

# Rapport annuel 2018-2019



Centre d'action bénévole  
de la MRC Manicouagan

## Développement de l'action bénévole



## Soutien à l'action bénévole



## Service aux individus



## Soutien aux organismes





#### Découvrez :

- Nos réalisations
- Nos projets
- Nos bénévoles
- Notre équipe
- Et plus encore...



Georges-Léon Avoine, Président

#### Mot du président

Bonjour à tous,

Une année de départ d'organisme veut dire beaucoup d'ajustements en cours de route. Ce n'est pas comme prendre un organisme qui fonctionne déjà : c'est monter l'organisme de A à Z. Il faut prendre le temps pour établir les choses, les mettre à point et nous n'avons surtout pas le droit de nous tromper. Le mot que nous avons sur toutes les lèvres depuis notre entrée en vigueur officielle le 14 mars 2018 est **TRANSPARENCE** dans tous les actes posés. Nous visons que notre réputation soit sans reproches en plus d'avoir des valeurs incontestées.

Le conseil d'administration que je dirige est heureux du travail que nous avons fait et avons dû faire. Il en reste encore et nous continuerons de le faire. Nous avons été solidaires dans nos actions et je félicite tous les membres du CA pour tout le travail accompli au cours de ce mandat.

Je tiens également à remercier Madame Hélène Martel, organisatrice communautaire, ainsi que notre « mentor » attirée par la FCABQ, Madame Hélène Brochu du CAB le Nord-est de Forestville pour leur précieux coup de main. Nous avons deux employés dont Madame Cindy Berger, directrice générale, ainsi que Madame Vickie Tremblay, coordonnatrice en maintien à domicile, qui assurent le démarrage de l'organisme avec brio. Si je devais oublier quelqu'un par malheur, considérez-vous remercié autant que tous les autres.

L'équipe du conseil d'administration, notre personnel et nos bénévoles est composée de personnes fières au grand cœur, dont le seul et unique désir est d'offrir à notre clientèle un service irréprochable et sans faille. Vous, les bénévoles, contribuez à changer notre société pour le mieux-être de nos bénéficiaires. Vous soulagez leur détresse et la misère humaine à chaque jour et c'est tout en votre honneur.

Au cours de cette année, nous avons travaillé avec diligence et transparence selon nos compétences. Nous avons tout à bâtir et les membres de votre conseil d'administration sont fiers du travail accompli.

Je vous remercie et nous continuons à aller de l'avant,



**CAB**  
Centre d'action bénévole  
de la MRC Manicouagan

## Conseil d'administration 2018-2019



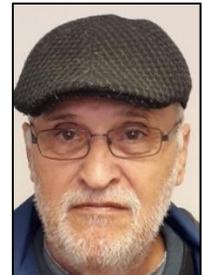
**Georges Avoine**  
Président



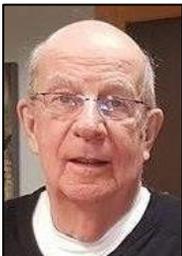
**Bruno Fecteau**  
Vice- Président



**Anne Gauthier**  
Secrétaire



**Bernard Dufour**  
Trésorier



**André Pelletier**  
Administrateur



**Carole Sirois**  
Administratrice



**Josée Mailloux**  
Administratrice



Cindy Berger  
Directrice générale

## Mot de la directrice générale

Chers lecteurs,

À chaque année, la rédaction du rapport annuel permet de présenter à nos membres et nos partenaires tous les fruits de notre dur labeur.

Mais avant, je tiens à mentionner que c'est un honneur pour moi d'être la toute première directrice générale du Centre d'action bénévole (CAB) de la MRC Manicouagan. C'est même un privilège dans un parcours professionnel de se faire confier un si beau mandat. Je suis honorée de prendre part à cette belle aventure...

En effet, démarrer un nouvel organisme communautaire représente des défis. La mise sur pied du nouveau CAB a été rendu possible grâce à un groupe de personnes réunies autour d'une volonté commune : celle de voir naître un nouveau centre d'action bénévole dans notre communauté. Le travail acharné de bénévoles impliqués a permis de créer notre organisme.

Je dis **NOTRE** organisme **parce qu'il nous appartient à tous**. Il appartient à notre communauté. Il a été créé pour avoir un lieu d'engagement bénévole pour quiconque souhaite le devenir, pour développer et promouvoir l'action bénévole et communautaire, pour offrir du soutien aux personnes qui font du bénévolat mais aussi, pour reconnaître la richesse sociale inestimable de l'implication bénévole dans notre communauté.

Le CAB offre également des services aux individus, principalement auprès des personnes âgées et éventuellement, nous offrirons du soutien aux organismes.

C'est avec beaucoup de fierté que nous vous présentons notre tout premier rapport d'activités. Vous pourrez constater par vous-même tout le travail parcouru en à peine un an.

Merci à tous ceux et celles qui nous ont permis de prendre notre envol. Ensemble, nous écrivons le premier chapitre d'une belle histoire qui repose entièrement sur l'action bénévole.

Notre histoire ne fait que commencer; une histoire de cœur, de dévouement, de don de soi et d'entraide, remplie d'humanité. À tous, merci d'y contribuer. Ensemble, nous bénéficions tous d'une communauté plus riche de ses bénévoles.

Longue vie à **NOTRE CAB** et bonne lecture!

*Cindy Berger*



Vickie Tremblay  
Coordonnatrice en maintien à domicile

## Mot de la coordonnatrice

Bonjour,

Lors de mon embauche en 2017 chez Aspire-tout, tout un défi m'attendait, c'est-à-dire faire la coordination des services d'un CAB inexistant. La fidèle clientèle a su s'adapter aux différents changements qui défilaient les uns après les autres.

