FÉDÉRATION DES CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC

Avril 2011

Année 6, Numéro 3

MAGAZINE D'INFORMATION SUR L'ACTION BÉNÉVOLE ET LES GENS ENGAGÉS

Bénévol'Action

DANS CE NUMÉRO

Le mot de la présidente	2
DOSSIER Les gens engagés	3
Reconnaître	19
Benevolare	20
Savoir-faire	26
En libr@irie	28
L'Agenda	30

Ne manquez pas :

- Dire tout simplement MERCI : le mot de la présidente de la FCABQ
  Page 2
- Pourquoi bénévoler ? Pour qui ? Des gens engagés nous en parlent
  Page 5
- Autres temps, autres mœurs : les organismes doivent revoir dès maintenant leur méthode de recrutement de bénévoles
  Page 21

SPÉCIAL
Semaine de l'action bénévole 2011

La parole aux bénévoles

Le mot de la présidente

Il est des moments où le recours aux mots les plus simples pour exprimer le fond de sa pensée s'avère le moyen le plus efficace.

En cette Semaine de l'action bénévole 2011 qui s'amorce sous peu, dire tout bonnement **MERCI** à nos concitoyennes et à nos concitoyens qui nous offrent de leur temps pour améliorer notre quotidien voire, notre société en général, s'impose de soi.

Depuis le temps - 1974, en fait - que notre organisation produit une campagne annuelle afin de promouvoir l'engagement bénévole et susciter la reconnaissance envers celles et ceux qui mettent l'épaule à la roue, le défi demeure toujours pareil : mettre le doigt en une image forte et quelques mots percutants sur l'essence même du don de soi à « *quelque chose de plus grand que soi* », comme l'exprime si bien l'un des bénévoles qui nous livrent leur témoignage plus loin dans ces pages.

Cette fois-ci, la séance de remue-méninges a nettement fait ressortir la nécessité de signifier clairement aux bénévoles notre reconnaissance collective face à leur engagement social. En effet, on n'a qu'à regarder l'actualité pour constater que les temps présents nous offrent amplement d'occasions de mobilisation. En ce sens, la section consacrée aux témoignages de bénévoles en livre des exemples frappants. En plus de cela, il nous fallait les interpeler, un à un, afin qu'ils puissent se reconnaître. Car, 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.

Que ce soit du point de vue environnemental, ou pour améliorer la vie au quotidien de personnes moins bien pourvues, pour aider à se réapproprier la conduite de ses affaires, en passant par l'initiation et la participation à différentes formes d'art, leurs actions nous aident. Qu'y a-t-il d'autre à dire lorsque l'effet est aussi direct ? Spontanément, merci !

Bien sûr, les organismes doivent avoir à cœur de remercier leurs bénévoles tout au long de l'année de leur engagement social, « le seul salaire des bénévoles », comme nous le répétons souvent. Mais aussi court que soit le moment de la *Semaine de l'action bénévole* comme moyen de reconnaissance, celle-ci n'en demeure pas moins un moment officiel et collectif pour un coup de chapeau à leur endroit. Tout comme l'est le Prix Hommage bénévolat-Québec créé en 1997 par le Gouvernement du Québec en partenariat avec la FCABQ. Ne manquons pas ces occasions – deux fois plutôt qu'une ! – afin de prendre le temps de marquer notre soutien à chacune et à chacun d'entre eux. Mettons à profit la *Semaine de l'action bénévole* afin de susciter également une réflexion sur l'importance de contribuer à la santé sociale du Québec. Un autre de ces témoignages est révélateur à ce propos : c'est avant tout à titre de « citoyen» que ce bénévole entreprend chacune de ses actions et dans une optique globale d'apporter une solution durable aux problèmes de la société.

Qu'on se le tienne pour dit : l'engagement de nos concitoyennes et de nos concitoyens, s'il doit répondre à une passion personnelle, passe désormais par la nécessité de pouvoir influencer le cours de **nos** affaires. Merci d'y contribuer de façon si notable.

« 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. »

Lise Proteau

Présidente du conseil d'administration de la FCABQ

Les gens engagés

La parole aux bénévoles

La présidente de la FCABQ l'a dit un peu plus tôt : « (…) *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.

