



Septembre 2012, Numéro 51
September 2012, Number 51

Bonne rentrée! Welcome back!

Mot de la directrice

L'été est pratiquement terminé et la rentrée est déjà à nos portes. Cette année encore, le Centre ABC regorgera d'initiatives originales. Nous avons plusieurs objectifs pour l'année à venir.

Plus que jamais nous souhaitons soutenir notre milieu et être présents dans la concertation laurentienne en participant à des partenariats et à la mise en œuvre d'actions collectives dans une perspective de lutte contre la pauvreté et l'exclusion sociale.

Nous souhaitons favoriser dans nos activités la prise en charge et le développement du potentiel des populations à risque d'exclusion sociale.

La jeunesse sera au cœur de toutes les actions qu'entreprendra le Centre, voilà pourquoi le comité jeune du Centre ABC se remettra au travail pour contribuer de manière significative dans leur communauté en trouvant des pistes de solutions pour amener les jeunes, les organismes et l'ensemble de la population laurentienne à valoriser l'impact qu'ils peuvent avoir dans leur milieu.

Pour finir, nous souhaitons également avoir plus de visibilité et faire davantage la promotion du bénévolat et d'être à la hauteur des attentes de la majorité des acteurs de Saint-Laurent.

Henriette Konté
Directrice générale

Director's word

Summer is almost over and the beginning of the term is just around the corner.

The A.B.C. center will overflow with original initiatives again this year. We have several objectives for this coming year.

Now, more than ever, we hope to sustain our community and be present in the laurentian coordination by partaking in partnerships and in the implementation of collective actions with a perspective of fighting poverty and social exclusion.

We desire to favour in our activities the autonomy and the development of the potential of groups that are at risk of social exclusion.

The youth will be at the heart of all the actions that the Center will

undertake, and that is why the A.B.C. Center's Youth Committee will come together again in order to contribute in a significant way in their community by providing solutions that will invite the youth, the organisations and the whole laurentian population to highlight the impact that they can have in our community.

Last but not least, we wish to have more visibility, promote volunteer activities and to stand up to the expectations of the majority of the laurentian organizations.

Henriette Konté
Executive Director

La marche des Aînés 2012



La marche des aînés de Saint-Laurent aura lieu le samedi 6 octobre prochain à 9h30, au Centre des loisirs de Saint-Laurent. La population est invitée à participer à cette journée qui se veut festive et a pour but de souligner l'apport et le dynamisme des aînés laurentiens.

Pour l'occasion, des circuits de marche court et long seront proposés et un buffet sera ensuite offert, agrémentés

d'une danse pour fêter avec les aînés. Le tout se terminera vers 13h.

L'inscription au coût minime de 1.00 \$ est nécessaire et peut se faire au Carrefour des aînés de Saint-Laurent, au Centre Communautaire Bon Courage de Place Benoît et au Centre Y Saint-Laurent. Pour information supplémentaire:

Sylvain Shea, agent de concertation du COSSL, (514) 748-2000, poste 117.





Responsable des bénévoles - Volunteer coordinator

Bonjour à tous,

Je m'appelle Laetitia Nguewo, et je remplace Naouel (responsable des bénévoles) durant son congé de maternité.

Je suis nouvellement diplômée de sciences politiques (Université de Montréal), et j'ai découvert le milieu de l'action bénévole au courant de mon cursus universitaire.

Le don de soi prend toute son importance lorsqu'on n'a plus la sensation de le faire

par contrainte, mais bien par amour; ce qui a été le cas pour moi durant cet intervalle de ma vie.

J'ai donc la chance d'être avec vous durant une année, de vous rencontrer, de partager vos passions, et de vous offrir du soutien.

Je réponds aux mêmes coordonnées que Naouel, et je me ferai un plaisir de vous accompagner dans vos activités de bénévolat.

Je vous souhaite donc à tous un bel été pour le temps qui reste.

Laetitia Nguewo

Greetings to you all!

My name is Laetitia Nguewo, and I am replacing Naouel (volunteer coordinator) during her maternity leave.

I recently graduated from the Political Sciences program (University of Montreal), and I discovered volunteering during my university studies.

Giving oneself becomes a great value when it is done without any obligation, but with love; this was my case during this period of my life.

Therefore I have the chance to be with you for a year, to meet you, share your passions, and provide you with support when needed.

I can be reached at the same coordinates as Naouel, and I'd be happy to assist you in your volunteer activities.

I wish you all a great summer for the remaining time.

Laetitia Nguewo



1 000

parapluies pour Centraide

La campagne Centraide sera officiellement lancée le 3 octobre, au cours de la 21e Marche aux 1 000 parapluies dans le centre-ville de Montréal.

Centraide du Grand Montréal finance plus de 350 organismes et projets communautaires, dont le Centre ABC, grâce à la générosité des nombreux donateurs provenant de tous les milieux. Ces

dons sont recueillis en majeure partie lors de la campagne Centraide qui a lieu chaque année. Lors de cet événement, «Marche Centraide aux 1000 parapluies» près de 20 000 personnes se réuniront dans le but de se montrer solidaires à cette action.

Venez marcher avec nous et représenter le Centre ABC lors de cet événe-

ment! Les bénévoles sont invités à nous rejoindre le mercredi 3 octobre dès 10h00 au Centre ABC pour se rendre à l'intersection avenue McGill College et rue Sainte-Catherine Ouest. Pour plus d'informations ou pour vous inscrire, contactez-nous au 514-744-5511 poste 222.

Au plaisir de vous y voir!

UN JEUNE BÉNÉVOLE EN ACTION!



Pourquoi le bénévolat? Je pense bien qu'il s'agit d'une question qui n'a pas de réponse définitive. Il existe autant de raisons que de bénévoles. Dans ce qui suit, je veux étaler les facteurs qui m'ont personnellement mené à entreprendre et à continuer mes travaux volontaires.

J'aimerais bien dire que j'ai commencé à faire du bénévolat par sens de devoir civique, par désir d'engagement social ou par pure altruisme, mais comme la plupart des cegépiens, je me suis impliqué pour des fins très pratiques, soit la compétitivité lors de l'admission universitaire. Pour être admis en droit ou en médecine, il fallait faire du bénévolat. Ce n'est pas très romantique, mais c'est la vérité. C'est pourquoi, durant mon secondaire 5, j'ai fait du bénévolat un peu partout.

Pour mon premier travail de bénévolat, j'ai distribué de la nourriture lors d'une levée de fonds de la fondation Make a Wish. Ensuite, j'ai été téléphoniste chez Héma Québec pendant un mois ou deux où j'appelais les donateurs passés pour leur rappeler qu'il y avait une collecte près de chez eux. Entretemps, j'ai fait d'autres activités ici et là, entre autres à la Maison des grands parents de Villeray, où j'aidais les aînés à regarder la météo sur internet, et à Vélo Québec, où j'encourageais les cyclistes lors du tour de l'île.

Pendant environ un an, j'ai fait beaucoup de bénévolat qui m'intéressait plus ou moins. Je me suis livré à de nombreuses activités, mais sans pouvoir me dédier à quoique ce soit pour longtemps. Ce n'est qu'à ma première année de CEGEP que j'ai trouvé du bénévolat qui me captivait vraiment: travailler aux Jeunes Entreprises comme conseiller. J'oeuvrais auprès des jeunes du secondaire 5 pour les aider à former une entreprise. C'était un travail difficile, mais formidable. J'avais du plaisir et en même temps, je ressentais l'agréable mélange de responsabilité et de fierté qui proviennent d'une tâche bien accomplie. Je les voyais concevoir, produire et vendre leur produit et j'avais l'impression de faire une réelle différence dans leur vie.

Aujourd'hui, je suis admis à l'Université de Montréal en droit. La sélection s'est faite sur des bases purement académiques et mon parcours de bénévolat n'a aucune-

ment contribué au processus.

En plus, j'hésite maintenant à accepter l'offre parce que j'ai découvert à travers mon bénévolat au sein des Jeunes Entreprises que mon intérêt se situait réellement en affaires. Donc, non seulement le bénévolat n'a-t-il pas directement contribué à mon admission en droit, il m'a même mené sur une voie totalement différente. Et moi qui pensais utiliser le bénévolat pour paver un chemin vers la faculté de droit...

