

# Infolettre du Centre d'action bénévole de Sherbrooke

Mai-Juin 2012

Numéro 6

## Mot de la directrice

Au moment où les rayons du soleil nous réchauffent, les AGA des organismes communautaires se manifestent. Nous ne faisons pas exception à la règle et nous vous invitons à notre assemblée générale annuelle le jeudi 7 juin de 10 h à 11 h 30. Nous vous exposerons nos réalisations et nos orientations pour la prochaine année. Si vous désirez y assister, veuillez nous en informer au 819 823-6598.

### Des nouvelles du CABS :

C'est avec tristesse que nous vous informons du départ de Danielle Thiboutôt, *agente au programme de formation*. De nouveaux défis l'interpellent et nous lui souhaitons tout le succès qu'elle mérite. Merci Danielle et à bientôt!

L'automne s'annonce chargé en raison de la tenue, en septembre prochain, d'un forum sur l'implication citoyenne de la ville de Sherbrooke. Par

la suite, un plan d'action sera rédigé et soumis à la consultation afin de stimuler l'implication bénévole des 50 ans et plus. Nous espérons y recueillir de nombreuses réponses et pistes d'action. Compte tenu de l'importance de cet événement, le CABS ne tiendra pas le Salon du bénévolat à l'automne 2012.

Nous poursuivons activement la promotion du bénévolat et vous aurez l'occasion de nous voir et nous entendre au cours des prochaines semaines.

À tous, nous souhaitons de belles et reposantes vacances.

**Katherine Levasseur**

*Directrice*

*Centre d'action bénévole de Sherbrooke.*

## Des suggestions...

**Plus de 13,3 millions de personnes, ou 47 % de la population, ont donné bénévolement de leur temps.** Les Canadiens ont fait près de **2,1 milliards d'heures de bénévolat en 2010**, soit l'équivalent de près de 1,1 million d'emplois à plein temps. *Canadiens dévoués, Canadiens engagés : rapport de tableaux, 2010* de Statistique Canada. Pour consulter le rapport: <http://www.statcan.gc.ca/pub/89-649-x/89-649-x2011001-fra.htm>

Une **vidéo-performance de David Goudreault** pour le CAB de Sherbrooke. Disponible sur [www.cabsherbrooke.org](http://www.cabsherbrooke.org) ou <http://www.youtube.com/watch?v=VZrRV0ODxcc>



## Section *Responsables des bénévoles*

**Les Rendez-vous des responsables des bénévoles font relâche pour la saison estivale!**

Le calendrier des prochains rendez-vous des responsables des bénévoles sera disponible en septembre. D'ici là, n'hésitez pas à nous faire part de vos besoins, attentes et suggestions!

## Programme de Formation

Merci de votre participation!

Notre **calendrier annuel des formations pour l'année 2012-2013** sera disponible en **septembre!**

### L'INFOLETTRE

fait relâche en juillet!

Toute l'équipe du  
CAB Sherbrooke en profite  
pour vous souhaiter de  
belles vacances!

### Heures d'ouverture du CABS pour la saison estivale

**Lundi** : 8 h 30 à 12 h - 13 h à 16 h

**Mardi** : 8 h 30 à 12 h - 13 h à 16 h

**Mercredi** : 8 h 30 à 12 h - 13 h à 16 h

**Jedi** : 8 h 30 à 12 h - 13 h à 16 h

**Vendredi** : Fermé

## Babillard des événements à venir du CABS et de ses membres

**Le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de l'Estrie (CAAP-Estrie)** vous invite à son assemblée générale annuelle qui se tiendra **le jeudi 7 juin 2012 à 10 h** au 1255, rue Daniel à Sherbrooke, porte #1, salle Roch-A. Fournier.

**La Corporation de développement communautaire de Sherbrooke (CDC)** vous invite à son assemblée générale annuelle qui se tiendra **le jeudi 31 mai 2012 à 9 h** à l'édifice Jean Byrns du Parc André-Viger, au 3275, rue Richard, Sherbrooke.

