

JOURNAL DE LIAISON

VOL. 33 NUMÉRO 3 — SEPTEMBRE 2021

*Merci de bénévoles ici,
pour les gens d'ici!*



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



TABLE DES MATIÈRES

DÉPÔT LÉGAL,
1^{er} trimestre 1988

Bibliothèque Nationale du Québec

Le salon du livre de Bonaventure	2
Mot de votre présidente	3
Mot de la directrice	4
Le conseil d'administration vous informe	5
Merci Rita!	6
L'accompagnement en soins palliatifs et de fin de vie	7
La gestion responsable des bénévoles	8
Nouvelles du P'tit bonheur	9
Les P'tits plats givrés	10
Lignes d'écoute	10
Les anniversaires	11
Nos généreux commanditaires	12

LE SALON DU LIVRE DE BONAVENTURE



Envie de faire partie d'une équipe dynamique et passionnée ? Envie de vous impliquer dans un événement festif ? Envie de contribuer au succès du Salon du livre ? L'équipe du Salon du livre a besoin de vous!

Voici les postes à combler :

Recouvrement de la surface glacée : installer et enlever le matériel de recouvrement de la surface glacée, deux jours avant et après le Salon.

Transport : transport des autrices et auteurs dans les résidences pour personnes âgées, au centre récréatif, à l'aéroport, etc. Effectuer le transport de nourriture, de matériel promotionnel, etc. Vous devez posséder votre véhicule et un permis de conduire valide, des frais de kilométrage seront remboursés.

Accueil : accueillir le public à l'entrée du Salon du livre de Bonaventure.

Salle des artistes et des bénévoles : assurer la propreté de la salle de repos des artistes et des bénévoles. Servir les cafés et autres breuvages. Offrir des breuvages aux autrices et auteurs.

Sécurité : inviter les gens à respecter la distanciation physique et à suivre l'ordre de parcours proposé.

Technique : soutien aux techniciens(nes) de son, aider au branchement des ordinateurs, des projecteurs, etc.

Logistique : contribuer au montage et démontage, transport du matériel, aider à l'aménagement du Salon, entretien des lieux, etc.

Pour vous impliquer vous pouvez contacter **Véronique Beauchamp**, coordonnatrice, au : **514 942-3172** ou salondulivrebonaventure@outlook.com
Ou remplissez simplement le formulaire : <https://forms.gle/6Lf1BuKgL6ujWgnD8>

MOT DE VOTRE PRÉSIDENTE



Allo,

La rédaction de la page du journal est toujours stimulante pour moi. Je n'ai jamais eu une facilité dans l'écriture et la composition, mais il faut dire que j'aime me mettre au défi.

En parlant de défi, on peut dire qu'on en relève tous les jours, dans la situation que nous vivons. Mais l'automne arrive et c'est ma saison préférée. La nature change et c'est tellement agréable de voir les couleurs, les levers et les couchers de soleil, la lumière de celui-ci. Il y a encore de belles journées à venir, profitons-en, prenons des photos.

En parlant de photo : je vous demanderais, lorsque vous accomplissez une action bénévole, faites-vous prendre en photo et envoyez-les-nous. C'est toujours un plaisir de vous voir et d'avoir du visuel à montrer. Il faut partager comment vous êtes génial et que c'est gratifiant de faire du bénévolat, autant pour le bénévole que pour la personne qui est supportée. Quand les deux sont d'accord pour prendre une photo et la diffuser, bien sûr.

Merci beaucoup de votre temps.

Avez-vous remarqué notre belle enseigne ? Je ne vous cache pas que les procédures, les étapes ont été ardues, mais nous sommes vraiment fiers du résultat. Venez la voir, ça vaut le détour. Nous continuons d'avoir des projets, des idées pour soutenir nos gens dans les communautés.

Je vous mentionne comme à l'habitude les membres du conseil d'administration, mes collègues :

Madame Marie Arsenault : vice-présidente
Madame Andrée Lepage : secrétaire et trésorière
Madame Diane Horth : administratrice
Madame Nicole Henry : administratrice
Monsieur Raymond Marcoux : administrateur

Profitez du moment présent, on se voit bientôt.
Je l'espère !

