

JOURNAL DE LIAISON

VOL. 36 NUMÉRO 1 — DÉCEMBRE 2023



**CENTRE D'ACTION
BÉNÉVOLE**
SAINT-SIMÉON ♦ PORT-DANIEL



TABLE DES MATIÈRES

Pourquoi faire un don ?	2
Mot de votre président	3
Mot de la directrice	4
Journée internationale des bénévoles	5
Guignolée 2023	6
Sécuricab	6
Les P'tits plats givrés	7
Des nouvelles du P'tit Bonheur	8
Crédit d'impôt et informations proche aidant	9
Nos besoins en bénévoles	10
Bonabus	10
Les anniversaires	11
Nos généreux commanditaires	12

POURQUOI FAIRE UN DON ?



En faisant un don à votre Centre d'action bénévole Saint-Siméon/Port-Daniel, vous soutenez différents services dans la communauté, vous soutenez votre centre dans sa mission.

Par exemple, chaque année nous sommes à la recherche de financement pour le fonds de dépannage du P'tit Bonheur, dépannage alimentaire, produits d'hygiène pour les jeunes enfants, chaque année c'est près de 3000\$ qui doivent être recueillis pour soutenir les familles d'ici.

Un autre projet qui nous tient à cœur et pour lequel nous devons trouver des fonds supplémentaires, les P'tits plats givrés, les aliments sont plus coûteux, nous tentons de maintenir un coût accessible pour les personnes qui ont besoin de ce service, tout un défi par moment.

Vous souhaitez soutenir votre centre d'action bénévole, vous pouvez faire votre don en ligne à l'adresse suivante : <https://www.cabst-simeon-port-daniel.com/donner>

Votre reçu pour fin d'impôt vous sera acheminé dès votre don fait. Vous pouvez aussi passer nous voir pour faire votre don, il nous fera plaisir de vous faire faire le tour de la place pour mieux connaître nos différents services et activités.

Faire un don à votre Centre d'action bénévole, c'est soutenir les gens d'ici !

MOT DE VOTRE PRÉSIDENT



Bientôt Noël sera là avec nous. Les familles, les amis, les connaissances, enfin tous, nous serons à préparer cet événement si grand que presque tous les peuples le soulignent.

Cette période de l'année qui rassemble les personnes de toutes les origines nous apporte à tous, je crois, un vent d'amour, de générosité et de partage.

Préparons-nous pour être fin prêt à donner, à échanger et à partager avec les nôtres et aussi avec les plus démunis.

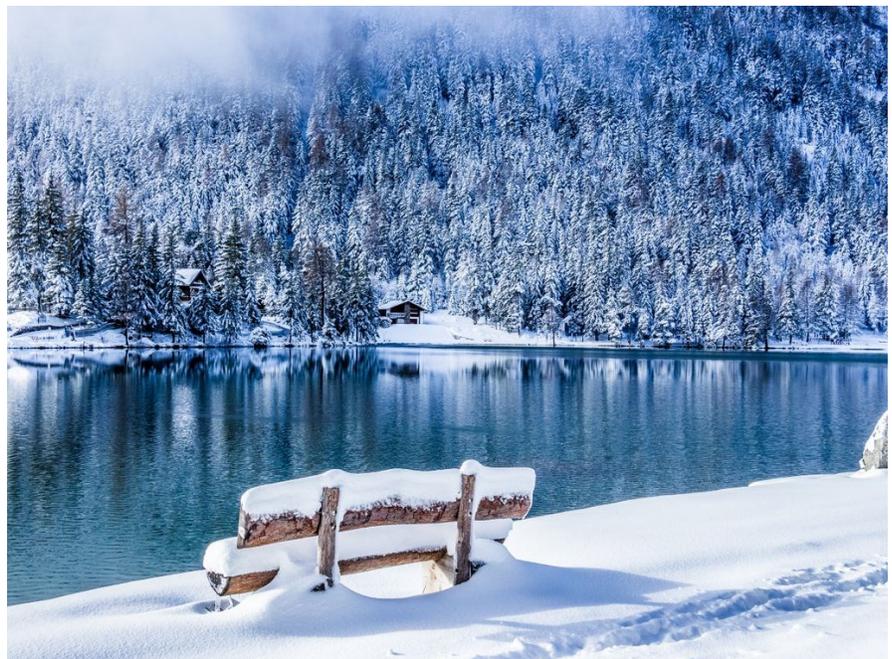
Regardons autour de nous, nous découvrirons que nous pouvons aider, aimer et partager nos richesses humaines avec d'autres personnes, nos valeurs, nos savoirs et bien plus encore.

