JOURNAL DE LIAISON

VOL. 35 NUMÉRO 1 — DÉCEMBRE 2022

JOYEUX NOEL &
BONNE ANNÉE 2023

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE
SAINT-SIMÉON • PORT-DANIEL

www.cabst-simeon-port-daniel.com

TABLE DES MATIÈRES

DÉPÔT LÉGAL,
1er trimestre 1988
Bibliothèque Nationale du Québec

Pour nous rejoindre	**2**
Mot de votre présidente	**3**
Mot de la directrice	**4**
Les P'tits plats givrés	**5**
Association du Cancer de l'Est du Québec	**6**
Mot de l'adjointe administrative et responsable popote roulante	**7**
La Guignolée 2022	**7**
Mot d'Audrey-Noémie Loiselle, stagiaire	**8**
Le soutien aux proches aidants des aînés	**9**
Gestion responsable des bénévoles	**10**
Des nouvelles du P'tit Bonheur	**11**
Travailleuse de proximité pour aînés	**12**
Les anniversaires	**13**
Nos généreux commanditaires	**14**

POUR NOUS REJOINDRE

176, boul. Gérard-D.-Levesque Ouest
Paspébiac, Québec, G0C 2K0

418-752-5577

- **Réception, accompagnement-transport et autres services : Chantal poste 2**
- **Adjointe administrative et responsable popote roulante : Sylvia poste 3**
- **P'tit Bonheur : Céline poste 4**
- **P'tits Plats givrés : Diane poste 5**
- **Devenir bénévole ou responsable gestion des bénévoles : Diane poste 5**
- **Soutien aux proches aidants des aînés : Liza poste 6**
- **Travailleuse de proximité aînés Anakim 581-233-0866**
- **Directrice générale: Nathalie poste 7**

Pour assistance immédiate, faites le 0

N'hésitez pas à nous téléphoner, nous sommes là pour vous!

MOT DE VOTRE PRÉSIDENTE

Chère bénévole, cher bénévole

On parle du temps des fêtes, c'est bientôt Noël et encore une fois ça passe trop vite. J'espère que la magie de Noël va opérer cette année.

J'ai entendu d'un bénévole et je vous partage ses propos : *bien des fois, le contact humain que je peux avoir avec une personne lors de mes tâches bénévoles vaut bien plus que le montant que je pourrais leur donner et que je reçois.* Je trouvais cela représentatif des actions que nous pouvons faire et n'oublions jamais que nous, êtres humains, avons besoin de contact, de relation avec d'autres personnes.

Vous connaissez nos services (P'tit Bonheur, popotes roulantes, petits plats givrés, écoute téléphonique…) n'hésitez pas à téléphoner au Centre, les employés se feront un plaisir de voir avec vous quel petit plus, quel geste bénévole vous pouvez faire pour la période des fêtes.

Pourquoi on donnerait du temps : pour acquérir de l'expérience, pour découvrir, pour se sentir utile, pour partager connaissances, savoir-faire et savoir-être, pour faire de nouvelles rencontres, etc. Vous êtes les meilleurs ambassadeurs…parlez-en dans vos rassemblements…

J'aimerais tous vous remercier les bénévoles et les membres du CA (M. Roger, M. Raymond, Mme Diane, Mme Marie, Mme Andrée, Mme Nicole) mais je voudrais souligner le travail de l'équipe : Nathalie Bujold, Sylvia Lebrasseur, Chantal Poirier, Diane Horth, Céline Fourcaudot, Anakim Castilloux, Liza Garant, Tammy Chatterton, Rita H. Maldemay et Richard Desroches. Merci de faire la différence.

Je vous laisse avec cette citation :

"Le bonheur est un parfum qu'on ne peut répandre sur les autres sans que quelques gouttes ne rejaillissent sur soi-même" L'Abbé Brochu

Bon mois de décembre, prenez soin de vous et au plaisir.

