

Infolettre du Centre d'action bénévole de Sherbrooke

Mars 2012

Numéro 4

Mot de la directrice



La reconnaissance d'une bonne action. La reconnaissance d'une petite attention. La reconnaissance d'une amélioration. La reconnaissance d'un mouvement bénévole indispensable.

Du 15 au 21 avril prochain se tiendra la SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE. Voici une belle occasion pour dire **MERCI** à nos bénévoles, pour leur dire à quel point nous apprécions leur implication, et aussi les valoriser dans leur engagement envers la communauté.

Le CABS en profitera également pour interpeller la population et lui démontrer que le bénévolat est accessible, facile et si important.

Dans un autre ordre d'idées, nous terminerons au 31 mars 2012 notre année financière et à l'approche du bilan annuel, nous voulons vous dire **MERCI**, chers organismes, de nous avoir témoigné votre

confiance. Nous allons terminer une année sous le signe de l'innovation et du dynamisme. Notre motivation...c'est vous! C'est les citoyens, les bénévoles, les institutions, les associations, les organisations... qui stimulent notre société et qui travaillent ensemble à l'amélioration de notre collectivité.

Donc, à tous les bénévoles, nous utilisons un petit mot simple, mais avec une portée grandiose : **MERCI!**

Et à vous qui croyez en notre mission et qui nous témoignez votre appui...**MERCI.**

Que la participation sociale triomphe et remporte la médaille d'or dans la catégorie : valeur humaine à valoriser et à stimuler.

Katherine Levasseur

Directrice du Centre d'action bénévole de Sherbrooke.

Des suggestions...

La reconnaissance des bénévoles : Les éléments d'un programme. *Un programme de reconnaissance efficace et bien ciblé peut soutenir un organisme à bien des égards. S'il est bien géré, le programme motivera les bénévoles en comblant leurs besoins individuels, tout en appuyant les objectifs fixés par l'organisme. Un programme bien géré contribuera de diverses manières à l'efficacité de l'action de l'organisme.* Produit et édité par la **Fédération des centres d'action bénévole du Québec**. Disponible en ligne: www.fcabq.org/admin/incoming/20110310115440_FCABQ_-_ReconnaissancesdesBenevoles.pdf

Un vidéo sur la **confidentialité** produit par le service des bénévoles du CHUM.

<http://www.youtube.com/watch?v=oJmZePkF3fo>

«**Le bénévolat en loisir, 10 ans après**» une étude menée auprès de 1000 bénévoles. Le MELS et le Laboratoire en loisir et vie communautaire de l'Université du Québec à Trois-Rivières sollicitent votre participation afin que vous puissiez remplir le questionnaire « en ligne » d'une durée minimum de 20 minutes en cliquant sur le lien suivant : https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/gscw030?owa_no_site=2661 Notez que les réponses à ce questionnaire seront traitées de façon anonyme et confidentielle. Nous vous remercions de compléter ce questionnaire avant le 31 mars 2012

Section Responsables des bénévoles

Nous serons présent lors de l'Opération «J'emploie mon été» afin de promouvoir le bénévolat. **Vous souhaitez rejoindre cette clientèle? Faites-nous part de vos besoins, offre de bénévolat, informations, etc.** pour que nous puissions vous représenter lors de cet événement!

Le CABS souhaite mettre en place un **comité concerté** afin d'élaborer un **plan annuel de promotion du bénévolat**. Nous souhaitons que ce comité puisse réfléchir sur diverses possibilités de recrutement et de promotion du bénévolat accessibles et favorables à tous les organismes de Sherbrooke. Quatre rencontres sont prévues. Cela vous intéresse, contacter la direction du CABS à direction@cabshertbrooke.org

Vous souhaitez échanger sur certains sujets avec d'autres responsables des bénévoles? **Faites nous part de vos besoins, idées, sujets** pour les prochains **Rendez-vous des responsables des bénévoles!**

Formation : Comment « énergiser » les autres sans décharger ses batteries ?

Une conférence à ne pas manquer avec DENISE GAOUILLE, **le mardi 24 avril de 9 h à 11 h.**

- Êtes-vous allumés, éteints ou avez-vous le feu ?
- Êtes-vous actifs, réactifs ou inactifs ?
- Êtes-vous entourés d'énergivores ou de siphonneurs d'énergie qui polluent votre vie ?
- Est-ce que les gens de votre milieu sont engagés, enrégés ou encagés ?
- Est-ce qu'ils s'impliquent, répliquent ou s'appliquent à faire ce que vous leur demandez de faire ?

Réserver rapidement, les places sont limitées. **Coût** : 15 \$

Pour vous inscrire: formation@cabsherbrooke.org ou 819 823-0265.

Babillard des événements à venir du CABS et de ses membres

Le 8 mars : Le comité femme de la FÉDÉRATION DES COMMUNAUTÉS CULTURELLES DE L'ESTRIE présente le forum de discussion «**La violence envers les femmes immigrantes est trop souvent banalisée et passée sous silence**», à la bibliothèque Éva-Sénécal. Pour information, communiquer avec Mariame Cissé ou Michèle Laliberté au 819 823-0841.

