

Pour en savoir plus sur nos activités, suivez-nous sur les réseaux sociouxi



1

















#### Et si on osait... bénévoler

La solidarité et l'entraide existent depuis le début de l'humanité. Bien que l'individualisme prend parfois le dessus sur la nature profonde de l'être humain, il est plus important que jamais que les communautés osent placer ces valeurs au centre de leurs préoccupations.

Bénévoler\* est un verbe que l'on aime utiliser même s'il n'est pas encore reconnu dans le vocabulaire de la langue française, parce qu'il reflète les nouveaux modèles d'engagement social. Véritables pierres angulaires des organismes comunautaires, les personnes qui osent bénévoler ont un véritable impact sur la collectivité.

La société québécoise offre une palette diversifiée et illimitée d'opportunités qui peuvent combler les attentes de chacune et chacun souhaitant s'engager bénévolement.

Oser bénévoler, c'est trouver un équilibre entre implication bénévole, vie professionnelle et personnelle. De plus, s'entraider et être solidaires les uns avec les autres améliorent la santé psychologique et physique. Cela permet également d'entretenir un lien social et d'ouvrir des opportunités de carrière.

Le Québec doit oser bénévoler davantage! Cette année, et pour toutes les autres à venir, nous voulons que les Québécoises et Québécois osent être solidaires les uns avec les autres.

Ayez l'audace de faire le pas - osez bénévoler!

Vous trouverez également dans la présente édition de notre petit journal « l'Entre-Nous», l'information relative à la hausse de tarif pour notre service de popote roulante applicable à compter du 1<sup>er</sup> avril 2019.

J'invite également les organismes locaux à nous soumettre le nom de bénévoles de leur organisation qui pourrait recevoir le **certificat de reconnaissance** «Implicatin communautaire». Un formulaire à cet effet a été envoyé à chaque organisme locaux vers la mi-février.

Pensez également, pour ceux qui seraient intéressés, à vous inscrire pour la conférence qui aura lieu à Baie-Comeau le 4 avril 2019. Le sujet de la conférence «Bien vivre son âge en faisant du bénévolat». Mme Marjorie Northrup, notre conférencière, travailleuse communautaire au CAB de Montréal depuis trente ans, vous contaminera par son enthousiasme, son

humour ainsi que par l'authenticité de ces propos sur les bienfaits du bénévolat dans vos vies. Pour plus d'information, contactez-nous au (418) 766-3202.

Laurencia Bond

Définition du verbe bénévoler selon la FCABQ : Verbe transitif (du latin benevolus qui signifie bonne volonté), s'engager, être volontaire de façon non rétribuée et librement choisie au sein d'une cause. Exemple :



\* Je bénévole au sein des centres d'action bénévole.





#### Mot de la coordonnatrice

Le printemps est enfin arrivé! Nous avons survécu, mais il y aura probablement de la neige jusqu'à la St-Jean Baptiste.

Cette semaine, du 18 au 22 mars 2019 avait lieu la 14e semaine des popotes roulantes.

Merci beaucoup à M. Alain Thibeault, maire de la ville de Port-Cartier, qui s'est empressé d'accepter de participer à la livraison de la popote. Il a été à même de constater les bienfaits du service. On espère qu'il fera connaître le services aux ainées qu'il côtoie, afin que plus de personnes puissent en bénéficier.

A tous les bénévoles du Centre, merci de votre dévotion. La semaine de l'Action Bénévole se déroule du 7 au 13 avril 2019. Et cette année, pour vous remercier, je vous invite à un 5 à 7 qui aura lieu le jeudi 11 avril au CAB. Une invitation personnalisé vous sera envoyée par la poste. Au plaisir d'avoir la chance de vous y voir et de pouvoir discuter avec vous de votre implication bénévole. Merci à vous cher bénévole, vous rendez le monde meilleur!

