de l'égalité des chances, de la sécurité et de la justice pour tous.

À l'ère de la mondialisation et du changement constant, le monde devient plus petit, plus interdépendant et plus complexe. Le bénévolat, qu'il s'agisse d'une action individuelle ou collective, est une voie par laquelle :

les valeurs humaines de la communauté, l'aide mutuelle et les services peuvent être maintenus et renforcés ;

les individus peuvent exercer leurs droits et responsabilités en tant que membres de communautés, en apprenant et en évoluant tout;

les liens peuvent être établis par delà les différences qui nous séparent, de sorte que nous puissions vivre ensemble dans des communautés saines et viables, en travaillant à l'unisson pour rechercher des solutions innovatrices à nos défis communs et modeler nos destinées collectives.

À l'aube du nouveau millénaire, le bénévolat est un élément essentiel dans toutes les sociétés. Il met en pratique, efficacement de surcroît, la déclaration des Nations Unies qui stipule que « Nous, les peuples », avons le pouvoir de changer le monde.

§§§

La présente déclaration soutient le droit à toute femme, homme ou enfant, de s'associer librement et de faire du bénévolat, quels que soient leurs origines culturelles et ethniques, leur religion, leur race, leur sexe, et leur condition physique, sociale ou matérielle. Toute personne au monde devrait avoir le droit d'offrir gratuitement de son temps, de son talent et de son énergie aux autres et à leurs communautés respectives, par le biais d'une action individuelle ou collective et ce, de manière désintéressée.

Bénévoler autrement

La Déclaration Universelle du Bénévolat (suite)

Nous souhaitons que le bénévolat se développe de sorte à :

provoquer la participation de toute la communauté à l'identification et à la prise en charge de ses problèmes ;

donner une voix à ceux qui ne peuvent pas s'exprimer ;

permettre aux autres de participer en tant que bénévoles ;

compléter – mais pas remplacer – une action responsable de la part d'autres secteurs, ainsi que les efforts des employés payés ;

permettre aux gens d'acquérir des connaissances et des compétences nouvelles, de s'épanouir et de développer leur autosuffisance et leur créativité personnelles ;

promouvoir la solidarité familiale, communautaire, nationale et mondiale.

Nous avons la conviction que les bénévoles, ainsi que les associations et les communautés qu'ils servent, partagent la responsabilité de :

créer des environnements dans lesquels les bénévoles font un travail utile et aident ainsi à atteindre les résultats escomptés ;

définir les critères de la participation bénévole, dont les conditions sous lesquelles l'association et le bénévole mettront fin à leur engagement réciproque et développer des polices afin de guider l'activité bénévole ;

prévoir des couvertures adéquates contre les risques encourus par les bénévoles et ceux qu'ils servent ;

fournir aux bénévoles une formation appropriée, une évaluation régulière et leur témoigner de la reconnaissance ;

assurer l'accès à tous, en faisant tomber les barrières à leur participation, qu'elles soient de nature physique, économique, sociale ou culturelle.

§§§

En tenant compte des droits fondamentaux de l'homme tels qu'ils sont exprimés dans la Déclaration des Droits de l'Homme des Nations Unies, des principes du bénévolat et des responsabilités des bénévoles et des associations dans lesquelles ils sont engagés, nous exigeons :

Que tous les bénévoles :

déclarent leur foi en l'action bénévole en tant que force créatrice et médiatrice qui :

construit des communautés saines et viables qui respectent la dignité de tous ;

donne à tous la possibilité d'exercer leurs droits en tant qu'êtres humains et donc d'améliorer leurs vies ;

contribue à résoudre les problèmes sociaux, culturels, économiques et environnementaux ; et

construit une société plus humaine et plus juste en favorisant la coopération mondiale.

Bénévoler autrement

La Déclaration Universelle du Bénévolat (suite)

Que les dirigeants :

de tous les secteurs se regroupent et créent des « centres d'action bénévole » locaux et nationaux forts, visibles et efficaces ;

du gouvernement assurent le droit à chacun d'être bénévole, qu'ils fassent tomber toute barrière légale à la participation, qu'ils engagent des bénévoles dans leur travail et qu'ils fournissent les ressources nécessaires aux ONG afin de promouvoir et de soutenir la mobilisation et la gestion efficace des bénévoles ;

des entreprises encouragent et facilitent la participation de leurs employés au sein de la communauté en tant que bénévoles et qu'ils engagent les ressources humaines et financières permettant le développement des infrastructures nécessaires à l'activité bénévole ;

des médias diffusent des histoires relatives aux bénévoles ainsi que l'information qui encouragerait les gens à faire du bénévolat et les assisterait dans cette démarche ;

de l'éducation encouragent et assistent les personnes de tout âge à faire du bénévolat, en créant des perspectives qui les feront réfléchir sur et apprendre de leur service ;

religieux affirment le bénévolat comme réponse appropriée à l'appel spirituel de tous à servir ;

des ONG créent des environnements organisationnels qui soient favorables aux bénévoles et qui engagent les ressources humaines et financières nécessaires à l'embauche efficace des bénévoles.

Que les Nations Unies :

déclarent ceci comme étant la « Décennie des bénévoles et de la société civile », en reconnaissance au besoin de renforcer les institutions de sociétés libres ; et

reconnaissent le « B rouge » comme étant le symbole universel du bénévolat.

L'IAVE encourage les bénévoles et les dirigeants de tous les secteurs de par le monde à s'ériger en partenaires, afin de promouvoir et d'encourager un bénévolat efficace, accessible à tous, comme symbole de solidarité parmi tous les peuples et toutes les nations. L'IAVE invite la communauté bénévole mondiale à étudier, discuter, approuver et faire de la Déclaration Universelle du Bénévolat une réalité.