Écoutons ces gens engagées nous dire pourquoi et comment ils font pour aider la collectivité.

Là et pas ailleurs : pour la passion

Par **Louise Baillargeon**
Auteure et comédienne bénévole, Théâtre Fleury

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. 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 voilà pourquoi je me suis engagée là et pas ailleurs. ■

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

Théâtre Fleury
Centre Berthiaume-Du-Tremblay
www.berthiaume-du-tremblay.com

10 ANS
2001
Année internationale des bénévoles
2011

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES
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 engagé très activement dans ce qui est devenu le *Comité Vigilance Gaz de schiste Nicolet-Yamaska*.

Ce désir de m'engager 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 investi 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 engagé 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.

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

■

Bénévole auprès des aînés, quêteuse du village, membre de c.a. : pour le plaisir !

Par **Lise Giguère**,
Bénévole de la région du Centre-du-Québec

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 engagée 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 Centre d'action bénévole du Lac-St-Pierre (Saint-François-du-Lac) durant six ans. 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.

■

CAB du Lac Saint-Pierre
450.568.3198

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES
Se rendre utiles ensemble

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

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.

■

Centre d'action bénévole Drummond
819.472.6101
www.cabdrummond.ca

Donner un coup de main à Robin des Bois

Par **Éric Poulin**,
Directeur, Services Professionnels chez MasStor Technologies et serveur bénévole au resto RdesB

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-même.

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 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. 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. ■

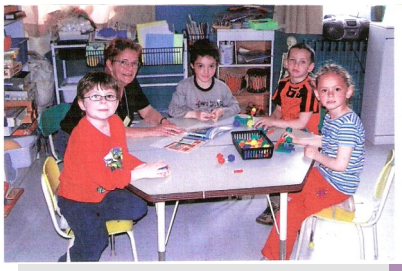
Le Robin Des Bois
4653, boulevard Saint-Laurent Montréal
514.288.1010
www.robindesbois.ca

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Parcours d'une bénévole comblée !

Par **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

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 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 ... »**

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 …

(Suite page 7)

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

… Parcours d'une bénévole comblée !

(Suite de la page 6)

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 !

■

Centre d'action bénévole des Riverains
Sainte-Anne –de-la-Pérade
418.325.3100

« 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! »

POUR TROUVER LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE LE PLUS PRÈS DE CHEZ VOUS WWW.FCABQ.ORG

10 ANS
2001
Année internationale des bénévoles
2011

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Comment j'ai apprivoisé les cheveux blancs

Par **Solange Gagnon**,
Bénévole au Centre communautaire pour aînés « Projet Changement – 50 ans et plus » à Montréal

« 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.

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 ainées.**

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 il y a 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 … ■

Projet Changement - 50 ans et plus
514.521.5145

Semaine de l'action bénévole 2011
Du 10 au 16 avril

« *Ce siècle verra l'opposition entre un nouvel homme, l'*homme produit et producteur*, et l'*homo donator*, celui qui conteste cette vision de l'humanité. Les bénévoles seront au centre de cette opposition majeure qui se dessine.* »

Jacques T. Godbout, sociologue, auteur d'ouvrages sur le don et président d'hooneur de la Semaine de l'action bénévole 1993

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Ni retraité, ni bénévole, mais citoyen …

Par **Jean Yergeau**, *du CASP-AREQ, du CASPAD, de la Table aînéES Drummond, de la Table régionale de concertation des aînéEs du Centre-du-Québec …*

Suis-je retraité ?

J'ai quitté mon emploi rémunéré depuis maintenant onze ans. Pourtant, les copains me demandent, narquois, si j'ai l'intention de prendre ma retraite bientôt. Enseignant j'étais, aimant ce travail de Sisyphe, ardu et ingrat. Maintenant, je me la coule douce, vivant de la pension que je me suis payé, « travaillant » bénévolement à peine 3 à 4 jours par semaine.

Agent de changement

Donc, bénévole ? Non. Non-rémunéré, c'est sûr, mais l'étiquette de « bénévole » me blesse car, elle réduit ce que je suis et en fait, elle le ratatine à mon coût sur le marché. Diriez-vous de votre « blonde » qu'elle est une bénévole à votre service ? *Ne-pas-avoir-de-salaire* est accessoire et non-pertinent à me définir et à me motiver. Je m'implique, je m'engage, je milite, le fait de ne pas être rémunéré n'a rien à voir là-dedans.