Lisa Therriault
Coordonnatrice MAD



#### Programmation Semaine de l'Action Bénévole 2019.

Jeudi 8 avril:

\* Conférence : «Bien vivre son âge en faisant du bénévolat»

Conférencière Mme Marjorie Northrup

de 13h30 à 15h30 à Baie-Comeau

Session offerte aux bénévoles du CAB ainsi qu'aux organismes du

milieu. Possibilité de co-voiturage offerte par le CAB.

Mardi 9 avril :

\* Kiosque de promotion au Centre d'achat les Galeries des Îles de 10h00 à 17h00 (Vente d'articles promotionnels de la SAB 2018

ainsi qu'avec le logo du CAB)

Mercredi 10 avril :

\* Kiosque de promotion au Centre d'achat les Galeries des Îles de 10h00 à 17h00 (Vente d'articles promotionnels de la SAB 2018

ainsi qu'avec le logo du CAB)

Jeudi 11 avril :

\* Kiosque de promotion au Centre d'achat les Galeries des Îles de 10h00 à 17h00 (Vente d'articles promotionnels de la SAB 2018 ainsi qu'avec le logo du CAB)

\* 5 à 7 des Bénévoles du Centre ayant été actifs en 2018 Sous forme de Cocktail dînatoire.

Vendredi 12 avril :

\* Kiosque de promotion au Centre d'achat les Galeries des Îles de 10h00 à 17h00 (Vente d'articles promotionnels de la SAB 2019 ainsi qu'avec le logo du CAB)

Samedi 13 avril :

#### Soirée Reconnaissance des bénévoles

Réalisée en commun avec la Ville De Port-Cartier.

Durant la soirée des bénévoles du secteur Loisirs et Culture seront reconnus ainsi qu'une personne bénévole oeuvrant dans le secteur communautaire.



1 Repas chaud (soupe, repas et dessert). Livré à domicile. Pour 6.00\$



Pour info.: 418-766-3202 Lisa Therriault



Centre d'Action Bénévole de Port-Cartier inc.

10, rue Boisvert, C.P. 54 Port-Cartier, Ouébec

G5B 2G7

<u>Téléphone</u>: (418) 766-3202 <u>Télécopieur</u>: (418) 766-3206 <u>Courriel</u>:

cbpc@cgocable.ca

#### Hausse tarifaire pour le service de «Popote roulante»

Lors de la réunion régulière du conseil d'administration du Centre d'Action Bénévole de Port-Cartier tenue le mercredi 27 février 2019 à 19h00, la décision suivante relative au service de popote roulante fût prise à l'unanimité soit :

Augmentation du tarif pour la popote passant de 5.00\$ le repas complet livraison incluse à 6.00\$. La décision sera applicable dès le lundi 1<sup>er</sup> avril 2019. Advenant que vous ne preniez pas le repas complet, la soupe vous sera vendu 1.00\$, le met principal 4.00 \$ et le dessert 1.00\$. Il est cependant important de vous mentionner que nous ne ferons pas la livraison pour une soupe ou un dessert uniquement, vous devez obligatoirement prendre le met principal.

Cette hausse tarifaire est rendue nécessaire si nous voulons maintenir ce service à 4 midis par semaine. Cette augmentation se justifie par le coût pour nos barquettes de livraison ainsi que par la hausse du coût des denrées alimentaires.

Je profite de l'occasion pour vous inviter à me contacter personnellement pour tout commentaire en rapport avec ce service qu'il soit positif ou négatif. Nous avons un souci constant de maintenir une bonne qualité de service et en ce sens nous prendrons en considération toutes vos suggestions menant à une amélioration de notre service. Vous pouvez me rejoindre au 766-3202.

Laurencia Bond, directrice générale



Peut-être en avez-vous déjà entendu parler, jebenevole.ca est un nouvel outil qui va révolutionner votre manière de recruter vos bénévoles. Jebénévole.ca est une plateforme de jumelage, en fait c'est LA plateforme de jumelage provincial de référence au Québec.



