



Volume 11 : numéro 2

JUIN 2018

JOURNAL DES BÉNÉVOLES

Le Lien



Sommaire du journal

Mot de la chef de service bénévolat	2
Mot du président	2
Nouvelles de l'Association	3
Témoignage « Un bonjour, au fil du temps »	3
Bienvenue aux nouveaux bénévoles	3
Réflexion sur le bénévolat	4
Joyeux anniversaire	4
Prochaine parution et date de tombée	4

Mot de la chef de service bénévolat

par Manon Lamarre



WOW, quelle belle assemblée générale! Vous étiez nombreux et motivés, avec pour résultat que nous avons maintenant un conseil d'administration complet. J'aimerais ici souligner le départ de Monsieur Yvan Brodeur après de très nombreuses années à siéger au sein du conseil d'administration. Un merci tout spécial à vous **Monsieur Brodeur** pour tout le dévouement dont vous avez fait preuve envers l'Association. Je souhaite la bienvenue dans l'aventure aux nouveaux membres, **messieurs Jean-Pierre Lefoll, Yves Denis et Louis-André Grégoire et un grand merci à mesdames Murielle Brossoit, Jacqueline Desmarais, messieurs Pierre Leclerc et Gaston Roussel** qui poursuivent leur mandat.

Un déménagement réussi où la collaboration des bénévoles est soulignée. La clinique d'ophtalmologie et les activités de chirurgie de la cataracte sont maintenant situées au Centre de santé Desjardins à côté de l'hôpital. La collaboration des bénévoles et leur accueil chaleureux auprès des usagers ont été mentionnés dans un article paru dans l'espaceCISSMO. Encore une fois, vous pouvez être fiers de votre précieuse présence auprès de la clientèle.

Lors de l'assemblée générale, nous avons remis une plaquette d'identification linguistique aux bénévoles qui le désiraient. Cette plaquette jaune est très visible et permet un meilleur accueil aux usagers ne parlant pas facilement le français. N'oubliez pas de l'accrocher sur votre sarrau.

Un proverbe nous dit : **« Quand un homme a faim, mieux vaut lui apprendre à pêcher que de lui donner un poisson »**. Ce proverbe s'applique très bien à votre rôle lorsque vous êtes présents à un des guichets d'accueil. On peut être tenté d'être très serviable auprès des gens en faisant les manipulations à leur place, cependant il est préférable de leur indiquer la marche à suivre et les laisser eux-mêmes appuyer sur les boutons et scanner leur carte d'assurance maladie. Ainsi une prochaine fois, ils sauront comment procéder même s'il n'y a pas de bénévole en place. Un peu plus loin dans ce journal, vous aurez le privilège de lire un témoignage de Madame Carole Roy Leboeuf, bénévole avec vous depuis quelques mois. Lors d'un échange que nous avons eu, j'ai été très touchée par ses commentaires concernant ses débuts en bénévolat à l'hôpital. De l'inconfort et de l'insécurité des premiers moments, elle est passée à une qualité de présence auprès des usagers qui lui apporte beaucoup. Votre travail n'est pas toujours facile, vous êtes témoin de souffrance et vous recueillez des confidences. N'oubliez pas de prendre soin de vous à travers tout cela. Merci Madame Roy Leboeuf de nous partager vos réflexions.

Un **MERCI tout spécial** est adressé à **monsieur Pierre Bergeron**, bénévole, pour sa grande implication dans la recherche de commandites pour les cadeaux « Reconnaissance » remis à nos bénévoles selon leur année d'ancienneté.

« Un jour d'été parfait c'est un jour où le soleil brille, où une légère brise souffle, où les oiseaux chantent et où la tondeuse à gazon est en panne ». Je vous souhaite à tous un été exceptionnel, rempli de journées parfaites, sans tondeuse à gazon 😊 avec beaucoup de plaisir et de belles rencontres.

Mot du président et nouvelles de l'Association

par Gaston Roussel



Je voudrais profiter de ce moment afin de remercier tous et chacun pour l'année qui vient de se terminer. Le succès d'une organisation repose sur tous ses membres et tous les intervenants directs ou indirects qui, à différents moments, ont pu avoir une influence sur les choix et la direction que l'Association a pris au cours de l'année.



Je remercie **la direction de l'hôpital** qui supporte notre Association en lui fournissant le personnel, les outils, les équipements et le budget nécessaire à l'atteinte de ses objectifs. Je remercie **M^{me} Manon Lamarre** pour ses interventions et conseils qui m'ont servi de base de réflexion dans plusieurs dossiers. Je remercie **M^{me} Lise Boursier** qui permet à l'Association de rester en contact avec les membres et qui mène de main de maître la destinée du journal Le Lien. Je remercie **M^{me} Sylvie Rouillier** pour l'offre de partenariat avec la Fondation de l'Hôpital qui nous sera d'une aide précieuse pour les années à venir. Je remercie **M^{me} Micheline Tellier** aussi pour l'offre de partenariat avec le Comité des usagers. Je remercie **M. Jean-Denis Lefebvre** qui m'est de bon conseil dans l'organisation de nos

assemblées générales et annuelles. Je remercie **Jade** pour son aide précieuse lors des réunions du conseil. Je remercie également **les membres du conseil** pour leur implication et leur support durant cette dernière année.