§§§§§§

Adoptée par le conseil d'administration international de l'IAVE – La 16e Conférence mondiale sur les bénévoles de l'Association internationale pour l'effort bénévole (traduction littérale en anglais: *The International Association for Volunteer Effort*)**, Amsterdam, Les Pays-Bas, janvier 2001, l'Année Internationale des Bénévoles.**

Bénévoler autrement

Faire quelque chose de stimulant

Depuis l'ouverture du Musée de la Civilisation de Québec, il y a une vingtaine d'années, ma famille et moi avons adopté ce lieu et j'y emmenais mes enfants au moins six fois par année. L'esprit convivial qui y règne toujours aujourd'hui nous a immédiatement conquis.

Comme le temps passe très vite, ma vie professionnelle s'est arrêtée et j'ai fait des plans de retraite qui m'ont tout naturellement emmenée, entre autres, à faire du bénévolat au Musée de la Civilisation, d'autant plus que je puis souvent m'adresser en anglais aux visiteurs en raison de la situation touristique stratégique de l'établissement.

Johane Cantin, *Bénévole au Musée de la Civilisation, à Québec*

« (…) il est toujours très agréable de se préparer pour aller « bénévoler « au Musée puisque nous savons que nous y trouverons des gens souriants et ouverts à la découverte. »

Nous avons bénéficié d'une formation solide qui nous a permis de connaître les dessous du fonctionnement d'un musée et d'approfondir des sujets utiles liés aux différents rôles que nous devons jouer. Qu'il s'agisse d'assurer un service auprès des abonnés, de distribuer des audio-guides, de rédiger des bulletins, de préparer des envois postaux ou d'accueillir des invités qui assistent à des événements particuliers, il est toujours très agréable de se préparer pour aller « bénévoler « au Musée puisque nous savons que nous y trouverons des gens souriants et ouverts à la découverte.

En toute saison, les bénévoles qui le désirent, et selon les besoins du musée, offrent leurs services plusieurs fois par semaine. Il en va de même pour la semaine de relâche pendant laquelle des bénévoles qui travaillent encore vont même jusqu'à organiser leurs horaires pour être disponibles tant l'atmosphère qui règne au musée à cette période est énergisante.

Il faut ajouter que ce type de bénévolat est toujours très stimulant puisque les expositions changent régulièrement et qu'il est ainsi possible de nourrir l'esprit d'éléments parfois flous qui prennent forme grâce à l'imagination débordante des concepteurs.

Ma première petite-fille naîtra bientôt et je compte bien lui faire découvrir le Musée de la Civilisation, surtout qu'il s'y trouve un atelier de déguisements recréant l'univers des contes de fées. On y a même pensé aux adultes qui peuvent revêtir des costumes correspondant à ceux qu'ont choisis les enfants. ∂

Venu d'ailleurs avec les mêmes valeurs

Je suis M. Jbara et je suis un immigrant installé à Toronto depuis le mois d'août 2007. Marié, j'ai un enfant et j'ai commencé à faire du bénévolat avec le Centre francophone de Toronto.

Je me suis engagé dans plusieurs programmes : accueil, promotion et communication et la clinique d'impôts, surtout la clinique d'impôts. Parce que je possède une formation en finances et en comptabilité (je peux ainsi faire profiter les autres de mes connaissances) et par ailleurs, parce que je considère que le fait de donner de mon temps me permet d'aider les membres et les usagers du Centre francophone de Toronto, tout en me permettant d'établir des liens avec des gens venant d'autres pays et d'origines.

Aider les gens à préparer leur impôt et surtout ceux qui gagnent des petits salaires, c'est un geste que je considère comme étant noble et cela vient de la personnalité de la personne.

Grâce au Centre francophone de Toronto, je pratique et je parle ma deuxième langue qui est le français et avec laquelle je me sens à l'aise. Le fait de faire du bénévolat dans le système anglo-saxon est monnaie courante ici parce que ça fait partie de la vie quotidienne des gens. Et l'intégration de tout le monde dans le circuit social dès son jeune âge est très importante pour préparer les citoyens du futur. Je ne suis pas né au Canada mais au Maroc, et j'ai vécu surtout à Casablanca où j'ai eu une éducation de mes parents qui me permet d'avoir le sens de l'engagement sans être anglo-saxon.

Finalement, je ferai toujours du bénévolat et jusqu'à la fin de mes jours ! En fin de compte, le bénévolat, c'est une véritable passion et je me considère comme étant une personne capable de transformer pour le mieux notre collectivité. ∂

« Je ferai toujours du bénévolat et jusqu'à la fin de mes jours ! En fin de compte, le bénévolat, c'est une véritable passion et je me considère comme étant une personne capable de transformer pour le mieux notre collectivité. »

Bénévoler autrement

Écouter : une richesse dans ma vie

Il y a plus de trente ans, j'avais entendu quelqu'un parler de son bénévolat à Tel-Aide, de l'écoute qu'il offrait à des personnes en détresse. Je m'étais dit que c'était là un engagement qui pourrait me convenir. Mais j'avais plusieurs activités, mon métier et ma famille m'occupaient beaucoup et cette idée était demeurée dans un recoin de mon cerveau sous forme de velléité.

Beaucoup plus tard, une fois à la retraite, une annonce dans un journal a ranimé le désir : j'avais du temps à donner, j'éprouvais le besoin de me sentir utile, je me reconnaissais la capacité d'écouter. Je me suis donc inscrit et j'ai suivi la formation. Cela fait maintenant sept ans et demi et je suis encore très heureux d'avoir pris cette décision.