N'oublions pas que les biens matériels, même s'ils sont utiles et ont de la valeur, ne dépassent pas la qualité de l'être humain qui vaut beaucoup plus que tous les trésors de ce monde.

Soyons réceptifs, soyons généreux, soyons attentifs et ouverts aux autres. Continuons nos actions bénévoles avec amour et générosité pour que tous et toutes puissent en bénéficier au maximum.

Je vous souhaite à chacun et chacune un joyeux Noël plein d'amour, de sérénité et de paix.

Raymond Marcoux



MOT DE LA DIRECTRICE



Décembre est là, tous et toutes dans les préparatifs du temps des Fêtes.

Temps de l'année assez occupé où toutefois vous trouvez un moment pour bénévoler malgré toutes vos occupations et nous vous en sommes reconnaissants.

Un automne comme à l'habitude où nous avons participé à des concertations avec le milieu, belle rencontre du regroupement des centres d'action bénévole, des échanges qui nous permettent d'aller de l'avant, des partages d'idées et de connaissances.

Le 5 décembre, c'est la Journée internationale des bénévoles, journée de célébration à votre intention, ayant pour thème : **ENSEMBLE, faire une vraie différence**. Déjà vous devriez avoir reçu votre invitation pour un déjeuner que nous souhaitons amical et tout en partage. Nous espérons vous y voir, important de faire votre réservation au 418 752-5577 poste 2. Quelques tirages auront aussi lieu au cours de la journée parmi tous les bénévoles actifs au sein de notre organisme. Nous en profitons pour remercier madame Catherine Blouin, députée de Bonaventure, pour son soutien financier pour la réalisation de cette journée !

Le 7 décembre, c'est la **guignolée des médias** ! Sur notre territoire, la guignolée orchestrée par CASA, en partenariat avec le Collectif Aliment-Terre, Family Ties et le Centre d'action bénévole, sera présente à quelques endroits pour vous solliciter.

Nous vous invitons à la générosité, à être solidaires avec les personnes qui vivent des situations plus difficiles. **Se nourrir adéquatement ne devrait pas être un luxe et pourtant, ça semble l'être devenu, malheureusement .**

Pour la période des fêtes, le Centre d'action bénévole fermera ses bureaux le 22 décembre à 16 heures, l'équipe sera de retour le jeudi 4 janvier 2024 dès 8h pour reprendre les activités et services. Nous vous remercions de votre compréhension.

Enfin, je profite de ce journal pour vous souhaiter à tous et à toutes un heureux temps des Fêtes avec vos proches et amis, surtout des moments de plaisir, entourés des personnes qui vous apportent de la joie, des personnes avec qui votre bonheur est facile !

Une année 2024 en santé et en douceur à chacun et chacune !



Nathalie Bujold

JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES



Cette année, c'est sous le thème :

ENSEMBLE, faire une vraie différence que le RABQ (Réseau de l'action bénévole du Québec) souhaite souligner la Journée Internationale des Bénévoles qui se tiendra le 5 décembre 2023.

Le RABQ a mis en place, un bon nombre d'initiatives pour souligner cette journée. Parmi ces initiatives, nous pouvons citer celle-ci :



Québec

ILLUMINATION DES MUNICIPALITÉS DU QUÉBEC



En collaboration avec l'Union des Municipalités du Québec (UMQ), les Hôtels de ville du Québec seront illuminés aux couleurs du RABQ soit le vert, bleu et blanc le 5 décembre à compter de 19h30. La Tour du Stade Olympique ainsi que les Chutes Niagara s'illumineront également.

