



**BIENVENUE!**

**GUIDE DU BÉNÉVOLE**

## TABLE DES MATIÈRES

<b>LE GUIDE DU BÉNÉVOLE .....</b>	<b>1 à 10</b>
<b>1. MESSAGE DU DIRECTEUR GÉNÉRAL .....</b>	<b>2</b>
<b>2. LE TRAVAIL BÉNÉVOLE PROFITE À TOUT LE MONDE, Y COMPRIS AU BÉNÉVOLE.....</b>	<b>3</b>
<b>3. PRÉSENTATION DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE .....</b>	<b>4</b>
3.1. Structure de l'organisme.....	4
3.2. Composition du conseil d'administration.....	5
3.3. Composition du personnel permanent.....	5
3.4. Composition du personnel occasionnel.....	5
3.5. Heures d'accueil .....	6
3.6. Rôles et responsabilités du personnel.....	6
3.7. Rôles et responsabilités des bénévoles.....	6
3.8. Les clientèles.....	6
<b>4. LES PRINCIPAUX SERVICES OFFERTS .....</b>	<b>7</b>
4.1. Le développement de l'action bénévole et communautaire.....	7
4.2. Support aux bénévoles.....	7
4.3. Support aux organismes .....	8
4.4. Les principaux services aux individus.....	8
4.5. La gestion administrative.....	10
<b>5. CONCLUSION.....</b>	<b>10</b>
<b>6. ORGANIGRAMME D'UN CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE.....</b>	<b>11</b>

# 1. MESSAGE DU DIRECTEUR GÉNÉRAL

---

Chère bénévole,

Cher bénévole,

Il me fait plaisir, à titre de directeur général, de vous souhaiter la bienvenue dans notre belle et grande équipe du Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle.

Votre décision d'investir de votre temps et de votre énergie au profit de la communauté est tout à fait louable et est un choix dont vous pouvez être fier(ère).

Soyez assurés(es) que les services que vous rendrez aux personnes de votre localité seront très appréciés et que nous, ici au Centre d'action bénévole, faisons le maximum pour vous soutenir et être à l'écoute de vos besoins.

Laissez-moi, en terminant, vous remercier pour l'intérêt que vous démontrez au Centre d'action bénévole et vous souhaiter, encore une fois, la plus cordiale bienvenue.

Le directeur général,

Régis Audet

RA/hl

## 2. LE TRAVAIL BÉNÉVOLE PROFITE À TOUT LE MONDE, Y COMPRIS AU BÉNÉVOLE

---

Le bénévolat est un service rendu par choix et sans rémunération. Dans ces conditions, pourquoi les gens travaillent-ils si dur comme bénévoles ? La décision de faire du bénévolat est un choix très personnel et les raisons qui la motivent sont probablement aussi variées et complexes que les individus. Les bénévoles eux-mêmes peuvent ne pas être conscients de ce qui les pousse à prendre cette décision.

Toutefois, des recherches ont mis en lumière les raisons qui motivent les gens à faire du bénévolat. Il semble que les principales raisons soient d'aider les autres, d'appuyer une cause particulière, de rencontrer de nouvelles personnes, de faire quelque chose qui apporte un sentiment de satisfaction personnelle, de vivre de nouvelles expériences et d'acquérir des compétences.

Le bénévolat fonctionne dans les deux sens. Il profite non seulement aux personnes qui sont aidées et à la société dans son ensemble, mais aussi aux bénévoles eux-mêmes. En effet, de récentes études indiquent que des activités bénévoles régulières peuvent avoir un effet très positif sur la santé mentale et physique du bénévole.

Le bénévolat présente des avantages « psychologiques » certains pour le bénévole. Il permet à l'individu de s'épanouir en faisant quelque chose de valable. C'est une bonne façon de mettre ses talents à contribution et de faire quelque chose pour une cause qui lui tient à cœur. En favorisant un sentiment de bien-être et de réalisation personnelle, le bénévolat aide à réduire les nombreux stress de la vie. De plus, il favorise l'estime de soi et élargit le réseau de contacts sociaux.

