

Infolettre du Centre d'action bénévole de Sherbrooke

Avril 2012

Numéro 5



Centre
**D'ACTION
BÉNÉVOLE**
de Sherbrooke

Mot de la directrice

« S'engager comme bénévole, c'est vouloir faire du bien autour de soi, mais aussi se faire du bien à soi. Si l'on ne se sent pas valorisé, donner volontairement de son temps peut passer du plaisir aux soupirs...
(par Sarah Saïdi, journaliste) »

En cette **semaine de l'action bénévole**, le CABS profite de l'occasion pour promouvoir le bénévolat et, surtout, remercier l'implication volontaire des citoyens sherbrookoïses. À surveiller le message radio du CABS, les publicités journaux de la Ville de Sherbrooke, notamment dans La Nouvelle et le Journal de Sherbrooke. De plus, lors du conseil municipal du lundi 16 avril, une mention sera faite en l'honneur des milliers de bénévoles qui offrent de leur temps et posent un geste du cœur.

Afin d'apporter un vent de fraîcheur à la promotion de l'implica-

tion, nous avons approché le slameur sherbrookoïse de renommée internationale, David Goudreault, afin qu'il puisse créer un slam pour le Centre d'action bénévole de Sherbrooke. Nous ferons le lancement officiel de la vidéo le 23 avril, mais d'ici là, je vous laisse en priorité lire son texte en page 3. Vous pouvez également visionner la vidéo sur notre site Internet.

Plusieurs d'entre vous feront soit un dîner reconnaissance, soit une lettre de remerciement, soit une remise de petits cadeaux aux bénévoles. **Chaque geste de reconnaissance demeure essentiel, car valoriser l'action bénévole, c'est reconnaître le don de soi comme un geste pur et sublime.**

Katherine Levasseur

Directrice du Centre d'action bénévole de Sherbrooke.

Des suggestions...

www.maillonressources.com : Un outil en ligne présentant les ressources et services pour répondre aux besoins des jeunes (12-35 ans).

« **Je prends ma place** » : Un concours organisé par le Forum jeunesse Estrie, visant à valoriser et reconnaître l'implication citoyenne des Estriens de 18 à 35 ans. Vous êtes donc invité à proposer la candidature d'un jeune ou à l'encourager à poser sa candidature. Formulaire de candidature : <http://www.forumjeunesseestrie.qc.ca/formulaires/concours-je-prends-ma-place>. En plus de voir son implication saluée, le lauréat ou la lauréate bénéficiera, entre autres, : d'une bourse de 1000 \$; d'un prix du Forum jeunesse Estrie remis lors d'une soirée de reconnaissance estrienne; d'une activité de reconnaissance nationale à l'Assemblée nationale; d'une couverture médiatique. **Date limite** pour soumettre des candidatures : **le lundi 16 avril 2012 à 16 heures.**

Merci aux bénévoles : Une vidéo produite par VolunteerCanada: <http://www.youtube.com/watch?v=4K35bltglTM>

Une **vidéo-performance de David Goudreault** pour le CAB de Sherbrooke. Disponible sur www.cabsherbrooke.org ou <http://www.youtube.com/watch?v=VZrV0ODxcc>

Section *Responsables des bénévoles*

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!**

« Les gestionnaires de bénévoles doivent aimer les humains au point de les placer au centre de leur action »

Réseau de l'action bénévole du Québec 2010

Programme de Formation

Mardi le 24 avril : Conférence « Comment énergiser les autres sans décharger ses batteries? » Une conférence de Denise Gauette de 9 h à 11 h. Coût par participant : 15 \$.
Encore quelques places disponibles! Faites vite!

Calendrier du Programme de formation 2012-2013 : Dans le but de bien planifier notre prochain calendrier et de connaître vos intérêts, le Centre d'action bénévole de Sherbrooke vous invite à compléter le **sondage en ligne** :

<http://app.fluidsurveys.com/surveys/formationcabs/sondage-pfp-2012-2013/>

(avant vendredi le 4 mai 2012)

Merci de diffuser dans votre réseau ce sondage (bénévoles, membres du C.A. etc.).

Merci de votre collaboration.

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

Babillard des événements à venir du CABS et de ses membres

La Maison de la famille vous propose le 14 juin : LA SUBLIME SOIRÉE BLANCHE est un beau prétexte pour se rassembler entre amoureux de la vie, comme une grande famille, afin de festoyer tout en appuyant une belle cause. Le concept est simple. Donnez rendez-vous aux convives dans un endroit précis de la ville. Transportez-les ensuite vers ce lieu mystère en plein air. Mettez la table pour eux et servez-leur un savoureux pique-nique, le tout dans une ambiance chaleureuse et sympathique. Seules conditions d'admissibilité pour faire de cette soirée un événement magique : s'habiller en blanc, apporter son goût de célébrer et surtout se laisser charmer et surprendre par la beauté du moment. **Pour information :** www.maisonfamillesherbrooke.com/la-sublime-soiree-blanche

Semaine de l'Action bénévole : Plusieurs activités prévues dans les médias durant toute la semaine.