Prenez un moment pour remercier les bénévoles autour de vous, grâce à eux, votre Centre d'action bénévole St-Siméon/Port-Daniel vous offre bons nombres de services, mais ces gens de cœur sont impliqués un peu partout dans la communauté. Vous en trouverez dans les marchés aux puces, les bibliothèques, les organismes communautaires et les clubs sociaux, auprès des enfants et des aînés, partout ces humains de qualité sont là pour aider leurs prochains.

Merci à tous ces hommes et ces femmes qui font une différence dans notre quotidien !



GUIGNOLÉE 2023



Guignolée 2023



JOUR DE COLLECTE EN PERSONNE
7 DÉCEMBRE 2023
IGA PASPÉBIAC
IRVING BONAVENTURE
ESSO PORT-DANIEL



SÉCURICAB

SécuriCAB est un service gratuit d'appels automatisés offert par le Centre d'Action Bénévole (CAB) St-Siméon/Port-Daniel. Ce service a pour but d'assurer la sécurité des aînés autonomes et des personnes vivant seules et de procurer un sentiment de tranquillité d'esprit aux membres de la famille et aux proches aidants. Pour ce faire, le bénéficiaire recevra un appel automatisé qu'il devra répondre, et ce, à des heures prédéterminées.

Pour plus d'informations

Communiquez avec la responsable attitrée (Mme Julie Huard) au numéro de téléphone suivant : 418-752-5577 poste 2 ou visitez le site Web du Centre d'Action Bénévole : <https://www.cabst-simeon-port-daniel.com/services>

Jean-Simon Barrette, stagiaire en pharmacie



LES P'TITS PLATS GIVRÉS



Les p'tits plats givrés, encore méconnus pour certains dans notre communauté, sont un service du Centre d'action bénévole pourtant si populaires pour ceux qui utilisent le service.

Les P'tits plats givrés sont appréciés de la clientèle, mais aussi des proches aidants qui les soutiennent. En octobre dernier, lors de la rencontre de Cap aux Aînés, je suis allée faire une petite dégustation de plats. Beaucoup de gens présents ne connaissaient pas ce service, c'est pourquoi nous continuons toujours d'en parler pour rejoindre le plus de gens.

Je travaille en collaboration avec notre cuisinière ainsi que des bénévoles, qui à tour de rôle viennent donner de leur temps en cuisine. J'en profite pour remercier l'équipe de bénévoles en cuisine, ainsi que les bénévoles attirés à la livraison, vous êtes indispensables ! Ces plats cuisinés directement dans notre cuisine et aussitôt mit à la congélation sont synonyme de fraîcheur.

Les plats se vendent à 5.00\$ et les soupes à 1.50\$, ce sont des repas santé et équilibrés, ils sont peu coûteux et abordables pour les personnes en situation de vulnérabilité. Les gens viennent se les procurer au Cab et/ou choisissent la livraison aux deux semaines. Une façon de maintenir et de soutenir ces gens dans leur quotidien.



Comme le temps des festivités approche, n'oublions pas ces individus qui sont isolés ou vivent seuls, qui pour plusieurs, leur famille demeure à l'extérieur de la région. Un coup de fil peut faire la différence, un sourire, une visite ! Tendre la main au prochain, quelle richesse !

Je vous souhaite à tous et toutes un beau temps des fêtes !

Joyeux Noël et Bonne année !

Diane Horth,
Responsable des P'tits plats givrés



DES NOUVELLES DU P'TIT BONHEUR



La principale raison d'être du P'tit Bonheur est de permettre aux parents de vivre leur expérience de parentalité de façon naturelle et harmonieuse tout en conservant un bon état de santé physique et mentale.

Clientèle visée

Familles d'enfants de 0 à 6 ans entre Saint-Siméon à Port-Daniel.



Qui sont les gens qui fréquentent le P'tit Bonheur ?

- ♥ Une maman enceinte ou qui vient d'accoucher;
- ♥ Des parents qui manquent de sommeil, parce que bébé a décidé de les garder réveillés ou qu'il fait une otite;
- ♥ Un papa qui supporte sa conjointe du mieux qu'il peut, parce c'est leur premier enfant;
- ♥ Une famille de 3 enfants, qui doit se procurer 3 habits de neige, 3 paires de mitaines, 3 paires de bottes, etc.
- ♥ Toutes les réponses sont bonnes.

