

Bulletin de liaison du
Centre d'action bénévole de Montréal

Newsletter of the
Volunteer Bureau of Montreal

Bénévolat Volunteer

MONTRÉAL

La solidarité à grande échelle!

- 3** Le CABM aura 75 ans en 2012!
- 4** La Grande Corvée
- 5** World Volunteer Conference
- 13** C'est le temps de devenir membre du CABM!





Une expérience inoubliable!

Présider le jury du concours Gens de cœur – Hommage aux bénévoles d'ici

par Alison Stevens,
directrice générale du CABM
astevens@cabm.net

J'ai eu le printemps dernier le grand privilège de présider le jury du concours Gens de cœur — Hommage aux bénévoles d'ici. Ce concours, organisé par Radio-Canada et la financière Manuvie, avait pour mandat de couronner un bénévole qui, par son engagement contribue de manière exceptionnelle au bien-être de sa communauté.

Le jury mandaté de choisir dix finalistes parmi les quelque 300 candidatures présentées a eu, tellement celles-ci étaient relevées, la tâche très difficile. Je dis privilège parce que j'ai eu l'occasion lors de cette expérience de découvrir des centaines de bénévoles québécois, des gens de cœur certainement, mais aussi des gens remarquables de par leur passion, leur vision, leur persévérance, leur intelligence et leur dévouement. C'était vraiment inspirant pour la directrice d'un organisme qui a pour mission la promotion et le soutien de l'action bénévole!



Nous entendons souvent dire que le Québec est la province canadienne où il se fait le moins de bénévolat. C'est peut-être vrai, mais les chiffres ne disent pas tout. Les gens qui ont soumis leur candidature pour ce concours sont là pour le prouver.

J'applaudis Radio-Canada et Manuvie pour avoir organisé et soutenu ce concours. J'espère que cette belle visibilité pour l'action bénévole incitera les gens qui n'en ont jamais fait à tenter une première expérience.

Le vrai applaudissement, cependant, est pour tous les candidats, les finalistes et le grand gagnant, Robert Patenaude*, voté par le grand public. Ils sont tous des gens de cœur et des modèles pour nous. Bravo et bonne continuation!

* Porte-parole de l'Institut de recherche en immunologie et en cancérologie (IRIC) de l'Université de Montréal.

La version française de cet article est disponible à la page 15.

Bénévolat Volunteer

Bénévolat Montréal, le bulletin de liaison du Centre d'action bénévole de Montréal, est principalement destiné aux organismes communautaires et bénévoles de Montréal. Il se veut un outil privilégié de communication et d'information entre les divers partenaires de l'action bénévole. On peut reproduire tout article publié dans *Bénévolat Montréal* en indiquant la source.

Volunteer Montreal, the newsletter of the Volunteer Bureau of Montreal, is intended to serve as a vehicle for communication and information for the many volunteer organizations at work in the community. Any article may be reproduced in indicating its source.

Le CABM est fier de vous annoncer que ce bulletin est imprimé sur du papier recyclé à 100%.

Coordination :

François Lahaise, agent des communications

Graphisme / Graphic design :

Manon Pineault*

Collaborateurs / Contributors :

Stéphanie Carrasco, Kiran Chawla, Michel Fecteau *, Lucette S. Leclerc *, Daniela Mihailescu *, Valerie Millette* et Mona Sakatini *.

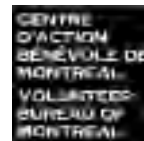
Traduction & révision / Translation & revision

Kiran Chawla, Alison Stevens

Page couverture / Cover:

Quelques-uns des 5500 valeureux bénévoles venus à la rescousse des sinistrés de Saint-Jean sur Richelieu.

Photo: Pierre Béland



Centre d'action bénévole de Montréal Volunteer Bureau of Montreal

2015, rue Drummond, suite 300

Montréal, Québec H3G 1W7 (Métro Peel)

Téléphone : 514.842.3351

Télécopieur : 514.842.8977

info@cabm.net

cabm.net

S.V.P. nous aviser de tout changement d'adresse.

Please notify us of any change in address.

*** Ont contribué bénévolement à ce bulletin**



Le CABM a 75 ans!

par **François Lahaise**,
agent des communications du CABM
flahaise@cabm.net

Le CABM, premier centre d'action bénévole au Canada, célébrera en 2012 son 75^e anniversaire de fondation.

Nous soulignerons cet événement de façon festive en démontrant l'importance capitale qu'a eu, qu'a et qu'aura le bénévolat à Montréal. Les bénévoles et les organismes affiliés au Centre trouveront leur place tout au long de cette année de célébrations car le CABM n'aurait aucune raison d'être sans leur présence et leur implication.

Le lancement des festivités aura lieu dans l'avant-midi du 5 décembre 2011 (Journée internationale des bénévoles) dans le magnifique hall d'entrée de l'Hôtel de ville de Montréal. Le maire Gérald Tremblay et la présidente et directrice générale de Centraide du Grand Montréal, Michèle Thibodeau-Deguire feront partie des intervenants invités à prendre la parole.

Les activités quotidiennes du Centre sont financées par Centraide du Grand Montréal et par l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal. Par contre, les dépenses encourues pour la production des outils (dont le Calendrier 2011-2012 joint à cet envoi) et pour l'organisation des événements soulignant le 75^e anniversaire ne sont pas couvertes par ces bailleurs de fonds.

Les organismes, entreprises ou particuliers intéressés à faire partie de l'aventure en tant que partenaires financiers sont donc invités à me contacter (flahaise@cabm.net, 514.842.3351).

N'oubliez pas de réserver la date du 5 décembre dans votre agenda! Vous recevrez d'ailleurs plus d'information à ce sujet sous peu.

The VBM is turning 75!

by **François Lahaise**,
communications officer at the VBM
flahaise@cabm.net

The VBM, the first volunteer centre in Canada, will be celebrating its 75th birthday in 2012.

During this milestone year, we want to highlight the tremendous impact volunteers have had in Montreal over the years and are continuing to have. Volunteers and organizations affiliated with the Bureau will be included at various points throughout the anniversary year because, of course, the VBM would have no reason to celebrate without them.