Elle est née d'un constat : il devient de plus en plus difficile de recruter de jeunes bénévoles de façon traditionnelle. Il était devenu primordial de créer un outil dans l'air du temps, qui s'inscrive dans la durée et qui répond à de nouvelles manières de s'informer et d'entrer en contact.

Jebenevole.ca est né le 28 avril 2008, il y a presque 10 ans maintenant dans la belle région

de l'Outaouais. Le CAB de Hull et les CAB de la région des Laurentides ont exploité l'outil pendant plusieurs années, et qui s'est avéré plutôt efficace et c'est pour cela que la FCABQ a décidé d'étendre l'utilisation de la plateforme afin que tous les organismes du Québec puissent en bénéficier. Aujourd'hui c'est chose faite, le site internet est en ligne et fonctionnel!

La plateforme s'adresse à la fois aux organismes qui souhaitent recruter des bénévoles et aux personnes qui souhaitent s'impliquer. Elle est gratuite et très facile d'utilisation, alors n'attendez plus! Nous vous donnons rendez-vous dès maintenant sur <a href="https://www.jebenevole.ca">www.jebenevole.ca</a>



Laissez vous embarquer dans la recherche du bonheur de cet humoriste naturel et charismatique qui ose dire tout haut ce que tout le monde pense tout bas.

Un univers intelligent et assumé, une soirée réussie!

Tous les profits

VENDREDI 29 MARS 2019, 20H00 AGORA DU CREC DE PORT-CARTIER PREVENTE: 20 \$

(25\$ après le 15 mars)

BILLETS EN VENTE À LA MAISON DE LA FAMILLE:
418-766-8666 POSTE 1

**TIRAGE MOITIE-MOITIE** 

SERVICE DE BAR SUR PLACE

seront remis à la Maison de la Famille de

**Port-Cartier** 

Vestiaire obligatoire (2\$) - Tous les billets seront remis à la porte le soir même

#### Le Centre d'Action Bénévole de Port-Cartier 10, rue Boisvert, téléphone : 766-3202 participe au

#### PROGRAMME DES BÉNÉVOLES À L'IMPÔT

Nos bénévoles pourront compléter vos déclarations simples tant fédérales que provinciales

### Clientèle visée :

\* personnes âgées

\* étudiants

\* personnes à faible revenu

S'il vous plaît, apporter vos divers relevés, reçus et autres.

Une préposée vous accueillera à compter
du 1 Mars 2019 selon l'horaire suivant

Horaire d'accueil Programme des bénévoles à l'impôt				
Jour	Horaire en a.m.	Horaire en p.m.		
Lundi	8h00 à 11h30	13h30 à 15h30		
Mardi	8h00 à 11h30	13h30 à 15h30		
Mercredi	8h00 à 11h30	13h30 à 15h30		
Jeudi	8h00 à 11h30	13h30 à 15h30		
Vendredi	8h00 à 11h30	13h30 à 15h30		



## Campagne de financement 2019

Activité d'auto financement au profit du Centre d'Action Bénévole de Port-Cartier

Tasse 10.00\$

Stylo/Stylet encre bleu et noir 5.00\$



Merci! De votre soutient!