Le 22 mars : **Souper-bénéfice** SERCOVIE. Pour information et billet, communiquer avec Sercovie au 819 565-1066.

Le 24 mars : Le CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE SHERBROOKE sera présent pour vous représenter lors de l'**Opération « J'emploie mon été »** afin de **promouvoir le bénévolat** auprès d'une clientèle jeunesse et des médias présents. Plus de 1500 personnes sont attendues!

Bienvenue aux nouveaux membres

Le Galopin
Le club de hockey sur luge de l'Estrie
Le Pont, organisme en justice alternative
Le comité des travailleurs accidentés de l'Estrie
Le Centre de réadaptation de l'Estrie
L'Opération 66
La Fondation québécoise du cancer.

Merci de nous appuyer dans notre mission.

*Pour devenir
membre,
contactez-nous,
c'est gratuit.*

Numéro 4

Votre organisme est-il prêt à recruter des baby-boomers?

Informations tirées de : http://www.soyezbenevole.ca/pdf/Benevole_des_baby-boomers.pdf

- Nos STRATÉGIES DE RECRUTEMENT ciblent-elles adéquatement les personnes de 50 ans et plus? Tiennent-elles compte de leur diversité?
- Sommes-nous ouverts à la PROMOTION multivoie des occasions de bénévolat (notamment la promotion en ligne) auprès d'un groupe démographique de plus en plus branché sur le plan technologique?
- Pouvons-nous MOBILISER les baby-boomers de façon significative en concevant des affectations bénévoles optimales? Notre organisme peut-il leur proposer des occasions de bénévolat qui répondent à nos besoins, tout en appuyant les objectifs et l'horaire souhaité des baby-boomers?
- Pouvons-nous jumeler les COMPÉTENCES des baby-boomers aux besoins de notre organisme, sans tenir pour acquis qu'ils souhaitent absolument mettre à profit leurs compétences professionnelles ou leurs connaissances?
- Pouvons-nous concevoir des occasions de bénévolat qui permettent aux baby-boomers de travailler seuls? Pouvons-nous COMMUNIQUER l'incidence positive du bénévolat aux bénévoles de la génération des baby-boomers?
- Pouvons-nous concevoir des POSTES BÉNÉVOLES à court terme, saisonniers ou flexibles?
- Pouvons-nous nous ORGANISER efficacement, sans que notre organisme paraisse trop bureaucratique, l'engagement bénévole?

*« Si vous
voulez que
les gens
fassent du
bon travail,
donnez-
leur un bon
travail à
faire. »*

Frederick Herzberg

Bénévoles recherchent organisme

Si vous êtes présentement à la recherche de bénévoles, téléphonez-nous.



Parents en congé parental cherchent possibilités de bénévolat où les bébés seront les bienvenus.

Jeunes du secondaire cherchent activité ponctuelle pour faire des actions bénévoles.

Mise à jour du bottin

Bénévoles cherchent à poser des actions du type « **Donner au suivant** ». Activités de groupe ponctuelles recherchées.

Dans les prochaines semaines, des étudiants de l'Université de Sherbrooke communiqueront avec vous, en notre nom, dans le but de **valider les coordonnées de vos organismes.**

Merci de votre participation!

Pour toutes questions:
agente@cabsherbrooke.org

**Vous désirez recevoir l'Infolettre?
Qu'on y parle de votre organisme?
Vous souhaitez transmettre une information?**

Faites-nous le savoir :
cabs@cabsherbrooke.org

« Nous signifier vos besoins en bénévoles nous aide à vous soutenir »

Article du mois – Les points saillants pour améliorer la mobilisation des nouveaux bénévoles.

Tiré de *Comblant les lacunes. Enrichir l'expérience bénévole afin de créer un avenir meilleur pour nos collectivités*. Produit par Bénévoles Canada.

« L'héritage des « superbénévoles » »

Les études réalisées précédemment ont permis de faire une découverte fondamentale : la très grande majorité des heures de bénévolat est attribuable à un petit groupe de « superbénévoles ». Cette découverte a mis en évidence la fragilité de l'engagement bénévole, la plupart des heures de bénévolat étant réalisées par un petit nombre de personnes.

Étant donné que ces « superbénévoles » prennent de l'âge et qu'ils ont représenté jusqu'ici les bénévoles typiques, il est devenu essentiel de comprendre en quoi consistent les groupes démographiques qui suivent ce groupe et de faire preuve de pensée stratégique dans la façon de les mobiliser, afin d'éviter de futures pénuries de bénévoles.

Déceler les lacunes

Il a été conclu que plusieurs Canadiens étaient motivés à faire beaucoup de bénévolat, qu'un grand nombre d'entre eux s'y adonnaient à l'occasion et qu'une minorité n'en faisait pas du tout. Ces disparités reflètent l'existence d'un fossé entre les pos-

sibilités de bénévolat offertes par les organisations et le type d'expériences que les Canadiens recherchent et qui pourraient les inciter à s'engager.