**Marraine Tendresse** vous invite à son assemblée générale annuelle qui se tiendra **le mardi 29 mai 2012 à 18 h 30**, précédée d'une séance d'information à 18 h au Pavillon du Parc Bureau, 925 rue Walsh, Sherbrooke.

**L'Association des Grands Frères et Grandes Sœurs de l'Estrie** vous invite à son assemblée générale annuelle qui se tiendra **le mercredi 13 juin à 18 h** à la Maison de l'Eau du Parc Blanchard, précédée d'une séance d'information à 17 h 30. Confirmez votre présence avant le 11 juin au 819 822-3243.

## «Le bénévolat, un élan du cœur qui laisse une empreinte autour de soi et en soi »

Numéro 6

Le 12 avril 2012, le conseil d'administration adoptait le cadre de référence du Centre d'action bénévole. Un cadre de référence, c'est la fondation sur laquelle s'appuient la maison, les piliers porteurs d'un pont, les balises de navigation indiquant la route à suivre. Pour une organisation, son cadre de référence, ce sont les points de repère sur lesquels appuyer ses prises de décision et ses actions.

À la lumière des expériences vécues, de ses lectures et réflexions et s'inspirant du cadre de référence adopté par la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec, le conseil d'administration croit pertinent que le Centre d'action bénévole de Sherbrooke puisse compter sur cet outil pour le guider dans la réalisation de sa mission sociale et aussi faciliter la prise de décision concernant son fonctionnement et son développement.

Nous portons à votre attention, la conception du bénévolat au cœur de notre réflexion énoncée ici par ces deux pensées :

**« Personne ne peut sérieusement aider autrui sans s'aider soi-même et c'est là une des plus belles compensations de l'existence ».**

*(Ralph Waldo Emerson)*

**« Le bénévolat : un échange de services un acte volontaire égoïste/altruiste ».**

Nous vous invitons à consulter [le cadre de référence](#) du CABS sur notre site Internet.

Merci à tous nos bénévoles et à tous les responsables des bénévoles, aux directions des organismes communautaires et institutionnels qui sont engagés dans l'amélioration de la qualité de vie de la population sherbrookoise.

***Pierre Audet***

Président,  
Centre d'action bénévole de  
Sherbrooke

**« L'action bénévole :  
des initiatives  
personnalisées  
s'inscrivant dans la  
perspective du  
développement  
durable d'une  
société avec une  
vision qui donne du  
sens à la vie, une  
valeur ajoutée au  
milieu de vie au  
bonheur des gens. »**

## Bénévoles recherchent organisme

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



Bénévoles aimeraient faire du jardinage, de la peinture etc.

Bénévoles souhaitent faire des actions bénévoles ponctuelles.

Vous avez des fêtes, des activités cet été et avez besoin de bénévoles? Faites-le-nous savoir!

## Bienvenue aux nouveaux membres

Merci de nous appuyer dans notre mission.

Les Grands Frères  
Grandes sœurs de  
l'Estrie

Le comité organisateur  
du festival des  
Harmonies du Québec.

Le service d'aide aux  
Néo-Canadiens

La société d'arthrite

Les productions Ayoye

Loisirs Acti-Famille

*Pour devenir  
membre,  
contactez-  
nous.*

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

Faites-le-nous savoir :  
[cabs@cabsherbrooke.org](mailto:cabs@cabsherbrooke.org)

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

## Article du mois – Un milieu de travail convivial – Résolution de conflits

« Les conflits font inévitablement partie des relations humaines. Lorsque l'engagement envers la mission et les longues heures de travail vont de pair avec de maigres ressources, les milieux de travail bénévoles et communautaires peuvent donner lieu à des conflits interpersonnels. Les conflits peuvent surgir lorsque les points de vue divergent et que les préoccupations semblent incompatibles. Si nous pouvons accepter les conflits comme un élément naturel de notre paysage émotionnel - au lieu d'attendre (ou d'espérer!) qu'ils disparaissent et ne surgissent plus-, nous pourrions les résoudre plus facilement.

