



Photo prise par : Marylène Leblond

La vie
est une
belle fleur
unique !



Pensées du mois

Juin

« Le plus grand échec que vous puissiez avoir dans la vie, c'est de ne pas essayer du tout. »

Emil Motycka

Juillet

« Le bonheur ne se trouve pas au sommet de la montagne mais dans la façon de la gravir. »

Confucius

Août

« Avec nos pensées, nous bâtissons notre monde. »

Bouddha



Veillez prendre note que le Centre sera fermé :

- **Lundi, le 24 juin** pour la Saint-Jean-Baptiste.
- **Lundi, le 1^{er} juillet** pour la fête du Canada.

Nos bureaux seront aussi fermés, pour les vacances estivales, à compter du **vendredi, le 19 juillet**, dès **12h00**.

L'équipe sera de retour pour vous accueillir le **lundi, le 5 août**, dès **8h00**.

Bonne lecture !



**Conseil
d'administration :**

**Serge Rousseau
Président**

**Réjeanne Paquet
Vice-présidente**

**Réal Vigneault
Trésorier**

**Mireille Brossard
Secrétaire**

**Lynda Gosselin
Administratrice**

**Liette Bergeron
Administratrice**

**Liliane Searles
Administratrice**

C'est avec une très grande joie, et aussi une très grande fierté, que j'ai constaté la présence et la participation de nombreux bénévoles et groupes de bénévoles à notre récente *Soirée Hommage*. Une assistance record venue assister à la mise en nomination de plusieurs d'entre elles/eux tout en dégustant un excellent repas et accompagné du groupe musical *La tournée du bonheur* qui a animé la soirée de façon remarquable. Notons également le concours des différents paliers de gouvernement et de nos très généreux donateurs et commanditaires qui apportent leur contribution au succès de l'événement.

Tout en félicitant les récipiendaires des prix honorifiques de bénévole féminin, masculin et de groupe de l'année, j'aimerais également remercier chaque personne qui, à sa façon, apporte gratuitement toute forme de bien-être dans sa communauté.

De plus, j'ai pu observer que, en soi, les bénévoles forment aussi une communauté. Une communauté avec une attitude, une mission et des valeurs communes. Qui donc n'aurait pas envie de faire partie de cette communauté...

Je termine en remerciant les employées du CABÉ qui, même à l'intérieur d'une dernière année fort mouvementée et de grande adaptation, nous ont, encore une fois, concocté une superbe soirée, digne de tous ces gens de cœur.

Puisse le bénévolat devenir, pour la majorité des gens, un but dans la vie. Mais c'est aussi à chacun.e de nous de les attirer dans notre « monde »...

Serge Rousseau

Cette année la Fédération des Centres d'action bénévole du Québec fête son 50^e anniversaire de fondation sous le thème : « Bénévolat c'est brillant », parce que nos bénévoles sont brillants.

Pour faire suite au mot de notre président, l'équipe du CABÉ a le vent dans les voiles pour entreprendre notre 44^e année d'opération. Les changements apportés durant la dernière année portent fruit. L'équipe du CABÉ et les membres du CA sont des plus motivés à poursuivre la mission pour promouvoir l'action bénévole et répondre aux différents besoins de notre MRC.

Je tiens tout particulièrement à m'adresser à tous nos bénévoles et nos futurs bénévoles. Je le dis souvent, sans vous notre mission n'aurait pas la même valeur et le même attrait. Je vous remercie sincèrement pour l'espoir, le sourire, l'empathie, la compassion et même parfois cette dignité que vous apportez à ces personnes fragilisées. Vous êtes cette lumière qui brille dans l'ombre.

Parlez du bénévolat à votre entourage, invitez-les à profiter de la force d'un regroupement.

N'OUBLIEZ PAS ÉGALEMENT QUE « BÉNÉVOLER SAUVE DES VIES ! »

Merci à vous toutes et tous, continuons de bénévoler ensemble !