Annie Léonard,
Présidente

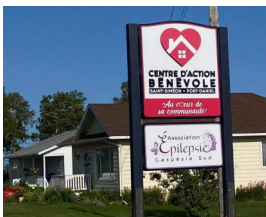


MOT DE LA DIRECTRICE



Bonjour à vous toutes et tous,

Gâtés, nous avons été avec cet été ensoleillé ! Malgré le beau temps, le Centre n'a pas beaucoup diminué son rythme de travail avec du personnel en moins, l'équipe a tenu le coup afin de continuer de répondre aux besoins du milieu. Présentement, un dossier sur lequel nous travaillons, c'est la relance de la popote roulante dans quatre municipalités, le traitement des repas demeure un grand défi, mais nous travaillons à trouver des solutions. Toutefois, bonne nouvelle, le financement des P'tits plats givrés a été reconduit jusqu'en mars 2023, grâce au plan de communauté de la MRC Bonaventure, nous en sommes très heureux, car c'est un service qui a fait ses preuves et qui répond à un réel besoin des personnes.



Un dossier qui a connu un heureux dénouement au cours des derniers mois, c'est l'enseigne extérieure, vraiment nous en sommes fiers et surtout nous sommes contents du retour de notre visibilité sur le boulevard Gérard -D.-Levesque. Ce projet a été financé à un peu plus de 50% par le Fonds Région et Ruralité de la MRC Bonaventure, merci de votre fidèle collaboration!

Départ à la retraite de notre collègue de travail des 30 dernières années, Rita H. Maldemay! Oui tout près de 30 ans à travailler ensemble toujours dans un même but, une même volonté d'aider et de soutenir les plus vulnérables. Merci chère collègue et amie pour tout ce que tu nous as apporté, sagesse, amitié et générosité! Que te souhaiter de mieux que la santé pour pouvoir réaliser pleins de beaux petits et grands projets, de profiter pleinement de ce temps enfin pour toi.

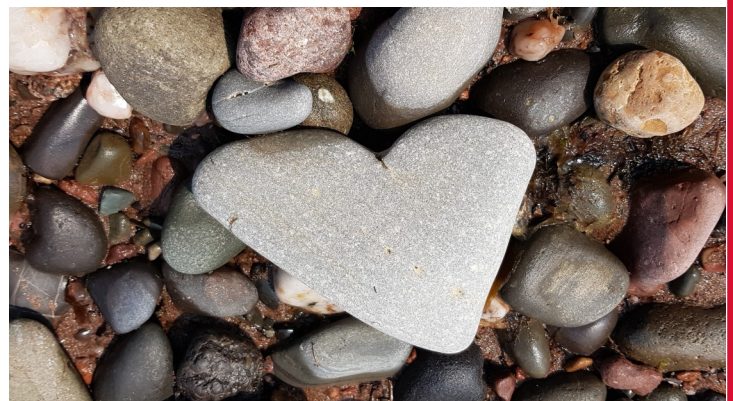


Je profite de ce journal pour souhaiter la bienvenue à Marylène Grenier qui assure le poste de responsable de l'accueil des services depuis le 13 septembre dernier. Bienvenue aussi à Marie -Paule Allain Castilloux qui est des nôtres depuis le 20 septembre dernier comme intervenante et accompagnatrice au P'tit Bonheur.

Je vous invite à demeurer prudents dans vos actions bénévoles, à continuer de vous protéger et de protéger les personnes que vous aidez, nous avons tous et toutes très hâte de revenir à la normale, mais il faut continuer de respecter les règles sanitaires. Je sais que ce n'est pas toujours évident et je vous suis très reconnaissante cher(ère) bénévole!

Enfin, je vous souhaite à tous et à toutes un bel automne!

Nathalie Bujold,
directrice



LE CONSEIL D'ADMINISTRATION VOUS INFORME



Assemblée générale annuelle : Votre Centre d'action bénévole n'a pas tenu d'assemblée générale annuelle, nous venions à peine de réaliser la précédente quelques mois plus tôt. Les membres du conseil d'administration actuel ont accepté de poursuivre jusqu'en juin 2022. Lors de la prochaine assemblée générale annuelle, le rapport d'activités et le rapport de l'auditeur vous seront déposés avec présentation.