Pour plusieurs, le secours, l'aide directe aux individus les satisfont. Et Dieu sait combien c'est utile et nécessaire. Pourtant, je préfère m'engager dans des causes et des organismes qui tentent d'apporter une solution à plus long terme, supprimer la cause, corriger le fonctionnement, éviter que cela se reproduise, amener un changement permanent autant que possible.

Aussi, mes engagements se définissent plutôt en termes de changement social, de réforme, de réorientation, de modification des pratiques, et des structures si nécessaire. Une composante importante : que les personnes touchées elles-mêmes s'impliquent, tant dans la définition des problématiques que dans l'élaboration des solutions. Je ne nie pas la nécessité d'interventions plus quotidiennes, immédiates, concrètes. Mais se limiter à cela nous confronterait à l'éternelle répétition des malheurs. Et en plus, mes talents sont ailleurs.

Aider les aînés à s'occuper de leurs affaires

Je suis passablement occupé et mon agenda est bien rempli. Je consacre beaucoup de temps à différentes organismes, à différentes causes. Je l'ai toujours fait. J'ai constaté depuis longtemps que de ne m'occuper que de moi était insuffisant, que m'impliquer augmentait mon bonheur. Les pervers diront peut-être que c'est la forme de mon égoïsme, c'est leur problème.

Actuellement, les Tables de concertation des aînéEs me prennent la majorité de mon temps. Il y a tant de champs de préoccupation : la détresse psychologique, le suicide, l'épuisement des proches aidantEs, la maltraitance individuelle et institutionnelle, l'âgisme, etc.

Les aînéEs veulent changer l'image, mais aussi le sort qu'on leur faits. Pas de condescendance, ils veulent avoir voix au chapitre. Je crois pouvoir y contribuer honnêtement, sans assurance d'y parvenir. Il me semble que les aînéEs sont en mesure de s'occuper de leurs affaires, mais surtout de contribuer à notre devenir commun, dans une société qui a la chance de compter de plus en plus d'aînéEs prêtEs à s'y consacrer.

> **« (…) je préfère m'engager dans des causes et des organismes qui tentent d'apporter une solution à plus long terme, supprimer la cause, corriger le fonctionnement, éviter que cela se reproduise, amener un changement permanent autant que possible. »**

Un élément essentiel : les autres

Un élément nécessaire à ma motivation : les autres. Je suis un « travailleur » d'équipe. Partager avec d'autres cette volonté d'amélio-

(Suite page 10)

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Pour aider à changer les perceptions

Par **Philippe Beaudoin**, *Gestionnaire de projets, CSMO-ÉSAC et bénévole à GRIS - Montréal*

Je travaille à titre de gestionnaire de projets dans le domaine de l'économie sociale et de l'action communautaire.

Mais 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, de 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. ■

GRIS-Montréal
514.590.0016
www.gris.ca

… Ni retraité, ni bénévole, mais citoyen

(Suite de la page 9)

rer les choses décuple mon énergie et ma résistance aux obstacles et au découragement. J'ai besoin des autres, de leur participation, de leurs objections, de leur complicité… Une idée n'est pas bonne tant qu'elle n'a pas été brassée, discutée, contestée. Un projet, c'est pareil. Les idées et projets ne naissent pas mûrs, pas plus que les pommes. Les seuls interdits : le sabotage et le détournement à son profit personnel.

Mon engagement actuel exige de moi tout ce que mon métier et mes implications passées m'ont appris. Quel espace de liberté et de créativité ! C'est très valorisant et je dois bien ça à la société. En plus, j'ai l'impression de faire correctement la job et d'être utile.

Donc, ni retraité de sa société, ni bénévolement motivé, je suis simplement **un citoyen** qui croit que le *vivre-mieux-ensemble* suffit à justifier qu'on y consacre du temps. Avec d'autres, je suis même prêt, indépendamment de la non-rentabilité pécuniaire du geste, à tenter d'améliorer un peu le sort de ces êtres humains qui prétendent valoir plus que l'argent. ■

« Donc, ni retraité de sa société, ni bénévolement motivé, je suis simplement un citoyen qui croit que le *vivre-mieux-ensemble* suffit à justifier qu'on y consacre du temps. »

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Séduite par l'accueil et le dynamisme de l'organisme

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

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

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 engagement auprès du Théâtre Belcourt, au souper de la fabrique et au Challenge 255 me donne le sentiment d'avoir contribué au rayonnement de mon milieu.

