INFO ABC

JUIN 2013, NUMÉRO 53

L'implication citoyenne c'est gagnant !

Dans le Cadre de la 39ième édition de la semaine de l'action bénévole qui s'est déroulé du 21 au 27 avril dernier le Centre a lancé la campagne : ***L'implication citoyenne c'est gagnant!*** Cette campagne réalisée en partenariat avec l'arrondissement Saint-Laurent et diffusée dans plus de 34 abribus du territoire laurentien avait pour objectif d'encourager la cohésion sociale et l'inclusion à l'aide du bénévolat dans le but de faire progresser socialement nos communautés, mais également de valoriser votre implication et de vous remercier vous les bénévoles, qui êtes des ressources indispensables, afin de créer une société plus forte et plus unie.

Une capsule Coup d'œil de trente seconde a également été réalisée et diffusée à l'échelle nationale soit sur les ondes de TVA et de LCN, afin de présenter l'initiative du Centre au grand public.

De plus, dans le cadre de cette campagne nous avons donné un bain de jouvence au site web du Centre ABC, afin de le rendre plus jeune et plus vivant. Des messages d'encouragement et des remerciements de la part des organismes pour vous bénévoles ont été inscrits sur une page de post-it spécialement conçue à cet effet. Tous les détails de la campagne sont présentés sur le site web du Centre ABC. Pour plus de détails: www.centreabc.org

De plus, un concours en lien avec cette campagne a également été mis sur pied. Ce quizz ayant pour titre : «La chasse aux abribus» avait comme objectif de retrouver l'emplacement géographique sur le territoire laurentien de dix abribus à l'effigie du Centre ABC. Ce jeu concours a été diffusé via les Nouvelles de Saint-Laurent, les médias sociaux et le site web du Centre ABC. Le gagnant sera dévoilé lors du Conseil d'administration du Centre qui se déroulera le 5 juin prochain au Centre des loisirs de Saint-Laurent.

Des classes de francisation au Centre ABC

Depuis l'hiver 2011, une belle collaboration unit le programme de francisation du Cégep de Saint-Laurent au Centre d'action bénévole et communautaire Saint-Laurent. En effet, deux fois par année depuis maintenant 3 ans, 10 étudiants de francisation ont l'opportunité d'accompagner les bénévoles du Centre dans l'itinéraire de la popote-roulante. Il s'agit de se rendre chez des personnes âgées ou handicapées pour leur remettre de très bons repas surgelés et d'échanger quelques mots cordiaux. C'est l'occasion pour nos étudiants de converser avec les bénévoles et les résidents et de découvrir l'arrondissement dans lequel les étudiants résidents. Lors de cette activité, ils découvrent également les services du Centre ABC auxquels ils peuvent recourir, mais dans lesquels ils peuvent s'investir s'ils le souhaitent. Un grand nombre de bénévoles sont des immigrants pour qui l'entraide est très importante.

Voici maintenant quelques témoignages d'étudiants qui ont participé à la popote-roulante du Centre ABC :

«Ce jour-là, j'étais avec mes collègues. Nous sommes arrivés à 10h au centre d'action bénévole de Saint-Laurent ABC et après avoir rencontré la directrice, nous nous sommes divisés en deux groupes et nous avons commencé notre activité. Cette activité-là était la livraison des repas congelés à des personnes âgées. Le bénévolat est une excellente façon d'apporter une contribution à votre collectivité et d'avoir un impact positif sur celle-ci ». Saloumeh Abedian-Marnani

«Ca a été une expérience unique et enrichissante. Ca me plairait de pouvoir partager plus de temps avec les personnes âgées. J'ai pu voir une réalité que plusieurs ne connaissent pas. Ce jour-là, j'ai connu des femmes agréables, j'ai pratiqué mon français, j'ai travaillé avec engagement et j'ai compris qu'il y a beaucoup de travail à faire». Monica Sanabria

Cécile Hernu, *Conseillère pédagogique*
Programme de francisation
Cégep de Saint-Laurent

Saint-Laurent une ville en santé !

Le dimanche 14 avril dernier, avait lieu la 21e édition de la Course Saint-Laurent organisée par le Club d'athlétisme Saint-Laurent Sélect. On constate ces dernières années une participation à la hausse, qui reflète la popularité grandissante de la course à pied au Québec, femmes et hommes, jeunes et moins jeunes. Cette année, il s'agissait d'une hausse de près de 20%, portant le nombre de participants à un record de 2 421 ! Un des principaux défis face à une telle croissance est de maintenir, voire accroître la qualité de l'organisation. C'est ce que l'organisation de la Course St-Laurent estime avoir réussi, cette année encore, grâce notamment au coup de main enthousiaste d'une cinquantaine de bénévoles, dont plusieurs provenaient du Centre ABC de Saint-Laurent. Les tâches étaient très diversifiées. À l'intérieur du garage municipal, il fallait voir aux inscriptions, à la mise en place et à la distribution du lunch offert à tous les coureurs après leur épreuve, à la bonne tenue de la base de données informatique suite aux inscriptions etc. À l'extérieur, les bénévoles ont aidé par exemple à la distribution d'eau aux 5 et 10 km, à la mise en place des aires de départ et d'arrivée, à leur démantèlement une fois les courses finies, etc. La présence de ces bénévoles a été cruciale, afin d'assurer la tenue d'un tel événement dans des conditions plaisantes et sécuritaires, et de permettre ainsi de vivre une belle expérience dans une atmosphère familiale et conviviale.