Il favorise également la confiance en soi et la croissance personnelle en offrant la possibilité de tirer parti de sa propre expérience et d'avoir recours à ses compétences et à ses connaissances. Il permet de relever de nouveaux défis et de faire de nouvelles activités dans un milieu relativement sans risque.

De plus, le bénévolat offre la possibilité d'explorer de nouvelles perspectives de carrière. En permettant d'acquérir de nouvelles compétences et connaissances et en offrant une expérience de travail valable, il peut servir de tremplin pour un emploi rémunéré ou une promotion.

Aujourd'hui, on reconnaît - et on admet - que le bénévolat répond aux besoins personnels des bénévoles. Pouvez-vous imaginer plus grande satisfaction que le fait de venir en aide à autrui et à votre communauté tout en répondant à vos propres besoins ?

Tiré d'une publication de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec.

### 3. LE CAB ST-ALPHONSE-NOUVELLE : UN CARREFOUR DE DYNAMISME ET D'ENTRAIDE AU SERVICE DE LA COMMUNAUTÉ

---

Le Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle est un organisme sans but lucratif, affilié à la Fédération des centres d'action bénévole du Québec, offrant divers services aux personnes et aux groupes du territoire situé entre Saint-Alphonse et Nouvelle.

De par sa mission, le Centre d'action bénévole se veut le carrefour de l'action bénévole et de l'entraide communautaire sur le territoire. De plus, le Centre a pour mission de promouvoir l'action bénévole au sens large du terme. Bien ancré dans son territoire, le Centre d'action bénévole identifie particulièrement cinq champs d'action pour la réalisation de sa mission :

- ❖ *Le développement de l'action bénévole et communautaire*
- ❖ *Le support aux bénévoles*
- ❖ *Le support aux organismes*
- ❖ *Les services aux individus*
- ❖ *La gestion administrative*

L'organisme reçoit du financement de diverses sources. Les principaux bailleurs de fonds du Centre d'action bénévole sont les suivants :

- le soutien aux organismes communautaires du ministère de la Santé et des Services sociaux ;
- l'Agence de développement de réseaux locaux de services de santé et de services sociaux de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine ;
- les Centres locaux d'emploi ;
- l'Agence de santé publique du Canada (Programme d'action communautaire pour les enfants « Le P'tit Bonheur »).

Il est important de souligner qu'une grande partie du budget du Centre d'action bénévole est assuré par des activités d'autofinancement diverses (contribution des bénéficiaires, comptoir Le Baluchon, service de photocopies et de secrétariat, loyers, etc.).

#### **3.1. STRUCTURE DE L'ORGANIGRAMME**

L'assemblée générale des membres, instance première de l'organisme, se réunit une fois l'an. Neuf administrateurs(trices) élus(es) de cette assemblée administrent les affaires du Centre d'action bénévole.

#### **3.2. COMPOSITION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION**

Madame Micheline Bujold

Maria

Présidente

Monsieur Charley Day	Carleton	Vice-président
Monsieur Daniel Leblanc	Maria	Trésorier
Monsieur Yvon Goulet	New-Richmond	Secrétaire
Monsieur Martin Gauthier	Nouvelle	Administrateur
Madame Monique Falardeau	Saint-Omer	Administratrice
Madame Thérèse Landry	New Richmond	Administratrice
Monsieur Argée Garant	Caplan	Administrateur
Madame Louiselle St-Pierre	Saint-Alphonse	Administratrice

Un directeur général, en collégialité avec son personnel, assure la réalisation des fins poursuivies par l'organisme.

### **3.3. COMPOSITION DU PERSONNEL PERMANENT**

Régis Audet	Directeur général
Hélène LeBlanc	Adjointe administrative
Myriam Charron	Adjointe aux services à la clientèle
Julie Landry	Intervenante ITMAV
Michelle LeBlanc	Responsable administrative du Comptoir Le Baluchon
Karen Gallant	Intervenante au P'tit Bonheur
Sylvie Landry	Intervenante responsable à l'action bénévole et responsable du Carrefour d'information aux aînés
Émile Pinet	Entretien au Comptoir le Baluchon
Albert Clapperton	Entretien ménager
Andréa Gallant	Cuisinière aux P'tits Plats Givrés

### **3.4. HEURES D'ACCUEIL AU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**

Le personnel est toujours disponible et heureux d'accueillir les bénévoles au Centre d'action bénévole, et ce, du lundi au vendredi de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h.