Annie Léonard, présidente

MOT DE LA DIRECTRICE

Bonjour à vous toutes et tous,

Oui, oui, déjà décembre! Nous avons connu un automne assez chargé, le travail ne manque pas, et ce, pour toute l'équipe. L'arrivée de nouveaux membres dans l'équipe de travail nous amène de la nouveauté, des nouvelles idées, des nouvelles personnes qui viennent vers le Centre pour du support, de l'information et des services! Au cours de l'automne, nous avons eu le plaisir d'accueillir une stagiaire en technique de travail social, merci à Audrey-Noémie qui nous quitte bientôt, sans aucun doute une excellente future intervenante. Bon succès Audrey -Noémie!

Et oui, 5 décembre, journée internationale des bénévoles avec une thématique qui nous représente bien, qui représente bien les liens qui sont créés au quotidien par les bénévoles sur le terrain avec les personnes qui sont soutenues par les activités et services du Centre. Des liens qui peuvent faire une grande différence dans le quotidien des gens d'ici. Merci de votre engagement et des liens que vous tissez chaque jour!

Lorsque décembre est là, il y a cet élan de générosité qui est là, tous et toutes, nous pouvons faire notre petite part pour ceux et celles qui en ont besoin. Nous invitons donc toute la population à être solidaire. Nous vous invitons à la générosité pour la guignolée 2022 organisée par CASA, le Comité d'action sociale anglophone. Toutefois, comme le Collectif Aliment-Terre a déjà une plateforme virtuelle de collecte de dons, vous pouvez apporter vos dons au Collectif Aliment-Terre à Paspébiac ou faire votre don en ligne à l'adresse suivante : http://buff.ly/3thkSaf . Comme partenaire de cette édition 2022, je peux vous confirmer que les besoins sont aussi grands que par les années précédentes, donc merci de votre habituelle générosité!

Le Centre fermera ses bureaux pour la période des Fêtes, soit du 22 décembre à 16 h jusqu'au 4 janvier inclusivement, nous vous remercions pour votre précieuse compréhension!

Nous vous lançons un petit défi pour la période des fêtes, rendre visite à une personne dont vous savez qu'elle n'a peu ou pas de visite durant cette période de partage, vous verrez le bonheur que vous ferez, le plaisir que vous vivrez aussi!

Enfin, mes meilleurs vœux de Bonheur à chacun et chacune, je vous souhaite une année 2023 en santé avec des belles douceurs pour toute l'année! Un repos grandement mérité à toute l'équipe de travail, du plaisir avec vos proches!

Nathalie Bujold, directrice

P'TITS PLATS GIVRÉS

AU MENU :

♦ Poitrine de poulet	Lasagne	Boulettes italiennes
♦ Ragoût de boulettes	Filet de morue	Nouilles chinoises
♦ Macaroni à la viande gratiné	Pâté au saumon	Galettes de morue salée
♦ Jambon à l'ananas	Filet de porc	Pâté chinois
♦ Soupe légumes et bœuf	Soupe aux pois	Soupe orge et poulet

Ces P'tits plats sont sains, pratiques et économiques !

Bonjour à chacun de vous,

Les P'tits plats givrés sont sans aucun doute un service essentiel pour ceux qui y sont inscrits. Ce service s'adresse à beaucoup de personnes pour qui, se nourrir et avoir un menu équilibré serait plus difficile. La majorité des utilisateurs sont des aînés, mais d'autres personnes peuvent en bénéficier considérant leur état de santé, leur situation, une famille vivant une situation particulière ou toute autre situation, n'hésitez pas à nous appeler!

Se procurer des p'tits plats peut être aussi pour une demande occasionnelle pour ceux et celles qui vivent une situation qui est temporaire (convalescence, absence du proche aidant qui est à l'extérieur pour un certain temps).

En cuisine, nous sommes toujours actifs, une journée de cuisine est cédulée une à deux fois par semaine avec nos bénévoles. C'est un travail exigeant, mais tellement gratifiant, et je tiens à vous remercier chers bénévoles de votre implication!