À chaque quart que j'assume, j'accompagne par l'écoute des personnes qui me parlent de leur solitude, de leur problème du moment ou de la détresse de toute leur vie. Je n'entretiens pas l'illusion que lorsqu'elles raccrocheront, elles auront réglé leurs problèmes.

En effet à Tel-Aide, nous offrons, non pas des conseils ou des solutions, mais quelque chose de beaucoup plus rare et que bien des gens ne peuvent trouver ailleurs : une écoute empathique, authentique et empreinte d'acceptation inconditionnelle. Ma foi dans les vertus de l'écoute active me fait penser que j'aide ces personnes à dédramatiser ce qu'elles vivent, à prendre un peu de distance par rapport à des émotions qui autrement les étoufferaient peut-être. J'ai confiance que cela contribuera à ce qu'elles puissent éventuellement reprendre leur vie en main.

Faire de l'écoute à Tel-Aide enrichit ma vision de l'humain et me rend plus conscient des difficultés que vivent beaucoup de mes semblables, qu'ils soient aux prises avec une dépendance, la maladie mentale, des difficultés relationnelles ou quelque autre problème que ce soit. J'en viens ainsi à relativiser mes propres problèmes et à voir à quel point la vie est bonne avec moi.

Et puis mon action à Tel-Aide s'est rapidement élargie. Je suis devenu formateur, puis coordonnateur du comité de formation, j'ai rédigé du matériel pédagogique. Moi qui avais œuvré pendant trente-cinq ans dans l'enseignement, je reprenais ainsi contact avec ce qu'il y avait de plus intéressant dans mon métier. Je pouvais ainsi exercer et mettre à nouveau au service des autres des habiletés que j'avais développées, ce qui est précieux et valorisant, lorsqu'on est à la retraite.

En assumant ainsi de nouvelles responsabilités, j'ai connu des compagnons et compagnes de bénévolat qui partagent avec moi les valeurs fondatrices de l'écoute active. J'ai donc noué en peu de temps des amitiés profondes et précieuses avec des personnes que j'ai le goût de rencontrer en dehors des activités de l'organisme : ce n'est pas là le moins important des bénéfices marginaux de mon engagement à Tel-Aide.

Bien sûr, un engagement bénévole qu'on aime, c'est comme un travail qu'on aime : on y trouve inévitablement quelques aspects moins agréables, quelques irritants. Ainsi, j'ai parfois tendance à trouver que des changements pourtant souhaités par la majorité n'arrivent pas assez vite, soit à cause des lenteurs sans doute inhérentes aux organisations, soit par manque de main d'œuvre. Je me dis alors que, si je peux, sur certains points, contribuer à accélérer les choses, c'est à moi, la plupart du temps, à m'adapter au rythme d'ensemble.

Il n'en demeure pas moins que je suis très heureux de mon engagement. Tel-Aide figure actuellement parmi les aspects les plus riches et heureux de ma vie. Et je me dis qu'il en sera ainsi tant que je conserverai la force de poursuivre mon engagement. ∂

* Marcel 2080F,
Bénévole à Tel-Aide

« Faire de l'écoute à Tel-Aide enrichit ma vision de l'humain et me rend plus conscient des difficultés que vivent beaucoup de mes semblables. »

** Afin de préserver l'anonymat des bénévoles, une norme essentielle à l'écoute téléphonique, seuls le prénom et le matricule de la personne sont utilisés ici.*

Bénévoler autrement

Ma vie comme un long fil d'engagement

Mon engagement comme bénévole est une longue histoire de cœur, de rencontres, au cours desquelles s'est développé un sentiment d'appartenance à la grande famille humaine.

En écrivant ces lignes, j'entrevois des visages. C'est d'abord le visage de ma mère, de mon père qui, à travers leur engagement social m'ont appris la justice et la solidarité. Grâce à eux, j'ai vécu dans une maison ouverte où l'étranger avait toujours sa place à notre table.

À l'école secondaire, j'ai croisé une religieuse, assistante technique à la JÉC. Cette femme m'a ouvert un espace à l'engagement. Dans l'action, j'ai développé une conscience sociale. J'ai appris le pouvoir de la parole et expérimenté qu'ensemble, on pouvait changer des choses.

Par un engagement dans le guidisme, j'ai rencontré des personnes extraordinaires qui m'ont fait découvrir la beauté de l'Évangile incarné dans la vie, notre responsabilité en regard du plus faible et le service quotidien par la BA.

Après quelques années en enseignement, j'ai œuvré en pastorale scolaire au secondaire. J'ai rencontré des jeunes qui ont marqué ma vie par leur volonté de créer un monde qui tourne plus juste. Avec eux, j'ai ouvert des chantiers pour former des artisans de justice et de paix, et inventé des projets de solidarité avec des partenaires d'ici et d'ailleurs.

Mon engagement à Développement et Paix durant de nombreuses années m'a conduite en Haïti. Étrangement dans ce pays de désespérance, j'ai compris que l'espérance appartient à ceux.qui luttent. Des témoins engagés, au prix de leur vie, m'ont laissé en héritage la foi en la solidarité.

Aujourd'hui à l'intérieur du CAB, je trouve un lieu privilégié où vivre des valeurs qui ont toujours donné un sens à ma vie. Face à une recrudescence de l'immigration annoncée par le MICC, pour répondre au besoin de notre milieu, la création d'un comité d'accueil aux nouveaux arrivants et d'ouverture à la diversité culturelle s'est imposée.

Ce fut la naissance du CAPI où une vingtaine de bénévoles s'impliquent dans des services d'accueil de première ligne et des rencontres interculturelles. Le CAPI est fier de s'associer à des organismes du milieu afin de créer des ponts pour un mieux-vivre ensemble, gens d'ailleurs et gens d'ici.