Pour toute information, question ou commentaire, n'hésitez surtout pas à communiquer avec nous. N'oubliez pas, nous sommes là pour vous offrir notre support et notre collaboration.

### **3.5. RÔLES ET RESPONSABILITÉS DU PERSONNEL DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**

Le personnel du Centre d'action bénévole a comme rôle principal d'encadrer, de supporter et d'orienter tous ses bénévoles. Nous nous faisons donc un devoir d'être disponible en tout temps pour rencontrer ou discuter avec nos membres.

### **3.6. RÔLES ET RESPONSABILITÉS DES BÉNÉVOLES**

Les bénévoles ont comme mission première d'offrir des services aux bénéficiaires du territoire. Les responsabilités qui découlent de leurs activités sont très importantes. Premièrement, les bénévoles doivent toujours agir en respectant leurs propres limites.

Il est également essentiel d'offrir des services dans le plus grand respect des bénéficiaires. Les bénévoles sont donc tenus à la confidentialité la plus stricte (Loi 68) et la plus grande tolérance possible. En tenant compte de ses propres limites et en respectant les bénéficiaires, les bénévoles s'assurent de réaliser des actions plus valorisantes et plus aidantes.

### **3.7. LES CLIENTÈLES DU CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE**

#### LES BÉNÉVOLES :

- Nos bénévoles, en plus d'être maître d'œuvre et partenaire, sont nos premiers et plus importants clients.

#### LES INDIVIDUS :

- Personnes en perte d'autonomie :
  - personnes âgées
  - personnes handicapées
  - personnes malades
  - personnes seules
  - personnes vivant des difficultés d'ordre social (pauvreté, isolement, etc.)
  - famille supportant la clientèle en perte d'autonomie
- Familles démunies
- Parents d'enfants de 0 à 6 ans (P'tit Bonheur)

#### GROUPES BÉNÉVOLES ET COMMUNAUTAIRES :

- L'organisme gaspésien des personnes atteintes de cancer (OGPAC)
- Source alimentaire Bonavignon
- Justice alternative Gaspésie-Sud
- Maisons des jeunes
- Clubs des 50 ans et plus
- Chevaliers de Colomb
- Filles d'Isabelle
- Etc.

## 4. LES PRINCIPAUX SERVICES OFFERTS

---

Plusieurs services sont offerts aux individus et aux groupes. Les cinq champs d'activités du Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle sont :

### 4.1. **LE DÉVELOPPEMENT DE L'ACTION BÉNÉVOLE ET COMMUNAUTAIRE**

#### LA PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

- La Semaine de l'action bénévole
- Promotion dans les médias
- Promotions diverses : salons, expositions, conférences, etc.

#### IDENTIFICATION ET ANALYSE DES BESOINS

Identifier et développer de nouveaux services sur le territoire, ex. : mise sur pied de la Source alimentaire Bonavignon, organisation de la Guignolée, etc.

#### COLLABORATION ET CONCERTATION

Mettre en commun les forces des organismes communautaires et/ou des établissements de santé et des services sociaux afin d'offrir des services de qualité à la population en général et de partager les mêmes préoccupations.

- Tables de concertation
- Centraide GÎM
- Regroupements régionaux

### 4.2. **SUPPORT AUX BÉNÉVOLES**

#### L'ACCUEIL, ENTREVUE ET ORIENTATION

- Formation
- Suivi et support
- Activités de reconnaissance
- Bulletins de liaisons
- Centre de référence et de documentation
- Références et orientation vers différents services ou organismes

### 4.3. **SUPPORT AUX ORGANISMES**

- Formation aux organismes
- Service de secrétariat
- Service de photocopies
- Informations et références
- Prêt de locaux



- Support pour la mise à pied de nouvelles ressources
- Distribution du matériel promotionnel durant la Semaine de l'action bénévole
- Recrutement de bénévoles

#### **4.4. LES PRINCIPAUX SERVICES AUX INDIVIDUS**

*Par maintien à domicile, on entend :*

- L'ensemble des ressources individuelles, institutionnelles et communautaires permettant à la personne dans le besoin, enfant ou adulte, de continuer à vivre dans son milieu selon son désir et ses capacités tout en favorisant le maintien et le développement de son autonomie.