16 avril : Souper hommage aux bénévoles des organismes reconnus par la Ville de Sherbrooke, présenté par le Buffet des continents.

Campagne de financement du Carrefour des aînés : Ensemble, bâtissons un lieu au service de tous les aînés. Devenez « **Fier bâtisseur** » en vous procurant une brique.

Pour information : Sercovie 819 565-1066.



UN TEMPS D'ARRÊT

Une création de **David Goudreault** pour le CAB de Sherbrooke

Numéro 5

À un moment donné
Trouver un moment à donner
Étant donné que tout ce qui nous tient
Ce sont des liens
Que l'humain se fait en chemin
Ce que tu sèmes et aimes aujourd'hui
Se récoltera demain
Mais dans un premier temps,
Si le temps c'est de l'argent
Il vaut plus cher lorsqu'on le donne
En chair en chèque ou au téléphone
Dans un second temps,
Si le temps presse et le temps file
C'est parce que par les temps qui courent...
Les temps changent sans tambour
Ni trompette, sans se tromper
On peut encore voir du temps lourd
Pour tant de gens autour
Avoir tout son temps
Ça peut être long longtemps
Pourtant depuis la nuit des temps
On sait bien que le cœur
Demeure plus noble que le nombril
Avec le temps, ce que les bénévoles ont compris
C'est qu'on peut se donner du bon temps à bon prix
En bonne compagnie et sourire compris
Dans nos horaires comprimés
Où même le poulet est pressé
Dans l'air du temps
C'est plutôt tentant
De chercher à l'économiser, son temps
Mais attends,
Moi je crois qu'en le donnant
On peut gagner du temps

Du temps de qualité
Où on peut laisser rayonner sa personnalité
Auprès des enfants autant que des personnes alitées
Il faut juste se faire à l'idée, essentielle
Que nous sommes tous des ressources naturelles
Quand c'est l'implication qui nous mène
Nous sommes tous des ressources humaines
À la source de l'équilibre social
Comme un organe vital
De bien des organismes communautaires
Beau temps mauvais temps
Tant qu'il y aura autant de misère
Pas le temps pour les demi-mesures
Il y a déjà assez de gens de fer
Le futur est aux gens d'être
Sans se laisser abattre, battants
Quand les temps sont durs
Comme dans le temps des fêtes
Les compétents de l'instant présent
Plein d'entregent
Offrent de leur entretemps
Aux petits titans
Comme aux sages vétérans de cent ans
Et quand ils partagent ça s'entend
Si la bonté est un emploi
Alors ils sont engagés
Et chaque jour est leur jour de paye
Dans la main tendue de l'aidé qu'ils veillent
Dans le lien qu'ils tissent avec la communauté
Dans le quotidien qui devient une merveille
Dans l'espace-temps éternel donné à un seul été

Sans hésiter, je prends le temps
De vous lever mon chapeau et mes vers
C'est vers vous que l'avenir s'envole
Envers et contre tout l'individualisme ambiant
C'est avec vous que l'espoir redécolle
En un rien de temps, par tous les temps
En partant...
du Centre d'action bénévole de Sherbrooke!

Pour voir la vidéo-performance:
www.cabsherbrooke.org ou
<http://www.youtube.com/watch?v=VZrRV0ODxcc>



« **Nous sommes
tous des
ressources
naturelles** »

David Goudreault-2012

Bénévoles recherchent organisme

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



Traducteur, électricien, jardinage, peinture...vous avez des besoins?

Bienvenue aux nouveaux membres

Le Centre corps âme et esprit

Les Amis de la terre de l'Estrie

Le Carrefour jeunesse-emploi de Sherbrooke

Monsieur Richard Caron

Academos

Cybermentorat

Merci de nous appuyer dans notre mission.

Pour devenir membre, contactez-nous.

Bénévoles retraités souhaitent faire des actions bénévoles ponctuellement.

Bénévoles cherchent à poser des actions du type « **Donner au suivant** ».

**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 – Bénévolat et service communautaire obligatoire : Incidence sur la gestion des programmes de bénévolat

Pour consulter le document complet: http://volunteer.ca/files/mcsdp_implications_frn.pdf

« Le service communautaire obligatoire présente des caractéristiques qui soulèvent manifestement des préoccupations. Quoi qu'il en soit, le travail des participants aux programmes de service communautaire obligatoire, considéré d'un point de vue individuel et global, est vital quant à la capacité du secteur sans but lucratif de répondre aux besoins croissants, et nombre de participants au large éventail de programmes de service communautaire obligatoire, voire très probablement la majorité d'entre eux, sont **des personnes bien intentionnées et talentueuses qui ont beaucoup à offrir**. Il est nécessaire d'apporter des modifications aux infrastructures et aux systèmes de coordination des bénévoles pour garantir la participation efficace aux programmes de service communautaire obligatoire. (...)