Mon objectif tout au long des dernières années a toujours été de vous écouter afin de répondre le mieux possible aux différents besoins. Ça n'a pas toujours été facile. Vous savez, j'ai moi-même dû faire de l'accompagnement-transport par manque de bénévoles et j'ai donné le meilleur de moi-même pour vous assurer un meilleur service à tout moment de l'année...attendant patiemment la création d'un nouvel organisme.

Heureusement, la formation d'un CA, suivi de l'embauche d'une direction générale ont concrétisé la mise sur pied de l'organisme. N'étant enfin plus seule dans cette belle aventure pour coordonner les services d'un Centre d'Action Bénévole, il est plaisant pour moi de développer de nouveaux projets. L'acquisition d'un véhicule permet de vous offrir la popote roulante sur une base régulière, dans la Manicouagan et en péninsule.

Sachez chers clients, que mon but est de vous soutenir et de faire en sorte que la population demeure à domicile le plus longtemps possible. Je veux vous offrir des repas variés et des bénévoles chaleureux et souriants. Mon travail est accompli grâce à vos remerciements.

Je suis de tout cœur avec vous ; **POUR, PAR** et **AVEC** vous. Merci de votre confiance et de votre compréhension.

Au plaisir,

## Règlements généraux :

### Buts et mission :

- **Diriger un centre d'action bénévole ;**
- **Promouvoir et développer l'action bénévole** dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux (sociocommunautaire et humanitaire) qui concernent la population de son territoire ;
- **Recruter et former des bénévoles** qui œuvreront au sein d'organismes communautaires sans but lucratif, dans le but de favoriser le civisme et l'amélioration des services sociaux de leur communauté, particulièrement auprès des personnes démunies ;
- **Soulager la solitude et l'isolement** des personnes âgées en perte d'autonomie, des personnes handicapées et/ou des personnes à faible revenu vivant seules ou dans des résidences appartenant à des donataires reconnus selon la loi de l'impôt sur le revenu (Canada) en offrant notamment, mais non exclusivement, un service de popote roulante, des visites d'amitié et un service d'accompagnement-transport bénévole ;
- **Collaborer avec les organismes du milieu** à la mise sur pied de services répondant aux besoins du milieu ;
- **Soulager la pauvreté** des personnes à faible revenu en offrant divers services ;
- **Fournir des services** de toute nature en relation avec les buts de l'organisme.



**CAB**  
Centre d'action bénévole  
de la MRC Manicouagan

### Membres :

#### Catégorie de Membres :

L'organisme compte une seule catégorie de membres, soit **les membres actifs**.

#### Membres :

Toute personne physique intéressée par les buts et activités de l'organisme peut devenir **membre** en se conformant aux conditions suivantes :

- Avoir 18 ans et plus;
- Être résident de la MRC Manicouagan (de Ragueneau à Baie-Trinité)
- Accepter d'œuvrer et de travailler gratuitement à la poursuite des buts de l'organisme ou être un utilisateur des services de l'organisme.

**Les membres ont le droit de participer à toutes les activités de l'organisme, de recevoir les avis de convocation aux assemblées des membres, d'assister à ces assemblées et d'y voter.**

### Éligibilité :

Tout membre en règle a droit de vote et peut être élu au conseil d'administration. Les administrateurs sortants de charge sont rééligibles. Les membres du conseil d'administration ne sont pas rémunérés.

Pour être éligibles au poste d'administrateur, les candidats doivent se conformer aux exigences suivantes :

- Être membre régulier en règle de l'organisme;
- S'engager à promouvoir la mission de l'organisme et appliquer sa réglementation;

🇺🇳 **L'exercice financier de l'organisme se termine 31 mars de chaque année.** (1<sup>er</sup> avril au 31 mars).

## Le début de l'histoire...



Avant d'aller plus loin, reprenons du début... Parce que pour créer un nouveau CAB, il a fallu un point de départ. Retraçons les faits :

- **Septembre 2016** : fermeture de l'ancien Centre de bénévolat Manicouagan (CBM). Le CISSS (Centre intégré de santé et de services sociaux) souhaite maintenir les services de popote roulante et d'accompagnement-transport bénévole auprès des personnes âgées de notre population. Mme Diane Giroux qui était à l'emploi du CBM continue de coordonner les services dans un bureau à l'hôpital de Baie-Comeau ;
- **Juin 2017** : Embauche de Vickie Tremblay pour succéder à Mme Giroux qui part à la retraite. Le CISSS confie alors le mandat d'héberger la nouvelle ressource à la coopérative de solidarité Aspire-tout pour coordonner le maintien des services.

- **30 novembre 2017** : Avis de convocation dans le journal pour une séance publique d'information. La Fédération des Centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), en collaboration avec le regroupement des CAB de la Côte-Nord, initie une séance d'information pour l'implantation d'un centre d'action bénévole dans la Manicouagan. Un comité provisoire est alors formé.



### Des citoyens engagés...

Un organisme communautaire naît :

- ✓ à l'initiative des citoyens ou des communautés ;
- ✓ avec leur participation (fonctionnement démocratique) ;
- ✓ avec leur engagement (bénévolat) ;
- ✓ dans une perspective de prise en charge individuelle et collective visant la solidarité sociale, la transformation des conditions de vie et des rapports sociaux et luttant contre la pauvreté et les discriminations.