■

Des bénévoles à l'origine de la « PDA » de Nicolet-Yamaska

Le 18 juin 1950 marque l'inauguration et la bénédiction de la Salle Belcourt, une salle paroissiale comme on le disait à l'époque. On a conçu la salle en amphithéâtre afin de faciliter la projection de films. Les revenus permettaient de payer la dette encourue pour la construction de l'édifice.

En 1998, une corporation à but non lucratif est créée afin de relancer l'utilisation optimale de cet amphithéâtre. Ce sera désormais le Théâtre Belcourt.

À l'été 2000, on procède à d'importants travaux afin de moderniser l'ensemble des équipements, incluant les sièges.

De plus, l'ajout d'installations technologiques de scène les plus performantes permettent de présenter des spectacles de haut standard. On y a vu défiler les Vigneault, Charlebois, entre autres.

On peut affirmer que le Théâtre Belcourt se veut un peu la Place des Arts de la MRC Nicolet-Yamaska puisqu'elle est la seule salle publique en amphithéâtre sur le territoire.

www.theatrebelcourt.com

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES
Ma vie de bénévole

Par **Lucile Landry**,
Bénévole de Montréal

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 aussi 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 par 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.

■

Un bon côté à toute chose

CAB D'Autray
450.836.7122
www.cabautray.com

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

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 !

■

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Place à un cinéphile bénévole

Par **Pierre Riley**, *Directeur général, FCABQ*

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, Tout feux – Tous Films et Cinétrenne.

Le cinéma est pour Serge un prétexte à la rencontre. En 2009, Serge recevait son 10 000^{ième} 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.

> « (...) 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. »

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 présente 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 pré-

(Suite page 14)

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Sauver des vies avec un simple coup de fil

Par **Julie Plante Fleury**, *Programme PAIR*

Le programme Pair est un service personnalisé d'appels automatisés qui joint les aînés pour s'assurer de leur bon état de santé. Les abonnés reçoivent ces appels à des heures prédéterminées, une ou plusieurs fois par jour. Si l'abonné ne répond pas, une alerte est lancée. Une vérification est systématiquement enclenchée par les responsables du système afin de vérifier si l'abonné se trouve en détresse.

Grâce aux appels de Pair, plusieurs vies ont pu être sauvées. Ce service est offert gratuitement dans près de 700 municipalités par 51 agences Pair.

Pair
Une présence rassurante !

De ce nombre, plusieurs centres d'action bénévoles sont devenus des agences Pair accréditées qui opèrent ce service. Plusieurs autres CABs bénéficient du programme Pair sans en avoir la gestion car, ils sont devenus partenaires et peuvent ainsi faire bénéficier leurs usagers de ce service.

En 2009, le Comité Provincial Pair a obtenu du gouvernement du Québec, par l'intermédiaire du ministère de la Famille et des Aînés, une subvention pouvant aller jusqu'à 1 400 000 $, répartie sur une période de 4 ans, issue du programme *Soutien aux initiatives visant le respect des aînés 2008 -2009*.

Cette subvention a permis de soutenir la création d'un bureau de développement et de coordination ayant pour mandat d'ouvrir une quarantaine d'agences Pair au cours des quatre prochaines années, en plus de soutenir l'ensemble des agences Pair existantes.

■

Programme PAIR
1-877-997- PAIR (7247)

… Place à un cinéphile bénévole

(Suite de la page 13)

sentes 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 à propos du film présenté dans son livre d'or. 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 pré-retraité 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* ...

■

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES
Un engagement de longue date

Par **Pauline Plourde**,
Femme d'affaires et bénévole au CAB des Seigneurie à Rivière-du-Loup

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).

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

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 ! ».