#### Liste des anniversaires pour le mois d'Avril

Nom	Nom	Nom
01  Audrey Porlier	02  Angie Bossé	02  Johanne Ouellet
02  Myriam Gauvreau	03  Gaétanne Jean	03  Marlène Sirois
03  Bernadette Côté	03  Simon Plourde	04  Johanne Boulianne
04  Nancy Deroy	04  Amélie Petitpas	04  Michaël Gravel
04  Maxime Petitpas	05  Jonathan Cardenas	05  Kassandra Kenty
05  Angèle Daneault	06  Carl Bond	06  Joanne Mauzerolle
06  Jacqueline Therriault Hudon	06  Jean-Claude Jean	07  Pier-Marc Lamarre
08  Lucie Moreau	09  Katie Deschênes	10  Réal Cossette
10  Caroline Cyr	10  Réjean Bacon	11  Simone Richard
12  Jeanne Mysson	13  Philippe Chapados	13  Marie-Pierre Fournier
13  Bertrand Gallant	13  Corinne Tremblay	14  Michelle Gauthier
14  Jeanne D'Arc Barriault	14  Denis Desrosby	15  Christian Ouellet
15  David Boudreault Landry	15  Stella Dupuis	15  Rollande Maltais
16  Ida Dugas	16  Gilles St-Pierre	16  Diane Sasseville Boucher
16  Léona Spencer	16  Sonie Lizotte	17  Marie-Ève Deschênes
18  Marlène Ross	18  Marie-Paule Langlois	18  Sylvie Cagelais
18  Annie Paquet	18 Raymond Blaney	18  André Leblanc
19  Stéphanie Lamonde	19  Charles-Henri Sénéchal	20  Jennifer Petitpas Desrosby
20  Francine Chenel	20  Ghislaine Landry	21  Christian Dugas
21  Pauline Charland	21  Sylvain Clermont	21  Aline Richard
21  Magella Bujold	21  Marie-Josée Mercier	21  Nicole Mansour
22  Charlyne Landry	22  Lena Avingaq	23  Denis Therriault
23  Karine Chenel	23  Jean-Claude Gagné	24  Lucie Touzin
24  Diane Audette	24  Bernard Dionne	24  Renaud Turgeon
25  Gérard Gaudreault	25  Dany Lavoie	25  Lucille Arcouette
26  Guy Tremblay	26  Léonard Roussel	27  Bérangère Chenel
27  Diane Bérubé	28  Georgette Ayers	28  Maxime Albert
28  Charlène Leblanc	29  Émérilda Harvey	30  Stéphane Gravel
30  Sylvia Marcoux	30  Ken Langevin	I



## Liste des anniversaires pour le mois de Mai

Nom	Nom	Nom
01  Marie-May Soucy	01  Diane Méthot	01  Suzie, Laurence Desrosby
01  Terry Deschênes	02  Nicholas Antonio Deschênes	03  Marie-Hélène Simard
04  Brian Goodwin	05  Émile Bouchard	05  Danielle Théberge
06  André Tremblay	06  Madeleine Jean	06  Bianca Soucy-Lefrançois
06  Dana Dufour	06  Audrey Poulin	07  Marc Bergeron
07  Valérie Bacon	07  Maxime Verreault	08  Valérie Arseneault, Huet
08  Joanie Fournier	08  Jessica Derosby Petitpas	09  Yan Collin
09  Marie Élise Crousette	09  Géraldine Deroy	11  Alyson Karen Banville
11  Marie-Hélène Tremblay	11  Armande Michaud	11  Béatrice Corbey
12  Marie-Eve Gendron	13  Huguette Bergeron	13  Valérie Dérosby
13  Lucho Manchego	14  Réginald Leblanc	14  Mario Derosby
15  Karianne Tremblay Collin	16  Diane Michaud Savard	16  Sylvie Desrosby
16 Claude Maloney	17  Paulette Bernier	17  Jean-Paul Dick
18 Eddy Quessy	18  Denise Rodgers	18  Sylvie Langis
19  Linda Vaillancourt	19  Nancy Mielle	19  Serge Lavoie
20  Jean Cuerrier	20  Béatrice Fortier	20  Madone Savard
21  Jean-Marie Fournier	21  Shannon-Kate Leclerc-Lebrun	22  Denis Bouchard
22  Michael Losier	23  Réal Bezeau	23  Doris Doyle
23  Bobby Bezeau Ayers	23  Thérèse Dumont	24  Napoléon Chassé
24 Denise Gagnon	24  Raymond Bond	24  Bertrand Mercier
24 Roger Denis	24  Nicolas Therriault	24  Vicky Tremblay
24  Billy Bernard	24 Raymond Boudreault	24  Daniel Therriault
24 Réal Turcotte	25  Yves Jean	25  Denise Bond
25  Claire Berthelette	26  James Morphet	26  Valérie Mercier
26  Juliette Vallée	27  Marie-May Ouellet, Lajoie	27  Micheline Maltais
27  Michel Roy	27  Danielle Tremblay	27  Éliette Tremblay
27  Huguette Roy	28  Patrick Strong	28  Marie-Josée Bacon
28  France Arsenault	29  Roger Jean	29  Micheline Deschênes
30  Roméo Horth	30  Nathalie Mercier	31  Jimmy Derosby
31  Francis Theberge	31  Martin Charland Boudreault	31  Line Goudreault
31  Marcel Dufour	1	