Vous connaissez des personnes aînées qui vivent seules ou que leurs enfants vivent à l'extérieur de la région, un petit geste, un coup de fil peut faire la différence!

Un remerciement spécial à Audrey-Noémie Loiselle, stagiaire en travail social, avec qui j'ai apprécié travailler en collaboration dans différents dossiers. Bonne chance pour la suite de tes études!

En terminant, Joyeux Noël et Bonne Année, je vous souhaite à tous une année remplie de paix, et surtout, je vous souhaite la SANTÉ!

Diane Horth,
responsable des P'tits plats givrés

SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

Voulez-vous changer l'avenir du cancer?

Joignez-vous au comité organisateur bénévole du Relais pour la vie 2023 de la Baie-Des-Chaleurs et faites une différence!

Vous considérez-vous comme un leader?
Vous avez de l'expérience dans la logistique d'événements?
Vous avez des compétences en communication?
Savez-vous comment mobiliser votre communauté?

Contribuer à offrir une expérience extraordinaire à des centaines de participants.

Aidez à financer des projets de recherche novateurs sur le cancer et soutenir des programmes qui font une différence dans la vie des personnes touchées par le cancer.

<u>Postes à combler</u> :

- Directeur du Relais, Engagement communautaire
- Directeur du Relais, Logistique
- Responsable de la mobilisation des participants
- Responsable de l'expérience du jour de l'évènement
- Responsable du site
- Responsable de la mobilisation de l'entreprise
- Coordonnateur des aliments et des boissons
- Responsable des communications
- Coordonnateur des médias sociaux
- Coordonnateur de l'engagement de l'espoir
- Responsable de la sensibilisation communautaire
- Coordonnateur du divertissement
- Responsable bénévole
- Responsable de l'inscription et des finances

Votre soutien est PLUS GRAND que le cancer.

Faites une différence aujourd'hui.

James Antoine Lariviere (il/lui)
Coordonnateur du recrutement, expérience bénévole / Volunteer Experience, Recruitment Coordinator
Société canadienne du cancer / Canadian Cancer Society

Courriel/Email jamesantoine.lariviere@cancer.ca
Tél./Ph. (514) 357-5103 Ext : 22689
5151, boul. de l'Assomption
Montréal (Québec) H1T 4A9

ADJOINTE ADMINISTRATIVE
RESPONSABLE POPOTE ROULANTE

Noël nous réserve tous des surprises de toutes sortes: que ce soit des paroles douces, ou des amis à la porte;
une belle soirée tranquille, ou de beaux cadeaux utiles.

À vous tous chers(ères) bénévoles, bénéficiaires,
Meilleurs Voeux pour un Noël plein de joie
et de bonheur.

Que le bonheur soit avec vous pendant Noël
et pour toujours!

Sylvia Lebrasseur,
adjointe administrative et
responsable popote roulante

SOYONS

La Guignolée
Saint-Siméon
Port-Daniel

Jusqu'au le 15 décembre, la Guignolée 2022 se fera virtuellement - vous pouvez faire vos dons en ligne.

Vous pouvez aussi faire vos dons en chèque par la poste ou en argent comptant au Collectif Aliment-Terre.

8-A, Boul. Gérard-D-Levesque E. à Paspébiac

CASA · Collectif Aliment-Terre · Centre d'action bénévole Saint-Siméon • Port-Daniel · Family Ties

GÉNÉREUX

Pour faire votre don en ligne, voici le lien : **https://buff.ly/3thkSaf**

STAGIAIRE TRAVAIL SOCIAL

Bonjour à chacun de vous,

Mon premier stage en travail social se termine déjà dans peu de temps.

Quoi dire de mon stage au Centre d'action bénévole ? En un mot, ce stage a été pour moi enrichissant. En effet, il m'a apporté plusieurs choses qui seront bénéfiques pour ma future carrière dans le domaine social.

Premièrement, j'ai appris à connaître pendant mes rencontres avec des bénéficiaires des gens doux, gentils et avec de bonnes valeurs. Chaque échange que j'ai eu avec vous m'auront permis d'être une intervenante encore plus à l'écoute des autres.