The launch of our festivities will take place in the morning on December 5th, 2011 (International Volunteer Day) in the magnificent entrance hall of the Montreal City Hall. The Mayor, Gérald Tremblay, and the President and Executive Director of Centraide, Michèle Thibodeau-Deguire, will be among the dignitaries invited to speak.

While the day-to-day activities of the Bureau are financed by Centraide and the Agence de la santé et des services sociaux de Montréal, expenses incurred in the production of special communications tools (like the 2011-2012 calendar enclosed with this newsletter) and in organizing events to celebrate the 75th anniversary are not covered by these funders.

Any organizations, companies or individuals interested in embarking on this adventure with us as financial partners are therefore invited contact me (flahaise@cabm.net, 514.842.3351).

Don't forget to put December 5th in your agenda! You will be receiving more information within the next little while.



La Grande Corvée – SOS Richelieu

par Michel Fecteau,
président du comité organisateur de SOS Richelieu,
sosrichelieu.com

Par un beau matin je me suis levé... on pourrait fort bien décrire ainsi la naissance de SOS Richelieu. Un message sur Facebook, un annonceur radio qui en fait la lecture à son émission du matin, 25 bénévoles qui acceptent sur le champ d'offrir leur aide, on est le 2 avril. C'est aussi le départ d'une belle et folle aventure qui allait donner naissance à une organisation issue du club Lions de Saint-Luc, dont je suis un des membres fondateurs et qui aura 25 ans en février prochain.

Incroyable succès de l'opération grand nettoyage pouvait-on lire dans tous les média! Vrai! Mais combien d'heures de stress, de préparation, de coordination, de réunions... mais aussi quel exemple de solidarité et d'engagement, jumelé à un sens incroyable du dévouement devant une situation jamais vue depuis 150 ans!

Avec l'aide d'une équipe hors de l'ordinaire, de chefs d'entreprise locale quittant pour trois semaines leur entreprise pour mettre leur talent, leurs personnels, leurs équipements au service des sinistrés du Haut-Richelieu, du jamais vu disait le premier ministre Charest lors de la première journée de la Grande Corvée.



Plus de 8 900 bénévoles inscrits, implication de plus de 5 500 d'entre eux sur trois jours, des milliers de repas servis, des milliers de dollars en soutien aux bénévoles et sinistrés, aucun accident malgré le dur travail à accomplir, du jumelage de transporteur des grandes villes, bref une opération jamais vue au Québec, Denis Lépine en fera même un documentaire cet automne. Voilà dans un hyper court résumé la Vie de SOS Richelieu et le vrai sens du mot bénévole.

Crédit photo : Photo aérienne prise par Aircam.ca lors des inondations qui ont eu lieu le 4 mai 2011 à Saint-Jean sur Richelieu.

Que dire de plus que de faire allusion au « salaire » du Bénévole : MERCI à tous les acteurs, ce fût un grand film!

Training at the VBM ... a workshop not to miss this fall!

Trainer's Toolbox: openers, closers & in-between

November 10, 2011, from 9 a.m. to noon

Training sessions, orientations, brainstorming — managers of volunteer resources do it all, and more. Sessions that are dynamic and engaging enhance participant involvement and make it easier to meet learning objectives.

In this very experiential workshop, we will

- Explore warm-ups, energizers, and closers that can create a positive climate in a group setting
- Review tools that enable participants to deepen their learning, both individually and as a group
- Discover exercises designed to help the facilitator gauge the learning of the participants

Presenter: Marisa Gelfusa

Marisa Gelfusa has been an active program director, trainer and consultant in the non profit sector for over 15 years in Ontario and Quebec. She is currently the Director of Training Services at Volunteer Toronto. As an active member of the community, she has volunteered in the areas of human rights, palliative care, children and families and community development.

You can register on line at www.cabm/en/workshops.

The ever popular series "**The Essentials of Volunteer Resource Management**" will be offered this fall in French only.

The Future of Volunteering is in Youth's/Your Hands

By Valerie Millette,

Coordinator, Concordia "LIVE" Volunteer Centre and Trainer, Volunteer Bureau of Montreal.
v.millette@concordia.ca

This past January, I attended the 21st World Volunteer Conference in Singapore. It was a great opportunity, with much to see, a thousand delegates from around the world to meet, a hundred workshops to choose from, and, of course, many delicious local delicacies to sample!

Working in the volunteer sector, we wonder if young people will step up as older generations of volunteers retire. I returned from this experience with a strengthened belief in the "Power of Youth". Engaging young volunteers was a recurrent theme amongst speakers. Ways to create spaces for young people to connect with their passions were explored. But above all of this, it was a simple conversation with a group of young volunteers which touched me most.

I took part in a volunteering event organized for young volunteers. We played lawn bowling with individuals with physical disabilities. As we sat together to debrief afterwards, many wondered: "How exactly were we volunteering? These individuals were quite able to play by themselves". In fact, our experience had been about



connecting rather than "helping". As the discussion went on, I saw preconceptions fade away. "This is a new perspective for me" said a 15 year-old volunteer from the Philippines. "I didn't realize it before, but people with a handicap are just like me". She concluded that similar services were needed in her country.

The world of volunteerism is changing. Many young people are already out there taking leadership on issues they care about. We, of course, still have lots to do to reach out to their peers

Cultural Night during the Youth Volunteer Conference. Valérie (second from right) only found out about that evening after leaving Canada, which explains her lack of a "national dress"!

who have yet to figure out what they have to contribute. The way in which we engage with young volunteers can reshape the way they see themselves and the world around them. Sometimes all it takes is for us to start a conversation.

C'est la rentrée

...la formation au CABM : la clé de votre réussite auprès des bénévoles

Notre série, toujours très en demande, « **Les Essentiels de la gestion des ressources bénévoles** » est conçue afin de vous aider à développer et à entretenir les meilleures relations possibles avec vos bénévoles. Vous y découvrirez des méthodes traditionnelles ayant fait leurs preuves ainsi que des nouvelles pratiques en gestion des ressources bénévoles. Les quatre ateliers sont Le recrutement des bénévoles, La sélection et le filtrage des bénévoles, L'encadrement des bénévoles et Répondre aux situations difficiles avec des bénévoles.