Rapport d'activités 2020-2021 :

Comme bénévoles membres de votre Centre d'action bénévole, le rapport d'activités vous a été acheminé, comme vous pourrez le constater lors de sa lecture, l'année 2020-2021 a été une année fort occupée, remplie de beaux et grands défis dans ce contexte de la pandémie.

Bienvenue aux nouveaux bénévoles :

Bienvenue à monsieur Gaétan Delarosbil de Port-Daniel et madame Angela Aspirot de Paspébiac au sein de notre précieuse équipe de bénévoles. Toutefois depuis avril dernier, plusieurs nouveaux bénévoles se sont joints à cette belle famille du Centre d'action bénévole de façon ponctuelle et nous tenons à les remercier, vos actions sont précieuses et appréciées.

Félicitations aux bénévoles du mois :

Avril 2021	Daniel Charron, Saint-Siméon	Marthe Lévesque, Bonaventure
Mai 2021	Gilles Roy, Saint-Siméon	Andréa Langlois, Port-Daniel
Juin 2021	Clément Coulombe, Paspébiac	Dominique Lavoie, Paspébiac
Juillet 2021	Robert McInnis, Port-Daniel	Pauline Poirier, Bonaventure
Août 2021	Patrick Smith, New Carlisle	Thérèse Bujold, Bonaventure
Septembre 2021	Gérald Gagnon, Paspébiac	Rachel Thibault, Bonaventure

Nos plus sincères félicitations à chacun et chacune d'entre vous, merci de votre engagement bénévole !

Congé de l'Action de grâce : Le 11 octobre prochain, votre Centre d'action bénévole sera fermé pour le congé de l'Action de grâce, nous souhaitons un bon congé à toute l'équipe de travail ainsi qu'à tous ceux et celles qui seront en congé.

Enfin, nous vous souhaitons à tous et à toutes un bel automne, un automne rempli de soleil et de beaux moments avec vos proches. Nous vous invitons à demeurer prudents, car nous devons continuer de nous protéger malgré tout.



**Annie, Marie, Andrée
Diane, Nicole & Raymond**

Merci Rita!



Rita H. Maldemay, cette femme de cœur est arrivée au Centre par le biais d'un stage comme préposée à l'accueil en 1991, 30 ans plus tard, elle prend le chemin de la retraite, retraite des plus méritée!

Rita a été pour nous une employée des plus loyale et généreuse, elle a toujours eu à cœur le bien-être des personnes qu'elle côtoyait dans les différents services, son écoute était au rendez-vous de chaque action, de chaque geste. Envers ses collègues, elle avait toujours un bon mot, elle souhaitait le meilleur pour chacun et chacune, un peu comme une maman pour ses enfants.

Tous et toutes unis pour te dire MERCI Rita et surtout te souhaiter une retraite remplie de soleil, accompagné de santé et de beaux et bons moments avec ta belle et grande famille, avec tes proches et amis!

Merci de la personne que tu as été au sein de notre équipe, de notre grande famille, des milliers de beaux moments demeureront dans nos têtes!

Nathalie Bujold, directrice

Pour les membres du conseil d'administration et toute l'équipe de travail

Important : Vous souhaitez envoyer un petit message à Rita? Si vous n'avez pas son adresse courriel personnelle, vous pouvez acheminer à info@cabst-simeon-port-daniel.com, les messages lui seront transférés!



Bonjour à chacun, chacune,

C'est avec le cœur plein d'émotions que je vous annonce ma retraite par le biais de notre journal. Les années filent et une nouvelle page se tourne dans le livre de mon histoire.

Aujourd'hui, je tiens surtout à remercier du fond du cœur, vous, chers membres du Conseil d'administration, chère directrice Nathalie, collègues de travail, et tous nos précieux bénévoles pour toutes ces belles années passées à travailler ensemble.

Je voudrais aussi saluer nos chers bénéficiaires, qui pour moi, étaient une priorité. Santé à vous tous et toutes !

Je pars avec le cœur rempli de bons souvenirs.