Les principales lacunes décelées grâce à l'étude sont les suivantes :

Bien des gens recherchent des activités de groupe, MAIS peu d'organisations ont la capacité d'offrir ce type d'activités;

Bien des gens possèdent des compétences professionnelles, MAIS de nombreux professionnels recherchent des activités bénévoles comportant des tâches différentes de celles qu'ils effectuent dans le cadre de leur travail;

Les organisations sont censées définir clairement les tâches des bénévoles et les limites à l'intérieur desquelles s'inscrivent leurs activités, MAIS de nombreux bénévoles souhaiteraient qu'on leur donne la possibilité de déterminer eux-mêmes l'étendue et la nature de leur contribution (c'est-à-dire créer leur propre activité bénévole);

De nombreuses organisations s'attendent encore à un engagement à long terme de la part des bénévoles, MAIS de plus en plus de gens recherchent des activités à plus court terme;

De nombreuses organisations se concentrent sur leurs propres besoins, MAIS en plus de vouloir aider leurs semblables, de nombreux bénévoles ont aussi des objectifs personnels à atteindre. »

Pour consulter le document complet: http://benevoles.ca/files/Comblant_Les_Lacunes_French.pdf

Centre d'action bénévole de Sherbrooke

1255, rue Daniel, bureau 220
Sherbrooke (Québec)
J1X 5X3

Téléphone: (819) 823-6598
Télécopieur : (819) 823-7549
cabs@cabsherbrooke.org

RETROUVEZ-NOUS SUR LE WEB:
WWW.CABSHERBROOKE.ORG

Mission

Le Centre d'action bénévole de Sherbrooke (CABS) est un centre de développement, de concertation et de soutien de l'action bénévole auprès de la communauté sherbrookoise.

Objectifs généraux

- Promouvoir l'action bénévole.
- Favoriser le recrutement, l'orientation, la référence, la formation et la reconnaissance des bénévoles.
- Favoriser la collaboration, la concertation et la coordination des actions bénévoles dans la communauté.
- Accueillir les personnes ayant besoin de soutien, les informer et les référer aux ressources existantes.

RENDEZ-VOUS
ANNUELS

PRÉSAGES

une initiative de
Fondation
BERTHIAUME-DU TREMBLAY *présentent*



Vitaminer son engagement en surmontant ses peurs

Une journée de ressourcement sur le thème de l'art du dépassement
et de la gestion de ses peurs.

Cette journée de ressourcement et de formation a été conçue de façon toute
spéciale pour les bénévoles des organismes communautaires qui œuvrent
dans le secteur des aînés au Québec.

Richard Aubé et Les Rendez-vous annuels vous invitent à venir vivre
une expérience unique. Cette journée sera interactive, basée sur l'expérience
des participants. L'animation se fera par des mises en situation directement
reliées au quotidien des bénévoles!



OBJECTIF

La personne bénévole développera et intégrera de
nouveaux outils lui permettant de se dépasser au quoti-
dien en fonction de ses propres objectifs.

Sous-objectifs

- Découvrir les mécanismes d'auto-sabotage que cachent parfois nos comportements.
- Apprendre à vaincre la procrastination afin de redevenir pleinement motivé, engagé et enthousiaste.
- Réussir à sortir de sa zone de confort, à surmonter ses peurs, afin de pouvoir se dépasser.
- Obtenir les outils nécessaires pour atteindre concrètement et plus efficacement ses objectifs.

INFORMATIONS

Les Rendez-vous annuels
1474, rue Fleury Est, Montréal (Québec) H2C 1S1
Téléphone : 514 382-0310
Sans frais : 1 866 323-0310
Télécopieur : 514 381-3462
Courriel : rva@presages.org
Site Web : www.presages.org

CONFÉRENCIER

Richard Aubé



Praticien en neurolinguistique et auteur d'un best-seller
vendu à plus de 10 000 exemplaires dans toute la francophonie,
incluant la France, la Suisse et la Belgique, Richard se
qualifie aujourd'hui comme un « agent de changement ».

Son but est d'encourager les gens à sortir de leurs
pantoufles en béton, à oser faire l'effort supplé-
mentaire qui leur permettra de réaliser leur
véritable histoire personnelle!

HORAIRE

- 8 h 30 Accueil
- 9 h Mot d'ouverture
- Pourquoi nos peurs ont-elles parfois des effets paralysants?
 - Mes perceptions me donnent-elles toujours un reflet juste de la réalité?
- 12 h Dîner sur place
- L'art du dépassement, ça s'apprend!
 - Donner au suivant
- 15 h 30 Conclusion de la journée



Mercredi le 25 avril 2012

Centre Julien-Ducharme, 1671 Chemin Duplessis, Sherbrooke. En collaboration avec Sercovie.

Inscription: http://www.berthiaume-du-tremblay.com/4/4_3_3.html

Coût: 45\$