Recrutement des bénévoles

Le 14 septembre 2011, de 9h à 16h
Le 29 septembre 2011, de 9h à 16h

Sélection et le filtrage des bénévoles

Le 19 octobre 2011, de 9h à 16h
Le 27 octobre 2011, de 9h à 16h

L'encadrement des bénévoles

Le 9 novembre 2011, de 9h à 16h
Le 17 novembre 2011, de 9h à 16h

Répondre aux situations difficiles avec les bénévoles

Le 30 novembre 2011, de 9 à 16h
Le 8 décembre 2011, de 9h à 16h

Vous trouverez la fiche d'inscription et la description des ateliers sur le www.cabm.net/fr/formation.

"Je me fiche de savoir quand je vais mourir"

Des retraités japonais prêts à se sacrifier pour nettoyer bénévolement Fukushima

Par Charlotte Boitiaux, www.france24.com

Conscients qu'il ne leur reste que quelques années à vivre, des retraités japonais se disent prêts à se sacrifier pour mettre un terme à la catastrophe de Fukushima. Ils proposent de se rendre à la centrale et d'en colmater les fuites radioactives.

"J'ai 72 ans, et il ne me reste plus que 12 ou 13 années à vivre. Même si je suis exposé à des radiations, un cancer pourrait prendre 20, 30 ans, ou même plus pour se développer. Nous,

les personnes âgées, nous avons moins de chance de développer la maladie."

En prononçant ces mots face à la caméra de la BBC, le 31 mai dernier, Yasuteru Yamada, un retraité japonais, fait part de son souhait de mener à bien une dernière mission au crépuscule de sa vie : se rendre à la centrale nucléaire de Fukushima-Daiichi, endommagée par le séisme qui a touché le Japon le 11 mars, pour tenter d'en colmater les fuites radioactives.

Yasuteru Yamada n'est pas fou. Pourtant, il le sait, cette mission est suicidaire en raison de l'importante radiation qui sévit aux alentours de la centrale défectueuse. Mais l'homme, qui a travaillé à Sumitomo Metal Industries, l'une des plus grandes entreprises japonaises de sidérurgie, a décidé de ne pas rester passif face à la catastrophe qui touche son pays et de mettre ses compétences d'ingénieur à son service. "Ma réaction n'est pas héroïque, mais logique", explique-t-il, estimant que la jeune génération japonaise n'a pas à payer les conséquences désastreuses de la politique nucléaire de ses aînés.



Depuis des semaines, Yamada tente donc de rassembler, via sa boîte mail et son compte Twitter, d'autres retraités volontaires pour se rendre à Fukushima. Son appel a été entendu. Plus de 200 personnes âgées de plus de 60 ans ont répondu à son appel. Regroupées sous le nom de "Corps des vétérans", toutes sont prêtes à sacrifier leur vie bénévolement.

Lire la suite sur : <http://2doc.net/8n7qs>.

Photos source :
Retraités Japonais1 : <http://2doc.net/8n7qs>
Retraités Japonais2 : <http://2doc.net/nmgja>



Thousands stream into Vancouver to clean up after riot

By Denise Ryan,
Vancouver Sun June 16, 2011

On streets scorched by flames, littered with broken glass and studded with the blackened hulls of torched cars, an army of citizens converged Thursday morning to cleanse the wounds and set things right.

An estimated 15,000 people of all ages streamed into the heart of Vancouver as early as 5 a.m. to clean up the bloody footprints, scrub the offensive graffiti, to try to make amends for the damage cause by hooligans and looters after Wednesday night's Stanley Cup loss.

They came to share their feelings of disgust and outrage, to heal the pristine image of a city that had sparkled not just in their own hearts, but in the eyes of the world after last year's Olympics; but mostly they came because they cared.

"It's an incredible response from the people of this city," said city sanitation manager John Williams as he looked over the team of volunteer first responders.

Although it's hard to believe authorities would sanction crowds pouring into the downtown armed with brooms or sticks of any kind after the riots, the City and the VPD quickly gave their seal of approval to the Facebook group Post-Riot Clean-Up: Lets Help Vancouver.

The first volunteer arrived at 5 a.m. to support Williams and his crew, which had been on scene all night. "There was a guy with a bag and a broom saying, 'Where do you need me?'" Another woman showed up with 40 brooms. Others appeared with Tim Hortons coffee, with muffins and granola bars for all.

Read more: <http://2doc.net/5dcue>.



Cleanup in downtown Vancouver following a riot after the Canucks lost the Stanley Cup Final game seven against the Boston Bruins at Rogers Arena in Vancouver, BC., on June 16, 2011.

Photograph by: Nick Procajlo, PNG.

La députée qui voulait être bénévole...

par Patrick Lagacé,
La Presse

Celle qui a fait trébucher Gilles Duceppe dans Laurier-Sainte-Marie est devenue candidate du NPD en allant déposer son CV à la permanence du parti, tout près de chez elle. Hélène Laverdière envisageait simplement d'être bénévole pour le parti de Jack Layton. Pas de briguer les suffrages.

«Je n'espérais pas qu'on me demande d'être candidate, dit celle qui a causé la surprise en battant le chef du Bloc, contre toute attente. Je voulais simplement être bénévole, aider à l'organisation. J'ai été surprise.»

Quelqu'un, au NPD, en voyant le CV de cette diplomate de carrière, titulaire d'un doctorat de l'Université de Bath, en Grande-Bretagne, ne dormait pas au gaz: on lui a offert de représenter le parti dans Laurier-Sainte-Marie, sa circonscription. Hélène Laverdière a fini par dire oui au parti qu'elle appuie depuis 30 ans.