Présentement, dans l'esprit de notre mission d'ouverture à la diversité culturelle, nous vivons une expérience de solidarité internationale. Suite à une demande de l'organisme haïtien, le Collectif national pour l'éducation et la formation, en lien avec des Québécois d'origine haïtienne, le CAPI propose la signature d'une pétition en faveur de l'école pour tous les enfants d'Haïti. ∂

Andrée Hammond, *présidente du Comité d'accueil des personnes immigrantes (CAPI) au CAB de la région de Shawinigan.*

« Aujourd'hui à l'intérieur du CAB, je trouve un lieu privilégié où vivre des valeurs qui ont toujours donné un sens à ma vie . »

Bénévoler autrement

Ma vie de bénévolat

Ayant devant moi l'exemple de parents généreux, toujours disponibles pour aider et s'engager, dès l'adolescence avec une amie, nous avons mis sur pied une petite troupe qui allait divertir bénévolement avec des sketchs, des chants et danses dans des hospices et des orphelinats. A voir les sourires réjouis, quelle joie et quelle importance nous y trouvions !

Jeune maman, les comités d'école, le scoutisme, les clubs sportifs demandaient un engagement bénévole où l'affirmation et l'épanouissement des jeunes prenaient beaucoup d'importance à mes yeux. Fière d'y participer je m'y suis engagée à fond.

J'ai collaboré à la mise en place d'un important centre de loisirs. D'abord responsable des cours divers, des activités socio-culturelles j'en ai été présidente durant 10 ans. Lorsque les Petits Chanteurs du Mont-Royal ont eu besoin de quelqu'un pour épauler le support aux jeunes, j'y ai collaboré durant 8 ans.

Et voilà qu'une popote roulante s'organise dans mon quartier, je ne peux résister, j'en deviens bénévole : j'étais le chauffeur de la première distribution de repas chauds, le 10 mai 1971. Nous distribuons chaleur humaine avec des repas chauds à des personnes âgées, malades ou handicapées pour les aider à se maintenir à domicile. Bien sûr là aussi, engagée à fond, j'en deviens la responsable en 1978. Quelques années plus tard, un regroupement de popotes francophones a fondé l'Association des Popotes du Montréal Métropolitain, j'en fus la première présidente.

Afin de distraire nos vieux amis, j'ai distribué une fois pas mois des livres de la Biblioroute de la Bibliothèque de Montréal durant 10 ans jusqu'à la naissance du Biblio-courrier. Je continue de m'engager aux tables de concertation et différents regroupements supportant le maintien à domicile des aînés.

Bien sûr, la responsabilité de la Popote roulante d'Ahuntsic où je suis le lien avec les bénéficiaires, présidente du conseil d'administration et chauffeur régulier depuis bientôt 40 ans demeure pour moi très importante.

Au cours de ces années, il me semble avoir reçu beaucoup plus que ce que j'ai pu donner. J'en suis sortie enrichie de beaux souvenirs, de rencontres de personnes de grandes valeurs, généreuses, disponibles.

Je me sens comblée d'avoir une bonne santé, un mari, 4 enfants et 11 petits-enfants qui m'entourent. ∂

Lucile Landry,
Présidente de la Popote roulante d'Ahuntsic

« Au cours de ces années, il me semble avoir reçu beaucoup plus que ce que j'ai pu donner. J'en suis sortie enrichie de beaux souvenirs, de rencontres de personnes de grandes valeurs, généreuses, disponibles. »

Bénévoler autrement

Une façon de remettre ce qu'on a reçu

Je suis engagée comme bénévole auprès de l'Association lavalloise des personnes aidantes depuis 2008. J'ai pris soin de mon conjoint pendant plusieurs années atteint d'une maladie dégénérative. Je suis présentement retraitée et j'ai choisi cette association parce que je connais bien la réalité des aidants naturels.

À chaque semaine, pour une période de 3 heures, je me rends chez un couple, pour une visite amicale. La dame est atteinte de la maladie d'Alzheimer et le mari est en attente d'un service de répit à domicile.

Agnès Richer,
Bénévole auprès de proches aidants

« J'ai moi-même vécu la situation d'avoir à prendre soin d'un proche en perte d'autonomie (…). Heureusement, j'ai eu beaucoup d'aide du CLSC et c'est ma façon de remettre à mon tour. »

Cette visite me permet de donner un peu de soutien et d'écoute à monsieur et lui permet aussi de se détendre avec ses deux fils pendant que je fais des activités avec son épouse. Je sens à quel point cette visite lui est salutaire, j'ai l'impression de rendre service autant à la personne atteinte qu'à l'aidant et ses deux fils. Si je me suis impliquée à L'ALPA c'est que j'ai moi-même vécu la situation d'avoir à prendre soin d'un proche en perte d'autonomie avec toutes les préoccupations et tourments qui s'y rattachent. Heureusement, j'ai eu beaucoup d'aide du CLSC et c'est ma façon de remettre à mon tour.

Les difficultés que je rencontre dans mon travail comme bénévole c'est l'attachement qui se crée entre avec la dame atteinte d'Alzheimer. De constater de semaine en semaine, sa dégénérescence, sa perte d'autonomie inévitable ... Dans quelques semaines l'Alpa pourra enfin offrir le répit à domicile que le monsieur attend depuis plusieurs mois. Quant à moi, je poursuivrai mon bénévolat auprès d'une autre famille.

Ce bénévolat auprès des personnes en perte d'autonomie me fait réaliser la fragilité de la vie et m'apprend à profiter du moment présent et des petits bonheurs du quotidien. ∂

Faciliter la vie chez soi des aînés

Le service offert par cette bénévole est l'accompagnement /transport et nous pouvons voir deux femmes dont l'une est là pour accompagner et supporter, alors que l'autre a accès à ses services médicaux tout en gardant son estime de soi et son autonomie !