Quand peuvent-ils se prévaloir des services du P'tit bonheur ?

- ♥ Quand ça prend 20 \$ pour acheter du lait et du pain alors que son salaire est 15.25\$ de l'heure;
- ♥ Quand le chômage est en retard à cause d'une question administrative;
- ♥ Quand maman ne se souvient plus quand est-ce qu'elle a eu un moment pour relaxer dans son bain;
- ♥ Quand ton divan est devenu l'endroit où tu déposes les vêtements sortis de la sècheuse depuis quelques jours;
- ♥ Quand tu envies la fatigue des gens qui se disent fatigués, alors qu'ils n'ont pas d'enfants;
- ♥ Quand des parents se sentent isolés, parce que leurs familles habitent à 3 heures de route.
- ♥ Quand tu en ressens le besoin. N'attends pas trop.



Bref, les exemples sont infinis. Maintenant, tu n'as plus de raison de te priver des services du P'tit Bonheur.

Savais-tu qu'une coquille (siège d'auto) pour bébé jusqu'à 20 livres coûte entre 100\$ et 400\$? Au P'tit Bonheur, il est possible d'en faire la location à petit prix \$. Il y a aussi bien d'autres équipements en location. Les services sont gratuits. 😊

Pauline Landry,
Intervenante et accompagnatrice

418-752-5577 poste 4

CRÉDIT D'IMPÔT ET INFORMATIONS PROCHE AIDANT



Saviez-vous que vous pouviez avoir un crédit d'impôt si vous prenez soin d'une personne âgée de 70 ans et plus, qui n'a aucune déficience ou handicap et qui n'est pas votre conjoint ou votre conjointe ?

Vous pourriez avoir droit à un crédit d'impôt de 1 299 \$ si les conditions suivantes sont remplies :

- ⇒ Vous avez cohabité avec une personne (autre que votre conjoint) qui est âgée de 70 ans ou plus et qui n'a aucune déficience;
- ⇒ La cohabitation a eu lieu dans une habitation dont vous ou la personne aidée (ou votre conjoint ou le conjoint de la personne aidée, s'il habitait avec vous) étiez propriétaires, copropriétaires, locataires, colocataires ou sous-locataires;
- ⇒ La période de cohabitation a duré au moins 365 jours consécutifs, dont au moins 183 jours pendant l'année 2022;
- ⇒ La personne aidée a résidé au Canada tout au long de la période de cohabitation.

Pensez à le mentionner à la personne qui fera vos impôts. Pour plus d'information, voici le lien sur internet :

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/personne-aidant-un-proche-age-de-70-ans-ou-plus/>

Si vous prenez soin d'un proche et que vous êtes en emploi, cet engagement a fort probablement des impacts sur votre vie professionnelle et personnelle. Pour en savoir plus sur les mesures de conciliation et les prestations disponibles, visitez le site www.procheaidancetravail.ca

Les employeurs peuvent également recevoir plein d'informations intéressantes sur ce site, car saviez-vous que ...

- ⇒ 1 employéE sur 3 est proche aidantE;
- ⇒ 1 employéE sur 2 s'absente en moyenne 8 à 9 jours par année pour prendre soin d'un proche;
- ⇒ 56% des personnes proches aidantes sont sur le marché du travail;
- ⇒ Vous pouvez demander à la personne proche aidante employée une attestation de sa situation de proche aidant signée par un professionnel de la santé ou des services sociaux.

Source : www.procheaidance.quebec et www.revenuquebec.ca

NOS BESOINS EN BÉNÉVOLES



Cet automne, nous avons accueilli de nouveaux bénévoles. Leur but, aider les personnes qui en ont besoin. Quel beau geste !

Nous avons toujours un grand besoin de bénévoles en accompagnement-transport médical sur l'ensemble du territoire, particulièrement dans les municipalités de Bonaventure, New Carlisle, St-Godefroi et Port-Daniel ! Pour faire partie du service bénévole en accompagnement, vous devez fournir votre dossier de conduite et une vérification des antécédents judiciaires sera faite.