JOURNAL LE MANIC LE MARCHÉ 22 NOVEMBRE 2017 (PAGE 12)

**fca q**  
Fédération des centres d'action bénévole du Québec

**CAB** **Le Nordest** **CAB**  
Centre d'Action Bénévole

**Avis de convocation**  
Séance publique d'information

Vous désirez vous impliquer pour **améliorer la qualité de vie** des gens de votre communauté!

La Fédération des centres d'action bénévole du Québec et le regroupement des CAB de la Côte-Nord vous invitent à une séance d'information pour **l'implantation d'un centre d'action bénévole dans la Manicouagan.**

**le jeudi 30 novembre, à 19 h 30**  
Salle de l'âge d'or  
Pavillon Mance (41, av. Mance)  
Baie-Comeau

**L'action bénévole...  
PAR vous et POUR vous!**  
Pour info: 1 800 715-7515

**Ce soir là, la volonté citoyenne a fait son œuvre : Les personnes présentes à cette séance publique ont cru en la mission d'un CAB et à l'importance de créer un nouvel organisme...**

# Quand l'initiative citoyenne se concrétise...

- **15 janvier 2018** : L'organisme est officiellement incorporé au registraire des entreprises du Québec.
- **14 mars 2018** : Assemblée de fondation; un conseil d'administration est alors élu et les règlements généraux sont adoptés. L'implantation du CAB se concrétise.
- **Mai 2018** : Démarches pour trouver un local et pour l'embauche d'une direction générale. Le Centre Émersion supportera le conseil d'administration pour le processus de sélection. Le CISSS octroie une première tranche de financement pour que le CAB se mette en place.
- **Juin 2018** : Le local est trouvé et le poste de direction générale est comblé. Cindy Berger entre en poste le 26 juin. La première étape consiste à s'installer pour être opérationnel le plus vite possible : achats d'équipements informatiques et matériel de bureau, branchement du téléphone, fax, création d'adresses courriels etc.
- **Juillet 2018** : Embauche de la coordonnatrice en maintien à domicile. Vickie Tremblay qui occupait déjà le poste pour le maintien des services est rapatriée dans nos bureaux et devient officiellement l'employée du CAB après avoir été hébergée chez Aspire-tout pendant un an.

En relève du centre de bénévolat

## Le Centre d'action bénévole de la Manicouagan voit le jour

Baie-Comeau – Le Centre d'action bénévole de la Manicouagan vient de voir le jour, 18 mois après la fermeture de son prédécesseur, le Centre de bénévolat Manicouagan. Il prépare le terrain en vue du lancement de ses services à la population dans les prochains mois.

CHARLOTTE PAQUET  
cpaquet@lemanic.ca

L'assemblée générale de fondation s'est tenue la semaine dernière en présence d'une vingtaine de personnes. Un conseil d'administration a été élu. Il est présidé par Georges Avoine. Claude Saint-Pierre, Josée Mailloux, Bertrand Otis, Mario Girard et Bernard Dufour en font aussi partie. Un poste reste toutefois à pourvoir, précise Hélène Martel, l'organisatrice communautaire du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Côte-Nord, qui agit à titre d'accompagnatrice.

On se souviendra qu'en novembre dernier, des représentants de la Fédération des centres d'action bénévoles du Québec (FCABQ) avaient convoqué une assemblée d'information à Baie-Comeau afin de mettre en place un comité provisoire pour lancer les travaux en vue de la création d'une nouvelle entité.

Le conseil d'administration doit se



On reconnaît Bertrand Otis, Bernard Dufour, Josée Mailloux, Claude Saint-Pierre, le président Georges Avoine et Mario Girard, élus au sein du premier conseil d'administration du nouveau Centre d'action bénévole de la Manicouagan. Photo courtoisie

rencontrer cette semaine pour convenir des prochaines étapes. M<sup>me</sup> Martel explique qu'il est notamment question d'une demande à adresser à la FCABQ pour devenir membre, de besoins à identifier dans la communauté, de recherches à poursuivre pour dénicher un local, de personnel à embaucher et d'un montage financier à établir pour ensuite frapper à la porte de bailleurs de fonds.

« Tout est à construire et à monter », souligne l'organisatrice communautaire. Les administrateurs veulent s'arrimer avec le milieu pour élaborer ses futurs services. « Il faut construire ensemble », précise-t-elle.

### D'ici trois mois

Si tout va bien, le Centre d'action bénévole de la Manicouagan devrait amorcer ses activités d'ici trois mois environ. L'objectif est d'offrir les premiers services à la population avant l'été. Sinon, ça ira à l'automne.

Les services de popote roulante et de accompagnement de bénéficiaires devraient être récupérés. D'autres volets se grefferont.

Rappelons que les aînés composent la majeure partie de la clientèle d'un tel organisme. Avant de penser à déployer des services à la communauté, une banque de bénévoles devra aussi être constituée.



Voici les photos du début : il n'y a que la peinture sur les murs et des bureaux. Tout est à faire. Le président, Monsieur Georges Avoine, s'est occupé du local et a réussi à dénicher de superbes meubles de bureau tout à fait gratuitement pour l'organisme. Le travail acharné du conseil d'administration des mois précédents a rendu possible la volonté citoyenne d'implanter un CAB au service de notre communauté... Parce que la population a cru en la mission et voulait retrouver un nouvel organisme à vocation bénévole.