Un partisan du NPD m'a confié avoir jaser avec Mme Laverdière, en début de campagne. Celle-ci, dit-il, espérait une seconde place. Moins de 24 heures après avoir surpris le géant Duceppe, la nouvelle députée confirmait: «L'idée que le NPD puisse gagner, au début de la campagne, était un rêve éloigné...»

Laurier-Sainte-Marie englobe certains quartiers qui ont porté au pouvoir Amir Khadir (Mercier, au provincial) et Luc Ferrandez (l'arrondissement du Plateau-Mont-Royal, au municipal), des élus féroce de gauche. Dans ce quartier où les militants de la gauche oeuvrent au municipal, au provincial et au fédéral au gré des élections, Hélène Laverdière était une inconnue. Ni Khadir ni Ferrandez ne la connaissaient, avant ces élections.

Elle n'habite le Plateau que depuis quatre ans. Elle s'y est installée après une carrière de 15 ans pour le ministère des Affaires étrangères canadien, qui l'a amenée à travailler à Ottawa, à Washington, au Sénégal et au Chili où elle fut numéro deux de l'ambassade de Santiago.

«Ce que j'ai appris du Canada à l'étranger? Qu'à une certaine époque, notre réputation était enviée et enviable! Ça nous permettait de faire bien des choses dans les coulisses, d'être un lien entre différents acteurs, par exemple. Mais la réputation du Canada a été ternie au cours des dernières années par certains gestes.»

C'est, bien sûr, une critique à peine voilée du gouvernement Harper. «Que le Canada n'ait



Crédit photo : Alain Décarie

pas pu obtenir de siège au Conseil de sécurité de l'ONU est une manifestation de cette image ternie», note Hélène Laverdière.

Ces compétences diplomatiques seront utiles à la recrue, nul doute. Mais dans l'immédiat, son plus grand défi est de se constituer une équipe solide, qui pourra répondre aux citoyens, selon Nathalie Rochefort, consultante en développement social, militante du NPD et ex-députée libérale de Mercier.

«L'équipe de Gilles avait 20 ans d'expérience derrière la cravate. Son équipe était efficace pour faire avancer les dossiers de citoyens, en assurance chômage comme en immigration. Le défi de cette équipe de députés du NPD sera de trouver du bon staff pour les épauler.»

Source : <http://2doc.net/ql0a2>

Par Michel Guarini,
France Bénévolat,
www.francebenevolat-lille.org

La Nuit du Bénévolat

Un salon du bénévolat qui se termine à minuit!

La Maison des Associations et France Bénévolat organisent chaque année la Nuit du Bénévolat. Cette manifestation s'est déroulée pour la 4^e fois le 16 juin dernier avec la présence de nombreuses associations lilloises. Plus de 400 visiteurs ont examiné les stands et de nombreux contacts se sont noués pour des engagements bénévoles.

L'objectif premier de la Nuit du Bénévolat est en effet de mettre en lien les associations ayant un besoin de bénévoles, avec les Lillois qui sont prêts à donner de leur temps, de manière ponctuelle ou plus régulière, au service des autres.

Un public venu en nombre pour s'engager. La formule, la Nuit du bénévolat, séduit particulièrement les jeunes. Les thématiques d'engagement étaient principalement liées à l'enfance, la maladie et à l'isolement des personnes âgées. Voici d'ailleurs le déroulement de la soirée :

- 18h : Ouverture des portes et accueil à du public
- 18h15 : Début du « slow dating » (rencontre entre bénévoles et associations)
- 18h30 : Début des interviews des associations
- 20h : Buffet
- 20h45 : Animation
- 21h : Reprise des rencontres entre bénévoles et associations et des interviews des associations
- 21h30 : Animation
- 21h50 : Reprise des rencontres entre bénévoles et associations et des interviews des associations
- 22h45 : Animation
- 23h00 : Concert
- 00h00 : Clôture

À quand la même chose à Montréal?



So, Just What Are You All Up To?



The gang at Welcome Hall Mission make like Santa's helpers, handing out Christmas Baskets of food and toys.

We don't always quite know! While the VBM deals with roughly a thousand organizations on a routine basis, our database contains files for 3,768 non-profits which have used one of our services at some point. As much as we would love to know the nitty-gritty about the programs and services offered by all our clients, it's a challenge to keep in touch with everyone, not to mention gain an understanding of the daily realities with which each must contend.

And that's why it's great to get out there and meet you gals and guys face-to-face. Last spring, I, and sometimes our Group Volunteering Service Coordinator Jacqueline Gutierrez, hit the road (or the metro, or the bus, or the pavement, blinding snowstorm notwithstanding), to spend some face-time with folks we usually recognize as phone voices or email addresses. As coordinator of the Christmas Index for five years now, as well as having been part of the VBM's volun-

teer recruitment team, I was most interested in (a) the hows and whys of our clients' Christmas Basket projects, and (b) anything related to the role(s) of volunteers, volunteer management, and how we could help out in these regards. Naturally, Jacqueline had her eyes and ears open for any and all mentions of opportunities to integrate group volunteering into an organization's activities.

Our initial visits focused on Christmas Index clients because their "war stories" from the 2010 holiday season remained relatively fresh in the minds of staff and employees. So off we went to see Tania Togias and Christine Myatt, who were hidden amongst stacks of donated mattresses at Welcome Hall Mission. Ladies and gents, if you want to see what organization is all about, check this place out. But you'll need an appointment, just like everyone else. With multiple phone lines going non-stop, they manage to help about one thousand families in

par Kiran Chawla,

Membership and Christmas Index Coordinator
at the VBM
dossier@cabm.net

any given week and regularly integrate groups of up to twenty-five volunteers into on-going activities such as sorting donations, working in the boutique, and manning the food bank. And, at Christmas, it's all stepped up a notch or ten. Following a thorough registration process, anytime on basket distribution day, there are lines of cars around the block as people show up for their appointed pick-up times. One hundred and eighteen years of figuring out how best to help those in need sure results in some expert know-how. Oh, and by the time we left, those skyscrapers of mattresses donated by Dormez-Vous? Gone! Volunteers had handed out approximately eighty mattresses to families who came to pick them up. By appointment, of course.