Cette action bénévole se fait dans le cadre des services de soutien à domicile du Centre d'Action Bénévole Saint-Siméon-Port-Daniel. Ce programme permet aux personnes de vivre le plus longtemps possible et de façon adéquate dans leur milieu de vie naturel.

Les bénévoles qui œuvrent sur le terrain sont une force d'humanisation et d'amélioration de la qualité de vie et/ou du mieux-être de la population. Pour le Centre d'Action Bénévole St-Siméon/Port-Daniel, de coordonner ce service et de voir le sourire et la sérénité que ces deux femmes dégagent nous permet de constater que notre mission qui est de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à certains besoins du milieu sont atteints.

Une fois de plus, nous pouvons dire que l'action bénévole est une richesse collective ! ∂

« Les bénévoles qui œuvrent sur le terrain sont une force d'humanisation et d'amélioration de la qualité de vie et/ ou du mieux-être de la population. »

Par Annie Léonard

« L'accompagnement-transport »,
photo gagnante dans la catégorie « Les bénévoles aînés en action » du concours de photos de la FCABQ « Imagez l'action bénévole ! »

Bénévoler autrement

Bénévole ET militante

Ce que l'on appelle le bénévolat recouvre une grande diversité d'engagements et de situations.

On peut être bénévole de temps en temps pour donner, par exemple, un coup de main à une organisation lors d'une campagne de levée de fonds ou une campagne électorale, mais on peut aussi faire un travail bénévole depuis longtemps dans une association ou pour soutenir des proches malades ou dépendants.

Pour ma part, je ne me suis jamais identifiée véritablement comme « bénévole », mais comme militante dans une cause qui me tient à cœur : le féminisme.

Je suis à la retraite depuis maintenant dix ans et je continue de diverses façons à soutenir la Fédération des femmes du Québec, soit en étant membre ou responsable d'un comité, soit en acceptant de la représenter sur des coalitions.

Jusqu'ici, la retraite a été le prolongement de mon travail salarié, d'abord comme professeure de cégep, puis ensuite comme responsable du comité et du réseau de la condition des femmes dans une organisation syndicale, la Centrale des syndicats du Québec (CSQ). Le militantisme social a d'ailleurs marqué ma vie.

Jeune femme, j'ai été très active dans la Jeunesse étudiante catholique (JEC), cela se passait au début des années 1960 portées par la Révolution tranquille. Plus tard, comme prof de cégep et en parallèle à mon travail, j'ai été militante dans un organisme et dans un journal populaires. J'étais alors obligée de concilier, pour ainsi dire, le travail, la vie familiale et l'engagement social.

Je ne peux entrevoir ma vie sans participer activement à la vie sociale, sous une forme ou sous une autre, mais toujours dans le but de travailler à l'avènement d'une société plus juste, plus égalitaire, plus solidaire et plus pacifique. Avec d'autres, je donne de mon temps et de mes énergies pour que le présent et le futur aillent dans ce sens.

Je considère que mon engagement est un antidote à la déprime ou l'impuissance dans laquelle je pourrais facilement glisser en ces temps où le bien commun est de plus en plus mis à mal par nos élites politiques et économiques et que chacun est appelé « à tirer son épingle du jeu » sans se soucier des autres.

Mon engagement féministe me permet de vivre une solidarité de tous les instants avec celles – mais aussi ceux – qui constatent que les inégalités et les violences envers les femmes perdurent dans notre société (malgré souvent ce que l'on dit) et dans le monde. Cette solidarité est un moteur dans ma vie parce qu'elle me permet sans cesse de réaliser que je ne suis pas seule au monde, que je vieillis accompagnée, pour ainsi dire, de toutes les femmes – jeunes et vieilles - qui luttent pour un monde meilleur. ∂

Gisèle Bourret, *responsable du comité des femmes aînées à la Fédération des femmes du Québec*

« Je ne peux entrevoir ma vie sans participer activement à la vie sociale, sous une forme ou sous une autre, mais toujours dans le but de travailler à l'avènement d'une société plus juste, plus égalitaire, plus solidaire et plus pacifique. »

Bénévoler autrement

Contrer l'exode des aînés

La photo que nous avons soumise au concours de photos « *Imagez l'action bénévole* »vous présente trois bénévoles à la sortie du Centre d'action bénévole La Moraine (Saint-Narcisse). Messieurs Lucien et Charles et Madame Annette sont des chauffeurs-baladeurs au service de la popote roulante du Centre. Ils s'apprêtent à partir pour aller livrer les repas préparés également par des cuisinières bénévoles.

Les bénévoles œuvrant à ce service ont à cœur le maintien à domicile de nos aînés mais également le souci de leur concocter un repas sain et nourrissant. Pour les chauffeurs-baladeurs, c'est une occasion pour eux de rendre visite à domicile aux aînés de leur municipalité.

Par Josée Pagé

« Bénévoles baladeurs de la popote roulante », *photo gagnante dans la catégorie « L'action bénévole au quotidien » du concours de photos de la FCABQ « Imagez l'action bénévole ! »*

« Les bénévoles ressentent une grande fierté à collaborer à la survie des services en milieu rural. Ils sont très solidaires avec les différentes actions entreprises pour animer leur milieu. »

Car, tout en effectuant leurs actions bénévoles, ils font également une belle visite d'amitié. Les bénéficiaires de ce service les attendent avec impatience lors des journées de livraison. Les repas à saveur maison qu'ils reçoivent stimulent leur appétit et leur apporte un répit dans leur quotidien.

La population de notre milieu rural est vieillissante comme partout ailleurs au Québec. Les bénévoles sont sensibilisés à l'importance d'offrir des services de maintien à domicile à leurs aînés afin de les garder dans leur petit village le plus longtemps possible. Tout ceci afin de contrer l'exode de nos aînés vers le milieu urbain.

Les bénévoles ressentent une grande fierté à collaborer à la survie des services en milieu rural. Ils sont très solidaires avec les différentes actions entreprises pour animer leur milieu.

Le Centre a souligné ses 30 ans d'existence en 2010 et nos quatre services de popote roulante comptent 30, 25, 24 et 13 ans d'existence dans leur milieu respectif. Le Centre espère que la relève sera toujours présente afin d'offrir ces repas chauds et équilibrés cuisinés avec amour par des bénévoles passionnés. ∂

Les bénévoles font la différence

L'engagement bénévole au sein de la Corporation d'habitation de Giffard représente sans contredit un atout majeur pour le bon fonctionnement de l'organisme ainsi que pour le mieux être des locataires.

En effet, la présence de bénévoles vient dynamiser le milieu de vie et les différentes activités organisées par un comité de locataires favorisent la socialisation et viennent contrer l'isolement. Sans exagérer, on peut aller jusqu'à dire que le temps généreusement offert par les bénévoles nous est essentiel. L'administration, le transport, la planification, l'organisation et la tenue d'activités, l'écoute et le soutien ne sont que quelques exemples de tâches accomplies par les bénévoles.

Par ailleurs, la qualité de présence et la fidélité de nos bénévoles permettent la création de liens d'amitié avec certains locataires. Ce sont des liens précieux pour certains car ils ouvrent à la confidence, enrichissent et solidifient leur réseau social.

Par exemple, l'engagement bénévole de **Mme Lise Ruel** (à gauche, sur la photo) au sein de notre organisme se poursuit depuis maintenant neuf ans ! Par l'accomplissement de différentes tâches, elle a permis aux locataires de Château Vert d'avoir accès à des activités répondant à leurs intérêts et à leurs besoins. Elle a également su trouver des moyens de financement permettant la tenue, la constance et la pérennité des activités.

Tous nos bénévoles qu'ils soient locataires ou non font la différence dans le quotidien de notre habitation. Nous sommes conscients que cette ressource est précieuse et nous reconnaissons tout l'apport positif que représente le bénévolat chez nous. Nous tenons à leur dire **MERCI** pour leur générosité, leur dévouement et aussi pour la couleur que chacun d'entre eux apporte à notre milieu de vie ! ∂

Par Geneviève Côté

« Voulez-vous danser ? », *photo gagnante dans la catégorie spéciale« Le coup de cœur de la direction générale» du concours de photos de la FCABQ « Imagez l'action bénévole ! »*

«(...) la présence de bénévoles vient dynamiser le milieu de vie et les différentes activités organisées par un comité de locataires favorisent la socialisation et viennent contrer l'isolement. »

Bénévoler autrement

Séduite par l'accueil de l'organisme

J'ai été initiée au bénévolat par une amie au cours des activités organisées dans le cadre de « Regard sur l'oie blanche ». À cette époque, je ne savais pas que mes deux années d'implication me propulseraient dans cette expérience plus qu'enrichissante qu'est le bénévolat.

Puis, un jour, j'ai eu le bonheur de rencontrer Lise Laforce et Mario Courchesne alors que mon fils profitait de leur enseignement au théâtre. Leur accueil chaleureux, leur dynamisme et devant les efforts déployés pour inculquer aux jeunes l'amour du théâtre a éveillé en moi le goût de consacrer de mon temps à ce milieu artistique.

C'est ainsi que depuis maintenant près de 10 ans, j'œuvre à titre de bénévole au Théâtre Belcourt situé sur la rue de l'Église à Baie-du-Febvre et plus particulièrement comme responsable des bénévoles au cours des dernières années.

Mon engagement dans ma communauté puise sa motivation, entre autres, dans la création de liens amicaux avec les gens qui partagent cette même passion. Le climat de camaraderie qui règne au sein de l'équipe des bénévole, la bonne entente avec les membres du conseil d'administration et de pouvoir compter sur Lise et Mario sont d'autres facteurs qui contribuent à poursuivre mon implication auprès du Théâtre Belcourt.

Une fois les difficultés surmontées, tel que la planification des horaires afin de permettre l'équité en fonction des disponibilités de chacun et chacune, il est valorisant de pouvoir côtoyer et échanger avec le public.

Mon emploi de responsable de l'alimentation auprès d'un centre de la petite enfance, le jour, me permet de concilier travail et bénévolat, les soirs de spectacle.

Mon implication au Théâtre Belcour, au souper de la fabrique et au Challenge 255 me donne le sentiment d'avoir contribué au rayonnement de mon milieu. ∂

Sylvie Jutras, *responsable bénévole des bénévoles au Théâtre Belcourt (Baie-du-Fèvre)*

« Mon engagement dans ma communauté puise sa motivation, entre autres, dans la création de liens amicaux avec les gens qui partagent cette même passion. »

Un engagement de longue date

J'ai 65 ans et j'administre avec mon conjoint une compagnie du domaine forestier. Je voudrais ici témoigner de mon engagement bénévole qui remonte à plusieurs années.

En effet, il y a une quarantaine d'années, j'étais surtout engagée au niveau de ma municipalité en participant à l'organisation de diverses activités de loisirs, festivals, carnavals, etc.

J'ai siégé sur plusieurs comités entre autres, comme membre du comité organisateur des fêtes du centenaire de la paroisse. J'ai aussi participé à la réalisation de projets importants (ex : la construction d'un aréna).

