



Photo prise par : Marylène Leblond

**Le coucher du soleil est la preuve
que les fins peuvent être belles.**

Veillez prendre note que nos bureaux sont ouverts du :

Lundi au vendredi

De 8h00 à 12h00 et de 13h00 à 16h00.

Prendre note que le Centre sera fermé **vendredi, le 24 juin** pour la Saint-Jean-Baptiste et **vendredi, le 1^{er} juillet** pour la fête du Canada.

Nos bureaux seront aussi fermés à compter du **vendredi, le 22 juillet**, à partir de **12h00** pour les vacances estivales. L'équipe sera de retour pour vous accueillir le **lundi, le 8 août**, dès **8h00**.

Bonne lecture !



Pensées du mois

Juin

« Soyez vous-même,
les autres sont déjà
pris. »

Oscar Wilde

Juillet

« La joie est en tout ; il
faut savoir en
extraire. »

Confucius

Août

« Sois reconnaissant
de ce que tu as et tu
en auras plus. Si tu te
concentres sur ce que
tu n'as pas, tu n'en
auras jamais assez. »

Oprah Winfrey





Conseil d'administration :

**Rolland Simoneau
Président**

**Liette Bergeron
Vice-présidente**

**Réal Vigneault
Trésorier**

**Liliane Searles
Secrétaire**

**Rémi Beaupré
Administrateur**

**Réjeanne Paquet
Administratrice**

**Serge Rousseau
Administrateur**

Le 31 mars dernier marquait la conclusion de l'année 2021-2022 du Centre d'action bénévole de l'Érable (CABÉ). Une année bien remplie, comme c'est souvent le cas. À l'aube de la nouvelle année 2022-2023, les prévisions se dessinent et se précisent. Certes, nul ne peut prédire l'avenir avec certitude, mais je suis plein d'espérance, considérant que c'est bien parti. Il y a aussi de l'optimisme chez les membres du personnel et les membres du Conseil d'administration. Le sentez-vous lorsque vous passez au Centre ? Pour ma part, mes visites hebdomadaires au CABÉ me permettent de croire en un avenir meilleur. Les défis sont toujours présents mais ils m'apparaissent surmontables.

Le recrutement de nouveaux membres (bénévoles) est l'un des plus gros défis que le CABÉ doit relever présentement. À toute personne qui lit ces lignes, je dis : « Vous pouvez nous aider ! » Comment ??? En recrutant une personne parmi vos proches, vos amies et amis, vos voisines et voisins. Je vous invite à ce petit effort supplémentaire, soit celui de convaincre une personne à venir soutenir et aider le CABÉ et, par ricochet, la population. Imaginez... si chaque bénévole fait la démarche que je vous propose aujourd'hui, le CABÉ sera en mesure de répondre aux besoins grandissants de la population. Le groupe de bénévoles serait doublé, les services pourraient être assurés et, éventuellement, de nouveaux services pourraient voir le jour. C'EST CELA, LE DÉVELOPPEMENT !

Je profite de l'occasion pour vous souhaiter un très bel été. Les voyages ne seront peut-être pas ce que les gens aimeraient qu'ils soient mais, dans les circonstances, profitez de toutes les activités culturelles ou autres qui se présenteront dans la MRC de l'Érable et vous aurez de bonnes chances d'être comblée ou comblé.

Bon été !

Henry de Montherlant disait : « *On peut éprouver une telle joie à faire plaisir à quelqu'un qu'on ait envie de le remercier.* »

Je crois que c'est ce qui se passe quand on fait du bénévolat. Certes, on est altruiste parce qu'on se soucie de l'autre, on veut faire du bien, on souhaite améliorer le bien-être de quelqu'un, on désire se sentir utile, on cherche à rendre service.

Parallèlement, toutefois, on en ressent de la satisfaction, du plaisir et de la fierté, parce que l'on sait qu'on fait une différence. Ainsi, l'altruisme présente un côté égoïste. Il rapporte à soi-même. En ce sens, je pense que toute personne qui le peut (âge, retraite, temps disponible, talent à utiliser, etc.) aurait avantage à « bénévoler ». Parce que c'est bon pour elle, pour sa santé mentale, physique et affective, parce que c'est utile pour d'autres, parce que cela devient essentiel en ces temps de pandémie et de post-pandémie.

En lien avec le « mot du président » de la page précédente, j'invite toute personne soucieuse du bien-être de la population à jouer un rôle d'ambassadeur pour le bénévolat. En témoigner, en parler, inviter, susciter l'intérêt, expliquer son importance.

En raison de la pandémie, le CABÉ a perdu plusieurs de ses membres : confinement, âge, non-retour après une absence prolongée, etc. Il en résulte qu'il est en manque de bénévoles et que certains services, même les plus essentiels comme la popote roulante, l'accompagnement-transport et l'accompagnement-transport pour l'hémodialyse sont compromis et, parfois, ne trouvent pas réponse.

C'est avec une sincérité profonde que je remercie tous les bénévoles actifs. J'invite les gens à parler du CABÉ et de l'importance de ses services. Et puissent d'autres gens découvrir qu'on se fait du bien à soi-même quand on fait du bien aux autres. Le CABÉ a besoin de bénévoles, la population aussi et l'avenir également. Merci.



Équipe du CABÉ :

Francine Beaulieu
Travailleuse de milieu

Carmen Grenier
Directrice générale

Guyline Caron
Agente aux services
à la clientèle

Marie-Josée Gagné
Soutien au
développement du CABÉ

Denis Leblanc
Travailleur de milieu –
Agent au développement

Marylène Leblond
Secrétaire-réceptionniste

En mars 2022, le Centre d'action bénévole de l'Érable (CABÉ) a entrepris une consultation auprès de ses membres en vue de vérifier leurs satisfactions et leurs insatisfactions, leur connaissance du CABÉ, de sa mission et de ses services, leurs besoins en termes de soutien, de formation et de reconnaissance, leurs désirs, leurs commentaires et leurs suggestions.

Le CABÉ a tenu cinq (5) séances de consultation :

- Le 23 mars 2022, pour les secteurs de « Plessisville-Paroisse » et « Sainte-Sophie-d'Halifax » (à Plessisville-Paroisse)
- Le 31 mars 2022, pour le secteur de « Princeville » (à Princeville)
- Le 7 avril 2022, pour le secteur de « Saint-Ferdinand » (à Saint-Ferdinand)
- Le 13 avril 2022, pour les secteurs de « Lyster » et « Inverness » (à Lyster)
- Le 21 avril 2022, pour le secteur « Plessisville » (à Plessisville)

Chaque rencontre suivait un plan similaire de déroulement : accueil et présentation, mot de bienvenue, présentation des personnes-ressources et présentation des membres présents, réponse à un questionnaire écrit et personnel, discussion en grand groupe pour échange d'idées, d'impressions, de commentaires et de suggestions, évaluation de la rencontre.

Plessisville Paroisse



Saint-Ferdinand



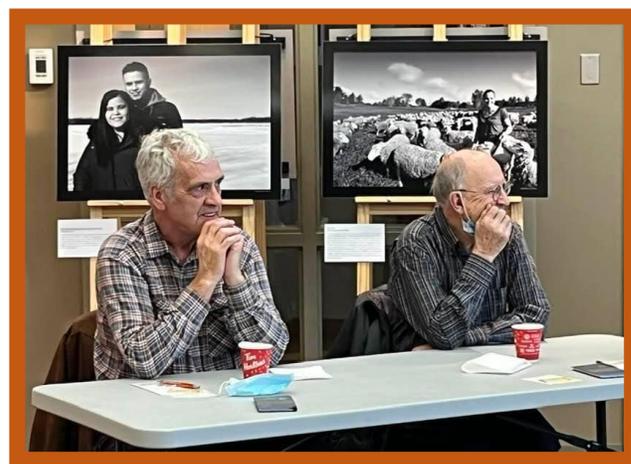
L'Équipe du CABÉ (membres du CA et le personnel) tient à remercier sincèrement les membres qui ont participé à cette consultation. Leurs commentaires, réflexions, suggestions et idées aideront le CABÉ à établir des priorités pour favoriser son développement, à favoriser les activités qui correspondent aux goûts et aux besoins des membres, à permettre à la population de mieux connaître les services qui peuvent la soutenir. La participation des membres présents témoigne de leur capacité à se rendre disponibles, de leur solidarité, de leur responsabilité, de leur souci des autres et de leur engagement.

Tous les commentaires écrits (questionnaires remplis individuellement, au début de chaque rencontre) ont été notés et traités de façon anonyme. Une compilation de ces commentaires a été faite et toute personne désirant en prendre connaissance n'a qu'à faire une demande au CABÉ en ce sens. Nous lui en remettrons une copie.

Plessisville Paroisse



Princeville



Ville de Plessisville

Lyster



«RÉCIT DE VIE»

Personnes intéressées recherchées

C'est en temps de pandémie et de confinement que le projet «Écrire sa vie, une lettre à la fois» a vu le jour. Avec des correspondances postales et téléphoniques, avec le soutien de «grilles indicatives» pour rédiger les différentes étapes de sa vie, avec l'apport technique du CABÉ (transcription et reproduction), avec des personnes âgées désireuses de vivre l'expérience et avec l'accompagnement de bénévoles pour la rédaction, cinq (5) personnes ont entrepris l'aventure. Trois (3) d'entre elles ont complété le processus et deux (2) sont en évolution.

Compte tenu de la satisfaction éprouvée par les personnes ayant complété leur biographie et compte tenu de l'héritage familial et historique que représente cet écrit, le projet se poursuit ou est reconduit sous l'appellation «Récit de vie».

Dans le vent de la «post-pandémie» et la levée de plusieurs mesures par la Santé publique, d'autres voies s'ouvrent pour la communication entre la personne participante et la personne bénévole (autre que poste et téléphone).