Next on the list was another long-time fixture on the Montreal non-profit scene: the Montreal Diet Dispensary, downtown on Lincoln Street. Nathalie Choquette, administrative assistant and Christmas Index liaison for the organization, gave us a tour of the labyrinthine premises they've managed to force into two joined together Victorian houses. It's cozy, and from floor to ceiling, every nook and cranny of space is used. Each year, about twenty-five employees and two hundred volunteers provide assistance to thousands of pregnant women and new mothers with at-risk babies. They give out food, vitamins, clothes, and toys. More importantly, they change lives through education: nutritional counselling, breast-feeding workshops, healthy cooking classes, and various social group activities which make up a schedule that pretty much blew us away. And just when we picked our jaws off the floor after all this, Nathalie showed us two massive refrigerators—one stocked top to bottom with eggs, another a gateway to green leafiness, chockfull of lettuce, with the door a lovely accent of red radishes. Each year, by virtue of some vital part-

nerships, they give out 160,164 litres of milk, 10,860 dozen eggs, 335,000 vitamin pills, and 500 kilograms of ground flax seed, to supplement their clients' diets. At Christmas, families in particular need benefit from the generosity of DDM corporate and educational partners, and the volunteers who help collect and prepare the wherewithal for about 200 baskets, each tailored to a family's needs. Lack of space limits the number of volunteer who can help out on their premises at any given time, but as we made our way down a hallway stacked floor to ceiling with boxes of noodles and diapers, Nathalie told us about the amazing work their individual volunteers contribute, day in and day out, to the tune of 12,800 hours a year.

For four holiday seasons now, I've had the pleasure of dealing with the infectious (and not in a germey way) Terry Branco, from St. Brendan's Parish, in Rosemont. And you know what? The

gang at St. Brendan's is a hoot, laughing the whole time they answer about a billion phone calls a day, deal with families in need who are looking for HELP! from their food bank, organize all sorts of activities, and handle weddings, divorces, funerals, and whatever else their parishioners throw at them. And it's an active place, more so now that many of the local Francophone parishes are no longer around to provide assistance to those in need. Every month, St. Brendan's provides hearty food baskets to 130-150 families requiring such assistance. For fifteen years, the same husband and wife team in their 80s have volunteered to prepare all the baskets, matching donated items according to a family's needs and preferences. And at Christmas, Terry starts going (really) crazy, keeping track of those in need, materials for the baskets, what toy this child wants, which day that volunteer can help out with delivery And did I mention the church? Too cool: St. Brendan

being the patron saint of sailors, the church is entirely constructed of wood, in the form of an upside down ship's hull.

So, let me sum this up: Keep up the good work, y'all! And we'll try to keep listening, learning, and generally being awed by your accomplishments. Oh, and sending you volunteers.

For more information about the organizations mentioned in this article, please see:

- WELCOME HALL MISSION:
missionbonaccueil.com
- THE MONTREAL DIET DISPENSARY:
www.ddm-mdd.org/home
- ST. BRENDAN'S PARISH:
www.stbrendansparish.com



« Tu bénéfolles » beaucoup ces temps-ci! »

Par **Lucette S. Leclerc**,
bénévole à L'œuvre Léger

Il n'est pas bon que l'homme soit seul disent les écritures. J'aime ajouter que... la femme non plus! Parfois je pense que les humains sont des êtres électromagnétiques, pas seulement bio-chimiques comme tout le monde sait. Pour être en forme, on a besoin de fréquenter d'autres humains comme nous. Pour ma part, je me garde en forme en « bénévolant »

J'aime être bénévole. C'est la façon que j'ai trouvée pour garder un bon « aire d'aller ». Dans les périodes où j'ai moins de choses à faire quand je me lève le matin, on dirait que

mes « batteries baissent ». C'est bon de temps en temps de ralentir pour recharger ces mêmes batteries. Mais si cela dure trop longtemps, je manque de *stimuli*. Je tourne en rond et mes batteries baissent.

Parfois mon mari me dit : « tu bénéfolles » beaucoup ces temps-ci ! ». Que voulez-vous, j'aime les gens. Si je suis trop longtemps sans fréquenter du monde en groupe, on dirait que j'ai de moins en moins envie d'en voir. MAIS, mes batteries baissent... Je dois faire un effort pour me redémarrer toute seule. Pourtant, quand je garde une bonne aire d'aller (celui qui me convient à moi, bien sûr) mes batteries restent bien chargées. Le soir, j'aime me faire une liste de ce que j'ai à faire le lendemain. Ainsi, le matin je sais pourquoi je me lève.

Autrement, je pourrais rester là en pyjama jusqu'au soir et me demander enfin de journée: « Qu'est-ce que j'ai fait aujourd'hui? »

Il m'arrive d'avoir besoin de solitude, mais jamais d'être solitaire. Une des valeurs ajoutées que j'y gagne, c'est d'oublier mes petits bobos. Car, vous le savez, ce n'est pas en se tâtant le pouls à tout propos que l'on est davantage en santé. Les statistiques le disent : à la retraite, pour vivre en forme et de bonne humeur, il faut des relations sociales et des activités. De plus, pendant tout ce temps, mes enfants ne se font pas de soucis pour moi. MON bénévolat, c'est un bénéfice marginal POUR EUX.



**RÉSEAU DE
L'ACTION BÉNÉVOLE
DU QUÉBEC**

Colloque du Réseau de l'action bénévole du Québec

Les 5 et 6 décembre prochains

Les 5 et 6 décembre prochains, le Réseau de l'action bénévole du Québec tiendra un colloque national de l'action bénévole. Cet événement exceptionnel sera le théâtre d'une foule d'activités d'échanges et d'explorations du monde dynamique de l'action bénévole.

L'événement soulignera les dix ans de l'Année internationale du bénévolat 2001. À cette occasion, des ateliers permettront de faire le point et de réfléchir aux dix dernières années et aux changements qui ont marqué l'action bénévole et les gens qui y évoluent.

De partout au Québec, les acteurs du milieu sont conviés à se joindre à l'événement afin de participer à cette reconnaissance et cette célébration du bénévolat dans tout ce qu'il a d'unique, de noble et de grandiose.

Plus d'info : info@rabq.ca.

Le CABM t'offre un espace d'échange!

Partagez votre passion pour le bénévolat sur le blogue du 75^e

Par **Mona Sakatini**,

bénévole au sein du comité Communications du 75^e anniversaire de fondation du CABM



Quelques-uns des bénévoles les plus impliqués dans la campagne du 75^e. De gauche à droite : Audrey Beauséjour et Mona Sakatini assises. Coraline Lambert, Khattate Khalid et Marina Brau à l'arrière.

Le Centre d'action bénévole de Montréal célébrera en 2012 ses 75 ans de passion et d'entraide ! En 2012, nous souhaitons mettre en lumière le travail accompli par les bénévoles à Montréal et ainsi démontrer l'impact de tous ceux qui travaillent dans l'ombre pour éclairer le quotidien de la communauté montréalaise.

Chaque bénévole a une histoire d'amour à raconter. Car c'est toujours le cœur qui nous amène à donner aux autres, à s'ouvrir et partager... pour ainsi recevoir, quand on s'y attend le moins !

Le CABM met en place un blogue du 75^e afin de recevoir les témoignages de tous les bénévoles (en lien ou pas avec le CABM) qui, grâce à leur passion, leur courage, leur générosité et leur détermination accomplissent, depuis 75 ans les petits miracles du quotidien qui changent la vie de tous et contribuent au développement positif de la vie à Montréal.

Ce blogue — qui sera accessible à même la page d'accueil du cabm.net d'ici à la fin de l'année — se veut un espace d'échange où, sous toutes les formes, les témoignages des bénévoles peuvent être partagés. Une photo, un article, une vidéo... peu importe le format choisi ! Il vous suffit de le faire parvenir à François Lahaise : flahaise@cabm.net.

Pour tous les acteurs qui font la différence en coulisse, c'est le moment de profiter de votre blogue ! Racontez ce qui anime votre action bénévole : plaisir, anecdote, engagement citoyen, intégration, tremplin vers l'emploi, etc. Expliquez en quoi cela vous importe et l'impact que vous percevez autour de vous !

Parce que tous les bénévoles font partie de la grande famille de l'action bénévole, sous toutes ses formes, le CABM met à la disposition de tous ce blogue de partage pour ceux qui créent la différence au jour le jour.

La parole est à vous !

Heads up! Need volunteers? Then it's time to become a VBM Member!

As of July 1, 2011, ALL organizations wishing to use our volunteer recruitment service are required to be VBM Members in good standing.

Our mandate is and always will be to promote and support volunteerism in Montreal, and one of the ways we do that is to recruit volunteers for you, our clients. In 2001, we had 558 active client files; we're now up to 1088! Reflecting on our close to seventy-five years of experience, we have decided to make a few changes, adding to the services we already offer while maintaining the standards you've come to expect from us. Special topic forums, networking events, our friendly volunteers and staff visiting your organization so that we can

get a better grasp your realities and volunteer needs.... This is a taste of what we intend to offer our Members.

Show us that you are on board with the plans your volunteer bureau has in the works, ensure uninterrupted posting of your volunteer requests, and benefit from a discount on our workshops by purchasing your annual \$50 membership. Before you place your next volunteer request, just follow the links on our homepage for details and to fill out the application form.



The VBM is creating a space for sharing stories! Show your passion for volunteering on our 75th anniversary blog

By **Mona Sakatini**,

volunteer on the Communications Committee for the 75th anniversary of the founding of the VBM

In 2012, the Volunteer Bureau of Montreal will be celebrating 75 years of promoting and supporting volunteerism. During the year, we are aiming to put the spotlight on volunteers themselves, highlighting their accomplishments and showing the impact of their actions. It will be a time to recognize all those who work behind the scenes or in the shadows to improve the everyday life of Montrealers.

Every volunteer has a love story to tell. It is, after all, our hearts that inspire us to give to others, to open up and share something of ourselves... and to receive, in return, more than we could ever have expected.

The VBM will be setting up a 75th anniversary blog to receive testimonials from any and all volunteers, connected to our centre or not, men women and children who, thanks to their passion, their courage, their generosity and their determination, have accomplished little miracles over the past 75 years. Through these everyday miracles, individual lives are changed and the quality of life in Montreal is improved.

This blog—that will be accessible directly from the home page of cabm.net before the end of the year—will be a forum for exchange where volunteer stories in any form can be posted: a photo, an anecdote, a video—or any other way you want to express yourself. Simply send it to François Lahaise, flahaise@cabm.net.

For those who make a contribution on the sidelines, this is your blog! Share what inspires you, and what keeps you coming back: is it the pleasure, the people, the stories, an act of citizenship, a springboard to employment... Explain why volunteering is important to you and how you see it making a difference!

The VBM is offering this blog to all volunteers because volunteering is essential to so many causes and because volunteers make such important contributions to our communities day in and day out.

It is your turn to talk!



**AVERTISSEMENT
LE BÉNEVOLAT PEUT
CAUSER UNE FORTE
DÉPENDANCE!**



RAPPORT ANNUEL 2011 ANNUAL REPORT

Désirez-vous recevoir une copie papier du rapport annuel 2011 du CABM?

Une version électronique du rapport annuel 2011 sera disponible à compter du début du mois d'octobre sur cabm.net/fr/publications. Ceux qui désireraient tout de même recevoir une version papier dudit rapport n'auront qu'à nous faire parvenir un courriel à cet effet à flahaise@cabm.net.

Cette nouvelle politique nous permettra de réduire nos frais et notre impact sur l'environnement.

Would you like to receive a hard copy of the 2011 VBM annual report?

An electronic version of the report will be available at the beginning of October at cabm.net/en/publications. If you still wish to receive a hard copy of the report simply send an email indicating this to flahaise@cabm.net.

This effort will allow us to cut costs and reduce our impact on the environment.

Care To Dance?

by Elspeth Sparling,

Volunteer Coordinator at Miriam Home and Services,
edited by Kiran Chawla (VBM)

Seven o'clock on a Saturday night and I'm trying to manage the thirty-plus **Miriam Home** clients who have arrived at McGill's Best Buddies Annual Valentine's Dance an hour early. Snowstorm notwithstanding, about fifty intellectually-disabled adults and fifty McGill student "Best Buddies" are expected to enjoy the evening's play lists and heart-shaped decorations.

From residential to leisure, Miriam Home's services are aimed at providing children and adults with intellectual disabilities and developmental disorders with experiences and opportunities others may deem par for the course. The Best Buddies program matches adult clients with student volunteers to hang out, enjoy activities together the way friends do, and to participate in six annual group activities like this dance.

Each year, sixty to eighty McGill students sign up as Buddies, while another twenty-five Dawson College students participate in the program on their campus. As a resource, student volunteers present unique challenges, not the least being that they are transient, unable to commit to the long-term. Although, I *can* count on the fact that while *some* of them will leave permanently in May, others will return in September along with a new group of students to fill in the gaps, and plan accordingly.

Students' wide-spread social networks facilitate the recruitment of a dynamic and self-monitoring pool of volunteers. Just the fact that certain people have signed up for the program can lead to a slew of new recruits from the same social group, all of whom support and encourage each other.

Things may not always be perfect, but as I look at the grins around me, half of them on the faces of those traditionally isolated from the world around them, everyone all dressed in pink and having the time of their lives, I am filled with gratitude and sure do feel that things are alright.

Elspeth's Tips for Managing Student Volunteers

- Create leadership positions. The right student may surprise you with their skills and loyalty, so identify and support those with leadership qualities; they won't forget it.
- Email, email, email. Keep in touch, let them know you need them and appreciate their input.
- Don't waste your time on a student whose commitment has been questionable. Cut them free and move on.
- Be sensitive to changing demands on their time.
- Explain their volunteer involvement in the larger context, i.e., how they are helping



Sarah Grittani and Mark McCleod, volunteers with Best Buddies (McGill), at the 2011 St. Patrick's Day Parade.

break down barriers for all people with disabilities, how their work benefits others in the organization.

- From the onset, be clear about what is expected of them—when, where and what.
- Students can be extremely forthright and innovative, so take advantage of this and get their input.

Attention! Besoin de bénévoles?

C'est le temps de devenir membre du CABM!

Depuis le 1^{er} juillet 2011, les organisations qui désirent utiliser notre service de recrutement de bénévoles doivent être membres en bonne et due forme du CABM.

Notre mandat est et sera toujours de promouvoir et de soutenir le bénévolat à Montréal. Le recrutement de bénévoles pour quelques centaines d'OBNL en est d'ailleurs l'une des formes les plus visibles. Se basant sur nos bientôt 75 années d'expérience, nous avons décidé d'apporter quelques changements, incluant une amélioration de la qualité de certains des services que nous vous offrons déjà, chers clients. Forums de discussion, activités de réseautage et visites de

vos locaux par nos bénévoles et employés afin de mieux connaître vos réalités et besoins feront bientôt partie du quotidien du Centre.

Des frais d'adhésion annuels de 50 \$ vous garantiront dorénavant — nonobstant le fait que le nombre d'organismes clients du CABM soit passé de 558 en 2001 à 1088 en 2011 — une même qualité de services, une visibilité ininterrompue pour vos diverses demandes de bénévoles ainsi

qu'une réduction intéressante des coûts d'inscription relatifs aux ateliers de formation.

Assurez-vous donc, avant de nous faire parvenir vos prochaines demandes de bénévoles, de suivre le lien présent sur la page d'accueil du cabm.net pour plus d'information et pour vous inscrire.

Sincères remerciements!

par Daniela Mihailescu,

bénévole à Communauté Culturelle Kimbanguiste du Canada,
daniela.mihailescu@yahoo.com

Ce témoignage a pour but de remercier le personnel du CABM et vous-mêmes des services combien louables que vous êtes en train de donner à la collectivité montréalaise particulièrement pour émanciper les femmes démunies. Alors voici mon histoire.

Au mois de juillet 2010, j'étais sur le point de terminer ma formation en comptabilité au Collège O' Sullivan de Montréal. J'avais immédiatement commencé mes démarches de recherche de stage et / ou d'emploi. Sans expérience pratique, c'était vraiment difficile de décrocher un emploi. Je paniquais étant donné ma situation de mère monoparentale.

C'est grâce à votre site Internet (le cabm.net) que j'avais décroché un emploi bénévole dans ma discipline à la Communauté Culturelle Kimbanguiste du Canada inscrite sur votre liste d'entreprises. Ce n'est pas tout, au sein de cette communauté, grâce principalement à monsieur Sama Veluze, j'avais eu un encadrement administratif et comptable avec professionnalisme sans oublier leur assistance rassurante et motivante dans ma recherche dynamique d'emploi. Avec la patience et le soutien moral de monsieur Sama Veluze, je possède maintenant une formation en recherche d'emploi. Je me suis trouvé un stage et après une période de trois semaines

un emploi en comptabilité. Les résultats sont très encourageants et très satisfaisants.

Depuis quelques semaines, je travaille (comme permanente) dans un cabinet des comptables agréés de bonne réputation.

Merci encore au CABM!

Vous connaissez le logiciel gratuit Dropbox ?

Finis les courriels qui rebondissent parce que trop lourds et l'envoi de cd par la poste!



par Stéphanie Carrasco,

agente de soutien à la formation et au SAB
scarrasco@cabm.net

Certains d'entre vous avez dernièrement reçu la visite de photographes bénévoles associés au CABM. Les photos du merveilleux monde du bénévolat qu'ils ont prises seront soit mises en ligne, dans le cadre de la refonte du site des Services alimentaires bénévoles, soit utilisées pour illustrer des témoignages qui nous ont été adressés.

