



Volume 12 : numéro 1

MARS 2019

JOURNAL DES BÉNÉVOLES

Le Lien



Sommaire du journal

Mot de la chef de service bénévole	2
Semaine de l'action bénévole 2019	2
Mot du président	3
Nouvelles de l'Association	3
Réflexion sur le bénévolat	4
Prix Inspiration 2018	4
Six nouveaux bénévoles — Bienvenue	5
Divertissement	5
Très beau texte... à mettre en pratique autant que possible...	6
Les 12 clés — La chance des + 50 ans	7
Bonne fête des Mères	7
Anniversaires	8
Joyeuses Pâques	8
Prochaine parution et date de tombée	8

Mot de la chef de service bénévolat

par Manon Lamarre



Avec le printemps nous arrive toujours la Semaine de l'action bénévole. Pourquoi au printemps? Personnellement, je dirais que c'est parce que vous apportez soleil, chaleur, énergie et bien-être à tous. La Semaine de l'action bénévole, c'est le moment des remerciements officiels. Mais pourquoi dire merci? Dire merci, c'est faire prendre conscience à l'autre que son geste, son service, son cadeau, ou même son être a de la valeur et que nous lui en sommes reconnaissant. Dire merci, c'est montrer à l'autre qu'il est important pour nous.

Lorsque vous remerciez une personne, vous lui dites que vous reconnaissez et valorisez le temps qu'elle vient de vous accorder. Vous lui dites avec un mot de 5 lettres, qu'elle a bien fait ce qu'elle devait faire et que vous lui devez quelque chose.

Vous reconnaissez ainsi ses efforts et vous lui montrez qu'elle a gagné votre confiance. Vous lui montrez, avec un simple merci, que vous vous êtes senti apprécié dans le geste qu'elle a eu pour vous et que vous en tirez une certaine affection pour elle.

D'autre part, dire merci à quelqu'un, c'est lui dire également que vous êtes heureux que cette personne soit entrée dans votre vie, bien que ce soit un court instant. Avec un simple mot, vous dites donc quelque chose qui n'a pas de prix, mais une valeur infinie.

Je vous souhaite de recevoir une multitude de mercis à tous les jours pour tout ce que vous faites et pour tout ce que vous représentez.

Manon Lamarre
Chef de service bénévolat
CISSS de la Montérégie-Ouest



Semaine de l'action bénévole Du 7 au 13 avril 2019

Campagne 2019 Et si on osait... bénévoler!



La solidarité et l'entraide existent depuis le début de l'humanité. Bien que l'individualisme prenne parfois le dessus sur la nature profonde de l'être humain, il est plus important que jamais que les communautés osent placer ces valeurs au centre de leurs préoccupations.

Bénévoler* est un verbe que l'on aime utiliser même s'il n'est pas encore reconnu dans le vocabulaire de la langue française, parce qu'il reflète les nouveaux modèles d'engagement social. Véritables pierres angulaires des organismes communautaires, les personnes qui osent bénévoler ont un véritable impact sur la collectivité.

La société québécoise offre une palette diversifiée et illimitée d'opportunités qui peuvent combler les attentes de chacune et chacun souhaitant s'engager bénévolement.

Oser bénévoler, c'est trouver un équilibre entre implication bénévole, vie professionnelle et personnelle. De plus, s'entraider et être solidaires les uns avec les autres améliorent la santé psychologique et physique. Cela permet également d'entretenir un lien social et d'ouvrir des opportunités de carrière.

Le Québec doit oser bénévoler davantage! Cette année, et pour toutes les autres à venir, nous voulons que les Québécoises et Québécois osent être solidaires les uns avec les autres. **Ayez l'audace de faire le pas - osez bénévoler.**

* Définition du verbe bénévoler selon la FCABQ : Verbe transitif (*du latin benevolus qui signifie bonne volonté*), s'engager, être volontaire de façon non rétribuée et librement choisie au sein d'une cause. Exemple : Je bénévoler à l'Hôpital Anna-Laberge.