Non volontaire ne signifie pas nécessairement de moindre qualité, et il importe de garder à l'esprit les avertissements qui suivent d'Ellis et McCurley (2002a) : *Si vous percevez les participants aux programmes de service obligatoire comme des personnes indifférentes forcées de faire leur travail, vous ne leur assignerez sans doute que des tâches mineures, tout en leur imposant de nombreuses restrictions, et vous vous attendrez à une participation temporaire. Le milieu ennuyant, rigide et peu stimulant que vous*

*leur offrez aura sans doute tôt fait de les convaincre de partir. Par contre, si vous percevez leur participation comme une occasion de créer de nouvelles relations avec des travailleurs potentiellement utiles, vous aurez plus de chance de leur offrir un travail intéressant, d'être attentifs à leurs besoins et de leur offrir de nouvelles possibilités. N'est-il pas plus important de s'attacher à comprendre pourquoi les gens demeurent dévoués à un organisme que de savoir ce qui les a amenés là en premier lieu? (...) Bon nombre de personnes requises d'effectuer un nombre minimal d'heures de service **demeurent en poste beaucoup plus longtemps que prévu**. Se transforment-elles magiquement en bénévoles à ce moment précis? En quoi diffèrent-elles entre leur première et leur dernière heure de service obligatoire? (...) Posez-vous les questions suivantes : En vertu de quel raisonnement priveriez-vous votre organisme d'une ressource légitime? (...) Votre principale priorité n'est-elle pas de répondre aux besoins et de poursuivre votre mission? C'est pourquoi vous recrutez des bénévoles et c'est aussi pourquoi vous devriez **accueillir toutes les ressources disponibles**.*

Dans le meilleur des cas, les programmes de service obligatoire offrent le potentiel d'injecter dans le secteur sans but lucratif de nombreux **effectifs rentables et indispensables**. Lorsque mal conçus et mis en œuvre de manière inefficace, ces mêmes programmes ont le potentiel de drainer les ressources du secteur tout en offrant en contrepartie des retombées discutables et de porter atteinte à ce qui constitue sans doute la ressource humaine la plus importante actuellement disponible dans le secteur : soit les véritables bénévoles.»

Centre d'action bénévole de Sherbrooke

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

Téléphone : 819 823-6598

Télécopieur : 819 823-7549

cabs@cabssherbrooke.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.



LE BÉNÉVOLAT EN CHIFFRES

Tiré de

www.semainedelactionbenevole.ca

« **95 %** des Canadiens s'adonnent à au moins une forme de service communautaire (*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*).

12,5 millions de Canadiens consacrent du temps à des organisations de bienfaisance et sans but lucratif (*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*).

2,1 milliards est le nombre d'heures que les Canadiens consacrent annuellement au bénévolat, ce qui équivaut à environ **1,1 million** d'emplois à temps plein (*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*).

161 000 est le nombre approximatif d'organisations de bienfaisance et sans but lucratif au Canada (*Agence du revenu du Canada*).

Plus de **7 %** de la population appartient à la catégorie des « superbénévoles », qui accomplissent à eux seuls près de **80 %** des heures totales de bénévolat (*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*).

54 % de toutes les organisations sans but lucratif et de bienfaisance n'ont pas de personnel rémunéré (*Enquête nationale sur les organismes bénévoles et sans but lucratif, Statistique Canada, 2005*).

73 % des entreprises soutiennent ou favorisent le bénévolat chez leurs employés (*Bénévolat appuyé par l'employeur, Bénévoles Canada, 2004*).

200 est le nombre de centres d'action bénévole au Canada. Ces centres sont les chefs de file locaux en matière de bénévolat et répondent aux besoins des bénévoles et des organisations ayant recours à eux (*Bénévoles Canada, 2010*).

Les **trois principales raisons** pour lesquelles les Canadiens font du bénévolat sont les suivantes : 1) Apporter une contribution à leur communauté; 2) Mettre à contribution leurs compétences et leur expérience; 3) Ils sont personnellement touchés par une cause (*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*).

Le bénévolat permet d'accroître l'estime de soi, d'acquérir des compétences à long terme, de renforcer la communauté et de se garder en santé. Une recherche de l'Université Harvard montre que le bénévolat est un reflet de la solidité des liens sociaux, lesquels ont un effet direct sur la santé des membres de la collectivité (*Le bénévolat et la santé des aînés, Bénévoles Canada, 2009*).

Les enfants et les jeunes sont plus susceptibles de devenir des citoyens engagés s'ils voient des personnes qu'ils admirent, comme leurs parents, aider les autres (*Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*). »

Pour plus d'information, visitez le Centre de ressources de