Les gestionnaires doivent pouvoir discerner et comprendre les différents niveaux de conflit et les façons dont se manifestent les conflits à chaque niveau. Un des premiers signes qu'il existe un conflit est un sentiment tenace ou une tension qui vous indique que quelque chose se prépare. Prêtez attention au langage non verbal: bras croisés, yeux baissés, le fait de s'asseoir dos à vous ou loin de vous ou du groupe. Ces signes peuvent vous donner des indications importantes de la situation qui prévaut et ils peuvent vous aider à cerner les prochaines étapes à suivre. Si l'on ne réagit pas à ces signes en temps opportun, la situation peut dégénérer en un niveau plus élevé de conflit et l'opposition peut se manifester plus directement, avec conviction. (...)

Les premiers signes d'avertissement font le plus souvent partie d'une dynamique plus complexe qui s'est installée au sein de votre organisation. Dans le cadre de notre analyse, il est utile de comprendre la source des conflits potentiels; voici des sources fréquentes de conflit :

**Le conflit de valeurs** surgit lorsqu'il y a incompatibilité dans les préférences, les principes et les pratiques auxquelles croient les personnes, par exemple la religion, l'éthique ou la politique.

**Le conflit de pouvoir** se produit lorsque chaque partie désire maintenir ou maximiser l'influence qu'elle exerce au sein d'une relation ou d'un environnement social, par exemple dans un processus de prise de décision.

**Le conflit économique** surgit lorsqu'on doit rivaliser pour obtenir de maigres ressources, par exemple des ressources financières ou des ressources humaines.

**Le conflit interpersonnel** se produit lorsque deux personnes (ou plus), dans le cadre de leur relation, ont des besoins, des buts ou des approches incompatibles, par exemple, différents styles de communication ou de travail.

**Le conflit organisationnel** dépend des inégalités en raison de l'organigramme et des relations entre supérieurs et subordonnés.

**Le conflit découlant du contexte** est un conflit causé par des facteurs extérieurs à l'organisation, par exemple une récession, un changement de gouvernement ou un haut taux d'emploi.

Si vous pouvez identifier la source d'un conflit, il vous sera plus facile de le résoudre. Il est important de souligner qu'une variété de facteurs ont une incidence sur le moment et la manière dont les conflits surviennent. Afin de bien comprendre la situation, étudiez toutes les sources de conflit mentionnées ci-dessus avant de prendre une action.»

Source: *Conseil RH pour le secteur communautaire*

Pour consulter le document complet :

<http://www.hrcouncil.ca/info-rh/milieux-de-travail-conflits.cfm>

### Centre d'action bénévole de Sherbrooke

1255, rue Daniel, bureau 220

Sherbrooke (Québec) J1H 5X3

Téléphone : 819 823-6598

Télexcopieur : 819 823-7549

[cabs@cabsherbrooke.org](mailto:cabs@cabsherbrooke.org)

[www.cabsherbrooke.org](http://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.



Centre  
**D'ACTION  
BÉNÉVOLE**  
de Sherbrooke

## *Avis de convocation*

Madame, Monsieur,

Il nous fait plaisir de vous inviter à notre assemblée générale annuelle. Cet événement aura lieu le jeudi 7 juin de 10 h à 11 h 30 au Centre communautaire de loisir Sherbrooke, au 1010 rue Fairmount, salle Bellevue.

Votre participation à cette assemblée générale vous donnera l'occasion de prendre connaissance des actions réalisées au cours de l'année ainsi que des orientations 2012-2013 qui guideront le Centre d'action bénévole dans l'actualisation de sa mission.

Après l'AGA, vous êtes invités à demeurer avec nous pour un goûter qui sera servi vers 11 h 30.

Nous vous demandons de nous confirmer votre présence au plus tard le 1<sup>er</sup> juin 2012 en appelant au 819 823-6598.

En espérant vous rencontrer, recevez, Madame, Monsieur, nos cordiales salutations.

*Pierre Audet*

Président

*Katherine Levasseur*

Directrice