Jean-Luc Bédard, *Responsable des bénévoles*

Une soirée inoubliable

Un témoignage inspirant!

Voici un texte présenté lors de la soirée de reconnaissance par Oleg Stratiev un jeune bénévole de 20 ans du Centre ABC. Bonjour, je me présente mon nom Oleg, aujourd'hui je viens partager avec vous mon expérience. Personnellement, je me suis joint à l'équipe du centre ABC il y a environ 2 ans et depuis ce temps, je n'ai vécu que des expériences enrichissantes. Je l'ai fait dans le cadre d'un cours scolaire, mais j'ai tellement eu la piqûre pour le bénévolat que j'ai décidé de continuer de m'impliquer. Principalement, j'ai fait du bénévolat auprès des enfants du primaire, je les aidais à faire leurs devoirs. Cette activité m'a permis de découvrir la façon de penser des enfants, comment les approcher et comment les aider. Je leur ai appris des choses et ils ont fait pareil. Personnellement, ça m'a fait du bien et j'en ai appris plus sur moi-même. Je me sentais utile et ça me rendait confiant. Dernièrement, je me suis joint au comité jeune du Centre ABC. Le bénévolat permet d'établir beaucoup de contacts et de rencontrer des gens qui peuvent nous donner des conseils ou nous aider. De plus, il permet d'acquérir de l'expérience de travail dans un certain domaine, et de découvrir ce qu'on veut faire plus tard. Ce qui est bien au centre ABC, c'est qu'on va s'assurer que la tâche bénévole que tu feras, va t'intéresser et te sera utile. Si tu es un jeune étudiant qui hésite entre certains métiers, eh bien, on fera tout le possible pour que tu puisses faire du bénévolat dans les domaines qui t'intéressent et ainsi, faire ton choix. Le bénévolat, un mot si simple, mais pourtant si difficile à définir. Comme vous pouvez le voir chacun a sa propre définition. Pour quelqu'un c'est un geste de générosité, pour quelqu'un d'autre c'est une valeur, pour certains un devoir, pour d'autres un passe-temps. Mais peu importe la signification personnelle qu'on donne au bénévolat, il reste toujours une précieuse expérience de vie. En effet, tout le monde y gagne : notre collectivité retire un avantage au même titre que chacun de nous. Que nous fassions du bénévolat dans un hôpital, dans des organismes environnementaux, dans des garderies, les centres de réadaptation, nous aidons quelqu'un. Cette aide, non-rémunérée, vaut plus cher que l'argent. Personnellement, je crois que le bénévolat : fait disparaître les frontières et nous réunis tous autour d'un objectif commun : aider la communauté. Nous sommes l'action bénévole et soyons fiers de ce que nous accomplissons chaque jour pour notre communauté. C'est en partie grâce à nous qu'elle est plus forte et plus unie.

Une foire Santé à Saint-Laurent!

Une foire sur la Santé se déroulera prochainement au Parc Gohier de Saint-Laurent. Cet initiative du Centre Bon Courage est appuyé par le Centre ABC et plusieurs autres partenaires. Plusieurs exposants sur la santé et le bien-être seront présents, afin de répondre à vos questions. De plus, un cours de zumba et de yoga en plein air seront également offerts. Des activités pour les enfants seront également disponibles: ateliers de dessins, contes, clowns, magiciens et plusieurs autres. Une journée de plaisir et surprise vous attend.

Si le thème vous intéresse n'hésitez pas à vous y rendre le **1er juin 2013 prochain** entre **11 h et 15 h 30.**

Chers bénévoles,

L'été est à nos portes! Au nom du conseil d'administration et de toute l'équipe du Centre ABC nous profitons de l'occasion pour vous souhaiter beaucoup de joie et de soleil au cœur.

Nous ne vous dirons jamais assez à quel point vous êtes primordial au développement de notre communauté. «Le bénévolat a tellement de valeur qu'il n'a pas de prix», cette citation représente l'importance de chacune des actions bénévoles que vous posez. Vous êtes la voix du Centre et sa raison d'être.

Bon Été,

Dear volunteers,

Summer is there! The Board of directors and the ABC center team would like to wish you a lot of sun and some joy in your heart. The time you give to community don't have price and we would like to thank you again for your precious support. You are the voice of the ABC Center.

Have a good summer,

Assemblée générale public
Public general meeting

Vous êtes invité à l'assemblée générale publique du Centre ABC qui se déroulera le Mercredi 5 juin 2013 à 17 h au Centre des Loisirs de Saint-Laurent.

You are invited to the public information session of the ABC Center which will be held on Wendsday June 5th at 5h00 PM at the Centre des Loisirs of Saint-Laurent.

Agence de la santé et des services sociaux de Montréal Québec
Centraide du Grand Montréal
Saint-Laurent Montréal
fcabq Fédération des centres d'action bénévole du Québec