# Août 2018 = Ça y est, nous sommes prêts...

Dès le 1<sup>er</sup> août, nous voilà maintenant opérationnels : un local avec pignon sur rue, les bureaux sont installés et deux employés sont embauchés; nous sommes prêts à débiter ! Nous prenons l'entière responsabilité de l'offre de services ainsi que la gestion administrative de l'organisme. En effet, le CISSS a assumé l'aspect financier auprès des bénéficiaires pendant plus d'un an et demi et nous passons le flambeau pour opérer le CAB. **Le 3 août, nous signons notre premier partenariat financier dans la communauté avec Carrefour Chevrolet. En guise de reconnaissance, nous avons convenu de faire de la visibilité au concessionnaire lors du lettrage du véhicule.** Voici les articles de journaux lors de l'achat du véhicule, et l'autre lorsque le lettrage fut complété.



## Merci à Carrefour Chevrolet

Le nouveau Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan est heureux d'annoncer son premier partenariat officiel dans la communauté avec Carrefour Chevrolet de Baie-Comeau. Monsieur Martin Savard accorde une commandite de 5 000 \$ pour l'achat d'un véhicule d'occasion. On l'aperçoit en compagnie du président, monsieur Georges Avoine ainsi que madame Vickie Tremblay, coordonnatrice du service d'accompagnement et de popote roulante. Le véhicule permettra d'offrir les services et de déployer la mission dans la communauté. Au nom de toute l'équipe en place, 5 000 mercis à monsieur Savard pour son appui financier et sa confiance.



## Nouveau véhicule pour la popote roulante

Carrefour Chevrolet Buick GMC est fier partenaire du Centre d'action bénévole de la MRC de Manicouagan. Le véhicule servant à faire la livraison de popote roulante cinq fois par semaine sera désormais bien visible partout dans notre communauté! Sur la photo, on reconnaît Cindy Berger, du Centre d'action bénévole, et Martin Savard, de Carrefour.

Ville de  Baie-Comeau

## Salon du loisir et de la culture 2018

Les 28 et 29 août, nous prenons part au salon du loisir et de la culture organisée par la ville de Baie-Comeau. Nous profitons de ce premier contact pour se faire connaître de la population, promouvoir nos services, remettre des dépliants et prendre des inscriptions bénévoles.

Comme nous n'avions toujours pas de logo à l'effigie de l'organisme, nous avons utilisé le visuel provincial du site de jumelage de la plateforme web [www.jebenenvole.ca](http://www.jebenenvole.ca) pour le recrutement de bénévoles.



AIDER LES PERSONNES dans le besoin  
Développer une passion  
Faire partie d'une équipe géniale  
CE DÉCOUVRIR

# MOI, JE BÉNÉVOLE... ET TOI?

RENDEZ-VOUS SUR [www.jebenenvole.ca](http://www.jebenenvole.ca)

Augmente la confiance en soi  
APPRENDRE Développe des compétences  
s'amuser BON POUR LA SANTÉ  
Avoir un impact dans la société

MAÎTRISER une nouvelle LANGUE  
Améliore les compétences sociales  
Avoir de nouveaux défis  
Élargir ses horizons

En activité depuis peu dans la Manicouagan

# Le nouveau Centre d'action bénévole cherche des bénévoles

Baie-Comeau – Le nouveau Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan part à la recherche de bénévoles pour combler des besoins urgents et criants.

**CHARLOTTE PAQUET**  
cpaquet@lemanic.ca

Après quelques semaines passées à installer ses pénates sur la rue De Puyjalon et à tout mettre en place en prévision du véritable début de ses activités dans la communauté, le nouvel organisme assume depuis lundi (6 août) les services de popote roulante et d'accompagnement auprès des bénéficiaires. Il a besoin de la

bénévoles pour l'aider à remplir ces deux volets de base à sa mission.

On se souviendra que lors de la fermeture de l'ancien Centre de bénévolat Manicouagan en septembre 2016, le Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord avait évité une rupture de service au sein de la population en assumant la responsabilité de la livraison de mets préparés et des activités de transport pour des besoins de base reliés à la santé, comme les rendez-vous médicaux.

Actuellement, le Centre d'action

bénévole de la MRC Manicouagan peut compter sur sept bénévoles, dont quatre sont âgés de 80 ans et plus. Ces derniers s'apprentent à passer le flambeau dès que d'autres personnes se manifesteront, explique sa directrice générale, Cindy Berger.

« Tant qu'on va être capable en prendre, on va en prendre, mais on a besoin d'un minimum de 20 à 25 bénévoles à court terme », indique M<sup>me</sup> Berger. Oui, le bassin de bénévoles est souvent constitué de personnes retraitées, mais les plus jeunes sont

aussi bienvenus. « Il y a des jeunes aussi qui sont capables en faire du bénévolat. Si on a sept huit personnes qui nous offrent chacune deux, trois heures par semaine, c'est parfait », spécifie-t-elle.

### Devenir une référence

Avec la disparition de l'ancien centre et la naissance du nouveau, la banque de bénévoles s'est largement éffritée. Mme Berger est confiante que le milieu répondra présent à la campagne de recrutement qui est en cours. « Nous avons besoins de bénévoles non

seulement pour consolider nos propres services (popote roulante et accompagnement), mais également pour devenir la référence en matière de recrutement de bénévoles dans notre communauté », précise-t-elle.

Un appel à tous a été lancé dans le monde des organismes communautaires afin d'aider à attirer de nouveaux bénévoles par le bouche à oreille.

Le Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan est présidé par Georges Avoine.



La directrice générale du Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan, Cindy Berger, espère une bonne réponse du milieu à la campagne de recrutement qui vient d'être lancée. Photo archives Le Manic

## 2 communiqués de presse sont envoyés dans les médias en août :

- Un message d'intérêt public annoncer le démarrage de l'organisme et signifier notre besoin de relève bénévole;
- L'autre pour faire découvrir le site [www.jebenevole.ca](http://www.jebenevole.ca) à la population.

## Le CAB de la MRC Manicouagan mise sur Jebenevole.ca

Baie-Comeau – Le Centre d'action bénévole (CAB) de la MRC Manicouagan fait la promotion de la plateforme provinciale Jebenevole.ca, qui permet de jumeler des centres d'action bénévole et des organismes sans but lucratif avec les bénévoles.

**CHARLOTTE PAQUET**  
cpaquet@lemanic.ca

Ambitieux projet s'il en est un, cette plateforme créée par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec vise à répondre aux besoins rencontrés par les organismes et par les personnes désirant s'impliquer bénévolement.

Le CAB de la MRC Manicouagan souhaite faire connaître la plateforme web à la population. Le site [www.jebenevole.ca](http://www.jebenevole.ca) présente des offres de bénévolat avec outils de recherche et filtres permettant le jumelage entre organismes et individus. Par cette façon de faire, on cherche à combler les besoins en ressources humaines bénévoles.

« Les bénévoles sont au cœur de la mission du CAB de la MRC Manicouagan. Le bénévolat est un

instrument de développement personnel et social et une ressource significative pour toute la population. C'est une richesse humaine dont on ne peut se passer et qui mérite d'être collectivement valorisée », rappelle Cindy Berger, sa directrice générale. Elle ne manque pas d'ajouter que le bénévolat est un don de soi qui change notre vie et celle des autres.

M<sup>me</sup> Berger invite les gens à visiter le site [www.jebenevole.ca](http://www.jebenevole.ca) pour soumettre leur candidature dès maintenant. Le CAB de la MRC de Manicouagan est d'ailleurs présent au Salon du loisir et de la culture (28 et 29 août), qui se tient en soirée au centre Henri-Desjardins, afin de présenter cette plateforme et prendre les inscriptions sur place.



Journée internationale des

# AÎNÉS

1<sup>er</sup> OCTOBRE 2018



## CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE (CAB) DE LA MRC MANICOUAGAN

**Je BENEVOLE.ca**

Nous sommes vos parents, vos grands-parents, vos voisins, vos amis...  
Nous avons bâti la société d'aujourd'hui...  
Nous souhaitons léguer nos valeurs d'entraide et de solidarité aux générations futures...  
La population est vieillissante et nous avons besoin de relève pour prendre soin de nous...  
Le bénévolat est une richesse pour notre société...  
**Impliquez-vous bénévolement, nous avons besoin de vous!**

CAB de la MRC de Manicouagan  
896, rue De Pujalon, bureau 200, Baie-Comeau • Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : info@cabmrcmanic.com • Inscription bénévole : www.jebenevole.ca

**TEL QUE VU LE MANIC**  
L'étoile des gens d'ici

**L'ACHAT LOCAL, C'EST DES EMPLOIS CHEZ NOUS!**

Bien que l'on soit installé, il nous faut maintenant créer nos documents de gouvernance. Le 25 septembre, nous adoptons officiellement les documents suivants en conseil d'administration:

- **Plan d'action 2018-2020** : Ce document de travail nous servira de guide pour les étapes à franchir dans les 2 prochaines années. Il est également arrimé avec notre entente de financement avec le CISSS de la Côte-Nord ;
- **Politique administrative de frais de déplacements et de séjour** : en adoptant cette politique, nous venons de fixer les balises administratives pour les bénévoles et les employés du CAB : remboursement du km, pièces justificatives, fonctionnement interne etc.
- **Logo** : Après quelques esquisses, nous trouvons l'image corporative qui correspond à notre vision du Centre d'action bénévole.

### Signification du logo :

Les bénévoles sont comme des **étoiles** : ils brillent par leur engagement et leur dévouement. Leur bienfaisance rejaillit sur toute notre communauté. C'est la raison pour laquelle l'étoile était notre symbole de prédilection.

**Bras-dessus, bras-dessous en se prenant par la main, l'étoile** est formée de personnes qui s'entraident et s'épaulent, pour symboliser la fraternité. Tous unis autour d'un objectif commun : créer un organisme qui pourra briller pour les autres grâce à l'action bénévole!



**CAB**  
Centre d'action bénévole  
de la MRC Manicouagan

Enfin, pour tout centre voulant adhérer à la Fédération des Centres d'action du Québec (FCABQ) après le 10 juin 2015, l'appellation Centre d'action bénévole est obligatoire.

Comme membre, nous voulions agir en cohérence avec leur cadre de référence. Pour signifier notre appartenance à ce regroupement provincial qui nous a supporté depuis le début, nous retrouvons à même notre logo le sigle **membre de la fcabq**.

**En octobre**, nous adoptons également la **politique d'accompagnement-transport bénévole**. Par cette politique, nous déterminons les balises pour ce service : critères d'admissibilité, critères d'exclusion, obligations de l'organisme, du bénéficiaire et des bénévoles chauffeurs. La grille de tarification est également ajustée au coût de la vie. Malgré l'adoption de la politique le 9 octobre, les changements apportés à la tarification des services ne sont entrés en vigueur qu'en janvier 2019 et ce, dans le but de bien préparer nos membres aux changements apportés.



À partir de cette politique, nous avons créé :

- ✓ Un carnet du bénéficiaire
- ✓ Un carnet du bénévole

## Recrutement de bénévoles...

Cet automne, nous avons multiplié les démarches de recrutement. En effet, le nombre de bénévoles est devenu précaire pour l'offre de service, tellement que nous avons dû mettre des gens sur une liste d'attente parce que les demandes étaient beaucoup trop grandes pour le peu de ressources disponibles.