En 1993, pour répondre à certains besoins dans ma municipalité et en collaboration avec le Centre d'Action Bénévole des Seigneuries, un comité bénévole est mis sur pied pour bâtir le service d'accompagnement-transport et la popote roulante, ce qui permettra aux personnes desservies de demeurer plus longtemps à leur domicile. Une dizaine de bénévoles se sont joint à moi, pour dispenser ces services.

Je siège au conseil d'administration du CAB des Seigneuries depuis près de vingt ans, ce qui me permet de participer aux décisions.

Comme bénévole d'un CAB, je reçois de l'information, de la formation et les deux activités de reconnaissance organisées chaque année comblent mon besoin d'encadrement.

Ce qui me motive à continuer ? Un sourire, les yeux remplis de reconnaissance des gens que j'accompagne pour un rendez-vous médical ou lorsque je livre à domicile un bon repas chaud de popote roulante. Et surtout de se faire dire « Une chance que vous êtes là ! ».

Mme Pauline Plourde *recevant une reconnaissance des mains du lieutenant-gouverneur Pierre Duchesne.*

Avoir un contact directement avec les gens, surtout les personnes âgées, est une forme de bénévolat qui me plait davantage et voilà ma motivation de continuer. Pour moi m'impliquer, est devenu un mode de vie, Il m'apparaît impossible de vivre autrement.

Présentement je participe au programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt, ce qui demande environ quinze heures par semaine, mais en temps régulier, c'est environ 25 heures par mois que je consacre à mon action bénévole.

Je suis membre du Centre d'Action Bénévole des Seigneuries dont la mission consiste à promouvoir l'action bénévole, à créer et à maintenir des ressources bénévoles et rémunérées dans le but d'offrir des services aux personnes âgées, malades, handicapées, seules, aux familles en difficulté, ainsi qu'à susciter une réponse aux besoins du milieu. ∂

Bénévoler autrement

« Parce que j'aime ça ! »

Pourquoi s'engage-t-on? *

« Parce que j'aime ça », de s'exclamer spontanément **Marie-Soleil Goudreault-Quessy**, lauréate du Prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin, volet relève en loisir, en 2009. Une exclamation qui remet le slogan de l'AIB 2001 au goût du jour et qui démontre que la passion des bénévoles en loisir est toujours bien présente.

Inscrite dans un club 4-H à l'âge de huit ans, Marie-Soleil a vite développé les valeurs du Mouvement (Honneur, Honnêteté, Habileté, Humanité). Il faut dire que sa mère et sa grand-mère sont des 4-H, ces valeurs sont donc partagées par toute la famille ! Mais même si le Mouvement 4-H est présent dans la maisonnée, pour passer à l'action et se mettre à « bénévoler », il faut aimer ce que l'on fait.

Dans le cas de Marie-Soleil, son loisir devient sa passion et c'est par plaisir de transmettre cette passion qu'elle devient bénévole pour le Mouvement. Comme Marie-Soleil, les membres des clubs, des organismes et des fédérations commencent par utiliser les services offerts. Ils développent ainsi leur intérêt pour l'activité choisie. Cet intérêt grandit et devient souvent un feu sacré. Mais les organismes à but non lucratif (OBNL) de loisir reçoivent peu ou pas de subventions, ils doivent s'autofinancer. Et c'est majoritairement les 500 000 bénévoles de ce secteur qui en supportent les activités. Le passionné de loisir est donc sollicité pour donner un coup de main !

« Pour moi, ça a commencé comme cela » d'expliquer Marie-Soleil. « Mon Club 4-H avait besoin d'animateurs et cela répondait à mes intérêts, j'ai donc plongé ». Cela fait maintenant 15 ans que la jeune maman est active auprès de son Club. Elle anime les jeunes, elle s'implique dans l'orientation du Club, évalue les activités, favorise la participation, etc.

Parallèlement, elle est responsable du financement pour le comité de la « Cabane à bière » du Festival Western de St-Tite. Cette activité annuelle sert de financement pour le Club 4-H. De plus, depuis 2006, elle est membre du conseil d'administration de l'organisation provinciale, Les Clubs 4-H du Québec.

Ce que cela apporte?

Il y a diverses motivations qui incitent le bénévole à donner son temps libre pour le loisir des autres! Plusieurs vont s'investir en loisir parce qu'ils veulent transmettre leur passion et assurer la pérennité de leur activité. De son côté, le milieu offre aux bénévoles une multitude d'opportunités de formation, entre autres. La transmission des connaissances transcende le milieu. Pour Marie-Soleil, cela se traduit par de nombreuses formations reçues par le Mouvement 4-H et, dernièrement, par le Diplôme d'Aptitudes aux Fonctions d'Animateur (DAFA).

Cette formation destinée aux animateurs d'activités de loisir s'adressant aux jeunes de 5 à 17 ans a été une belle découverte pour Marie-Soleil. « Au départ, j'aime la formation. J'ai particulièrement aimé celle-ci parce qu'elle était intéressante et nouvelle. Je peux maintenant l'offrir aux autres animateurs. C'est une belle reconnaissance : on transforme la passion des bénévoles en quelque chose de concret, soit une attestation de compétence en animation ».

L'implication de Marie-Soleil dans le Mouvement 4-H lui a permis de se découvrir une passion pour les enfants et d'en faire sa profession : elle est aujourd'hui éducatrice en service de garde.

Le bénévolat en loisir est vaste et regroupe des cœurs vaillants qui veillent à améliorer la qualité de vie de leurs concitoyens. Soutenus par leurs associations respectives, les bénévoles en loisir forment, entraînent, dirigent. Ils cherchent, analysent, publient. Ils planifient, concertent, organisent. Ils nettoient, accompagnent, soignent, divertissent, décorent, surveillent, archivent. Ils siègent sur des conseils d'administration, des comités consultatifs, ils participent à des campagnes de mobilisation, à des réunions, des congrès, des sommets. Et ils ont tous en commun la passion et le plaisir de partager !