Et, finalement, je vous remercie **vous les membres de l'Association**. Je vous remercie pour l'ensemble des interventions dans vos rôles respectifs et pour la qualité des services rendus. Je vous remercie pour votre professionnalisme et l'image positive que vous projetez et qui reflètent entièrement sur l'Association. Je vous remercie pour vos sourires adressés aux usagers, au personnel de l'hôpital, aux patients. Je vous remercie pour l'intérêt que vous démontrez envers votre Association. Vous l'avez prouvé dernièrement par votre haut taux de participation au dernier dîner de la Semaine de l'Action Bénévole célébrée en mai.

suite >>>>

Je vous remercie pour votre participation à l'assemblée annuelle qui nous a permis d'élire quatre nouveaux membres au sein du conseil et en prime par voie d'élection. Je vous remercie également pour la façon dont vous vous êtes comportés durant les moments difficiles; vous nous avez démontré votre fierté et votre désir ardent à préserver l'image de l'Association au sein de l'Hôpital Anna-Laberge. Je vous en remercie.

Je termine en vous disant que je suis extrêmement fier de faire partie de votre équipe et je compte sur vous pour l'année qui vient. En attendant, je vous souhaite un merveilleux été et de très belles vacances à celles et ceux qui auront la chance d'en prendre. Merci.

NOUVELLES DE L'ASSOCIATION

- ◆ Nous sommes heureux de vous annoncer que les fauteuils-lit pour les gens qui accompagnent les malades qui sont en fin de vie aux soins palliatifs sont arrivés et installés dans les chambres des patients.
- ◆ Nous avons distribué, lors du dîner de la Semaine de l'Action Bénévole, les lanières et les crayons à l'effigie de l'Association. Celles et ceux qui ne l'ont pas reçu, présentez-vous au bureau pour vous les procurer. Nous vous demandons de les porter avec fierté.
- ◆ Voilà assez patienté, il me fait plaisir de vous présenter votre nouveau conseil d'administration :
M. **Yves Denis** (vice-président), M. **Jean-Pierre Lefoll** (trésorier), M^{me} **Murielle Brossoit** (secrétaire), M^{me} **Jacqueline Desmarais** (directrice), MM. **Louis-André Grégoire**, **Pierre Leclerc** (directeurs) et **moi-même**, votre président.



Je tiens à remercier M. **Yvan Brodeur** qui a siégé au sein du conseil pendant de nombreuses années. Yvan agira comme conseiller au président. Plus de 60 personnes ont participé au dîner de la Semaine de l'Action Bénévole. Nous avons failli manquer de chaises, quel beau problème.... Nous avons aussi manqué d'assiettes mais le problème a été rapidement résolu. La grande majorité est restée pour l'assemblée annuelle. Merci de votre participation; cela a été très long cette année, mais je vous promets des changements qui vont accélérer le processus dès l'an prochain.



C'est avec tristesse que nous vous informons du décès de monsieur **Jean-Marie Fortin**, époux de madame Pierrette Boudrias, bénévole en soins spirituels. Nos plus sincères condoléances à tous les membres des familles éprouvées.

Un témoignage...

par Carole Roy Leboeuf

Un bonjour, au fil du temps

C'est suite à une invitation de la part de la responsable des bénévoles Manon Lamarre qu'il me fait plaisir de vous faire un petit récit sans prétention de ma toute récente venue au sein de votre admirable équipe. Ce n'est pas tous les jours que l'être humain a cette chance d'être accueilli le cœur sur la main, d'où votre belle devise emblématique.



C'est à mon tour de « bénévoler » pour le bien commun. J'ai senti dès le début vos sourires accueillants. Par la suite, j'ai reçu beaucoup d'aide, des renseignements clairs, des recommandations judicieuses dans le but de me faciliter les choses. Au début, comme dans tous les débuts, on se sent dans une zone d'inconfort lié à l'inconnu. D'où mon titre : « Au fil du temps ». Les choses prennent le temps qu'il faut. Si l'on ne se sent pas bousculé, on arrive, je pense, à de bons résultats positifs. Finalement de fil en fil, de fois en fois, je me suis mise en mode **PERSÉVÉRANCE**. Dans tout nouveau projet, on doit prendre racine et ce n'est pas en quelques tentatives infructueuses qu'on peut se faire une idée de l'engagement auquel on a donné notre accord.

Ma mise fut l'espérance du recommencement et j'aspire toujours à devenir à mon tour un autre « cœur sur la main ». Puisque mon bénévolat est celui de visites amicales aux patients aînés sur les étages, je me suis taillé un chemin comme dans un beau jardin fleuri. Je l'ai fait progressivement, en douceur, avec le personnel, mes collègues bénévoles et tous les autres qui veulent bien partager avec moi. Le bilan est fait de découvertes humaines riches que je côtoie lors de mes visites à l'hôpital Anna-Laberge, une panoplie d'émotions, de confidences et de silences. De fil en fil, j'apprends, j'offre un peu de réconfort et ma zone d'inconfort devant l'inconnu du début s'apprivoise. Le chemin va dans la bonne direction, AIMER et AIMER, et une surprise inattendue surviendra un beau jour. Quelqu'un te dira avec son vieux français d'autrefois : tu as mis de la lumière dans mon « ennuyance ». Tu sauras que ce temps partagé fût apprécié. Le fondement du bien commun grandira et la motivation restera. Le temps fait son œuvre...

Amicalement.

BIENVENUE AUX NOUVEAUX BÉNÉVOLES



Jacqueline Delsemme



Joanne Frenette



Alyda LaVallière



Yves Martin

Réflexion sur le bénévolat

par Henry Rodriguez, intervenant en soins spirituels

Profiter de la vie (partie 2 et fin de l'article)

5. Chassez la culpabilité

Le sentiment de culpabilité est un véritable poison de l'existence. Vous vous sentez coupable dès que vous trouvez plaisir à quelque chose. Vous vous sentez coupable de n'avoir pas agi correctement ou parfaitement. Bref, la culpabilité est une prison où s'installent la honte et le manque d'estime personnelle. Faites en sorte de vous libérer de ce faux sentiment qui ne repose sur rien et qui entrave votre vie.

6. Sortez de la maison et prenez l'air

Vous n'êtes pas tenus d'aller jusqu'au bout du monde pour découvrir des merveilles. Sachez explorer ce qu'il y a autour de vous, comme les produits de votre région, la nature qui la distingue des autres. Faites connaissance avec vos voisins et allez visiter vos amis et votre famille.

7. Faites du sport

L'activité physique accomplie régulièrement procure la bonne forme et libère l'hormone du bonheur. Nul besoin de vous inscrire à des cours d'entraînement ou à des sports qui ne vous conviennent pas. La marche est le sport par excellence, car elle est accessible à tous.

Oubliez votre véhicule et enfiler des vêtements confortables et des chaussures convenant pour chaque saison. Adoptez la marche sportive, rapide et soutenue. En hiver, privilégiez les premières heures du jour pour profiter de la lumière. Cette activité toute simple et peu coûteuse redessinerait doucement votre silhouette, si elle est pratiquée quotidiennement.

8. Simplifiez-vous la vie

Faites le ménage en éliminant les objets superflus qui traînent et qui fatiguent votre vue depuis plusieurs années. Mener une vie simple représente un bon moyen d'accéder au bonheur et de profiter de la vie sans les petits irritants. Posséder davantage de biens se traduit souvent par avoir davantage de préoccupations.

9. Lutte contre l'ennui

Rire davantage est le meilleur moyen pour contrer l'ennui. Entourez-vous de ceux qui vous font rire. Regardez et lisez des œuvres humoristiques. Jouez des tours gentils à ceux que vous aimez pour les égayer. Ces petits gestes chasseront les pensées négatives de votre journée.

10. Créez des occasions festives

Mangez et buvez ce qui vous fait envie, et disons-le, sans excès! Trouvez le temps d'aller au cinéma, de jouer dans la neige avec vos enfants et vos petits-enfants. Organisez des rencontres imprévues et simples, à la dernière minute, dans le but de vous sortir du quotidien. Vous ferez plaisir à vos proches et vous vous ferez du bien. Donner et partager font partie des grandes satisfactions de la vie.

Conclusion

En définitive, les façons de profiter de la vie sont faciles à trouver, à la condition d'ouvrir nos horizons, de ne pas nous laisser anéantir par les soucis et de nous concentrer sur les moments heureux que la vie nous présente».

Jacinthe Dompierre, rédactrice Canal Vie
www.canalvie.com > Santé-Beauté > Bien-être > Articles - Bien-être



JUIN		JUILLET		SEPTEMBRE	
Clarice Glen Mullen	02	Fête du Canada	1		
Lise Tremblay	02	Lise Boursier	4	Monique Labelle	2
Arthur Lejeune	05	Yvonne Dumas	4	Odette Pottie	2
Fête des Pères	17	Gisèle Pomerleau	4	Fête du Travail	3
Rita Mainville	18	Murielle Brossoit	6	Manon Beauregard	8
Rita Gervais	20	Ethel Thompson	7	Cécilia Fontaine	10
Daniel Beaubien	22	Réjeanne Laliberté	7	Pierre Bergeron	11
Amal Zrelli	22	Yvan Brodeur	13	Marie-Reine Laberge	12
Fête nationale du Qc	24	Gaston Roussel	13	Christiane Quesnel	13
Francine Bourgeois	25	Réjean Cyr	19	Roger Royer	16
Lyne Paquette	25	Georgina Colton	22	Ann Ogilvy	21
Judy Gaudet	25	Muguette Côté	24	Angela Geoffedo	28
Claudette Dubuc	27	Carole Roy Leboeuf	28	Jacques Laberge	30
Michel Turgeon	30	AOÛT			
		Raymond Baril	10		
		Lucie Langevin	11		
		Diane Zimmer	24		

Date de tombée pour la prochaine parution : 31 août 2018
Date de sortie de la prochaine édition : 14 septembre 2018