À noter que nous remboursons à kilométrage fixe d'une municipalité à une autre, à 0,52\$ du kilomètre.

Le 5 décembre prochain se tiendra la journée internationale des bénévoles ! Je profite de cette opportunité pour vous remercier tous et chacun de votre implication, milles mercis ! Une journée spéciale juste pour vous, qui vous est dédiée. On ne vous le dira jamais assez, vous êtes très importants et appréciés !

Le 6 décembre prochain, je serai présente à la foire des bénévoles qui se déroulera au Campus de Carleton-sur-Mer du Cégep de la Gaspésie et des Îles. Nous présenterons les différents postes bénévoles que nous offrons et qui sait, peut-être pourrions-nous recruter ces jeunes étudiants et leur donner le goût d'être un bénévole sur notre territoire ?

Je finirai par vous dire combien notre équipe de travail apprécie vous voir vous impliquer dans nos différents services et de constater que vous aimez ce que vous faites !

Joyeux Noël et Bonne Année !
De la SANTÉ !

Diane Horth,
Gestion responsable des bénévoles

BONABUS

De nouvelles options pour vos déplacements sociaux dans la MRC de Bonaventure !

La RÉGÎM et la MRC de Bonaventure collaborent sur un nouveau projet pilote sur le territoire de la MRC. Ce projet vise à développer une offre de transport permettant la participation aux services, aux formations et aux activités, notamment pour les résidents de la MRC qui ont moins d'accès au transport collectif.

Donnez-nous votre opinion !

Nous planifions les prochains voyages, mais nous avons besoin de votre aide ! Remplissez notre sondage anonyme et dites-nous : où voudriez-vous aller, et quand ? Voici le lien internet pour donner votre opinion : <https://regim.info/bonabus/>



LES ANNIVERSAIRES



JANVIER

Arsenault, Marie	01
Delarosbil, Gaétan	03
Whittom, Lina	06
Desroches, Dolorès	21
Bujold, Diane	21
Fortin, Lynn	21
Arsenault, Alice	27
Noël, Loretta	28

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
Marsh, Roger	22
Langlois, Marie-Claire	24
Allain, Lise	26
Delarosbil, Christiane	28
Delarosbil, Roméo	29

AVRIL

Horth, Lyne	01
Lelièvre, Colette	04
Joseph, Léonie	05
Aubut, Conrad	07
Babin, Monette	07
Roussy, Johanne	08
Blais, Paule	10
Briggs, Bethany	11
Delarosbil, Gisèle	17
Arsenault, Charles-Omer	17
Chatterton, Louella	21
Cayouette, Marie-Rose	22
Bigaouette, Elsa	25
Babin, Paul	28
Corbet, Normande	30

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

*Joyeux Noël et
Bonne Année 2024
Paix, Joie et Santé...*



LES COMMANDITAIRES



Municipalité de New Carlisle
138, Boul. Gérard-D-Levesque
New Carlisle (Qc) G0C 1Z0
Tél. : 418 752-3141



5, boul. Gérard-D.-Levesque Est
Paspébiac (Qc) G0C 2K0
Tél.: 418-752-2277
Télé. : 418-752-6566

RESTAURANT

La Maison du M' Burger

124, boul. Gérard-D.-Levesque Ouest
Paspébiac (Qc) G0C 2K0
Tél.: 418-752-6121



Marc Assels, propriétaire
395, route Bellevue
Port-Daniel (Qc) G0C 2N0
Tél.: 418-396-2866



À votre service depuis plus de 30 ans...

339, avenue Port-Royal
Bonaventure (Qc) G0C 1E0
Tél.: 418-534-2191



300, rue Alexis-Poirier
Saint-Siméon (Qc) G0C 3A0
Tél.: 418-534-2155
Télé. : 418-534-3830



Pharmacie Marc-Étienne Babin
86, boul. Gérard-D.-Levesque Ouest
Paspébiac (Qc) G0C 2K0
Tél.: 418-752-6635