En bref, est-ce que je regrette avoir dépensé tout ce temps à faire des choses qui n'ont finalement pas contribué à mon admission en droit? Pas du tout. En m'engageant dans ma communauté, j'ai connu des gens et j'ai appris à me connaître. Je me suis amusé et j'ai redonné à une communauté qui m'a aidé quand j'en avais besoin. Enfin, pour les jeunes gens du secondaire et du CEGEP, je vous donne le conseil suivant : oubliez votre total d'heure accumulé, oubliez le remplissage de votre CV, la plus grande contribution qu'aura le bénévolat sur vos admissions universitaires sera l'expérience qu'il vous donne. Cette dernière développera une capacité de jugement plus profonde et plus holistique, ce que les évaluateurs valorisent beaucoup. Alors, vivez, donnez et recevez!

Yitong Zhang, bénévole et membre du comité jeune du Centre ABC

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2012-2013

- BOISROND, Frédéric, président
- LACHANCE, Paul, vice-président
- LAMBERT, Simon, trésorier
- SUMMERSIDE, David, secrétaire
- DEMIRCIBASIYAN, Aksel, administrateur
- NTAHONDEREYE Melchior, administrateur
- ALKHALI Mahamat Saleh, administrateur

Les marchés saisonniers sont de retour à Saint-Laurent!

Le comité organisateur des marchés saisonniers qui est composé de l'arrondissement, du RELAIS laurentien et du comité de sécurité alimentaire du COSSL est fier de vous présenter pour une quatrième année de suite ses marchés dans l'Arrondissement de St-Laurent.

L'accès à ces marchés permettra à de nombreux Laurentiens et Laurentiennes de profiter de produits frais, de divers produits bio, d'échanger sur des recettes et sur de saines habitudes alimentaires, tout en goûter et acheter des fruits et légumes locaux, et ce, à des prix très raisonnables.

Ces marchés ont pour objectifs d'améliorer la sécurité alimentaire, en fa-

voriser l'accès à une saine alimentation et en contribuant à l'amélioration de la qualité de vie de la population laurentienne. La présence de marchés saisonniers s'ajoute à d'autres initiatives comme la création d'espaces dédiés à l'agriculture urbaine, les jardins communautaires et les divers ateliers en nutrition.

L'horaire des marchés saisonniers :

• Parc Beudet : les jeudis, 6, 13 et 20 septembre de 15 h à 20 h;

Et pour la première fois dans le quartier CHAMERAN :

• Parc Painter : Samedi 15 septembre, de 10 h à 15 h; sur le terrain de soccer.

Andrea Diaz, agente de développement du Relais laurentien



DÉMÉNAGEMENT

N'oubliez pas de nous communiquer votre nouvelle adresse si vous déménagez.

MOVING OUT?

Please notify us of any change of address.



*Centre d'action bénévole et communautaire Saint-Laurent
910 avenue Sainte-Croix
Saint-Laurent (Québec)
H4L 3Y6
Site Internet: centreabc.org
Téléphone : 514-744-5511
Télécopie : 514-744-1206*

INVITATION

Dans le cadre de la journée internationale des aînés, nous vous invitons le 3 octobre à 13 h 30 au Centre des loisirs de Saint-Laurent situé au 1375 rue Grenet, à Saint-Laurent pour assister à une conférence "Vous avez le droit de connaître vos droits" ! Cette conférence sera présentée par Monsieur Zakaria Lingane de la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse.

Objectifs

Se familiariser avec la Charte des droits et libertés de la personne du Québec;
Apprendre comment appliquer la Charte dans la vie quotidienne;
Savoir quoi faire si vous êtes victime de discrimination et d'exploitation.

Contenu de la session

Quels sont vos droits ? Les connaissez-vous ? Savez-vous quoi faire, à qui vous adresser si vous êtes victime de discrimination, par exemple, si on vous refuse un logement ou un emploi à cause de votre origine ethnique ou nationale ?
Mieux connaître la Charte des droits et libertés de la personne du Québec et la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse, tel est le but de cette session.



**Merci de confirmer votre présence
au 514-744-5511 poste 225**