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. ■

CAB des Seigneuries
418.867.3130
www.actionbenevolebsl.org

Le Cercle *sur TVA, du lundi au vendredi à compter de 18 h 30*
Spéciale « Semaine des bénévoles »

Du 11 au 15 avril prochain, regardez le jeu questionnaire Le Cercle diffusée sur les ondes de TVA, une émission animée par Charles Lafortune.

Afin de souligner la contribution de nos concitoyennes et de nos concitoyens, Le Cercle a voulu profiter de la Semaine de l'action bénévole afin de rendre hommage aux bénévoles en accueillant des concurrentes et des concurrents qui représentent l'organisme auprès duquel ils offrent de leur temps pour soutenir sa mission.

Regardez pour voir quel groupe se verra remettre la cagnotte finale grâce, encore une fois, à la contribution des bénévoles !

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Écouter : une richesse dans ma vie

Par **Marcel 2080F ***,
Bénévole à Tel-Aide

*** 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.**

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.

Pas de conseils mais une écoute authentique

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.

Mettre à profit mes compétences professionnelles

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.

Une richesse dans ma vie

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.

■

> « 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 (...). »

Tel-Aide
Bénévolat:
514.935.1105
www.telaide.org

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES

Ma vie comme un long fil d'engagement

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

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.

« 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. »

Nous souhaitons promouvoir cette cause avec vous et nous vous invitons à signer notre pétition en ligne ou sur papier.

Vous aurez tous les renseignements au Centre d'action bénévole de la région de Shawinigan :

819.539.8844
cab_shawinigan@qc.aira.com
www.cabshawinigan.org

■

LA PAROLE AUX BÉNÉVOLES
« Parce que j'aime ça ! »

Par **Joëlle Boulet**,
Conseil québécois du loisir

« *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.

Pourquoi s'engage-t-on?

Inscrite dans un club 4-H à 8 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.

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

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.

« 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. »

Le bénévolat en loisir est vaste et regroupe des cœurs vaillants qui veillent à améliorer la qualité de vie de leurs concitoyens. Et ils ont tous en commun la passion et le plaisir de partager!

■

Reconnaître

Prix Hommage bénévolat-Québec 2011
Message de la ministre responsable de l'Emploi et de la Solidarité sociale

SEMAINE
DE L'ACTION BÉNÉVOLE

À l'occasion de la Semaine de l'action bénévole, je remettrai, le 13 avril 2011, les prix Hommage bénévolat-Québec à trente-six lauréates et lauréats, des personnes d'exception qui méritent largement cet honneur. Il y a plus de deux millions de bénévoles au Québec. Le travail que vous accomplissez est remarquable, vous propagez des valeurs de solidarité et d'humanisme, reflets de notre société. Votre apport au Québec est inestimable et vous contribuez à améliorer les conditions de vie de vos concitoyennes et concitoyens, c'est pourquoi je tiens à vous dire « merci! ».

Julie Boulet
Ministre de l'Emploi et de la Solidarité sociale
Ministre responsable de la région de la Mauricie

ACTION BÉNÉVOLE QUÉBEC

Emploi et Solidarité sociale Québec

10 ANS
2001
Année internationale des bénévoles
2011

Benevolare

Bénévolats nouveaux, approches nouvelles

Faits saillants de la recherche sur le bénévolat au Québec

Lors du **Colloque sur les pratiques gagnantes en gestion de bénévoles aînés** présenté en décembre dernier par la FCABQ , le chercheur et professeur à l'UQTR, André Thibault, a divulgué les principales conclusions d'une recherche approfondie sur le sujet notamment de la gestion des ressources bénévoles dans le contexte d'aujourd'hui. Conduite sous sa gouverne, cette vaste étude a été initiée par le Réseau de l'action bénévole du Québec, la Fédération des centres d'action bénévole du Québec et le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales.

Nous vous présentons ici des extraits de l'objet de sa conférence lors du colloque. Vous pouvez retrouver le contenu intégral de Bénévolats nouveaux, approches nouvelles dans : http://www.rabq.ca/app/DocRepository/2/Publications/BNANleger.pdf

Aider directement les gens : le bénévolat non-organisé

Par **Statistique Canada**
D'après les Points saillants de l'Enquête canadienne de 2007 sur le don, le bénévolat et la participation

En plus du bénévolat qu'ils font pour le compte d'organismes de bienfaisance et sans but lucratif, les Canadiens s'entraident directement de leur propre initiative.

Dans l'ECDBP, on demande aux Canadiens s'ils ont aidé des personnes autres que des membres de leur ménage, sans passer par un organisme, au cours de la dernière année.

En 2007, 84 % des Canadiens de 15 ans ou plus se sont entraidés directement, au moins une fois, pratiquement inchangé par rapport à celui de 2004 (83 %). En 2007, les Canadiens ont apporté une aide directe à autrui d'un certain nombre de façons :

- 60 % ont aidé une personne à effectuer des travaux chez elle, comme la cuisine, le nettoyage, le jardinage, l'entretien, la peinture et le déneigement.
- 53 % ont offert des soins de santé ou des soins personnels tels qu'un soutien émotionnel, des conseils, visiter des personnes âgées ou garder des enfants gratuitement.
- 47 % ont aidé une personne en faisant ses courses, ou en la conduisant au magasin ou à un rendez-vous.
- 29 % ont aidé une personne à effectuer des tâches administratives telles que rédiger des lettres, préparer des déclarations de revenu, remplir des formulaires, effectuer des opérations bancaires, payer des factures ou trouver de l'information.
- 16 % ont aidé une personne en lui donnant des leçons gratuites, en l'encadrant, en lui servant de tuteur ou en l'aidant à lire.
- 25 % ont aidé directement une personne de toute autre manière.

On a demandé aux répondants ayant déclaré avoir fourni de l'aide directe la fréquence des activités ainsi déclarées au cours de la dernière année (graphique 2.20).

Les types d'aide les plus fréquents consistent à :

- donner des leçons gratuites à quelqu'un, à l'encadrer ou à lui servir de tuteur (aide fournie au moins une fois par semaine par 42 % des répondants visés);
à offrir des soins de santé ou des soins personnels (aide fournie au moins une fois par semaine par 39 %);
- et à effectuer des travaux chez quelqu'un (33 %).

Ces chiffres sont pratiquement inchangés par rapport à ceux de 2004.

■

« En 2007, 84 % des Canadiens de 15 ans ou plus se sont entraidés directement, au moins une fois, pratiquement inchangé par rapport à celui de 2004 (83 %). »

Savoir-faire

Pratiques et réflexions entourant l'engagement social des personnes aînées

Récits de vie, récits de bonté

Par **Centraide de Québec et Chaudière-Appalaches**

Ce volume de 164 pages est édité par Centraide Québec et Chaudière-Appalaches. Il a été produit par un de ses nombreux comités de bénévoles, le comité des aînés, regroupant huit personnes retraitées. Ce comité est promoteur d'un Mouvement : Les Aînés Solidaires (Les AS).

Trois membres du comité ont été délégués pour réaliser cette production. Il s'agit de Mmes Claire Blanchet, Micheline Arsenault et M. Jacques Lavigne.

Ce volume comporte trois parties. La première partie, la plus importante, présente 114 histoires de vie, *Récits de vie*, marquées par un engagement social dirigé vers la lutte contre la pauvreté, la solitude et l'isolement des personnes des régions du territoire de Centraide.

Les personnes dont il est question ont été recommandées par des organismes ou associations et retenues par un jury de sélection lors d'un appel de candidatures annuel. Elles sont au nombre de 121 parmi lesquelles il y a sept couples.

La deuxième partie, *Regard sur l'engagement social de ces AS de cœur*, telles elles sont nommées, tente de caractériser l'engagement de ces personnes. Par exemple, les éléments déclencheurs, les impacts etc. Sept thèmes sont retenus.

Enfin, la troisième partie, *Une vision, des repères*, définit une vision de l'engagement social pour les gens qui aimeraient s'engager comme l'ont fait les AS de cœur. Sauf que cette vision suggérée tient compte du contexte d'aujourd'hui (l'arrivée des boomers qui modifie les contours de l'engagement-exigences-). Des repères sont aussi donnés pour faciliter l'engagement.

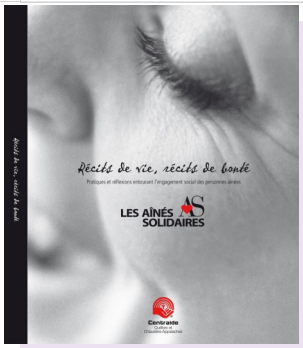
Ce livre présente des modèles qui pourraient faire partie de la réflexion des personnes qui arrivent à la retraite. Ce sont des modèles généreux, positifs qui pourront aider les nouveaux retraités dans leur recherche de projet de vie. Le comité de Centraide fait la promotion de la solidarité chez les retraités et aînés.

Pour souligner les 400 ans de la Nouvelle-France

Le comité a voulu apporter sa contribution à l'occasion du 400e anniversaire de la fondation de Québec. Le volume marque l'anniversaire en faisant état de l'entraide et de la solidarité chez les aînés aujourd'hui. Il invite les gens, retraités comme plus jeunes, à s'inspirer des plus âgés et à mettre leurs compétences et expériences au profit de leur communauté.

■

Renseignements
Coût : 20 $ l'unité
Pour se procurer l'ouvrage :
Centraide de Québec au 418.660.2100 OU
lesas@centraide-quebec.com



Les Rendez-Vous annuels 2011

Réfléchir sur la place du plaisir dans l'action bénévole

Par **Denis Nantel**
Chargé de projet, Centre Berthiaume-Du-Tremblay

Les Rendez-vous annuels sont des journées de ressourcement et de formation pour les bénévoles engagés auprès des aînés. Ces journées sont réalisées en partenariat avec le Centre Berthiaume-Du Tremblay, l'Association québécoise des centres communautaires pour aînés, la Fédération des centres d'action bénévole du Québec, le Réseau québécois des OSBL d'habitation et votre Regroupement PRA-SAB.

En 2011, on vous propose

Du petit geste aux grandes réalisations ! Façonner son action bénévole...Source de plaisir et de passion, par Lyne Bolduc
Présenté par **Lyne Bolduc**

Les bénévoles sont conviés à réfléchir sur la place du plaisir dans leur action bénévole, sur l'importance de la passion et de l'humour comme sources de motivation et sur le pouvoir rassembleur qu'ils représentent.

Ils vivront une aventure collective profondément humaine et prendront le temps de s'arrêter et de se brancher à l'essentiel !

Les objectifs

À la fin de la journée, le participant aura expérimenté et intégré de nouveaux outils et sera en mesure de les mettre à profit pour l'atteinte d'objectifs personnels et collectifs.

Les retombées attendues

- Reconnaître, accepter et respecter ses limites dans ses engagements bénévoles.
- Développer et maintenir une relation de qualité avec les aînés au moment présent.
- Faire face, avec réalisme, aux réactions des aînés dans différentes situations, plus particulièrement l'insatisfaction, la colère et la détresse.

Pour consulter le dépliant et connaître les détails du programme de ressourcement et de formation ou pour vous inscrire, visitez le site officiel du programme au :
http://www.berthiaume-du-tremblay.com/4/4_3_3.html

Les Rendez-vous annuels

Calendrier d'avril à juin 2011

Vendredi - 8 avril
Gatineau

Vendredi - 29 avril
Sherbrooke

Lundi - 2 mai
Senneterre

Vendredi - 13 mai
Shawinigan

Vendredi - 20 mai
Jonquière

Vendredi - 27 mai
Saint-Charles-Borromée

Vendredi - 3 juin
Sept-Îles

En libr@irie

Préparer aujourd'hui l'action bénévole de demain

Guide de réflexion et d'action

Produit et édité par la
Fédération des centres d'action bénévole du Québec

La FCABQ a entrepris une recherche qui s'est échelonnée sur une période d'un an, entre novembre 2009 et novembre 2010. Elle visait l'identification de bonnes pratiques de gestion des bénévoles aînés œuvrant dans les secteurs de la santé et des services sociaux, principalement auprès des aînés, ceci dans les trois sphères de l'action bénévole (recrutement, reconnaissance, rétention).

La recherche a mené à la production d'un rapport auquel s'est ajouté un guide de réflexion et de pistes d'action. Ses résultats ont fait l'objet d'un colloque tenu le 7 décembre 2010, dans la foulée de la Journée internationale des bénévoles qui a lieu le 5 décembre de chaque année depuis 1985.