Merci pour tout, et au plaisir de se revoir,

Rita H. Maldemay



ACCOMPAGNEMENT EN SOINS PALLIATIFS ET DE FIN DE VIE



Notre service d'accompagnement en soins palliatifs et de fin de vie est toujours maintenu. Nous avons eu des familles qui nous ont consultés pour obtenir des renseignements concernant le service. Il est certain qu'avec la pandémie, il est plus difficile pour les familles de demander un accompagnement. Soit parce que ce ne sont pas toujours les mêmes bénévoles qui sont présents, les consignes sanitaires, etc. Plusieurs facteurs peuvent faire en sorte que la famille décide de ne pas faire la demande d'un accompagnement.

Nos bénévoles ont été formés avec les modules de formation de la Fédération du Mouvement Albatros du Québec, une formation de 36 heures pour effectuer l'accompagnement de façon respectueuse et sécuritaire. Cet accompagnement peut se faire à domicile, en centre hospitalier, en centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD), de jour, de soir et de nuit, selon la disponibilité de nos bénévoles et les besoins exprimés.

Dernièrement, j'ai participé à une conférence et un atelier :

Conférence : La vie malgré tout, l'accompagnement d'un proche en fin de vie donnée par madame Karine Leclerc, spécialisée dans l'accompagnement et le deuil.

Atelier : Comment rester utile et en santé tout en côtoyant la souffrance donné par Thierry Wertz, psychologue, précieuse collaboration de l'APPUI GIM.

Je vous partage des liens et outils qui peuvent vous être utiles :

Info-aidant : 1-855-852-7784 (écoute-information-références)

Info-aidant est un service téléphonique professionnel, confidentiel et gratuit qui s'adresse aux proches aidants et à leur entourage.

<https://www.lappui.org/Actualites/Fil-d-actualites/2021/Concilier-travail-et-soins-a-un-proche>

Concilier travail et soins à un proche aidant apporte son lot quotidien de défis. Comment faire pour retrouver ou maintenir un équilibre ?

N'oublions pas de remercier chaleureusement nos bénévoles pour leur engagement, leur soutien, leur écoute, leur compassion et surtout leur disponibilité !

Vous voulez des informations supplémentaires concernant notre service, n'hésitez pas à communiquer avec nous au 418-752-5577 #5.

Diane Horth,
Intervenante en accompagnement
Soins palliatifs et fin de vie



LE GESTION RESPONSABLE DES BÉNÉVOLES



APPELS BIENVEILLANTS

Alors que la 4^e vague de cette pandémie commence à nous toucher, nous vous rappelons que le service d'appels bienveillants est toujours en place. Pour ceux qui ne le connaissent pas, ce service consiste à **créer un lien téléphonique sécurisant et régulier entre un(e) bénévole et une personne vulnérable**. Ce lien régulier aidant à ventiler et à maintenir une meilleure santé mentale en ces temps particuliers.

Nous invitons toute personne se sentant interpellée par les appels bienveillants — que ce soit pour recevoir des appels ou comme bénévole — à communiquer avec nous. Ce sera avec plaisir que nous effectuerons un jumelage.



NOS BESOINS EN BÉNÉVOLES

D'autre part, nous cherchons à augmenter notre équipe de bénévoles sur l'ensemble de notre territoire. Nos besoins se situent principalement dans les services de **popote roulante, d'accompagnement-transport et de répit-gardiennage (P'tit Bonheur)**. Si vous, ou une personne que vous connaissez, êtes intéressées à vous impliquer dans l'un de ces services, s'il vous plaît veuillez me contacter pour que l'on puisse en parler.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Prestation d'aide sociale et bénévolat

Dans la Loi sur l'aide aux personnes et aux familles (art. 63), « Il est spécifié qu'une personne qui est **prestataire d'aide sociale peut réaliser des activités bénévoles sans que cela ait un impact sur le montant d'aide sociale reçu, à condition toutefois que le bénévolat soit fait auprès d'organismes à but non lucratif**. Il est donc clair que lorsqu'une personne effectue du bénévolat auprès d'un organisme à but non lucratif, cela n'affecte pas son droit à l'obtention d'une prestation d'aide sociale. » — **RABQ, Guide juridique sur le bénévolat.**

RÈGLES SANITAIRES AUTOMNE 2021

Avec les nouvelles augmentations des cas de covid-19, nous tenons à vous rappeler toute l'importance de continuer à respecter les règles sanitaires que nous avons instaurées il y a déjà plusieurs mois. Soyez assurés que nous vous aviserons de tout changement des règles du Centre, s'il y a lieu.

