

Mars 2019

La Source



***Centre d'action bénévole de Farnham
1810, rue Principale Est
Farnham QC J2N 1N4***

Mars 2019

Vol. 27 No 1

À lire dans La Source

- P. 2 Une nouvelle image pour le CAB
- P. 3 Des nouvelles du Chiffonnier
Livres de Jean-Marie Lapointe
Un blitz de recrutement
- P. 4 Recherchons bénévole pour...
Cafés-causerie
Invitation
- P. 5 Et si on osait... bénévoler
Chez nous à Farnham
- P. 6 Nos adresses virtuelles
Moisson Pascale
Agenda - À venir...

Organisme subventionné par :



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke

Québec

Une nouvelle image pour le CAB



Le Centre d'action bénévole a modernisé son image, avec l'adoption d'un nouveau logo.

Nous sommes fiers de vous présenter et de vous décrire ce nouveau concept visuel.

Le cœur a conservé sa place comme élément principal. Il symbolise l'implication libre et gratuite des bénévoles.

Sa forme épurée, orientée vers le haut, inspire l'unité et l'ouverture sur le monde.

La couleur bleue a été conservée, elle est symbole de sagesse et de loyauté.

Le slogan « Au Cœur de l'action » y est intégré. Il parle par lui-même car le Centre évolue au sein de la communauté dans plusieurs sphères d'activités et les bénévoles font partie intégrante de l'organisation.

L'image évoque aussi un chemin qu'on emprunte de façon volontaire, une voie parfois semée de défis mais qui se rend à bon port.

Voici cette nouvelle image qui représentera dorénavant le Centre d'action bénévole de Farnham.

Des nouvelles du Chiffonnier



AUSSI, n'oubliez pas
Les Mardis à 50% - 50 ans et +
et
Les Jeudis fous fous fous
un gros spécial différent
à chaque semaine.

Livres de Jean-Marie Lapointe

Jean-Marie Lapointe est un homme bien connu pour son implication auprès des gens de la rue et son bénévolat auprès de personnes ayant des limitations physiques ou intellectuelles et des malades en fin de vie.

Il est conférencier et auteur de quatre livres sur ses expériences de vie.

Le Centre d'action bénévole possède trois de ces livres qu'il vous offre en prêt pour lecture.

Les titres que nous avons en mains :

- « Je ne t'oublierai pas »
- « Être face à la rue » et
- « Confessions d'un prêtre de la rue »

Les récits uniques et touchants d'un homme qui carbure aux valeurs humaines qui guident son existence.

N'hésitez pas à les emprunter.
Appelez-nous : 450 293-3265

Un blitz de recrutement

Dans le but d'optimiser les listes de disponibilités pour les différents services, nous avons eu l'idée d'une petite campagne promo. Nous vous proposons un petit défi : celui d'inviter un de vos amis (ou amies) à rejoindre l'équipe du Centre en tant que bénévole.

Augmenter l'adhésion des bénévoles de façon importante contribuera à mieux distribuer les tâches et préserver l'intérêt des gens.

Votre statut de bénévole fait de vous d'excellents ambassadeurs pour notre organisation. Serez-vous de celles ou ceux qui convaincrez un(e) ami(e) à faire le saut?

Le bénévolat joue un rôle positif sur la santé physique et la santé mentale. C'est prouvé. Mais ça, vous le savez...

Merci de regarder autour de vous. C'est très apprécié.

Cafés-causerie

Les cafés-causerie : un rendez-vous pour connaître et rencontrer les autres bénévoles, échanger autour d'un bon café et passer du bon temps. Il n'y a pas d'obligation mais il nous fait plaisir de vous accueillir aussi souvent que vous le désirez.

Le 3e mercredi de chaque mois. Sujets différents à chacune des rencontres : discussions sur un thème choisi, actualités, jeux variés, vidéos... Vous avez des suggestions? N'hésitez pas à nous les proposer.

Le 20 mars prochain, nous proposons le visionnement de vidéos tournées par notre collègue Dany, dans le cadre d'un projet QADA. Le sujet : « **Contre la maltraitance et l'intimidation envers les aînés** ». Des discussions animées suivront. C'est à voir!

On y trouvera des outils pour nous aider à reconnaître les signes et impacts de la maltraitance envers les personnes âgées.

Date : Mercredi 20 mars à 9h30.

**Lieu : Centre des loisirs Romuald-Potvin
(à côté du CAB).**

Merci de réserver votre place au 450 293-3265 pour faciliter la planification. Bienvenue à tous !

Recherchons bénévole pour...

Le CAB est à la recherche d'un *homme de confiance* pour faire le transport de denrées, commissions et menus travaux, à raison de 3 à 5 fois par semaine, principalement en avant-midi (de 30 à 60 minutes environ).

Personne honnête, possédant une certaine capacité physique et permis de conduire en règle.

Contactez le CAB. Merci!



On va se sucrer le bec !

Nous avons le grand plaisir d'inviter les bénévoles du Centre d'action bénévole à un « Dîner à la cabane à sucre ».

Date :

Le mardi 23 avril prochain.

Lieu :

*Érablière Bernard
1268, rue Denison Ouest
St-Alphonse-de-Granby*

Heure :

11h00 à 13h00

On se donne rendez-vous là-bas à 10h45.

Nous organisons le transport pour les personnes qui en ont besoin. Merci de nous en aviser.

Coût :

GRATUIT pour les bénévoles du CAB.

18 \$ pour « un » accompagnateur.

Places limitées - Premier arrivé, premier servi.

Réservation

requis :

450 293-3265





« Et si on osait...bénévoler! »

La solidarité et l'entraide existent depuis le début de l'humanité. Bien que l'individualisme prend parfois le dessus sur la nature profonde de l'être humain, il est venu le temps que les communautés osent placer ces valeurs au centre de leurs préoccupations.

*Bénévoler** est un verbe que l'on aime utiliser même s'il n'est pas encore reconnu dans le vocabulaire de la langue Française, parce qu'il reflète les nouveaux modèles d'engagements sociaux. Véritables pierres angulaires des organismes, les personnes qui osent bénévoler ont un véritable impact sur la communauté.

La société québécoise offre une palette diversifiée et illimitée d'opportunités qui peuvent combler les attentes de chacune et chacun.

Oser bénévoler, c'est trouver un équilibre entre implication bénévole, vie professionnelle et personnelle. De plus, s'entraider et être solidaire les uns avec les autres améliorent la santé mentale, la santé physique. Cela permet également d'entretenir un lien social et d'ouvrir des opportunités de carrière.

Le Québec doit bénévoler davantage! Cette année, et pour toutes les autres à venir, nous voulons que la population québécoise ose être solidaire les uns avec les autres.

Ayez l'audace de sauter le pas, osez bénévoler!

- Définition du verbe bénévoler selon la FCABQ : Verbe transitif (*du latin benevolus qui signifie bonne volonté*), s'engager, être volontaire de façon non rétribuée et librement choisie au sein d'une cause. Exemple : Je bénévoler au sein des centres d'action bénévole.

Texte de présentation du thème de la SAB 2019 / site internet de la Fédération de l'action bénévole du Québec (FCABQ).

Chez nous à Farnham

À Farnham, le CAB organise la traditionnelle soirée "**Hommage aux bénévoles**", en collaboration avec le Service des loisirs, culture et tourisme de la Ville de Farnham. Le « 5 à 7 » aura lieu le jeudi 11 avril à la Station Gourmande de Farnham. Des élus des différents paliers de gouvernements viendront décerner des certificats honorifiques aux bénévoles nommés « bénévole de l'année » par leur organisme respectif. L'activité réunit des organismes des quatre municipalités présentes sur le territoire que nous desservons, soit Farnham, Ste-Brigide, Ste-Sabine et Ange-Gardien.

**Veillez noter
nos adresses virtuelles**

Nouveau site Web

www.cabfarnham.com

Facebook du CAB

<https://www.facebook.com/cabfarnham>

Facebook du Chiffonnier

<https://www.facebook.com/friperiechiffonnier>



Moisson Pascale

Veillez noter la date de la Moisson Pascale :
le samedi 13 avril 2019.

Le Corps de Cadets 2614 de Farnham coordonnera la collecte de denrées non périssables et de dons en argent pour la banque alimentaire.

******* Nous avons besoin de plusieurs personnes supplémentaires pour donner un coup de main, afin d'avoir assez de gens pour couvrir toutes les rues de Farnham.

Les bénévoles seront jumelés en équipes de trois par voiture, un chauffeur et deux personnes qui vont frapper aux portes. Chaque équipe se verra attribuer des rues spécifiques à parcourir.

La collecte se déroulera entre 9h00 et 13h00. Rendez-vous à 8h30 au Centre des loisirs Romuald-Potvin. Il y aura une aire de repos, café et collation fournis. On vous attend avec vos amis.

Appelez-nous S.V.P. pour donner vos noms, afin de nous permettre d'organiser la journée.
Tél. : 450 293-3265.

- | | |
|------------|--|
| 5 mars : | Changement de saison au Chiffonnier |
| 20 mars : | Café-causerie « Contre la maltraitance et l'intimidation envers les aînés »
Centre des loisirs Romuald-Potvin |
| 11 avril : | Soirée « Hommage aux bénévoles »
pour les organismes |
| 13 avril : | Moisson Pascale - De 9h00 à 13h00 |
| 17 avril : | Café-causerie (sujet à déterminer) |
| 23 avril : | Dîner à la cabane à sucre
Érablière Bernard – St-Alphonse-de-Granby |