Francine Beaulieu



Équipe du CABÉ :

Francine Beaulieu
Directrice générale

Marie-Josée Gagné
**Agente à la popote
roulante et Soutien au
développement**

Marylène Leblond
**Agente à
l'accompagnement-
transport et Adjointe
administrative**

Nathalie Lemay
Travailleuse de milieu

Le 18 avril dernier, s'est tenue la soirée « Hommage aux bénévoles » organisée par le Centre d'action bénévole de l'Érable. Cette soirée a pour but de remercier tous les bénévoles de la MRC de l'Érable ainsi que pour célébrer et promouvoir l'action bénévole.

Ce fut une soirée remplie de reconnaissance et de remerciements pour les bénévoles des organismes qui étaient présents. Un souper trois (3) services a été servi et la soirée s'est terminée avec le spectacle de la Tournée du bonheur.

Nous remercions chaleureusement les 187 personnes présentes qui ont grandement contribué au succès à cette soirée. Félicitations à tous les nominés ainsi qu'aux lauréats : Madame Véronique Giguère, Monsieur Simon Roberge et à l'organisme Partage Saint-Eusèbe.



Monsieur Serge Rousseau, président du CA, Madame Véronique Giguère, gagnante, Madame Réjeanne Paquet, vice-présidente du CA.



Monsieur Serge Rousseau, président du CA, Monsieur Simon Roberge, gagnant, Madame Réjeanne Paquet, vice-présidente du CA.



Monsieur Serge Rousseau, président du CA, Monsieur Léon Desharnais, représentant de l'organisme gagnant Partage Saint-Eusèbe, Madame Réjeanne Paquet, vice-présidente.



Les musiciens de la Tournée du bonheur.

Merci à nos commanditaires



- Depuis le 1^{er} mai, et ce jusqu'au 2 septembre, le bureau ferme le vendredi, à midi.
- Vous ne devez accepter aucun pourboire offert par les bénéficiaires puisque vous faites du bénévolat. Faire du bénévolat vient du cœur !
- Vous déménagez ? N'oubliez pas de nous faire connaître vos nouvelles coordonnées !
- L'accompagnement-transport se maintiendra même pendant les vacances estivales. Un bénévole s'occupera de faire les jumelages.

Bienvenue au nouveau membre !

- ♥ Denis Auger
- ♥ Gérald Caouette
- ♥ Lauriette Dion
- ♥ Claude Drouin
- ♥ Mélanie Raby



« 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

Le Journal des bénévoles

Conception : Marylène Leblond.

Mise en page : Marylène Leblond.

MERCI aux bénévoles qui assurent la préparation des envois postaux pour la distribution.

Salade de quinoa mexicaine

Portion 2

INGRÉDIENTS

Pour la salade

- 1 tasse de quinoa blanc cuit et refroidi
- 4 tomates cerises coupées en 2
- ¼ poivron orange coupé en dés
- ¼ poivron rouge coupé en dés
- ½ tasses de maïs
- ½ tasses d'haricots noirs en conserve, rincés et égouttés
- 1 oignons verts hachés
- 1/8 tasses de coriandre hachée

Vinaigrette Tex-Mex

- 1 c. à soupe de mayonnaise légère
- ½ lime
- ¼ c. à thé d'épices Tex-Mex
- ½ c. à thé de miel
- Sel et poivre

INSTRUCTIONS

1. Mélanger tous les ingrédients « Pour la salade » dans un bol.
2. Dans un petit bol, mélanger tous les ingrédients « Pour la mayonnaise Tex-Mex » et verser sur la salade.

Source : <https://roxannecuisine.com>



Mot Mystère

Thème : Les cartes
Mot de 7 lettres

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

A	D	H	O	Renonce
Accuser	Dame	Honneurs	Ouverte	Repic
Annoncer	Découvrir	Honorer	Ouvrira	Retourner
Atout	Défausse			
Attendu	Demander	I	P	S
	Demander	Impériale	Parole	Sauter
B	Démarquer	Invitation	Partie	Suivant
Baccara	Donne		Petit	
Bassette		L	Pharaon	T
Bataille	E	Lansquenet	Piquet	Talon
Bésigue	Écartée		Plaque	Tentée
	Épier	M		Trente
C		Majeure	Q	Triompher
Carterie	F	Maldonne	Quinte	
Chelem	Fiche	Manille		
Complet	Finir	Mêler	R	
Couleur			Range	
			Relance	
			Remise	

Réponse du journal de mars : Rondeur