Benoit Drapeau,
intervenant soutien à la communauté
et à la gestion responsable des bénévoles





NOUVELLES DU P'TIT BONHEUR



Nous espérons que vous avez passé un bel été. Du côté du P'tit Bonheur, du changement est survenu dans l'organisation et la logistique. Depuis le 20 septembre, Marie-Paule Allain Castilloux s'est jointe à l'équipe de travail du Centre d'action bénévole pour répondre aux besoins des familles du territoire comme nouvelle intervenante et accompagnatrice. Par le fait même, j'ai soutenu temporairement pour répondre aux besoins des familles ainsi qu'assurer les services, de concert avec l'équipe en présentiel la semaine au Centre.

Au cours de l'été, les dépannages « urgence », vêtements, accompagnements, répit et locations d'équipements ont été répondus de la façon la plus adéquate possible. Également, l'écoute, le référencement et les conseils offerts et prodigués aux parents et personnes concernées demeurent une priorité. Le P'tit Bonheur et l'équipe de travail en place ont aidé plusieurs familles du territoire en leur fournissant des articles scolaires pour la rentrée. De la formation à la nouvelle intervenante est aussi prévue dans les prochaines semaines.

Comme nous l'avons tous vécue, la pandémie est venue affecter grandement les relations en présentiel dans les familles et a fait augmenter l'isolement. À travers de cette situation, l'une des relations ayant subi les conséquences est celle des grands-parents et de leurs petits-enfants qui n'ont pu se voir pendant un temps dû au confinement. Par le fait même, il demeure important de toujours bien entretenir ces liens si précieux et de ne pas oublier les principaux éléments du rôle de grands-parents. Alors, voici 5 petits rappels à conserver et considérer pour avoir des relations harmonieuses malgré la période plus difficile que nous venons de vivre.

Pour les grands-parents

Gâtez les enfants, mais pas trop. Normal d'être un peu moins stricts, mais il faut s'assurer de respecter les principes de base des parents.

Être présents sans envahir.

Pour les parents

Précisez vos grands principes d'éducation (discipline, routine, alimentation) tout en gardant une certaine souplesse pour les grands-parents.

Dosez vos demandes d'aide aux grands-parents. Osez diversifier votre réseau de soutien entre la famille et les proches.

Favorisez les liens grands-parents/petit(s)-enfant(s). Ils sont si précieux.

Source : Naître et grandir, 2012

Jolianne Desbois,
intervenante et accompagnatrice



LES P'TITS PLATS GIVRÉS



Quel bel été, nous avons passé ! Dame nature nous a choyés ! De voir les gens à l'extérieur, profiter des belles journées ensoleillées était plus qu'agréable à voir !

Depuis que nous sommes dans notre nouvelle cuisine, nous avons eu tellement de bons commentaires positifs, autant du côté des bénévoles que de notre personnel qui y travaille.

C'est satisfaisant de constater que tout ce bon monde apprécie travailler dans nos locaux.

Nous n'avons pas fait relâche cet été ! Effectivement, nos précieux bénévoles sont venus, accompagnés de notre cuisinière pour préparer nos p'tits plats ! De façon ponctuelle, une 2^e journée de cuisine est rajoutée selon les besoins.

Toujours aussi populaires, les p'tits plats sont un bel alternatif pour aider les personnes rejointes à bien s'alimenter. Donc, en plus d'être bons, ils sont accessibles, à moindre coût, nutritifs et diversifiés. Nous avons une variété de 12 plats et 3 soupes. Vous pouvez vous les procurer de 2 façons : soit venir les acheter directement au Centre ou par le service de livraison.

Régulièrement, de nouvelles personnes s'inscrivent aux p'tits plats, si vous avez un proche qui rencontre certaines difficultés côté alimentaire, par exemple, convalescence, périodes plus vulnérables, n'hésitez pas à nous rejoindre pour plus d'informations !