Au plus bas, nous n'avions que trois personnes pour offrir les services. Pour des raisons éthiques, nous avons malheureusement été contraint de remercier des bénévoles âgés de 80 ans et plus comme notre police d'assurance ne les couvrait plus pour les accidents. Le service d'accompagnement-transport a donc été mise à rude épreuve. Ce fût une période difficile autant pour l'équipe de travail, les bénévoles que pour les bénéficiaires.

**Bénévoles Recherchés**  
Centre d'action bénévole (CAB) de la MRC Manicouagan

RENDEZ-VOUS SUR  
[www.jebenevole.ca](http://www.jebenevole.ca)

Pour inscription ou information : 418 294-1445

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

CAB de la MRC Manicouagan  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@manicouagan.ca](mailto:info@manicouagan.ca)

Visitez-nous sur Facebook

## Démarches...

- ✓ Plus d'une **centaine d'affiches et dépliants** (celle-ci-dessus) ont été mises un peu partout dans la communauté. La ville a généreusement accepté de mettre notre matériel dans chacun de leur établissement;
- ✓ **Entrevues radio** : Bonjour la Côte à Radio-Canada, CHLC 97.1 et l'émission du matin à la radio des chums;
- ✓ **Entrevues télévisées** : TVA nouvelles, émission nous.tv, le babillard et la Vitrine à Cogeco, tv de la péninsule;
- ✓ **Publicités et communiqués de presse** dans les journaux ;
- ✓ **Campagne publicitaire télévisuelle commune** avec les 4 autres CAB de la région, diffusée à TVA ;
- ✓ **Rencontre à la MRC** avec tous les maires des municipalités pour leur exposer notre situation et nos besoins;
- ✓ **Démarches directes** auprès de la population dans les restaurants, centre d'achat etc ;
- ✓ **Avec l'invitation des partenaires du milieu**, nous avons pu partager nos besoins de relève bénévoles à quelques endroits dans l'année : FADOQ des différentes MRC, événement de la table régionale de concertation des aînés de la Côte-Nord etc.

# « On récolte ce que l'on sème... »



**La bonne nouvelle**, c'est que nos nombreux efforts de recrutement ont porté fruit !! Grâce au support de la communauté, du mot des maires dans les différents journaux mensuels des municipalités, des sorties médiatiques et du bouche à oreille, de nouveaux bénévoles viennent s'inscrire. Nous percevons enfin une lueur d'espoir. C'est le bonheur !

La période difficile est passée : nous sommes maintenant en mesure de répondre à la demande et les refus de service se font de plus en plus rares. **Nous sommes partis de trois bénévoles à plus d'une vingtaine en quelques mois.**

*Journée internationale  
des bénévoles*  
5 décembre 2018

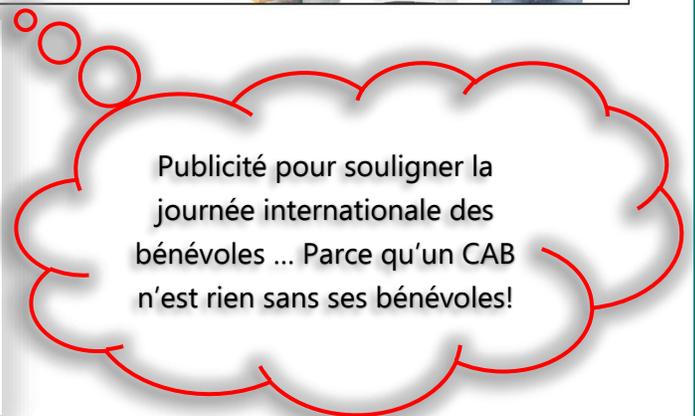
MEMBRE DE LA fca

**CAB**  
Centre d'action bénévole  
de la MRC Manicouagan

ÉCOUTE  
FRATERNITÉ  
DÉVOUEMENT  
GÉNÉROSITÉ  
ENTRAIDE  
DON DE SOI  
RÉCONFORT

**La reconnaissance est  
la mémoire du cœur :**  
Hommage à TOUS LES bénévoles  
qui rendent ce monde meilleur!  
Puissez-vous recevoir autant  
que vous donnez!

**CAB de la MRC de Manicouagan**  
896, rue De Pujalon, bureau 200, Baie-Comeau  
Téléphone : 418 294-1445  
Courriel : [info@cabmrcmanic.com](mailto:info@cabmrcmanic.com)  
Inscription bénévole : [www.jebenevole.ca](http://www.jebenevole.ca)



## Qu'est-ce qu'un centre d'action bénévole ?

La mission d'un centre d'action bénévole **est de promouvoir l'action bénévole** dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu. **Le Centre encourage l'action bénévole comme un moyen et comme une ressource à la réponse de certains besoins de la communauté** visant l'amélioration de sa qualité de vie. Pour le Centre, **l'action bénévole est donc le moyen privilégié** qui permet de favoriser le développement personnel et social, en vue d'accroître la présence d'une conscience sociale pour la prise en charge du milieu par le milieu, grâce aux 4 champs d'action suivants :

- le développement de l'action bénévole et communautaire ;
- le support aux bénévoles ;
- le support aux organismes ;
- les services aux individus.