#### Liste des anniversaires pour le mois de Juin

Nom	Nom	Nom
01  Frédéryque Gagné Hardy	01  Josianne Bezeau Ayers	01  Gino Lavoie
01  Jean-Paul Blouin	02  Louis Riffou	03  Monica Hoyos
03  Georgianne Moreau	04  Jacky Bouchard	05  Nathalie Dérosby
05  Louise Bell	05  Jean-François Gallant Rondeau	06  Manon Houde
06  Lynn Bond	06  Lynne Larouche	06  Laura Bond
07  Kimberley Langevin	07  Anne-Marie Metivier	07  Isabelle Croussette
08  Audrey-Anne Tardif	08  Mélanie Moreau	09  Catherine Plamondon
09  Éva Essiembre	09  Loana Plourde	10  Lauranna Ayers
11  Robert Beaupré	11  Anthony Ringuette Jean	11  Murielle Sonier
11  Diane Collin	11  Odette Therriault	12  Marie-Julie Desbiens
12  Jennifer Doyon	12  Alfred Bacon	13  Nicole Cummings
13  Richard Bacon	13  Éric Moreau	14  David Lacombe
14  Rock Hébert	14  Patrick Beaulieu	15  Laurence Nolin
15  Sylvain Langevin	15  Catherine Bouchard	16  Mahefa Rabevohitra
16  Natacha Duguay Boulay	17  Éric Desrosiers	17  Jessy Girard
18  Marc Charest	18  Claudine Poulin	19  Stéphane Bernier
19  Linda Ayers	19  Thérèse Lachapelle	20  Aline Jean
20  Laurette Bordage	21 Michael Kennedy Gauthier	21  Stéphanie Deroy
21  Johanne Pelletier	21  Natacha Chevarie	21  Caroline Arsenault
21  Eliane Murray	22  Cécile Dupuis	22  Bobby Leclerc
23  Gustave Cyr	23  Jessy Roy	23  Alexandra Porlier Jacques
23  David Plante	24  Martin Labrie	24  Dave Pike
25  James Langevin	25  Mylène Gauthier	25  Bobby Bezeau
25  Jean-Paul Chenel	25  Karine Bell	26  Geneviève Ringuette
27  Pauline Blanchette	27  Éric St-Louis Juteau	27  Marie-paul Rioux
28  Jimmy Lefrançois	28  Steeve Larouche	29  Patricia Labranche
29  Marie-Paule Lefebvre	29  Robert Richards	29  Caroline Dallaire
30  Marcel St-Louis	30  Sylvanne Langevin	30  Samuel Reis
30 Frédérique Bayard	30  Alida Henley	

# Bonne fête à tous



## Et si on osait... bénévoler!

Semaine de l'action bénévole 45° édition Du 7 au 13 avril 2019

<u>Ce petit journal est ridigé par</u> : Laurencia Bond <u>Avec la collaboration de</u> : Lisa Therriault





Centre d'Action Bénévole de Port-Cartier 10, rue Boisvert, Port-Cartier G5B 2G7

Téléphone: 418-766-3202 Télécopieur: 418-766-3206

Courriel: cbpc@cgocable.ca