Vous êtes intéressés à bénévoler avec nous en cuisine? Vous voulez vous joindre à notre équipe ? Que demande votre implication comme bénévole en cuisine ? C'est environ 1 journée (6 heures) par mois selon les besoins de l'organisation. Appelez-moi, il me fera plaisir de vous donner les informations concernant les tâches que vous aurez à effectuer en cuisine. Je profite de ce journal pour remercier nos vaillants et dévoués bénévoles.

N'hésitez pas à en parler à votre entourage, à communiquer avec nous si vous désirez des renseignements supplémentaires concernant notre service des P'tits Plats givrés !

Je vous souhaite un bel automne !

Diane Horth,
Responsable P'tits plats givrés

LIGNES D'ÉCOUTE

Parmi les nombreuses ressources d'aide disponibles, il est bon de savoir qu'il existe également plusieurs lignes d'écoute, régionales ou provinciales. Parfois, une oreille attentive, au fait de la problématique, est tout ce qu'il faut pour nous remettre sur les rails.

Ces lignes d'écoute sont habituellement bilingues et également une bonne source de références lorsque le besoin est plus grand.

Nous vous laissons donc une piste non exhaustive de lignes d'écoute qui pourront certainement aider vous ou une personne de votre entourage. N'hésitez pas à les appeler si le besoin se fait sentir.



LIGNES D'ÉCOUTE

Aide abus aux aînés	1 888 489-2287
Alcooliques Anonymes	418 391-3443
Drogue: aide et références	1 800 265-2626
Interligne (LGBTQ+)	1 888 505-1010
Info-Aidants (naturels)	1 855 852-7784
Ligne Parents	1 800 361-5085
Jeu: Aide et référence	1 800 461-0140
Prévention du suicide	1 866 277-3553
SOS violence conjugale	1 800 363-9010

Bonheur!

LES ANNIVERSAIRES



SEPTEMBRE

Paquet, Chantal	01
Sawyer, Diane	05
Poirier, Hélène	06
Langlois, Andréa	07
Arsenault, Thérèse	08
Tremblay, Françoise	08
Babin, Lise	10
Arsenault, Myra	12
Duguay, Micheline	12
Ford Sharon	13
Bergeron, Francine	13
Bourdages, Lucette	16
Roy, Gilles	18
Grenier, Albert	18
Lamy, Suzanne	19
Marcoux, Lisette	21
Delarosbil, Marie-Claire	21
Major, Diane	22
MacWhirter, Anne	25
Duguay, Gilles	25

OCTOBRE

Bernier, Guylaine	03
Renouf, Sharon	05
Arsenault, Gisèle	07
Gauthier, Monique	07
Michel, Gilberte	13
Marcoux, Raymond	15
Aspirot, Thérèse	22
Lapointe, Tammy	23
Doherty, Mona	23
Lévesque, Lyne	28
Bujold, Blanche	29
Dorion, Gabrielle	30



NOVEMBRE

Bourdages, Alma	05
Poirier, Omer	06
Bourdages, Jacqueline	06
Bourdages, Doréanne	06
Roussy-Assels, Andréa	07
MacWhirter, Olive	09
Aubut, Lorenzo	11
Coulombe, Clément	14
Allain, Yvon	16
Gignac, Colette	19
Huard, Émilie	19
Guignon, Sharon	21
Gagnon, Gérald	23
Gauthier, Joël	23
Corbet, Alexandrine	24
Delarosbil, Lison	25
Boissonnault, Gaétane	27
Corbet, Julia	29

Santé!

Bonne Fête à vous!



DÉCEMBRE

Chatterton, Tammy	06
Allard, Maryse	09
Horth, Steve	11
Crozier, Betty Anne	13
Lemay, France	13
Smith, Patrick	13
Roy, Jewell	18
Brisebois, Francine	18
Doyle, Denise	19
Poirier, Noella	24
Delarosbil, Jean-Guy	27
Hachey, Marcelle	30



Paix!





LES COMMANDITAIRES



Certifié 100% Gaspésie

**153, boul. Gérard-D. Lévesque
New Carlisle (Qc) G0C 1Z0
Tél.: 418-752-2215**



À votre service depuis plus de 30 ans...

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



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



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

RESTAURANT

La Maison du M' Burger

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

FAMILIPRIX EXTRA

Pharmacie Denis Babin

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



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