∂

Marie-Soleil Goudreault-Quessy, *lauréate 2009 du Prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin, volet « Relève en loisir »*

« Comme pour Marie-Soleil, les membres des clubs, des organismes et des fédérations commencent par utiliser les services offerts. »

Joëlle Boulet, *du Conseil québécois du loisir, signe ce texte.*

Bénévoler autrement

Passer le flambeau

Une fois par semaine, les élèves de 5e année de l'école Saint-Bernardin de Waterloo reçoivent la visite des bénévoles du Centre d'action bénévole de Waterloo. Ensemble, ils cuisinent des collations-santé tout en apprenant à manier les instruments, à mesurer les quantités requises et à respecter les règles d'hygiène.

Les élèves qui participent aux Jeunes Cuistots s'impliquent davantage à la maison dans la réalisation des repas et des lunchs. Ils se découvrent des aptitudes et dans certains cas, une passion pour la cuisine.

Pour ce qui est des bénévoles, chacun est responsable d'un petit groupe d'élèves avec lequel il prépare la recette du jour.

Les jeunes sont toujours surpris de savoir que les bénévoles ne sont pas payés et qu'ils le font par plaisir. Les bénévoles constatent qu'ils peuvent apporter beaucoup aux jeunes et ainsi, favoriser leur apprentissage et leur autonomie.

Certains bénévoles développent une très belle relation avec les jeunes, ils deviennent, le temps d'un cours, le grand parent de l'enfant.

Le Centre est fier d'offrir ce programme intergénérationnel qui offre aux jeunes l'opportunité d'apprendre et d'échanger avec les aînés. L'ouverture des écoles envers la collectivité nous est apparue l'occasion idéale de jumeler l'éducation populaire et la saine alimentaire. ∂

Par Claude Vallée

« J'apprends et je déguste », *photo gagnante dans la catégorie « Les activités intergénérationnelles » du concours de photos de la FCABQ « Imagez l'action bénévole ! »*

« Les jeunes sont toujours surpris de savoir que les bénévoles ne sont pas payés et qu'ils le font par plaisir. Les bénévoles constatent qu'ils peuvent apporter beaucoup aux jeunes et ainsi, favoriser leur apprentissage et leur autonomie. »

Par Annie Tremblay

« Lire et faire lire », *photo gagnante dans la catégorie spéciale « Coup de cœur du jury » du concours de photos de la FCABQ « Imagez l'action bénévole ! »*

Merci à tous nos collaborateurs

La Fédération des centres d'action bénévole du Québec remercie sincèrement toutes les personnes qui ont accepté d'emblée de parler à cœur ouvert de leur engagement social.

Sans votre contribution, ce recueil n'existerait pas.

MERCI !

♥

La FCABQ veut également souligner la collaboration fructueuse des organismes membres et non-membres qui ont prêté main forte de différentes manières.

MERCI !

♥

POUR EN SAVOIR PLUS sur les organismes mentionnés

Association lavalloise des personnes aidantes
www.aldpa.org

Centre d'action bénévole Drummond
cabdrummond.ca
Centre d'action bénévole Saint-Siméon/Port-Daniel (Paspébiac)
418.752.5577
Centre d'action bénévole de Chicoutimi
www.cabchicoutimi.com
Centre d'action bénévole de Waterloo
450.539.2395
Centre d'action bénévole de La Moraine (Saint-Narcisse)
www.cabdelamoraine.org
Centre d'action bénévole de la région de Shawinigan
www.cabshawinigan.org
Centre d'action bénévole D'Autray (Berthierville)
cabautray.com
Centre d'action bénévole du Lac Saint-Pierre
450.568.3198
Centre d'action bénévole des Riverains (Sainte-Anne-de-la-Pérade)
418.325.3100
Centre d'action bénévole des Seigneuries (Rivière-du-Loup)
www.actionbenevolebsl.org
Centre francophone de Toronto
www.centrefranco.org
Conseil québécois du loisir
www.loisirquebec.com
Fédération des femmes du Québec
www.ffq.qc.ca
GRIS-Montréal
gris.ca
Le Robin Des Bois
robindesbois.ca
Lire et faire lire
www.lireetfairelire.qc.ca
Musée de la Civilisation du Québec (Québec)
www.mcq.org
Projet Changement 50 ans et plus (Montréal)
514.521.5145
Réseau québécois des OSBL d'habitation
www.rqoh.com
Service Bénévole de l'Est-de-Montréal (SBEM)
www.sbem.org
Tel-Aide
www.telaide.org
Théâtre Belcourt (Baie-du-Fèvre)
theatrebelcourt.com
Théâtre Fleury (Centre Berthiaume-Du-Tremblay)
www.berthiaume-du-tremblay.com

♥

1557, avenue Papineau
Montréal, QC
H2K 4H7

Téléphone : 514.843.6312 / 1 800 715.7515
Télécopie : 514.843.6485
www.fcabq.org / info@fcabq.org

L'action bénévole à un clic de souris !
www.fcabq.org

ÉQUIPE DE PRODUCTION DE LA FCABQ

Recherche
Marie-Marthe Lespinay

Collaboration
Pierre Riley

Conception de la couverture
Kawabunga

Conception, rédaction et révision
Patricia Morin

Droits d'auteur

Nous autorisons les citations du contenu de **Bénévoler autrement** - *Les bénévoles témoignent*, à condition de citer la source et de ne pas en altérer la teneur.

fcaBq

FÉDÉRATION DES CENTRES
D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC