Le Journal du CBRS

www.benevolatrivesud.qc.ca

Édition Avril 2020

Message important
à tous nos bénévoles

La pandémie de Covid-19 oblige le CBRS à prendre nombre de mesures pour protéger ses bénévoles, ses employés et ses bénéficiaires.

À l'instar de nombreux autres organismes communautaires, nous avons été obligés de réduire nos services à l'essentiel, de demander à nos bénévoles de rester chez eux et de réduire nos services au strict minimum.

Des circonstances comme celles-ci nous rappellent brutalement l'impressionnant travail réalisé tous les jours par nos bénévoles, que ce soit au programme PAIR, à la popote roulante, aux impôts, à l'accompagnement-transport, etc. Le CBRS sans ses bénévoles n'est pas le même et toute l'équipe des employés tient à profiter de cette édition très particulière du journal du CBRS pour remercier sincèrement tous ceux et celles qui donnent de leur temps pour venir en aide aux personnes dans le besoin.

Vous êtes nombreux à entrer en communication avec nous et à offrir votre aide pendant cette crise. Nous sommes sincèrement touchés par votre générosité, mais nous vous invitons avant tout à faire preuve de prudence et à suivre les mesures de sécurité émises par le gouvernement. Nous avons hâte de vous retrouver en pleine santé quand les mesures de sécurité seront levées.

Avec notre amitié et notre appréciation,

L'équipe du CBRS

Les nouvelles *en bref*

fcabq
Fédération des centres d'action bénévole du Québec

Semaine de l'action bénévole 2020 :
Bénévoler, c'est essentiel

Montréal, le 17 avril 2020 - Parrainée par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), la 46e édition de la Semaine de l'action bénévole, qui se tiendra du 19 au 25 avril 2020 vise à saluer et reconnaître les millions de bénévoles qui s'investissent chaque année dans leur communauté.

C'est dans cet esprit que la FCABQ remet chaque année depuis 2016 une distinction honorifique à une personnalité québécoise, qui devient par la suite ambassadeur de la Semaine de l'action bénévole. Bien que nous n'ayons pu lui remettre le prix en main propre, c'est Hugo Girard est devenu l'ambassadeur de la Semaine de l'action bénévole 2020. « C'est une véritable fierté pour moi de représenter l'action bénévole au Québec. Malgré ce que l'on traverse en ce moment, les citoyens font preuve d'une générosité incroyable en se portant volontaires afin de bénévoler et aider leurs concitoyens les plus touchés par la crise » a exprimé Hugo Girard.

Cette année, la Semaine de l'action bénévole se déroulera dans un contexte particulier de crise sanitaire. Le thème initialement prévu « Bénévoler, c'est chic : trouve ton style sur Jebenevole.ca » ne concordant pas avec l'environnement dans lequel nous évoluons actuellement, nous avons choisi de mettre en lumière la mobilisation exceptionnelle des bénévoles et de les remercier pour cet élan de solidarité. En effet, suite à l'appel du premier ministre François Legault le 26 mars dernier, les Québécois ont répondu « présent ». Aujourd'hui, plus de 2 000 organismes et 25 000 bénévoles sont inscrits sur le site.

« Je souhaite remercier chaleureusement tous les bénévoles pour leur solidarité face à la situation actuelle où, plus que jamais, bénévoler est essentiel ! Ce qui se passe depuis plusieurs semaines en action bénévole est extraordinaire ! En effet, la courbe s'est véritablement inversée et le nombre de bénévoles qui se sont mobilisés dépasse amplement nos attentes. J'invite les organismes communautaires de tout le Québec à se joindre à la plateforme » a exprimé Michel Alexandre Cauchon, directeur général de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec.

Encore cette année, nous pouvons compter sur la participation financière du Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) afin de nous permettre d'optimiser la portée de la Semaine de l'action bénévole.

À propos de la FCABQ
Créée en 1972, la Fédération des centres d'action bénévole du Québec est un organisme à but non lucratif qui regroupe 108 centres établis dans toutes les régions du Québec. Elle a pour mission de mobiliser, de soutenir et de représenter les centres membres afin de favoriser la promotion, la reconnaissance et le développement des différentes pratiques de l'action bénévole au sein de la collectivité.

Le Journal du CBRS

Édition Avril 2020 www.benevolatrivesud.qc.ca

Semaine de l'action bénévole

Nos honorés

L'équipe du Centre de Bénévolat de la Rive-Sud tient habituellement son évènement de reconnaissance annuelle lors de la Semaine de l'Action bénévole. Cette année, en raison des circonstances particulières et parce que nous souhaitons souligner comme il se doit le dévouement et la fidelité de nos bénévoles, l'évènement a été reporté à l'automne.

Lors de cette fête annuelle, nous soulignons l'apport précieux et inestimable de tous les bénévoles ayant œuvré depuis 5, 10, 15, 20 et 25 ans au Centre de Bénévolat de la Rive-Sud.

Restez à l'affût des prochaines activités durant l'année, telles que l'Assemblée générale annuelle, les fêtes de la rentrée, les fêtes de Noël, etc.

Siège social

5 ans
André Cloutier

20 ans
Jean Babin

Candiac

5 ans
Monique Berthiaume
Francine Gravel
Doris Morin
Gitane Morin
Denis Roy

10 ans
Francine Fillion
Serge Forget
Martin Bertrand

20 ans
Claire Blanchet

Chambly

5 ans
Micheline Paquet
Chantal Beauregard
Angèle Champagne
Diane Charrette
France Bélanger
Michèle Sauvé
Marilyn Roy
Johanne Roy
Colombe Gagnon
Serge Bertrand
Jacy Pelletier

10 ans
Gisèle Boisvert
Louise Brodeur
Geneviève Leduc

15 ans
Yolande Desgagné
Ghislaine Richer
Jacques St-Amand
Tenweer Hashmi

20 ans
Danielle Cardinal
Claire Lauzier
Ginette Mailly

Longueuil

5 ans
Jean Beaudry
Lisette Daviau
Nicole Desaulniers
Pierrette Lamoureux
Serge Parent
Josée Tremblay

10 ans
Yolande Blanchette
Réjean Deguise
Françoise Lorion
Gilles Paquin

15 ans
Michel Corbeil
Murielle Dansereau
Nicole Paquette
Laurence Préfontaine

20 ans
Denis Charlebois

25 ans
Claudette Rheault
Claude Richer

35 ans
Pierre Fournier

Saint-Lambert

5 ans
Jacques Bélanger
Claudette Da Silva
Paul Denison
Gilles Landry
Serge Martin

10 ans
Marie Doyon
Bernadette Gilbert
Ramy Gilor
Huguette Légaré

15 ans
Martial Daigneault
Carole Gagnon
Pierre André Plouffe

Le Journal du CBRS

Édition Avril 2020 www.benevolatrivesud.qc.ca

Aide et soutien
aux proches aidants

Point de service de Candiac

CAFÉS-CRÉATIFS

Les cafés-créatifs sont des rencontres mensuelles où, à l'aide d'un journal intime, les proches aidants apprendront à développer des techniques artistiques pour favoriser le lâcher-prise. Au cours des six rencontres, chacune abordant une technique différente, ils exprimeront leurs émotions, leurs sentiments et leurs pensées.

SESSION DE JOUR
Une durée de 6 semaines, le mercredi
Dates à venir

SESSION DE SOIR
Une durée de 6 semaines, le lundi
Dates à venir

CAFÉS-RENCONTRES

Les cafés-rencontres se veulent un lieu de rassemblement et de partage pour les proches aidants afin de briser l'isolement qu'ils ressentent, de les aider à se valoriser dans leur rôle de proche aidant et de comprendre l'importance de faire attention à leur santé mentale et physique. C'est un endroit où ils peuvent exprimer leurs difficultés, leur peine, leurs frustrations afin de ventiler le négatif, mais c'est aussi un endroit pour partager leurs bons coups et les trucs qu'ils ont développés dans leur expérience d'aidance. Chaque café-rencontre aborde une thématique particulière.

Le fameux « lâcher prise », comment faire?
Dates à venir

Comment faire face au comportement agressif de votre proche (communication orientée vers les solutions)
Dates à venir

Se préparer à l'hébergement. Faut y penser!
Dates à venir

Consultez le www.benevolatrivesud.qc.ca/proches-aidants

CONFÉRENCES

Toujours en lien avec la réalité des proches aidants, les conférences offrent la possibilité d'informer, de sensibiliser et d'aider. Elle seront offertes dans différents endroits du territoire du CBRS.

« Prenez soin de VOUS »
Par: Valérie Labrecque, massothérapeute/naturopathe
Dates à venir

PDSB (Principes pour des Déplacements Sécuritaires des Bénéficiaires)
Dates à venir

FORMATION « AIDER SANS S'ÉPUISER »

Formation visant à prévenir l'épuisement chez les proches aidants. Les 10 rencontres leur permettront d'acquérir et de développer des outils afin de demeurer des aidants en bonne santé physique et mentale. Tout au long de ces rencontres, les participants pourront prendre conscience de leurs limites et de leurs besoins (max. 8 participants).

THÈMES
- La motivation (pour être aidant)
- Le choix
- La famille
- Le changement
- La protection de la santé (épuisement)
- Les ressources
- La négociation du contrat
- L'héritage

LA FORMATION EST OFFERTE À CANDIAC ET À CHAMBLY

DATES
SESSION DE JOUR de 13h30 à 15h30
Une durée de 10 semaines
Dates à venir

SESSION DE SOIR de 18h30 à 20h30
Une durée de 10 semaines
Dates à venir

SAMEDI de 13h30 à 15h30
Une durée de 10 semaines
Dates à venir

Consultez le www.benevolatrivesud.qc.ca/proches-aidants

Toutes les activités sont gratuites (matériel fourni)
Inscription obligatoire
Nancy Gilbert, Intervenante soutien aux proches aidants 450 659-9651

Point de service de Chambly

Le Café des aidants est offert gratuitement au Centre de Bénévolat de la Rive-Sud de Chambly depuis plus d'une année.
Chacune des rencontres aborde un thème différent. Les aidants peuvent participer, échanger sur le sujet, trouver des solutions et des astuces dans le respect de chacun, la confiance et une ambiance conviviale. Les aidants peuvent choisir de participer à cette rencontre de jour, de soir ou de fin de semaine.

De plus, chaque mois, une conférence est offerte sur des sujets d'intérêt pour les proches aidants. Une occasion de s'informer et de s'outiller pour mieux vivre le rôle d'aidant.

Commentaires recueillis des proches aidants :

« C'est un moment, un temps précieux, une pause, un ressourcement qui nous appartient. »

« Le sentiment d'être compris et de ne pas être seul à vivre cette situation. »

Les activités ont dû être suspendues suite à la situation actuelle. Un suivi téléphonique est disponible du lundi au vendredi. Veuillez laisser un message au CBRS au 450 658-4325 poste 231. Il me fera plaisir de vous rappeler le plus rapidement possible.

En attendant, prenez bien soin de vous et accordez-vous un moment chaque jour pour vous faire plaisir. Quand la situation le permettra, c'est avec bonheur et un bon café que je vous accueillerai.

Toutes les activités sont gratuites (matériel fourni)
Inscription obligatoire
Katia Deslauriers, Intervenante soutien aux proches aidants 450 658-4325

Recrutement
Être bénévole au CBRS

Le Centre de Bénévolat de la Rive-Sud est un carrefour de l'action bénévole et de l'entraide. Il regroupe des personnes au grand coeur qui ont en commun de se soucier du bien-être de la collectivité.
Les bénévoles sont la raison d'être d'un centre d'action bénévole et le caractère libre et gratuit de leur action est central. Chaque bénévole est donc :

- **libre dans le choix de son champ d'action;**
- **libre quant à la durée de son engagement;**
- **libre face à la clientèle à aider et à soutenir.**

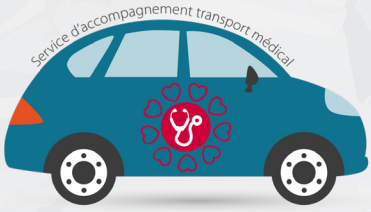
Visites et téléphones d'amitié

Par ce service, les bénévoles offrent une présence physique à des personnes vivant de l'isolement afin de créer une relation amicale et continue. Dans les situations où il n'est pas possible pour le bénéficiaire de recevoir une visite (maladie, convalescence hors de son domicile, etc.), le bénévole garde avec lui un contact téléphonique régulier. Une bonne écoute, de la patience et un sens des responsabilités sont nécéssaires. Il faut aussi être disponible environ trois heures par semaine (selon votre disponibilité!).

Le service est disponible à St-Lambert (incluant Lemoyne, Brossard et Greenfield Park), Chambly (incluant Carignan) et Candiac (incluant Delson, La Prairie, Ste-Catherine, St-Constant, St-Mathieu et St-Philippe)

Accompagnement-transport médical

Le service d'accompagnement-transport rendu par les bénévoles a pour objectif d'offrir une présence physique et sécurisante ainsi qu'un moyen de transport à des personnes vivant à domicile, lors de déplacements pour des fins médicales ou psychosociales.

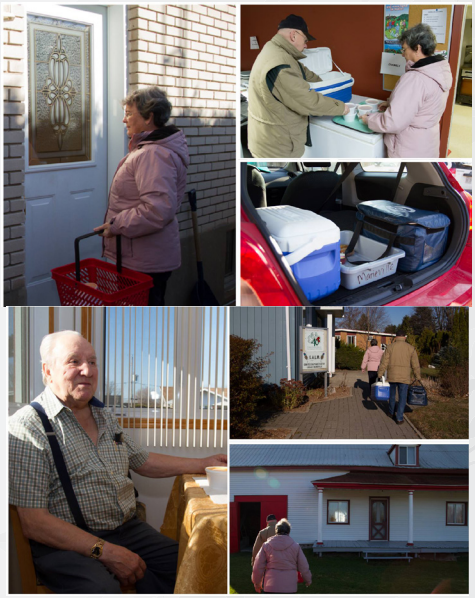


Il est importap,,nt de spécifier que ce service ne remplace pas les services de transport en commun (taxi, autobus, transport adapté).

Le service est disponible à Longueuil, Saint-Lambert (incluant Lemoyne, Brossard et Greenfield Park), Chambly (incluant Carignan) et Candiac (incluant Delson, La Prairie, Sainte-Catherine, Saint-Constant, Saint-Mathieu et Saint-Philippe)

Recrutement
Être bénévole au CBRS

Popote roulante

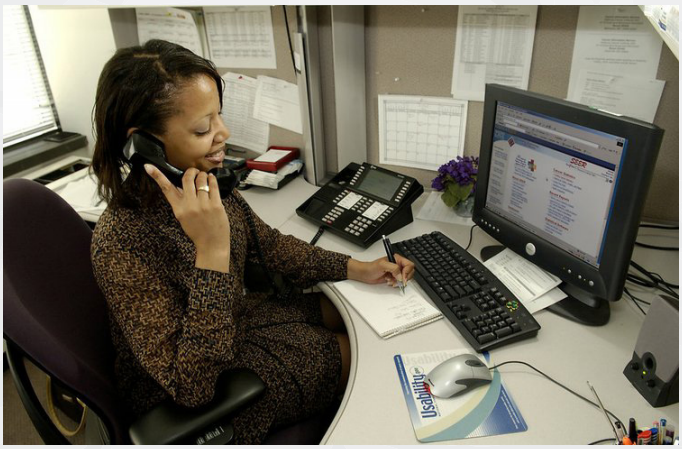


La Popote roulante est un service de repas livrés à domicile par un bénévole attentionné. Ce service favorise le soutien à domicile de personnes âgées, handicapées ou en convalescence. C'est un dîner chaud livré chez le bénéficiaire au moins deux jours par semaine selon l'horaire de chaque point de service. Ces repas incluent la soupe, le plat principal et le dessert.

Le service est disponible à Saint-Lambert (incluant Lemoyne, Brossard et Greenfield Park), Chambly (incluant Carignan) et Candiac (incluant Delson, La Prairie, Sainte-Catherine, Saint-Constant, Saint-Mathieu et Saint-Philippe)

Programme bienveillance

L'objectif du service est de favoriser l'autonomie des personnes de 80 ans et plus vivant à domicile en créant un lien de confiance avec les bénéficiaires par le biais d'appels réguliers. Le bénévole devra les écouter, identifier et analyser leurs besoins ainsi que leur fournir les informations adéquates sur les services disponibles sur leur territoire. Si nécessaire, le bénévole pourra accompagner les personnes dans les démarches qui leur semblent plus complexes.
Le bénévole doit avoir une bonne capacité d'écoute, être ouvert d'esprit et avoir une facilité à entrer en relation avec les autres. Une connaissance des aînés et l'empathie envers les personnes en perte d'autonomie sont un atout. Il faut être disponible une demi-journée par semaine.



Le service est disponible à Longueuil, Saint-Lambert (incluant Lemoyne, Brossard et Greenfield Park), Chambly (incluant Carignan) et Candiac (incluant Delson, La Prairie, Sainte-Catherine, Saint-Constant, Saint-Mathieu et Saint-Philippe)

Recrutement
Être bénévole au CBRS

Accueil réception

Grâce à leur accueil chaleureux, à leur écoute et aux précieuses informations qu'ils dispensent, les bénévoles réceptionnistes occupent une place de première importance au CBRS. Les bénévoles voient à l'accueil, à la réception et au traitement des demandes de service. Ils informent la clientèle sur les services offerts et voient à la référence vers les ressources du milieu. Il existe aussi des possibilités de travail de bureau connexe…
Habiletés requises : Capacité d'écoute, facilité à entrer en relation avec les autres et à travailler en équipe, empathie envers les personnes en perte d'autonomie, aptitude à régler plusieurs dossiers à la fois.
Le service est disponible à Longueuil, Saint-Lambert (incluant Lemoyne, Brossard et Greenfield Park), Chambly (incluant Carignan) et Candiac (incluant Delson, La Prairie, Sainte-Catherine, Saint-Constant, Saint-Mathieu et Saint-Philippe)

Il existe aussi beaucoup d'autres possibilités d'implication dans divers domaines au Centre de Bénévolat de la Rive-Sud, telles que :
- Le soutien aux proches aidants
- L'aide aux formulaires
- L'aide impôts
- Commissions et Cie (service d'accompagnement)
- Courses et café (sortie en minibus)
- Magasin familial Coup de pouce
- Opération Nez rouge
- Services aux organismes
- Programme PAIR (service d'appels de sécurité)
- Soupe et conférence (activité de bris d'isolement)
- Toasts et café (activité de bris d'isolement)
- Travail de bureau

Informez-vous auprès de votre conseiller ou conseillère aux bénévoles!

Candiac : Éliane Julien | 450 659-9651

Chambly : Véronique Lapierre | 450 658-4325

Longueuil : Simon Mailhot | 450 677-5281

Saint-Lambert : Marie-Hélène Nadeau | 450 465-6130

Le Journal du CBRS

Édition Avril 2020 www.benevolatrivesud.qc.ca

Recrutement
Être bénévole au CBRS

SERVICE en VEDETTE

Nous désirons vous présenter certains services du CBRS qui sont offerts, sans pour autant être très connus ou publicisés. Pour cette édition de notre journal, nous vous les présentons dans cette toute nouvelle rubrique.

PROGRAMME BIENVEILLANCE

Le Centre de Bénévolat de la Rive-Sud offre ce service, qui vise à favoriser l'autonomie des personnes de 80 ans et plus afin qu'elles demeurent à domicile le plus longtemps possible, de façon sécuritaire.

Les bénévoles créent un lien de confiance avec elles par le biais d'appels réguliers. Ces appels se font de façon régulière, à tous les trois mois. Le repérage des besoins se fait par le biais d'un questionnaire (qui tire ses origines du Prisma Sept*). Ces appels nous permettent de prendre connaissance de la situation, d'écouter, de renseigner et de référer vers les services disponibles sur le territoire. Au besoin, il est possible d'accompagner les personnes dans les démarches qui leur semblent plus complexes.

Ces actions bénévoles nous permettent d'être bienveillants auprès d'une clientèle vulnérable. Nous référons les bénéficiaires de ce programme vers plusieurs services d'aide à domicile tels que la popote roulante, l'accompagnement-transport, Commission et cie, les visites et téléphones d'amitié, la pédicure et coiffure à domicile, l'aide domestique, etc.

*Le Prisma Sept est un questionnaire qui fut élaboré dans les années 80, servant à repérer les aînés vulnérables.

AIDE AUX FORMULAIRES

Beaucoup de gens connaissent notre service d'aide-impôt, mais ils ne savent pas que nous offrons également, joint à celui-ci, l'aide aux formulaires. Les personnes qui obtiennent ce service peuvent être en perte d'autonomie, analphabètes ou simplement démunies face aux demandes administratives qui peuvent être compliquées. Nous aidons les bénéficiaires avec, entre autres, les demandes pour les HLM ou encore le renouvellement de la carte d'assurance maladie. Nous aidons aussi lorsque les formulaires ne peuvent être complétés qu'électroniquement, puisque certains ne sont à jour en ce qui a trait à l'informatique. Comme son nom l'indique, nous offrons la possibilité d'obtenir l'aide d'un bénévole afin de compléter un formulaire. L'aide s'obtient en faisant la demande auprès du Centre, de la même manière que pour les autres services. Un bénévole est assigné au bénéficiaire. Le service se donne sur rendez-vous au Centre ou, dans certains cas, chez le bénéficiaire.

Les bénévoles font de leur mieux pour accomplir cette tâche et, dans certains cas, ils doivent faire un peu de recherche afin de bien avoir entre les mains les informations pertinentes à chaque situation. Même si le service est encore relativement méconnu, nous avons recemment pu observer une augmentation du nombre de demandes.Maintenant que vous savez que ces services existent, nous espérons que vous n'hésiterez pas à en faire la promotion!

Impliquez-vous
dans votre communauté!

Les endroits où il est possible de s'impliquer comme bénévole sont très variés. Il existe une multitude d'organismes qui recherchent des gens afin de les aider à la réalisation de leur mission. Nous vous présentons quelques-uns d'entre eux :

Aphasie Rive-Sud
1720, rue de Gaulle, Saint-Hubert, Qc, J4T 1M9
Nom du contact : Madame Francine Blanchard
Téléphone : 450 550-4466
Courriel : info.aphasierivesud@gmail.com
Site Internet : www.aphasierivesud.org

APHASIE RIVE-SUD offre un milieu de vie, des activités et des services stimulants aux personnes aphasiques ayant subi un AVC, un anévrisme au cerveau, une tumeur au cerveau ou un traumatisme crânien, ainsi qu'à leurs proches.

Il vise à favoriser le maintien et le développement des acquis des personnes ayant subi un AVC, avec ou sans aphasie, afin de maximiser l'atteinte de leur plein potentiel.
Il favorise le mieux-être de l'ensemble de ses membres et les accompagne vers une réintégration dans la communauté.

Les possibilités d'implication :

Accueil et soutien aux activités
Accueillir les participants (aider à dévêtir à l'arrivée et habiller au départ) et fournir un soutien-accompagnement aux activités de langage, surtout lors de l'utilisation de tablettes.

Animation d'ateliers
Animer, une ou deux fois par semaine, des ateliers de langage pour des personnes aphasiques ou avec des problèmes de communication.

Soutien aux aidants
Animer des cafés destinés aux aidants de personnes aphasiques et faire des rencontres individuelles afin de leur permettre de ventiler.

Impliquez-vous
dans votre communauté!

Parrainage civique Champlain
3222, rue Windsor, Saint-Hubert, Qc, J4T 2X2
Nom du contact : Madame Louise Perreault
Téléphone : 450 678-7025
Courriel : intervenant@parrainagechamplain.org
Site Internet : www.parrainagechamplain.org

La mission du ***PARRAINAGE CIVIQUE CHAMPLAIN*** est de créer une relation significative d'entraide et d'amitié entre une personne bénévole (16 ans et plus) et une personne de tout âge ayant une incapacité intellectuelle, un trouble du spectre de l'autisme ou une problématique de santé mentale.

Le Parrainage civique Champlain accomplit sa mission via la création de jumelages entre une personne bénévole et un individu vivant avec une incapacité. Dans une perspective d'accompagnement, d'écoute et de support, ces jumelages se concrétisent simplement via le partage de moments de loisir, selon les intérêts communs.
Les jumelages visent aussi à briser l'isolement que vivent les personnes handicapées et à développer leur autonomie afin qu'elles occupent la place qui leur revient dans notre société.

Les possibilités d'implication :

Sorties amicales
Partager occasionnellement (minimum une fois par mois) ses moments de loisirs (ex : cinéma, resto, marche, sport) avec une personne de tout âge ayant une déficience intellectuelle, physique ou une problématique de santé mentale, dans le but de briser son isolement et de créer un lien d'amitié. Le jumelage se fait selon les intérêts communs, les besoins et les disponibilités.

Moisson Rive-Sud
1356, rue Volta, Boucherville, Qc, J4B 6G6
Nom du contact : Madame Sylvie Bergeron poste 21
Téléphone : 450 641-1895
Courriel : sylvie@moissonrivesud.org
Site Internet : moissonrivesud.org

Moisson Rive-Sud est la principale banque alimentaire de la Montérégie. Sa mission consiste à fournir un approvisionnement optimal aux organismes et les appuyer dans leurs rôles afin d'améliorer la qualité de vie des personnes socio-économiquement fragilisées en Montérégie.

Impliquez-vous
dans votre communauté!

Les possibilités d'implication :

Camionneur classe 3 et 5
Effectuer l'inspection et le nettoyage du camion, conduire le camion selon la route attribuée ou en l'ajustant au besoin, effectuer la cueillette des denrées chez le fournisseur agroalimentaire, évaluer la qualité des denrées périssables, valider les quantités reçues et charger le camion de façon sécuritaire. Le camionneur répond au superviseur des opérations.

Trieurs de denrées
Le bénévole travaille dans un entrepôt pour effectuer le tri des denrées et la mise en caisse de celles-ci.

Maison de la famille de Brossard
2210, rue André, Brossard, Qc, J4Z 2Z8
Nom du contact : Madame Catherine Guillemette-Bédard
Téléphone : 450 678-5222
Courriel : info@mfdebrossard.org
Site Internet : www.mfdebrossard.org

La maison de la famille de Brossard offre temps et énergie aux familles de Brossard pour qu'elles deviennent ce qu'elles souhaitent être. Plus précisément, elle offre d'accompagner les parents dans la valorisation de leur rôle, soutenir dans l'enrichissement des compétences parentales, aider à briser l'isolement, offrir des services adaptés aux besoins des familles, promouvoir l'engagement social des aînés en développant des liens et des activités intergénérationnelles et donner de la formation afin de développer un réseau d'entraide.

Les possibilités d'implication :

Aide-éducateur, aide-éducatrice
Aider les éducatrices à disposer les salles pour les activités, surveiller les enfants à l'accueil, préparer les collations et les servir aux enfants, aider les enfants à prendre de bonnes habitudes à la table, à l'habillement et à la toilette, échanger avec les éducatrices des observations sur les enfants, assister aux réunions du personnel pour discuter des progrès et des difficultés des enfants (au besoin), aider l'éducatrice à garder le milieu propre, assurer l'entretien et la désinfection de l'équipement de la garderie et participer à toutes autres tâches connexes. De plus, sous la supervision de l'éducatrice, raconter des histoires, enseigner des chansons et préparer du matériel de bricolage.

Impliquez-vous
dans votre communauté!

Carrefour Le Moutier
100, Place Charles-Lemoyne (Metro Longueuil) #281, Longueuil, Qc, J4K 4Y9
Nom du contact : Madame Stéphanie Laprise
Téléphone : 450 679-7111
Courriel : preventiondetresse@carrefourmoutier.org
Site Internet : www.carrefourmoutier.org

Accueillir, écouter et outiller toute personne qui vit un moment difficile, une période de transition, afin qu'elle retrouve ses forces et son pouvoir d'agir, pour elle et sa communauté.

Les possibilités d'implication :

Accueil-écoute
Accueillir les personnes, répondre aux appels téléphoniques, offrir la première écoute et l'information aux gens qui font appel à nos services. Donner les références nécessaires, remplir la grille des statistiques et participer à la formation continue.

Bénévole pour l'impôt
Produire la première déclaration de revenus de personnes nouvellement arrivées au Québec.

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil
300, rue Lamarre #122, Longueuil, Qc, J4J 0A1
Nom du contact : Madame Marika Spallanzani Sarrasin
Téléphone : 450 677-6677
Courriel : animatrice.da@ccaal.com
Site Internet : www.ccaal.com

Le Centre Communautaire des Aînés et Aînées de Longueuil est un organisme à but non lucratif intervenant auprès des personnes de 50 ans et plus les plus vulnérables, sans exclusion des autres aînés. Le CCAAL vise à maintenir et à améliorer la qualité de vie des aînés qui résident dans l'arrondissement du Vieux-Longueuil et maintenir la prise en main personnelle et collective des aînés. Il valorise le potentiel de chacun et encourage leur participation active au sein de la société, tout en respectant leurs limites personnelles.

Les possibilités d'implication :

Visites amicales
Les visites d'amitié est un service de jumelage entre un bénévole et un aîné, offert aux personnes de 50 ans et plus, résidant dans le Vieux-Longueuil et qui vivent de l'isolement. Il est important de savoir et de comprendre

Impliquez-vous
dans votre communauté!

que les aînés ayant recourt à ce service présentent des limitations sur le plan physique. Le bénévole doit se déplacer chez l'aîné pour le visiter. Ensemble, ils pourront discuter, prendre des marches, faire des petites sorties, jouer aux cartes, etc., selon les capacités et les intérêts de l'aîné. Les rencontres s'établissent sur une base hebdomadaire. Nous exigeons une implication minimale de deux heures par semaine et privilégions un jumelage à long terme (minimum six mois), ce qui s'avère essentiel afin d'établir un lien significatif entre le bénévole et l'aîné.

Dîners amicaux
Monter et démonter la salle (dresser les tables, remplir les pichets d'eau, etc.), accueillir chaleureusement les visiteurs à leur arrivée au centre, fournir de l'aide aux participants (habillage, déshabillage), participer aux services du repas, aider au déroulement des activités et transmettre ses observations au responsable.

Alphabétisation IOTA
200, rue Saint-Louis, LeMoyne, Qc, J4R 2L6
Nom du contact : Madame Maryse Villeneuve poste 222
Téléphone : 450 466-0076
Courriel : coordination@alphaiota.ca
Site Internet : www.alphaiota.alphabetisation.ca

Alphabétisation IOTA est un organisme d'alphabétisation populaire. Il œuvre à l'alphabétisation et à l'apprentissage des bases du calcul, afin de favoriser l'autonomie et l'intégration sociale des adultes.

Tutorat adapté
Quelques postes bénévoles disponibles pour travailler avec des adultes ayant une déficience intellectuelle légère à moyenne.

Tâches
Dans le cadre d'un jumelage, les bénévoles sont appelés à soutenir un adulte ayant une déficience intellectuelle légère à moyenne dans son apprentissage de la lecture, de l'écriture, du calcul ou de l'informatique. Les bénévoles peuvent aussi accompagner les adultes dans le cadre de visites d'organismes, de sorties culturelles ou d'activités diverses.

Habiletés requises
Maîtrise de la langue française, bonnes aptitudes pour la communication et l'écoute, respect, flexibilité et créativité, persévérance, patience et enthousiasme. Être disponible environ 2 heures par semaine (5 sessions : de septembre à juin) pour tutorat individuel ou en petit groupe de maximum 10 personnes.

Impliquez-vous
dans votre communauté!

Offres spéciales Printemps-Été

Festival Go Vélo MTL (Tour la nuit et Tour de l'île de Montréal 5-7 juin)
1251, rue Rachel Est, Montréal, Qc, H2J 3J9
Nom du contact : Secteur des bénévoles poste 50
Téléphone : 514 521-8356
Courriel : benevolevq@velo.qc.ca
Site Internet : www.velo.qc.ca/evenement/festival-go-velo-mtl/benevelos/

Devenez bénévélo au Tour la nuit et au Tour de l'Île de Montréal

Plus de 3000 postes bénévoles disponibles.

Sécurité à pied, sécurité à pied/vélo, site de départ/arrivée, relais, premiers soins à vélo, mécanique à vélo, chef d'équipe.

Kin Ball Rive-Sud
2545 rue De Lorimier, Longueuil, QC J4K 3P7
Nom du contact : Jean-François Paquette
Téléphone : 450 748-1388
Courriel : cakinballrs@hotmail.com
Site Internet : www.kin-ball.qc.ca/associations-regionales/rive-sud/

Kin-Ball Rive-Sud fut fondée en 1992 pour offrir des services de loisirs sportifs en sport Kin-Ball. L'ARKB Rive-Sud a pour mission de faire bouger les enfants (en pratiquant le sport Kin-Ball) et de promouvoir les valeurs de respect, de coopération et d'entraide auprès de sa clientèle. Nous avons à notre actif plusieurs années d'expérience en événements sportifs et en développement d'athlètes de tous âges.

Les possibilités d'implication :

Membre du conseil d'administration

Participer à une réunion du conseil d'administration une fois aux quatre à six semaines.

Il faut avoir des connaissances minimales dans l'un des domaines suivants : administration, comptabilité, archivistique, communication, réseaux sociaux, développement stratégique, milieu associatif sportif, éducation physique et vouloir partager et mettre à profit son expérience avec l'association.

Impliquez-vous
dans votre communauté!

Vérificateur financier

Le vérificateur financier se doit de vérifier les entrées et les sorties d'argent de l'Association et doit s'assurer que les opérations portées au compte sont justifiées et valides conformément aux attentes du conseil d'administration et ce, en préparation de l'assemblée générale annuelle 2020. La vérification s'effectue à la fin de l'année fiscale.

Il faut avoir des connaissances minimales dans l'un des domaines suivants : administration, comptabilité, secrétariat et vouloir partager et mettre à profit son expérience avec l'Association.

Association de la fibromyalgie – Région Montérégie
570, boul. Roland-Therrien, suite 205, Longueuil, Qc J4H 3V9
Nom du contact : Dominique Beaulieu
Téléphone : 450 928-1261
Courriel : direction@fibromyalgiemonteregie.ca
Site Internet : www.fibromyalgiemonteregie.ca

La mission de l'Association de la fibromyalgie - Région Montérégie est d'aider et de soutenir les personnes atteintes de fibromyalgie. Par le soutien, l'information et l'encouragement, l'Association fait la promotion de l'auto-prise en charge des personnes touchées par cette maladie chronique. Pour accomplir sa mission, elle offre de l'information, de l'écoute, des activités et du support à ses membres, elle contribue à sensibiliser l'entourage et le grand public à la fibromyalgie et elle forme des groupes de soutien et des groupes d'entraide afin de répondre aux besoins des personnes atteintes et isolées.

Les possibilités d'implication :

Participer à une réunion du conseil d'administration une fois aux six à huit semaines

Si en plus de votre intérêt, vous remplissez l'un des critères suivants, vous êtes le candidat idéal :
- vous détenez de l'expérience ou un intérêt en recherche de financement et commandite ou en gestion d'événements;
- vous disposez d'un bon réseau susceptible d'appuyer une cause comme celle de la fibromyalgie;
- vous possédez de bonnes notions en gestion financière et/ou des connaissances dans les questions légales;
- vous possédez une bonne connaissance du milieu de la santé et/ou de l'intervention auprès des personnes atteintes de maladies chroniques.

Formation

« CAP sur les jeunes bénévoles »

Au Centre de Bénévolat de la Rive-Sud, nous croyons à la promotion et au développement d'un bénévolat de qualité. Sachant que de plus en plus d'organismes accueillent ou souhaitent accueillir des jeunes, nous avons décidé, en collaboration avec le Réseau de l'action bénévole du Québec, d'offrir une formation intitulée « CAP sur les jeunes bénévoles ». Elle sera offerte gratuitement aux organismes et abordera les thèmes suivants :

- La place qu'occupent les jeunes dans leur organisation
- Les résistances qui existent au sein des organisations
- L'apport de l'engagement des jeunes
- Des moyens pour faire face aux difficultés
- Certaines caractéristiques des jeunes par groupe d'âge
- Les besoins que cherchent à combler les jeunes bénévoles
- Des stratégies pour rejoindre les jeunes par groupe d'âge
- Les bonnes et les mauvaises pratiques en cours et les nouvelles pratiques à commencer
- La rétention, la supervision et l'évaluation
- Les activités de reconnaissance par groupe d'âge
- Des actions concrètes à mettre en place

La formation se donnera en une seule journée. Les organismes recevront une invitation sous peu leur indiquant la date, le lieu et la façon de s'y inscrire. Au plaisir de vous y voir!

FORMATION SUR LA GESTION DE BÉNÉVOLES

Chaque automne, le Centre de Bénévolat de la Rive-Sud offre aux gestionnaires de différents organismes communautaires une formation sur la gestion de bénévoles. Cette formation, donnée une fois par mois, aborde les thèmes suivants :

- Rôles et responsabilités reliés à la gestion des bénévoles
- Recrutement des bénévoles
- Sélection des bénévoles
- Encadrement des bénévoles
- Répondre aux comportements problématiques des bénévoles
- Attirer et retenir les nouveaux profils de bénévoles

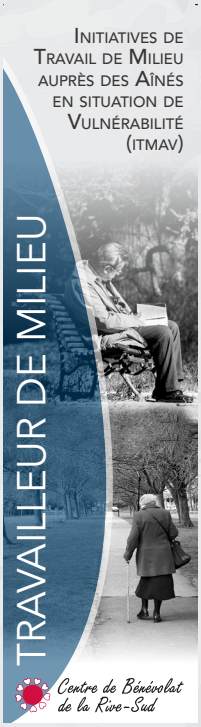
Ces ateliers permettent, par des exposés théoriques, des exercices et des échanges, d'acquérir les connaissances et les outils nécessaires pour faciliter la gestion de bénévoles. Chaque année, plusieurs organismes s'y inscrivent et apprécient beaucoup leur expérience.