Mot du président

par Gaston Roussel



L'année financière se termine le 31 mars. Nous sommes donc à la veille d'une nouvelle année. Lorsque vous lirez ces lignes, nous y serons déjà. Nous espérons qu'elle soit un peu plus calme que la dernière. Durant cette dernière année, nous avons procédé à plusieurs changements à différents niveaux afin de mener à bien la mission de l'Association. Plusieurs changements surtout au niveau administratif et bureau ont permis de solidifier la base afin d'en faire profiter les opérations. Les membres du conseil ont appris à se connaître, à identifier leurs forces, leurs faiblesses et leurs compétences, qu'ils ont accepté de partager ensemble pour le bien des usagers et des membres de l'Association. Il est important, afin d'assurer une continuité dans la gestion et l'orientation de l'Association, de garder intact son groupe d'administrateur. À tout le moins si vous êtes satisfait de leur rendement, bien entendu. Il y aura quatre administrateurs sortants cette année. Il s'agit de

M^{me} Jacqueline Desmarais, M. Pierre Leclerc, M. Louis André Grégoire et moi-même. Je vous invite à participer en grand nombre au dîner de la Semaine de l'action bénévole qui sera suivi de l'Assemblée annuelle de votre Association. Je vous promets que cette année, l'Assemblée annuelle sera de courte durée; non pas que nous n'ayons rien à dire, mais soyez assurés que nous serons beaucoup mieux préparés.

Je tiens à vous remercier pour votre appui, votre support, vos encouragements durant ces deux années passées à votre service. Il y a eu certes des moments difficiles, mais aussi des moments que je qualifierais de très agréables. Je tiens à remercier particulièrement les dames du bureau qui ont fait face à des défis toute l'année et qui ont su les relever de main de maître; merci **Manon Beauregard, Johanne Frenette, Madlynn L'Espérance et Cécilia Fontaine**. Vous avez été d'une aide extrêmement précieuse tout au long de ces années. Un grand merci à tous les membres pour l'excellence de votre travail dans les différentes cliniques et autres activités de l'Association. Vous avez été extrêmement efficaces et professionnels dans vos domaines respectifs. Le succès de l'Association passe inévitablement par vous tous.

Merci de venir célébrer avec nous lors du dîner de la Semaine de l'action bénévole qui aura lieu, cette année, le 30 avril. Il me fera un grand plaisir de vous y accueillir. Vous recevrez bientôt une invitation officielle.

Bon printemps à tous!



NOUVELLES DE L'ASSOCIATION

La clinique de sang de Héma Québec s'est déroulée le 17 décembre dernier et a atteint son objectif de 50 donateurs. Merci à tous les bénévoles qui ont permis que cette activité se déroule avec succès.

La formation « Dans la peau d'un aîné » a été offerte à un total de 24 bénévoles. La formation a été très appréciée et a été suivie par une présentation de « La politique de lutte contre la maltraitance envers les aînés et les personnes majeures en situation de vulnérabilité ». **Si vous n'avez pas eu l'opportunité d'y participer mais aimeriez le faire, vous pouvez laisser votre nom au bureau et nous pourrions éventuellement offrir ces deux activités à nouveau à l'automne, si vous êtes assez nombreux.**



N'oubliez pas de noter à votre agenda :

- ◆ La Semaine de l'action bénévole (du 7 au 13 avril 2019)
- ◆ Le dîner des bénévoles le 30 avril 2019
- ◆ L'assemblée générale annuelle le 30 avril 2019

Réflexion sur le bénévolat

par Henry Rodriguez, intervenant en soins spirituels

Être bénévole, une expérience enrichissante!

Faire du bénévolat est généralement considéré comme une activité altruiste par laquelle un individu ou un groupe offre des services qui vont contribuer au bénéfice d'autres personnes ou une institution en particulier.

Sur Wikipédia, on trouve la définition qui suit sur le bénévolat : *“ Volunteering is generally considered an altruistic activity where an individual or group provides services for no financial or social gain to benefit another person, group or organization ”.*

Dans le milieu de la santé, le service du bénévolat est un service voué à l'humanisation des soins hospitaliers. Le Service du bénévolat à l'hôpital recrute des femmes et des hommes désireux de consacrer leur temps au réconfort et au mieux-être des personnes hospitalisées, des personnes qui viennent pour des rendez-vous médicaux ou pour leurs proches. Les bénévoles assurent auprès de ces dernières une présence et une écoute. Par leur implication, les bénévoles participent à l'humanisation des soins. Ainsi, le bénévole collabore à l'amélioration de la qualité de vie, de soins et de services dans notre institution.

On entend souvent des témoignages comme : « Je me suis fait aider par un des bénévoles. Ils sont d'une grande aide, courtois, gentils et sont de bonnes références pour nous guider dans l'hôpital. Un énorme merci! ».

Le bénévole fait une différence dans la vie de personnes qui viennent à l'hôpital, leurs proches, les médecins, le personnel soignant et le personnel administratif. Le bénévole fait cette différence quand il interagit et communique avec respect, souci, compréhension et compassion; quand il procure de l'information pertinente et appropriée aux patients, à leurs familles, quand il le fait au bon moment et d'une façon transparente et compréhensible. C'est un plus pour tous les professionnels de la santé. Les bénévoles forment une partie intégrale dans la philosophie de l'humanisation de soins de notre institution. Soit par l'accueil, l'écoute, l'aide ou simplement en donnant du temps. Les bénévoles sont une ressource très importante pour notre hôpital. ***Vous êtes important.***

Faire un cadeau de votre présence procure un sentiment extraordinaire de bien-être et de satisfaction!

Prix Inspiration 2018 : des bénévoles au grand cœur!

Dans le cadre des Prix Inspiration 2018, deux bénévoles (**M^{me} Cécilia Fontaine** et **M. Henri Langlois**) ont été chaleureusement reconnus pour leur dévouement envers nos usagers et nos résidents.



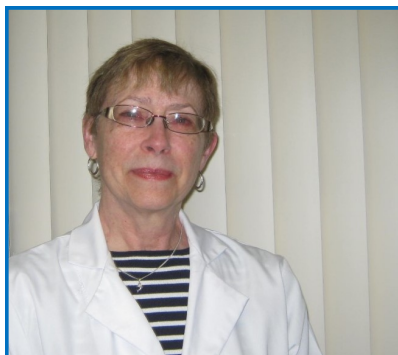
Madame Cécilia Fontaine

Madame Fontaine est bénévole à l'Hôpital Anna-Laberge depuis plus de 21 ans! Pilier de l'Association des bénévoles de l'hôpital, elle a été membre de son conseil d'administration pendant huit ans et assure maintenant la trésorerie depuis 10 ans. M^{me} Fontaine est l'un des premiers visages de l'Association, car elle accueille les nouveaux bénévoles, les rassure et les dirige vers le service qui leur convient. Elle est également bénévole auprès des personnes âgées au CHLSD Champlain à Châteauguay. Sa présence est riche et précieuse. Elle porte une écoute attentive empreinte de discrétion et de non-jugement. Elle est disponible et efficace au service de l'Association, de ses membres et des usagers. ***Pour ces nombreuses années, merci, M^{me} Fontaine!***

Encore merci à vous et à l'ensemble des bénévoles du CISSS de la Montérégie-Ouest. Votre travail est indispensable!

Six nouveaux bénévoles

**B
I
E
N
V
E
N
U
E**



Francine Foster



Nancy Mailloux



Richard Himbeault



Aubert Martin



Richard Provost

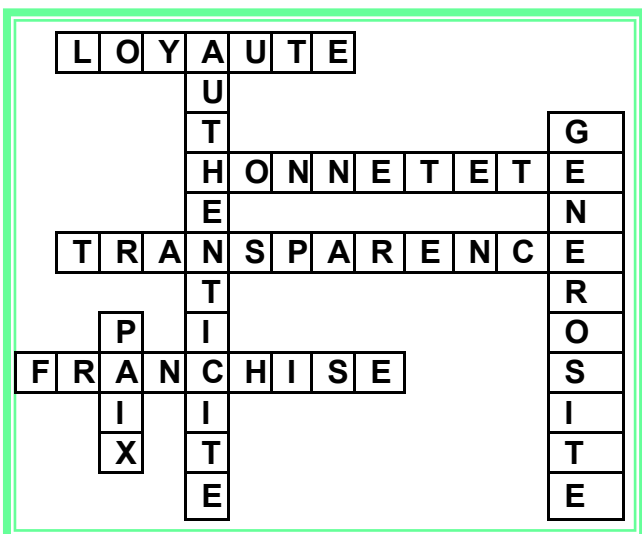


Michel Turgeon

Divertissement

*Valeurs reliées au bénévolat
mentionnées dans le numéro
de décembre 2018*

RÉPONSES



Très beau texte...à mettre en pratique autant que possible...

texte remis par Lise Boursier, bénévole

Très beau texte...à mettre en pratique autant que possible....

À peine la journée commencée et ... il est déjà six heures du soir ...
 À peine arrivé le lundi et c'est déjà vendredi.
 ... et le mois est déjà fini.
 ... et l'année est presque écoulée.
 ... et déjà 40, 50 ou 60 ans de nos vies sont passés.
 ... et on se rend compte qu'on a perdu nos parents, des amis.
 et on se rend compte qu'il est trop tard pour revenir en arrière ...

Alors... Essayons malgré tout, de profiter à fond du temps qu'il nous reste ...
 N'arrêtons pas de chercher à avoir des activités qui nous plaisent ...
 Mettons de la couleur dans notre grisaille ...
 Sourions aux petites choses de la vie qui mettent du baume dans nos cœurs.
 Et malgré tout, il nous faut continuer de profiter avec sérénité de ce temps qui nous reste.

Essayons d'éliminer les « après » ...
 je le fais après ...
 je dirai après ...
 j'y penserai après ...
 On laisse tout pour plus tard comme si « après » était à nous.

Car ce qu'on ne comprend pas, c'est que :

après, le café se refroidit ...
 après, les priorités changent ...
 après, le charme est rompu ...
 après, la santé passe ...
 après, les enfants grandissent ...
 après, les parents vieillissent ...
 après, les promesses sont oubliées ...
 après, le jour devient la nuit ...
 après, la vie se termine ...

Et après c'est souvent trop tard

Alors... Ne laissons rien pour plus tard ...

Car en attendant toujours à plus tard, nous pouvons perdre les meilleurs moments,
 les meilleures expériences,
 les meilleurs amis,
 la meilleure famille ...

Le jour est aujourd'hui... L'instant est maintenant ...

Nous ne sommes plus à l'âge où nous pouvons nous permettre de reporter à demain ce qui doit être fait tout de suite.



Alors voyons si vous aurez le temps de lire ce message et ensuite de le partager/copier.

Ou alors vous le laisserez peut-être pour ... « plus tard » ...

Et vous ne le partagerez « jamais »

Boucar Diouf

Les douze clés
La chance des + 50 ans

texte remis par Cécilia Fontaine, bénévole
 texte remis par Lise Boursier, bénévole



- | | |
|--------------------|-------------------------------|
| L'enthousiasme ... | Clé du succès |
| Le sourire ... | Clé de la joie |
| Le partage ... | Clé de l'amitié |
| L'optimisme ... | Clé du bonheur présent |
| Le travail ... | Clé de l'épanouissement |
| Le calme ... | Clé de la maîtrise de soi |
| Le silence ... | Clé des découvertes |
| Le don ... | Clé de la richesse |
| Le pardon ... | Clé de la sérénité intérieure |
| L'ordre ... | Clé de la planification |
| La discrétion ... | Clé de l'harmonie |
| L'amour ... | Clé de la joie de vivre |

Auteur anonyme

La chance DES + 50 ANS

Argent dans les cheveux,
Or dans les dents,
Gailloux dans les reins,
Sucre dans le sang
Plomb dans les pieds,
Fer dans les articulations,
 Source inépuisable de
gaz naturel.

**VOUS NE PENSIEZ PAS
 ACCUMULER TANT
 DE RICHESSE !**

santé+

Bonne fête des Mères

texte remis par Thérèse Reid-Laberge,

LA MÈRE

La mère est l'âme du foyer.
 Sa seule présence fait notre joie.
 Et, si elle vient à nous manquer,
 C'est le grand désarroi.

Les amitiés souvent varient
 Tout au long de notre vie.
 Mais l'amour d'une mère
 Dure la vie entière.

BONNE FÊTE MAMAN

Dimanche, 20 mai 2019



Anniversaires



MARS

Yves Martin	06
Michel Morin	07
Claudette Tremblay	07
Journée de la Femme	08
Changement d'heure	10
Carlos Borges	12
Louis André Grégoire	12
Louise Riel	13
St-Patrick	17
Nicole Borges	18
Marie Girard-Renaud	18
Arrivée du printemps	20
Joanne Frenette	23
Henry Rodriguez	26
Nicole Mongrain	31

AVRIL

Francine Foster	04
Marjolaine Poirier	06
Pierrette Boudrias	06
Richard Provost	19
Vendredi Saint	19
Pierre Nadeau	20
Joyeuses Pâques	21
Francis Arsenault	22

MAI

Fête des Travailleurs	01
Yves Denis	07
Simon Surprenant	07
Gisèle Fradette	08
Jacques Hurteau	12
Fête des Mères	12
Francine Souigny	19
Journée des Patriotes	20
Gisèle Châteleois	21
Nicole Hurteau	26
Jacqueline Delsemme	31

JUIN

Clarice Glaude Mullen	02
Lise Tremblay	02
Fête des Pères	16
Rita Mainville	18
Rita Gervais	20
Arrivée de l'été	21
Daniel Beaubien	22
Fête nationale du Québec	24
Francine Bourgeois	25
Lyne Paquette	25
Judy Gaudet	25
Arthur Lejeune	30
Jean Lamarche	30
Suzanne Bruneau	30



Date de tombée pour la prochaine parution : 24 mai 2019
Date de sortie de la prochaine édition : 28 juin 2019