##### LA POPOTE ROULANTE

- Repas chaud et équilibré livré à domicile une à deux fois par semaine.

##### ACCOMPAGNEMENT-TRANSPORT

- Il s'agit d'un service d'accompagnement avec ou sans voiture palliant aux ressources personnelles inexistantes et qui vise à offrir un soutien physique et un réconfort lors d'une sortie essentielle aux personnes dans le besoin. Une politique globale de ce service a été adoptée par le conseil d'administration en avril 1994 afin d'en assurer une meilleure gestion.

##### TÉLÉ-BONJOUR

- Il s'agit d'un téléphone sécurisant fait sur une base quotidienne et toujours à la même heure.

##### VISITE AMICALE

- Il s'agit d'une visite effectuée par un ou une bénévole à une personne dans le besoin sur une base régulière ou occasionnelle. Cette visite se veut un soutien moral à une personne confinée à un isolement physique ou social.

##### AUTRES SERVICES :

###### LE P'TIT BONHEUR

Service de soutien parental offert aux parents ayant des enfants de zéro à six ans et dont les ressources (financières, humaines et maternelles) sont assez limitées.

Les services spécifiques offerts dans le cadre du P'tit Bonheur sont :

- répit-gardiennage
- support médical
- écoute téléphonique
- support à l'allaitement maternel

- petits conseils techniques

- LE COMPTOIR LE BALUCHON

Il s'agit d'un comptoir de vêtements et de divers articles usagés. Ces objets nous sont donnés par la population et revendus à coûts minimes. Les heures d'ouverture du Baluchon sont les suivantes :

- Mardi au vendredi : de 9 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h

LES P'TITS PLATS GIVRÉS DE LA BAIE

- Nous offrons aux personnes vivant à domicile et qui présentent certains critères de vulnérabilité, un service de repas congelé avec un choix de 15 menus différents. Tous nos repas sont préparés au Centre d'action bénévole par notre cuisinière et une trentaine de bénévoles ayant suivi une formation du MAPAQ. Entre 8 000 et 10 000 repas sont confectionnés annuellement.

TRAVAILLEUSE DE MILIEU POUR AÎNÉS (ITMAV)

- Une travailleuse de milieu aînés (Intervenante projet ITMAV), procède au repérage des aînés un peu plus isolés et vulnérables dans l'ensemble de notre territoire. Elle accompagne ces personnes au sein de leur communauté pour une période temporaire, à court et moyen terme, afin de leur redonner leur plein pouvoir sur leur vie quotidienne. Depuis septembre 2018, ce tout nouveau service complète de façon admirable, la gamme de nos services en soutien à domicile pour les aînés plus vulnérables et isolés.

ACCOMPAGNEMENT EN SOINS PALLIATIF ET FIN DE VIE

- Des bénévoles accompagnent les personnes en fin de vie durant le dernier mois de la période palliative. Nos services sont prioritairement offerts à domicile, dans les résidences pour aînés et, très occasionnellement, en CHSLD et en milieu hospitalier. Nos bénévoles sélectionnés pour leur intérêt et avec un profil spécifique, ont été formés par Le Mouvement Albatros Québec durant une période de 36 heures. Ce service est offert aux proches aidants sur une base quotidienne de 24 heures sur 24 et 7 jours par semaine.

#### **4.5. LA GESTION ADMINISTRATIVE**

Ce cinquième champ d'activité est principalement géré par le directeur général, toujours en collégialité avec son personnel.

- Gestion des loyers : Des locaux à l'intérieur de l'immeuble appartenant au Centre d'action bénévole sont loués à différents organismes du milieu.
- Gestion des demandes de subventions annuelles

## 5. CONCLUSION

---

Suite à la lecture de ce « Guide du bénévole », vous aurez un portrait assez clair du Centre d'action bénévole St-Alphonse-Nouvelle. Si vous avez des questions, commentaires ou suggestions, n'hésitez pas à nous les communiquer.

## 6. ORGANIGRAMME D'UN CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE



