

L'INFO bénévole

Décembre 2018



Centre
d'action bénévole de
Charlevoix



Chers bénévoles, les conditions hivernales nous rattrapant très vite cette année, il me semble que Noël arrive plus tôt même si la date reste inchangée. Je me surprends alors à vous écrire ces vœux de Noël et me dire : «c'est déjà le 18 décembre». Eh bien oui, encore une année qui s'écoule dans notre vie, comme celle de notre organisme qui est devenu en juin 2018, le Centre d'action bénévole de Charlevoix. Et qui dit «Centre d'action bénévole» dit nécessairement la présence de vous tous, chers bénévoles, comme noyau central de notre réussite dans notre communauté.

Je le dis souvent et je vous le mentionne encore au cas où vous douteriez de l'importance de votre implication dans notre organisme; sans vous, des services comme la popote roulante, l'accompagnement-transport, les visites d'amitié, l'impôt bénévole et nos dîners communautaires ne pourraient bénéficier à toute notre communauté, et en particulier nos aînés et les gens plus défavorisés.

Je suis toujours très fier de nous voir tous réunis, travaillant ensemble au mieux-être de nos aînés qui bénéficient énormément de nos efforts déployés et mis en commun dans notre organisme. Je ne suis pas gêné de dévoiler chaque année, l'ensemble du travail que nous réalisons tous ensemble, l'équipe de travail, le conseil d'administration et vous chers bénévoles.

Alors au nom de toute l'équipe du Centre d'action bénévole de Charlevoix et de son conseil d'administration, je vous souhaite un très joyeux Noël rempli de moments heureux et agréables que vous partagerez en famille. Et pour l'année 2019, que vous souhaitiez d'autres que de la santé et le désir encore de nous aider à rendre plus agréable, la vie de nos aînés et des gens plus défavorisés.

Pascal Dassylva
Directeur général du CAB

MEMBRES HONORAIRES

Ces attestations sont décernées à

**THÉRÈSE GUAY GOBEIL
GILLES McNICOLL**

*Pour l'ensemble de leur implication au sein du
Centre d'action bénévole de Charlevoix*

L'équipe du CABC a profité de la journée internationale des bénévoles pour remercier tous les bénévoles et souligner l'implication exceptionnelle de deux de ses membres.

Mme Thérèse Guay Gobeil et M. Gilles McNicoll ont reçu, le 5 décembre dernier, le titre de membres honoraires lors d'un brunch organisé pour l'occasion.



Mme Thérèse Guay Gobeil



M. Gilles McNicoll




Ce matin, je suis invité à participer aux cuisines collectives pour hommes. On m'accueille dans la bonne humeur avec un bon café. On s'installe autour de la table pour feuilleter les circulaires, repérer les spéciaux et décider ensemble ce qu'on va préparer aujourd'hui. D'une page à l'autre, le menu s'élabore tranquillement: porc effiloché, soupe aux légumes, gâteaux aux bananes...



On doit également se concocter un repas pour le dîner. Lorsqu'ils décident de cuisiner de l'aiglefin avec une sauce béchamel, je regrette de ne pas pouvoir rester avec eux.

En discutant avec mes comparses, je comprends mieux le but de cette activité offerte à tous les hommes de 18 ans et plus, un vendredi par mois. Même si à la fin de la journée, chacun repart avec ses portions à petit prix, la plupart sont ici pour rencontrer des gens, passer du bon temps, et pourquoi pas, parfaire leurs habiletés en cuisine.





Aujourd'hui, nous sommes cinq. Comme les doigts de la main, nous nous partageons les tâches. Deux d'entre-nous vont faire l'épicerie, les autres commencent la préparation. Pendant que les bananes dégèlent, on coupe les légumes et on prépare le bouillon pour la soupe.



Au moment où M.Girard, l'animateur-bénévole, revient avec l'épicerie, je dois malheureusement retourner travailler. Je les laisse à leur préparation en leur promettant de venir partager le dessert avec eux. Quand je reviens, un peu plus tard, un gros morceau de gâteau attend que je le dévore sur la table. Délicieux!

En 2019, j'espère bien avoir l'occasion de participer de nouveau aux cuisines collectives pour hommes. Cette fois-ci, je compte bien participer à toutes les étapes de cette activité qui me rappelle les beaux jours où l'on préparait, en famille, un festin pour nos réceptions des Fêtes.

Joignez-vous à nous!

Steve Therrien
Agent de communication



Félicitations

à nos gagnantes du tirage mensuel.

Merci de votre
implication!

Dominique
Duchesne



Septembre



Yvette
Imbeault

Octobre

Diane
Bilodeau



Novembre

De la grande visite au



Centre d'action bénévole de
Charlevoix

Le 15 novembre, Mme Sylvie Boucher, députée de Beauport-Côte-de-Beaupré-île-d'Orléans-Charlevoix, est venue donner un coup de main à l'équipe de bénévoles de la Popote Rouli-Roulante.



Merci!

Le 12 décembre, Mme Émilie Foster, députée de Charlevoix-Côte-de-Beaupré, accompagnée de son équipe, est venue faire le service lors du dîner communautaire.

Merci!



Les ateliers pour s'oxygéner

Ce sont huit ateliers créés pour amener les proches aidants à se reconnaître, à mieux définir leur rôle et à recevoir tout le soutien physique et psychologique dont ils ont besoin.

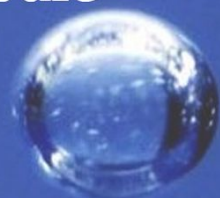
Les jeudis, du 14 mars au 2 mai,
de 13h30 h à 16h00, au
Centre d'action bénévole de Charlevoix
367 rue St-Étienne à La Malbaie

C'EST GRATUIT !

Inscription obligatoire

Pour information : Martine Lavoie

T. 418 665-7567



Ces ateliers sont rendus possibles grâce au soutien financier de l'Appui Capitale-Nationale



L'APPU

POUR LES
PROCHES AIDANTS
D'ÂÎNÉS

CAPITALE-NATIONALE

INFO-AIDANT

1 855 852-7784

lappui.org