Le Journal du CBRS

Édition Avril 2020 www.benevolatrivesud.qc.ca

ITMAV

Initiatives de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité



Les initiatives de travail de milieu auprès des aînés vulnérables (ITMAV) sont des projets qui visent le repérage d'aînés en situation de vulnérabilité, l'accompagnement ainsi que le référencement vers des organismes qui offrent des services aux aînés.

Afin de favoriser la prise de contact avec la clientèle, le travailleur de milieu doit bien connaître les différents milieux que celle-ci fréquente. Le repérage se fait, entre autres, par une présence régulière dans une variété d'endroits : cafés, centres d'achats, cliniques de prise de sang, pharmacies, etc.

Lorsqu'un travailleur de milieu rencontre un aîné, il cherche aussitôt à créer un lien de confiance avec celui-ci, afin de l'accompagner et l'aider à améliorer ses conditions de vie. L'aide apportée est gratuite et confidentielle. Dans bien des cas, le travailleur de milieu est la première personne qu'il rencontre dans sa démarche d'accès à des services. Il est primordial pour le travailleur de milieu de bien connaître et d'établir un bon partenariat avec les différents OBNL qui offrent des services aux personnes âgées.

L'an passé, nos travailleurs et travailleuses de milieu ont aidé 405 bénéficiaires et fait 882 interventions.

Si vous pensez à quelqu'un qui pourrait bénéficier de ce service, vous pouvez communiquer avec un de nos trois travailleurs de milieu.

ARRONDISSEMENT DU VIEUX-LONGUEUIL

PÉNÉLOPE PIGEON
TRAVAILLEUSE DE MILIEU
Service gratuit et confidentiel

438 503-5281
itmav.longueuil@benevolatrivesud.qc.ca
Arr. du Vieux-Longueuil

CHAMBLY, CARIGNAN

NANCY MÉTHÉ
TRAVAILLEUSE DE MILIEU
Service gratuit et confidentiel

438 503-4325
itmav.chambly@benevolatrivesud.qc.ca
Chambly, Carignan

Brossard, Saint-Lambert (incluant LeMoyne) et l'arrondissement Greenfield Park

CHARLOTTE RIVARD
TRAVAILLEUSE DE MILIEU
Service gratuit et confidentiel

438 503-6130
itmav.stlambert@benevolatrivesud.qc.ca
Brossard, St-Lambert (incluant LeMoyne) et l'arr. Greenfield Park

Les bienfaits
des travaux compensatoires

Portrait d'un organisme d'accueil du Programme de Travaux Compensatoires

L'an dernier, le Programme de Travaux Compensatoires (PTC) a permis à ***440 organismes*** à but non lucratif de bénéficier de ***101 820 heures de travail*** effectuées par ses participants. Pour beaucoup de ces organismes, la participation au programme leur permet de réaliser des projets spéciaux ou encore de poursuivre leurs opérations lorsque la main-d'œuvre bénévole se fait rare. Certains y voient aussi l'occasion d'aider une personne dans un moment difficile de sa vie. Voici le portrait d'un de ces organismes :

Organisme : L'Entraide Chez Nous, Longueuil
Mission : « Offrir à la personne des services de première ligne, ainsi que celle de lui fournir des ressources afin qu'elle puisse poursuivre son cheminement personnel et développe des habiletés sociales… » *
Nombre de participants du PTC accueillis en 2019: 15 participants

Services offerts :
- Sécurité alimentaire (dépannages d'urgences, cuisine et jardin collectifs, groupes d'achats, éducation, etc.)
- Clinique d'impôts
- Insertion sociale (tremplin professionnel, plateau pour femmes, etc.)
- Aide aux personnes en perte d'autonomie (visites d'amitié, rencontres-accompagnement dans le deuil, aide pour formulaires, etc.)

Voici le témoignage de Annie Duperron, coordonatrice au développement et communications de l'Entraide Chez Nous :

« Depuis plusieurs années, nous accueillons des participantEs du programme des travaux compensatoires. CertainEs viennent travailler pour un total de 24 heures et d'autres pour 100 heures. Indépendamment du nombre d'heures à faire, chaque personne arrive avec son bagage, son vécu, ses contraintes mais surtout son potentiel. Leur intégration dans nos services nous permet d'abattre des tâches qui demandent souvent de la précision. Ils se mêlent à nous et s'attachent pour la plupart à notre équipe de bénévoles et d'employéEs. Il n'est pas rare que par la suite, certainEs reviennent participer à la vie de L'Entraide Chez Nous en s'inscrivant à nos programmes d'insertion au travail. À L'Entraide, nous croyons qu'il est important de leur offrir un milieu où ils peuvent remplir leur mandat sans être jugéEs et vivre parmi nous au même titre que tous. » - Annie Duperron

Le Programme de Travaux Compensatoires est fier de compter L'Entraide Chez Nous parmi ses organismes d'accueil accrédités et lui souhaite un bon succès dans la poursuite de sa mission!

*Extrait du site web de l'organisme : http://entraidecheznous.org/

Le Journal du CBRS

Édition Avril 2020 www.benevolatrivesud.qc.ca

Un retour sur
Opération Nez rouge 2019

Opération Nez rouge a pour mission de valoriser, par une approche non moralisatrice, l'adoption d'un comportement responsable face à la conduite avec les facultés affaiblies en rendant possible l'existence d'un service de raccompagnement accessible et confidentiel, offert à la communauté par la communauté, et dont les résultats financiers profitent à des organismes locaux dédiés à la jeunesse.

Nos points de service de Candiac et Chambly sont maîtres d'œuvre d'Opération Nez rouge depuis plusieurs années. Les centrales ont ouvert leurs portes 10 nuits, soit les 29-30 novembre, 6-7, 13-14, 20-21, 27 et 28 décembre.

Pour sa quatrième année d'existence, la centrale de Candiac a accueilli 300 bénévoles qui se sont impliqués à la centrale ou sur la route, pour une ou plusieurs nuits. Au total, 696 raccompagnements ont été effectués.

De son côté, pour sa quatorzième année, la centrale de Chambly a reçu la présence de 95 bénévoles qui ont effectué 225 raccompagnements.

Grâce à leur grande générosité, les bénévoles ont contribué à sauver des centaines de vies en évitant que des personnes n'étant pas en état de conduire se retrouvent sur la route.