Coûts
CABs et autres : 10 $
Frais d'envoi en sus

1.

Pour commander :

www.fcabq.org/Boutique en ligne/

1. Gestion des ressources humaines
2. Gestion d'un organisme et ses politiques

2.

Code de gestion d'une équipe de travail

Par Jean-Claude Savoie *et*
Pierre-Marie Lagier
Éditions Guérin Universitaire

Le Code de gestion d'une équipe de travail est un livre essentiellement destiné aux personnes qui entrent en processus de formation en équipe. Il a été conçu comme une outil de travail que l'équipe et ses membres doivent s'approprier en le personnalisant, en l'adaptant à leurs besoins, tout en étant un outil apte à orienter tout de suite l'équipe dans une saine démarche et lui permettre de trouver une procédure rassurante afin de s'organiser, travailler sereinement et apprendre ensemble.

Les auteurs, Jean-Claude Savoie et Pierre-Marie Lagier, possèdent chacun une vaste expérience universitaire et professionnelle, notamment dans le domaine de la culture et du comportement organisationnels, de la gestion des ressources humaines et de la méthodologie des sciences sociales.

Coûts
CABs : 13, 50 $
Autres : 16, 00 $
Frais d'envoi en sus

Pour vous guider vers la bonne ressource

Contactez-nous
fcabq.org
514.843.6312 · 1.800.715.7515

fcabq
FÉDÉRATION DES CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC

FÉDÉRATION DES CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC

1557, avenue Papineau
Montréal, QC
H2K 4H7

Téléphone :514.843.6312 / 1 800 715.75
Télécopie : 514.843.6485
Messagerie : info@fcabq.org

Retrouvez-nous sur la toile !
www.fcabq.org

MERCI

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE 10 AU 16 AVRIL 2011

L'Agenda

SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE 2011
Du 10 au 16 avril

Commandez en tout temps des articles de reconnaissance et de promotion (jusqu'à rupture des stocks) :
Premier arrivé, premier servi !
Bon de commande interactif sur www.fcabq.org

Hommage bénévolat-Québec
Mercredi - 13 avril 2011
Cérémonie officielle de remise aux lauréates et lauréats à Québec.
www.disluimerci.qc.ca

Devenez bénévélo !
Inscription comme bénévole dès maintenant
La 27e édition de la Féria du vélo est prête à accueillir les inscriptions des personnes intéressées à devenir bénévoles pour l'occasion.

Information et inscription sur velo.qc.ca/benevole ou par téléphone **au 514 521-8356, poste 508**

Du 22 au 28 mai 2011
Semaine L'Amitié n'a pas d'âge, 24e édition
Invitation spéciale aux organismes de jeunes et d'aînés qui démarrent des projets ou poursuivent des activités.
Toute l'information sur www.amitieage.org

Bénévol'Action

Spécial SAB 2011

| Collaborateurs à ce numéro |

MERCI aux bénévoles qui ont accepté de livrer leur témoignage :

Serge April / Louise Baillargeon / Philippe Beaudoin / Marcel et Denise Bédard / Solange Gagnon / Lise Giguère / Marie-Soleil Goudreault-Quessy / Andrée Hammond / Sylvie Jutras / Lucile Landry / Pierre Lebel / Marcel 2080 / Lucille Mongrain / Michelle Papillon / Pauline Plourde / Éric Poulin / Jean Proulx / Jean Yergeau

Également :

| Joëlle Boulet, *Conseil québécois du loisir* **| Centraide de Québec et Chaudière/Appalaches | Direction des communications**, *Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale* **| Julie Plante Fleury,** *Programme PAIR* **| Denis Nantel**, *Les Rendez-Vous annuels* **| Lise Proteau**, *FCABQ* **| Pierre Riley**, *FCABQ* **| André Thibault**, *Université du Québec à Trois-Rivières* **| Statistique Canada**

| Responsables de la publication |
Pierre Riley | Patricia Morin

| Collaboration spéciale |
Marie-Marthe Lespinay

| Conception | Rédaction | Réalisation |
Patricia Morin

| Droits d'auteur |
Nous encourageons la diffusion du contenu du *Bénévol'Action*, à la seule condition d'en citer la source.

10 ANS
2001
Année internationale des bénévoles
2011