C'est durant cette période que j'ai fait la connaissance de Dropbox... Non, ce n'est pas un de ces généreux bénévoles mais tout simplement un espace de stockage de fichier en ligne. Pas familiarisée avec ce logiciel au départ, j'en suis devenue une véritable adepte, du fait de sa simplicité d'utilisation. C'est un moyen très pratique pour s'échanger des photos et qui plus est, gratuit. Je trouve ce procédé très

sécurisant dans le sens où il est possible de choisir le(s) dossier(s) que vous souhaitez partager et à qui vous en donnez l'accès.

L'espace de stockage est limité mais conséquent tout de même (2 Go). Il est d'ailleurs possible d'augmenter cet espace de stockage jusqu'à 8 Go, en parrainant des amis. Vous pouvez y mettre tous les fichiers que vous souhaitez, ce qui est vraiment pratique. Ensuite, il suffit de faire comme si c'était un dossier comme un autre, possibilité de créer des sous dossiers, etc.

En stockant vos fichiers sur votre compte, vous y avez accès depuis n'importe quel ordinateur, dans la mesure où vous avez votre mot de passe en tête.

Il est possible d'utiliser la version en ligne, en créant un compte (www.dropbox.com/refer-rals/NTE2MDY5ODk).

Vous pouvez aussi installer le logiciel sur votre ordinateur (www.dropbox.com).

Alors maintenant, tous à vos ordinateurs!

An unforgettable experience!

Chairing the jury for Gens de cœur



This past spring I had the great privilege to chair the jury for Gens de cœur, the contest organized by Radio-Canada and Manulife Financial. The organizers were looking to salute an individual whose volunteer involvement has contributed in an exceptional manner to the well-being of his or her community.

The jury's mandate was to choose ten finalists from amongst the approximately 300 people

nominated, not by any means an easy task! I said privilege for a reason. In reading through the nominations, I had the opportunity to discover hundreds of Québécois volunteers, people with good hearts (gens de cœur) certainly, but also people who are remarkable for their passion, their vision, their perseverance, their intelligence and their dedication. It was particularly inspiring for the director of an organization whose mission is the promotion and support of volunteerism!

We often hear about how Québec is the province with the lowest rate of volunteering. That may be so, but numbers do not tell the whole story. And the people nominated for this contest are there to prove it.

by Alison Stevens,
Executive Director of the VBM
astevens@cabm.net

I applaud Radio-Canada and Manulife for having organized and sponsored this event. I hope that this wonderful visibility for volunteering will incite people who have never volunteered to give it a try.

The real applause, however, goes to all the volunteers who were nominated, the finalists and the winner, Robert Patenaude*, voted by the general public. They are all gens de cœur and role models for us. Bravo and keep it coming!

*spokesperson for the l'Institut de recherche en immunologie et en cancérologie (IRIC) at the Université de Montréal

Imager l'action bénévole

Un concours de photos pour célébrer l'engagement des bénévoles

Le jury du concours de photos Imager l'action bénévole, lancé par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec, a dévoilé les photos primées au mois de mai.

Les membres du comité de sélection devaient retenir une photo dans chacune des catégories suivantes :

- L'action bénévole au quotidien;
- Les bénévoles aînés en action;
- Les activités intergénérationnelles.

Par ailleurs, le jury a décidé de créer une catégorie spéciale afin de permettre d'élire le "Coup de cœur" en raison de la qualité des sujets proposés. Au total, les juges ont retenu cinq photos qu'on peut découvrir un peu plus bas en ouvrant le fichier PDF. En plus d'un séjour en hôtel de villégiature ou d'un certificat-cadeau, les photographes des images

gagnantes recevront leur oeuvre laminée en guise de souvenir de leur participation.

Lancé à l'occasion du 5 décembre, *Journée internationale des bénévoles*, ce concours vise également à souligner le 10e anniversaire de l'avènement de l'Année internationale des bénévoles. La FCABQ pourra également constituer sa propre banque de photos pour ses différents outils de communication.

Le jury était composé de Julie Dussault, photographe professionnelle; Marcel Langlais, membre du conseil d'administration de la FCABQ; Patricia Morin, responsable des communications à la FCABQ, le tout sous la coordination de Marie-Marthe Lespinay, agente de développement à la FCABQ.

Les photos gagnantes se trouvent au www.fcabq.org



Crédit photo : medalp.eu/fr/?tag=euroregion.

Merci Quebecor!

Le CABM tient à remercier les Activités philanthropiques de Quebecor pour l'incroyable visibilité offerte gratuitement en avril dans les Journal de Montréal, 24 heures, TV Hebdo et Mirror. C'est la troisième fois en quatre ans que Quebecor offrait pareille visibilité au CABM. Nous, au nom des quelque 1000 OBNL qui utilisent nos services de recrutement de bénévoles, les remercions du fond du cœur.



Le CABM

Le CABM, fondé en 1937, est un organisme de promotion de l'action bénévole, offrant des services de recrutement, d'orientation et de placement de bénévoles ainsi que de formation de coordonnateurs de bénévoles. Il organise une variété d'activités promotionnelles en collaboration avec de nombreux organismes communautaires de Montréal. Il est également responsable du Bureau central des Services alimentaires bénévoles et du Fichier de Noël.

Le CABM est un organisme de Centraide du Grand Montréal, un membre fondateur de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), un collaborateur du Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) et un membre de Bénévoles Canada et de COMACO.

The VBM

The VBM has been promoting volunteerism in Montreal since 1937. Its services include the recruitment, orientation and placement of volunteers, the training of volunteer coordinators and the organization of a variety of other promotional activities in collaboration with a wide range of Montreal community organizations. It is also responsible for the Volunteer Food Services Central Office and the Christmas Index.

The VBM is a Centraide of Greater Montreal agency, a founding member of the Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), collaborator with the Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) and a member of Volunteer Canada and of COMACO.

Vous avez des bénévoles dont vous aimeriez souligner la contribution? Faites-nous parvenir textes et photos, nous les publierons avec joie dans le prochain numéro et/ou sur notre site web.

Vos commentaires, suggestions d'articles, anecdotes et témoignages sont toujours les bienvenus.