Nous remercions tous ceux qui ont contribué au succès de notre campagne 2019 et nous vous disons « À l'année prochaine! »

Un retour sur
La Saint-Valentin à Candiac

En janvier dernier, les employés du point de service de Candiac ont été contactés par l'école primaire Des Cheminots, située à Delson. Des enseignants avaient formé un groupe composé d'environ huit élèves de tous les âges afin de les sensibiliser au bénévolat et à l'esprit d'entraide.

La mission du Centre a pour but principal de promouvoir le bénévolat dans un esprit d'entraide communautaire. Il va sans dire que nous ne pouvions passer à côté d'une si belle occasion d'accomplir notre raison d'être.

Nous avons trouvé une idée qui pouvait satisfaire toutes les exigences en ne perdant pas de vue le thème premier : le cœur. À l'occasion de la Saint-Valentin, nous avons proposé à la responsable du groupe de faire fabriquer autant de cartes que possible par les élèves pour remercier les bénévoles de leur dévouement. Leur plage horaire de disponibilité était un vendredi matin, et puisque la Saint-Valentin avait lieu un vendredi cette année, les enfants ont pu venir au Centre afin de remettre leurs cartes en main propre aux bénévoles présents au point de service.

En prévision de cette journée, nous avions propagé la bonne nouvelle, à l'effet que le matin du vendredi 14 février, il y aurait du café, des collations et une surprise pour les bénévoles qui seraient présents.

Quelle ne fut pas notre surprise lorsque les enfants sont arrivés! Ce n'était pas 8 mais bien 16 enfants, âgés entre 4 et 10 ans, accompagnés de la responsable et de 3 parents accompagnateurs, qui sont débarqués au Centre pour le remplir de leurs rires et des remerciements qu'ils offraient aux 25 bénévoles s'étant présentés ce jour-là.

Ils ont fait assez de cartes pour tout le monde. Nous avons même pu en remettre aux bénévoles qui n'étaient pas présents lors de l'évènement et qui nous ont visités dans les jours suivants.

Les jeunes ont remis en main propre les cartes de remerciements qu'ils avaient confectionnées. Ils ont eu droit à une visite guidée des lieux, à une collation qui fut bien appréciée, ainsi qu'à une période d'échange au sujet de l'entraide et des services offerts par les bénévoles. Certains en ont même profité pour nous offrir de l'aide en effectuant quelques tâches utiles.
Je crois que nous pouvons affirmer que l'expérience fut un succès et a su réchauffer le cœur de tous.

Suivez-nous
Centre de Bénévolat de la Rive-Sud

Siège social du CBRS

18, rue Montcalm
Longueuil, Québec, J4J 2K6
Téléphone : 450 679-5916
Télécopieur : 450 679-8396

Josée Dugas / Directrice générale | direction@benevolatrivesud.qc.ca
Marie-Josée Larochelle / Adj. administrative | administration@benevolatrivesud.qc.ca
Shirley Edisbury / Secrétaire | reception@benevolatrivesud.qc.ca
Audrey Lévis / infographiste | information@benevolatrivesud.qc.ca

Point de service de Longueuil

16, rue Montcalm,
Longueuil, Québec, J4J 2K6
Téléphone : 450 677-5281
Télécopieur : 450 677-8067

Julie Blanchette / Coordonnatrice | longueuil@benevolatrivesud.qc.ca
Simon Mailhot / Cons. aux bénévoles | benevoles.longueuil@benevolatrivesud.qc.ca
Josée-Anne Tremblay / Conseiller aux organismes | organismes.longueuil@benevolatrivesud.qc.ca
Joanne Tremblay / Programme Pair - Courses et café | pair@benevolatrivesud.qc.ca
Andrée Turgeon / Programme Pair | pair2@benevolatrivesud.qc.ca
Pénélope Pigeon / Travailleuse de milieu | itmav.longueuil@benevolatrivesud.qc.ca / 438 503-5281

Point de service de Candiac

8, ch. Saint-François-Xavier
Candiac, Québec, J5R 1A2
Téléphone : 450 659-9651
Télécopieur : 450 659-1271

Martine Robidoux / Coordonnatrice | candiac@benevolatrivesud.qc.ca
Éliane Julien / Conseillère aux bénévoles | benevoles.candiac@benevolatrivesud.qc.ca
Priscillia Vachon / Conseillère aux organismes | organismes.candiac@benevolatrivesud.qc.ca
Nancy Gilbert / Intervenante soutien aux aidants naturels | aidantnaturel@benevolatrivesud.qc.ca

Point de service de Chambly

1410, Av. De Salaberry
Chambly, Québec, J3L 1R7
Téléphone : 450 658-4325
Télécopieur : 450 658-1694

Annie Desbiens / Coordonnatrice et conseillère aux organismes | chambly@benevolatrivesud.qc.ca
Véronique Lapierre / Conseillère aux bénévoles | benevoles.chambly@benevolatrivesud.qc.ca
Robert Alary / Magasin Coup de pouce | cp@benevolatrivesud.qc.ca
Nancy Méthé / Travailleuse de milieu | itmav.chambly@benevolatrivesud.qc.ca / 438 503-4325

Point de service de Saint-Lambert

45, rue Argyle
Saint-Lambert, Québec, J4P 2H2
Téléphone : 450 465-6130
Télécopieur : 450 465-5638

/ Coordonnatrice | stlambert@benevolatrivesud.qc.ca
Marie-Hélène Nadeau / Conseillère aux bénévoles | benevoles.stlambert@benevolatrivesud.qc.ca
Laurie David / Conseillère aux organismes | organismes.stlambert@benevolatrivesud.qc.ca
Charlotte Rivard / Travailleuse de milieu | itmav.stlambert@benevolatrivesud.qc.ca / 438 503-6130

Programme des Travaux compensatoires

18, rue Montcalm
Longueuil, Québec, J4J 2K6
Téléphone : 450 679-8770
Sans frais: 1 866 679-8770
Télécopieur: 450 679-8396

Yannick Brunet / Coordonnateur | ptci@benevolatrivesud.qc.ca
Carolanne Bouchard-Pigeon / Conseillère en placement | ptc2@benevolatrivesud.qc.ca

Prochaine parution en septembre 2020 pour la rentrée!

Le Journal du CBRS

J'aimerais recevoir le Journal du CBRS par courriel

NOM	POINT DE SERVICE	ADRESSE COURRIEL

NOM	POINT DE SERVICE	ADRESSE COURRIEL