Si vous connaissez des personnes ayant le goût de rédiger leurs mémoires ou si vous en faites vous-même partie, communiquez avec le CABÉ (819.362.6898). De même, si vous aimez les mots et l'écriture et si vous avez le goût de vous investir pour accompagner quelqu'un dans son récit de vie, communiquez avec le CABÉ (819.362.6898).

*«La vie est un don.
Écrire sa vie est aussi un don. Un don à soi.
Un don à sa famille. Un don à la VIE.
Un don à l'histoire.
L'histoire de la vie nous informe sur l'avant
et nous aide à préparer l'après.
La vie n'est pas naissance.
La vie est continuité.» (C.G.)*

- Vous déménagez ? N'oubliez pas de nous faire connaître vos nouvelles coordonnées !
- L'accompagnement-transport se maintiendra cet été et ce, même pendant les vacances estivales.
- Si vous avez besoin d'information, si vous avez des questions à poser ou des suggestions à faire, appelez-nous au 819-362-6898.
- L'AGA du CABÉ, retardée par le manque de personnel de la firme comptable RDL, a été reportée au 21 septembre 2022. Une invitation officielle vous parviendra par la poste.
- 18 août 2022 : «5 à 8 hot-dogs» au Biergarten. Pour tous les membres du CABÉ et toute la population.

Bienvenue au nouveau membre !

♥ Suzy Faucher, Saint-Ferdinand

« Dans un monde où le temps s'enfuit à toute allure;
 Dans un monde où l'argent impose sa culture;
 Dans un monde où parfois, l'indifférence isole;
 Les anges existent encore : ce sont les bénévoles! »

Source : CHAREST, Nicole, 2008



Petite charade

- Mon premier est stupide : _____
- Mon second est une truie précédée d'un «s» et sans «e» : _____
- Mon troisième est un préfixe signifiant «à nouveau» : _____
- Mon quatrième est unique : _____
- Mon cinquième est l'ensemble des gens : _____
- Mon sixième est neuf : _____
- Mon tout est ce que l'on veut après une catastrophe : _____

Le Journal des bénévoles

Conception et rédaction : Carmen Grenier, directrice et Marylène Leblond, secrétaire-réceptionniste.

Mise en page : Marylène Leblond, secrétaire-réceptionniste et Marie-Josée Gagné, soutien au développement

MERCI au Comité de bénévoles des envois postaux qui effectue la préparation pour la distribution.

Mot Mystère

Thème : Fin de semaine

Mot de 5 lettres

E	R	E	I	R	P	R	U	N	M	V	R	H	A	F	S	R	E
E	N	I	U	R	I	A	I	O	B	O	I	T	E	S	I	E	T
L	O	O	O	M	E	F	R	C	A	N	T	S	O	S	V	L	R
B	M	J	R	T	N	R	L	E	O	E	N	O	I	U	A	U	E
A	E	O	A	E	F	R	E	I	N	E	E	A	N	T	R	O	B
T	D	B	D	N	N	V	S	D	E	T	L	E	M	E	E	R	I
B	R	N	I	V	O	A	U	M	O	P	A	E	H	E	I	R	L
N	O	I	S	I	V	E	L	E	T	M	R	C	M	C	N	G	R
R	L	I	T	E	N	A	L	F	P	T	A	R	O	I	A	I	E
O	E	U	R	R	C	P	P	E	R	L	E	L	A	N	T	T	C
D	R	R	A	E	A	E	M	O	H	C	A	M	P	A	G	N	E
E	E	I	C	R	E	N	F	D	U	G	U	I	P	O	T	E	I
P	A	R	T	I	E	N	Q	P	E	S	E	C	S	S	S	M	S
E	A	Y	I	R	O	P	E	U	E	T	E	H	C	A	L	E	R
N	C	E	O	C	O	R	O	M	I	R	E	A	G	I	N	D	E
S	T	E	N	T	E	S	E	S	O	L	O	N	G	U	E	T	T
E	I	S	F	R	E	N	I	P	E	R	L	G	D	O	U	X	A
R	F	I	N	I	T	V	E	V	I	R	P	E	P	U	O	R	G

A	Congés	F	Liberté	Posée	S
Actif		File	Longue	Prière	Sortir
Amour	D	Fini		Privé	
Amusement	Dément	Flâne	M	Projet	T
Attendue	Démon	Flâner	Modérer	Promène	Table
	Dépenser	Freine	Motoneige		Tâche
B	Détendu			R	Television
Bateau	Distraction	G	N	Ralentir	Temps
Boire	Dormir	Gâter	Nerfs	Ravis	Tentés
Boîtes	Doux	Groupe	Noce	Réagi	Tour
Bricolage	Drôle			Récupérer	Tranquille
		I	P	Relâche	
C	E	Intime	Parent	Reposer	V
Calme	Écran		Partie	Rôle	Verre
Campagne	Enfin	J	Party	Ronde	Visite
Change	Envier	Joie	Pâtir	Rouler	Visiter
Chôme	Épine		Perle	Ruiné	Voiture
Cinéma	Évasion	L	Plaisant		
Confort		Lâcher	Plaisir		

Réponse du journal de mars : Cafardeux