Deuxièmement, j'ai appris à connaître des bénévoles. Des personnes avec un cœur immense qui m'ont accueillie pendant les cuisines des P'tits plats givrés en particulier. Avec vous, j'ai pu voir quelles sont les notions d'entraide et de solidarité. Merci pour votre implication, vous êtes tellement importants.

Troisièmement, je souhaite remercier toute l'équipe du Centre d'action bénévole Saint-Siméon/Port-Daniel de m'avoir si bien intégré à votre équipe de travail. Grâce à vous, j'ai pu vivre des expériences formidables comme le Forum de l'action bénévole à Carleton-sur-Mer, une visite en intégration sociale à Bonaventure et la friperie du P'tit Bonheur. Je garde une partie de chacune de vous, celles-ci m'aideront à forger la future travailleuse sociale en moi. Ce fut une très belle opportunité de faire mon stage chez vous.

Pour terminer, je souhaite remercier spécialement Diane Horth d'avoir accepté de me prendre sous son aile et d'être ma consultante de stage. J'ai pu travailler des côtés de ma personnalité et sortir de ma zone de confort grâce à toi. Merci de m'avoir donné cette opportunité et de m'avoir accompagnée, conseillée et écoutée tout au long de mon stage.

Merci à vous tous,
Au plaisir de se revoir dans le futur.

Audrey-Noémie Loiselle,
stagiaire, étudiante en 3e année en Techniques de travail social

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS
LES LUCIOLES

Appui
proches aidants

Bonjour à tous et toutes,

Le service Soutien aux proches aidants d'aînés, financé par l'Appui, progresse bien. Nous avons eu deux cafés-rencontres cet automne, plus une causerie à venir avec Georges-Michel Allard, infirmier, enseignant et proche aidant. Georges-Michel possède une vaste expérience dans le domaine de la santé et il va nous en parler et il répondra à nos questions. Cet événement est ouvert à la population. Suivez-nous sur Facebook ou sur notre site web pour connaître la date et l'heure.

Nos rencontres régulières sont très enrichissantes. Les proches aidantes y assistent selon leur disponibilité. Vous pouvez intégrer le groupe à n'importe quel moment. Nous offrons des heures de répit pour les personnes qui ne pourraient se libérer autrement.

En plus des cafés-rencontres réguliers, nous prévoyons diverses activités avec les thèmes suivants : Justice de proximité, Fin de vie, La sexualité chez les aînés, Relaxation et détente, Fiscalité et proches aidants. Les dates et les propos seront à confirmer au cours des prochains mois et il y en aura certainement d'autres sujets à venir selon les besoins des proches aidants.

Côtoyer les personnes proches aidantes, les écouter, les informer. Avoir des discussions enrichissantes avec le bagage unique et diversifiée qu'elles possèdent, est vraiment un privilège. Ne restons pas seuls peu importe la situation que nous vivons. Regroupons-nous. Soutenons-nous. Ensemble, nous sommes plus forts.

Joyeux temps des fêtes à toutes les personnes aidantes de leurs proches. Faire un repas, accompagner quelqu'un, rendre une visite, téléphoner pour prendre des nouvelles, faire l'épicerie, se rendre à la pharmacie, rentrer du bois…autant de gestes qui contribuent à rendre ce monde vivable. Mille mercis!

Liza Garant,
intervenante soutien aux proches aidants des aînés

LA GESTION RESPONSABLE DES BÉNÉVOLES

Bonjour à tous et toutes,

Étant nouvellement à ce poste, je peux vous dire qu'il est aussi important que les services offerts.

Effectivement, que pourrions-nous faire sans nos précieux bénévoles? Ce sont eux, avec qui nous pouvons assurer la continuité de nos services! Le recrutement de bénévoles est primordial!

Récemment, nous avons fait parvenir à nos bénévoles le renouvellement de l'engagement bénévole et les commentaires de nos membres sont unanimes :

« Nous voulons aider notre prochain »!

Voici quelques commentaires reçus :

« Je suis contente de faire partie de l'équipe! » S.P.

« Pendant + 22 ans, plus de 49 598 km, bien aimé ça! » E.B.

« Grâce à mon expérience au CAB avec l'accompagnement transport, j'ai connu le métier d'infirmier auxiliaire et je suis maintenant étudiant à temps plein. Je remercie le CAB pour cette belle expérience! » J.B.

Plusieurs postes bénévoles sont disponibles et sans doute pourraient vous intéresser! Vous avez quelques heures de votre précieux temps à donner, que ce soit de façon sporadique ou régulière, communiquez avec nous!

Chers précieux bénévoles, j'en profite pour vous remercier tous et chacun de faire la différence pour ceux et celles qui en ont besoin! Merci d'être là!

Je vous souhaite de passer un bon temps des fêtes auprès de vos proches!
Joyeux Noël et bonne année à vous tous !

Joyeux Noël

Diane Horth,
intervenante gestion responsable des bénévoles

DES NOUVELLES DU P'TIT BONHEUR

Bonjour à vous toutes et tous,

Nous sommes déjà rendus à la fin de l'automne et bientôt la saison froide prendra place en s'installant avec son beau tapis blanc au grand plaisir des amateurs de sports d'hiver et des petits enfants. Depuis mon arrivée, j'ai tranquillement pris les rênes du P'tit Bonheur à mon grand plaisir et je continuerai de donner le meilleur de moi-même, et ce pour aider et soutenir le plus grand nombre de familles.

En octobre, nous avons organisé avec l'aide de précieux bénévoles, une Friperie des Tout-Petits, ce fut un très grand succès. Nous avons réussi à rejoindre 15 familles (28 enfants) et 2 organismes de la communauté. À mon avis, mission accomplie !! Aussi, nous allons refaire une autre friperie au début décembre étant donné le besoin très présent. Dans le cadre de l'Halloween, nous avons fait comme par le passé, une distribution de friandises aux domiciles de chaque enfant, encore là, ce fut une très belle expérience autant pour nous, que pour les petits. Maintenant nous entamons les préparations pour les activités des fêtes qui approchent à grands pas.

Je ne peux passer sous silence le magnifique travail d'une tricoteuse bénévole qui est venue nous porter de magnifiques trésors. J'invite donc, s'il y a d'autres doigts de fée qui aimeraient nous tricoter des belles pantoufles pour garder les petits pieds au chaud, vous êtes les bienvenues nous vous offrirons la laine avec grand plaisir.

Tous nos services sont disponibles, nous continuons de répondre aux besoins des familles de façon constante et ponctuelle.

Je tiens à remercier profondément chacun des bénévoles, car sans eux tout ça ne serait pas possible et aussi beau.

Je souhaite un très beau temps des fêtes à vous tous et toutes, que cette nouvelle année vous apporte santé, joie, bonheur et prospérité. Profitez de cette période pour vous rapprocher de ceux que vous aimez.

Céline Fourcaudot,
intervenante et accompagnatrice

TRAVAILLEUSE DE PROXIMITÉ POUR AÎNÉS

JE M'ENGAGE À :

Vous écouter face aux enjeux de la vie quotidienne

Vous accompagner dans vos démarches et **vous référer** aux ressources ou organismes qui vous conviennent

Vous encourager à trouver des solutions visant à améliorer votre qualité de vie

Vous prévenir des abus ou mauvais traitements

Vous supporter et vous soutenir dans vos projets et vos décisions

Vous visiter dans le confort de votre demeure

ANAKIM CASTILLOUX
581-233-0866

C'est un privilège d'avoir un projet dédié aux aînés dans la communauté et c'est un réel que travailleuse de milieu, serait de faire connaître le plaisir pour moi d'en faire partie. Ma mission première, en tant travail de proximité par la communauté et ainsi le rendre accessible à tous les ainés vulnérables du territoire. Depuis mon entrée en poste à la mi-octobre, j'ai eu la chance de visiter plus de 20 foyers et d'entrer en contact avec des gens aussi touchants qu'impressionnants, c'est ce qui me plaît et me motive à cheminer. Dans les semaines à venir, vous risquez de me voir en entrevue sur Télévag, au Club des 50 ans et plus de St-Elzéar, au Centre d'action bénévole de Saint-Siméon/ Port-Daniel ou dans le confort de votre foyer. À vous de choisir !

LES ANNIVERSAIRES

JANVIER

Arsenault, Marie	01
Larocque, Gabrielle	03
Cloutier, Nancy	03
Delarosbil, Gaétan	03
Whittom, Lina	06
Dallaire, Michelle	17
Desroches, Dolorès	21
Bujold, Diane	21
Fortin, Lynn	21
Arsenault, Alice	27
Noël, Loretta	28

FÉVRIER

Anez, Gina	01
Maldemay, Rita H.	03
Arsenault, Claire	05
Roussy, Simon	09
Delarosbil, Marjolaine	09
Delarosbil, Cindy	11
Royal, David	12
Babin, Céline	15
Lévesque, Marthe	16
Pouliot, Nathalie	18
Arsenault, Julie	18
Gauthier, Micheline	21
Proulx, Nicole	22
Poirier, Suzette	23
Tanguay, Sandra	23
Lapointe, Tracy	24
Henry, Nicole	24

MARS

Bélanger, Murielle	01
Appleby, Lorraine	02
Fulham, Fernande	02
Blanchet, Gérald	05
Bujold, Thérèse	12
Arsenault, Juliette	12
Moreau, Vilmont	18
Parisé, Pierrette	19
Larocque, Gabrielle W.	21
Charron, Daniel	22
Langlois, Marie-Claire	24
Allain, Lise	26
Delarosbil, Christiane	28
Delarosbil, Roméo	29

AVRIL

Horth, Lyne	01
Collette, Richard	02
Mackenzie, Lally	04
Lelièvre, Colette	04
Joseph, Léonie	05
Aubut, Conrad	07
Babin, Monette	07
Roussy, Johanne	08
Blais, Paule	10
Briggs, Bethany	11
Cavanagh, Firmin	16
Delarosbil, Gisèle	17
Arsenault, Charles-Omer	17
Chatterton, Louella	21
Cayouette, Marie-Rose	22
Babin, Paul	28
Corbet, Normande	30

La petite pensée…

Que votre Noël soit habillé de lumières, d'amour et d'amitié …

Joyeuses Fêtes !

Au cœur de sa communauté!

LES COMMANDITAIRES

Municipalité de New Carlisle

138, boul. Gérard-D.-Levesque,
C.P. 40
New Carlisle (Qc) G0C 1Z0

Tél.: 418 752-3141

Pharmacie Denis Babin
86, boul. Gérard-D.-Levesque Ouest
Paspébiac (Qc) G0C 2K0

Tél.: 418-752-6635

MEUBLES ASSELS
UNE HISTOIRE DE FAMILLE DEPUIS 1948

Marc Assels, propriétaire
395, route Bellevue
Port-Daniel (Qc) G0C 2N0

Tél.: 418-396-2866

VILLE DE Paspébiac

5, boul. Gérard-D.-Levesque Est
Paspébiac (Qc) G0C 2K0

Tél.: 418-752-2277

Municipalité de Saint-Siméon

300, rue Alexis-Poirier
Saint-Siméon (Qc) G0C 3A0

Tél.: 418-534-2155
Téléc. : 418-534-3830

HYUNDAI GASPÉSIE HYUNDAI

À votre service depuis plus de 30 ans...

339, avenue Port-Royal
Bonaventure (Qc) G0C 1E0

Tél.: 418-534-2191

RESTAURANT
La Maison du M' Burger

124, boul. Gérard-D.-Levesque Ouest
Paspébiac (Qc) G0C 2K0

Tél.: 418-752-6121

www.cabst-simeon-port-daniel.com