# Un premier Noël avec nos bénévoles...



**« Aider est le plus gratifiant des présents à donner. »  
Que la nouvelle année vous donne l'envie de bénévoler!**

896, rue De Pujalon, bureau 200,  
Baie-Comeau  
418 294-1445



**Nos musiciens bénévoles : Guillaume Boucher et Marc-Olivier Côté. Merci à notre chanteur Guillaume Ross (absent sur la photo).**

**La précieuse équipe à la popote roulante : Gilles Tanguay, Sonia Gendron et Éric Laporte**



**Nos dévoués bénévoles chauffeurs : Denise Martineau et Bernard Dufour.**



**Madame Gyslène Savard reçoit un certificat de reconnaissance en guise de remerciements.**



**Le magicien Michel Vaillancourt en action !**

Nous avons eu notre première fête de Noël avec nos bénévoles : nous avons un service de traiteur pour le souper, des musiciens sont venus jouer de la musique folklorique bénévolement, un magicien a animé la soirée, des cadeaux ont été remis à nos dévoués bénévoles en plus de prix de présences pour les invités. Notre président, Monsieur Georges Avoine, a travaillé fort pour tout organiser. Ce fût une belle soirée réussie et c'était touchant de vivre ce premier moment tout le monde ensemble : membres de conseil d'administration, bénévoles et équipe de travail. Nous avons profité de l'occasion pour remercier nos précieux bénévoles comme en témoignent les photos ci-dessus.

# De janvier à mars 2019...

## Vickie avec les bénévoles :

**Février :** Nous avons changé de local pour avoir plus d'espace. Nous pouvons maintenant songer à agrandir l'équipe de travail ; il y a le double de superficie, les bureaux sont mieux adaptés pour accueillir notre clientèle et les bénévoles. Nous avons également tenu notre **première rencontre de bénévoles** pour discuter des politiques internes et de leur rôle dans les services offerts.



**Campagne publicitaire à TVA**

Haut : Bernard Dufour, Éric Laporte, Louise Castonguay, Henry-Paul Harvey, Laurent Dion  
Bas : Carol Fournier, Hélène Bérubé, Denise Martineau, Danny St-Pierre,



**Une première !! :** Publicité sous le thème : « *Et si on osait bénévoles!* » Diffusée plus de 93 fois du 21 janvier au 24 février 2019 sur les ondes de TVA, cette campagne publicitaire marque une première démarche commune pour les 5 centres d'action bénévole (CAB) de la région. Réalisée conjointement avec le CISSS de la Côte-Nord, cette publicité visait la promotion de l'action bénévole auprès de la population nord-côtière. Superbe réalisation commune!



Vickie Tremblay remet un certificat de reconnaissance à l'équipe de la cuisine de l'Oasis des Pionniers en guise de remerciements pour la préparation quotidienne de repas.

**SEMAINE QUÉBÉCOISE  
DES POPOTES  
ROULANTES**  
DU 18 AU  
22 MARS 2019

**LES POPOTES ROULANTES**  
un service alimentaire de qualité!

Regroupement des  
popotes  
roulantes

Trouvez une popote  
près de chez vous :  
popotes.org/france  
1.877.577.5752  
regroupement@popotes.org  
Suivez-nous sur

SOLUBIA THERMO

**Mars :** La semaine québécoise des popotes roulantes s'est tenue du 18 au 22 mars 2019. Pour l'occasion, nous avons offert **5 repas gratuits** à tous nos bénéficiaires inscrits à ce service, sous forme de certificats-cadeaux personnalisés, pour **un total de 237 gratuits**. Nous avons également donné des livres de recettes que nous avons reçu en don.

**Cette petite attention fût très appréciée par nos bénéficiaires.** Nous avons également adhéré au regroupement des popotes roulantes et commandé des articles promotionnels, dont **1000 napperons** distribués un peu partout dans les restaurants du coin. Les outils clés en main offerts par cet organisme sont vraiment aidants!

# Invitation à la soirée Hommage bénévole à Ragueneau

JOURNAL LE MANIC

LE MERCREDI 10 AVRIL 2019 | PAGE 47



## Un merci aux bénévoles de Ragueneau



Jacqueline Girard honorée pour ses 15 ans d'implication comme bénévole dans la municipalité par le Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan.



Crédit photo ; André Pelletier

Vendredi le 29 mars, nous avons pris part à la soirée hommage aux bénévoles de la municipalité de Ragueneau. Très heureux de cette première invitation officielle, nous avons pris la parole pour dire quelques mots sur l'importance du bénévolat dans notre communauté, mais aussi pour remercier Madame Jacqueline Girard.

\*Crédit photo : André Pelletier

### Semaine de l'action bénévole 2019 :

À travers la boutique en ligne de la Fédération des CAB du Québec, les organismes peuvent se procurer des objets promotionnels afin de les offrir à leurs bénévoles, notamment pour les remercier de leur engagement. **Nous avons été l'organisme porteur dans le milieu et 13 organismes** ont passé des commandes d'articles promotionnels pour la semaine de l'action bénévole 2019. Comme cette semaine thématique se déroule au mois d'avril de chaque année, les détails de ces activités suivront dans le prochain rapport annuel.

### Statistiques du 1<sup>er</sup> août 2018 au 31 mars 2019

Services	Quantité	Nombre de personnes
<b>Accompagnement-transport bénévole</b>	719	156
<b>Popote roulante- repas livrés à domicile</b>	5 771	62
<b>Visites d'amitié</b>	179	8
<b>Réunions de conseil d'administration</b>	19	13
<b>Heures bénévoles (sans le CA)</b>	1 550	27

### Perspectives 2019-2020

#### Atteindre les objectifs du plan d'action 2018-2020 ;

- Adopter les politiques manquantes ;
- Embaucher une ressource supplémentaire ;
- Faire la promotion de l'action bénévole sur tout notre territoire;
- Organiser des activités de reconnaissance bénévole et communautaire;
- Offrir du soutien aux organismes et concertation avec le milieu.

## Sincères Remerciements ...

### Aux bénévoles qui se sont impliqués au conseil d'administration :

- Claude St-Pierre
- Bertrand Otis
- Mario Girard
- Johanne Émond
- Marie-Ève Bouffard
- Jean-Paul Fouquet



### Aux partenaires de la communauté :

**Aspire-tout**

pour avoir été le premier partenaire à accueillir la coordination du maintien des services en attendant le CAB, ainsi que pour leur grande générosité :

- Daniel Naud
- Jasmine Martel
- Gisèle Girard
- Maryse Desbiens
- Mélissa Lévesques

**L'Oasis Des Pionniers**

À toute l'équipe pour la préparation quotidienne de repas qui nous permet jour après jour d'offrir un service de popote roulante livré à domicile.



### Aux maires des différentes municipalités pour leur appui et l'aide au recrutement de bénévoles via les journaux mensuels :

- Joseph Imbeault de Ragueneau ;
- Yoland Émond de Chûtes-aux-Outardes ;
- Serge Deschênes de Pointe-aux-Outardes ;
- Normand Morin de Pointe-Lebel ;
- Yves Montigny de Baie-Comeau ;
- Steeve Grenier de Franquelin ;
- Jean-Yves Bouffard de Godbout .



À Hélène Brochu pour avoir été une mentor en or !



À Martin Savard pour l'achat de notre véhicule d'occasion.



**Centraide**  
Haute-Côte-Nord  
Manicouagan  
Nous tous, ici

### Au regroupement des CAB de la Côte-Nord :

Laurencia Bond du CAB de Port-Cartier ; Ginette Cormier du CAB de la Minganie ; Katleen Côté du CAB le Virage de Sept-îles.

Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord

Québec 



Josée Mailloux  
administratrice.

À Hélène Martel, organisatrice communautaire et tous les partenaires du réseau.

Aux fadoq des différentes municipalités pour nous avoir permis de partager nos besoins de relève bénévoles.

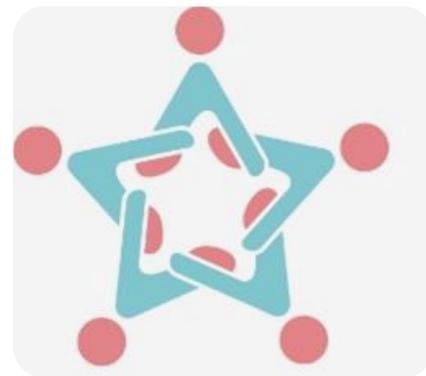
**fca**  **q**

Fédération des centres d'action bénévole du Québec

### À toute l'équipe de la Fédération pour les démarches d'implantation du CAB et leur support :

- Fimba Tankoano
- Michel Alexandre Cauchon
- Claire Desbiens

# Le visage de nos bénévoles 2018-2019...



À nos deux ressources qui complètent l'équipe de travail :

- **Sonia Gendron** : préposée à la popote roulante et visites d'amitié ;
- **Éric Laporte** : chauffeur pour la popote roulante et l'accompagnement-transport

**Gilles Tanguay**  
Livreur de popote  
roulante

**Styves Griffith**  
Chargé de  
projets

*Merci à  
nos bénévoles!*

*Hommage aux bénévoles qui  
brillent comme des étoiles dans  
notre communauté...*



**Angélique  
Desbiens**



**Bernard  
Arseneault**



**Bertrand  
Otis**



**Carol  
Fournier**



**Danny  
St-Pierre**



**Denise  
Martineau**



**François  
Martel**



**Gaston  
St-Pierre**



**Gyslène  
Savard**



**Hélène  
Bérubé**



**Henry-Paul  
Harvey**



**Jacqueline  
Girard**



**Jean Gauthier**



**Jocelyne  
Bouchard**



**Laurent  
Dion**



**Louise  
Castonguay**



**Lucie  
Desrosiers**



**Réal  
Fortin**



**Sophie  
Dubé**



**Bernard  
Dufour**



**Yves  
Gilbert**

**Sans oublier :**

- Bruno Bouchard
- Jean-Luc Martin
- Liette Quinn
- Marc-André Girard
- Sylvie Gagnon



# Appui de la communauté et visibilité

## Mot du maire



Joseph Imbeault, maire

### Nouveau centre d'action bénévole

Un nouveau centre d'action bénévole ouvre ses portes dans la région un peu plus d'un an et demi après la fermeture du centre de bénévolat Manicouagan. Après une consultation de la population, la fédération a jugé qu'un centre de bénévolat était essentiel dans notre milieu.

L'objectif du centre reste le même : aider les personnes isolées, handicapées ou en perte d'autonomie. Concrètement, les services restent aussi les mêmes : offrir la popote roulante, continuer les services d'accompagnement pour les rendez-vous médicaux, s'adapter aux besoins de la personne en situation d'aide.

Afin d'offrir ces services, le centre a besoin nécessairement de bénévoles. Vous avez quelques heures à donner? Contactez le centre d'action bénévole afin d'offrir vos disponibilités. Pour le moment, la forte demande se situe du côté de l'accompagnement à des rendez-vous médicaux. Pour celles et ceux qui ont le goût et le temps de s'impliquer, contactez le centre au 418 294-1445.

*Ensemble, on bénévoles!*

Le maire **Joseph Imbeault** de Ragueneau a écrit un mot spécialement pour nous dans le journal mensuel de novembre 2018, tout comme l'a fait Monsieur **Serge Deschênes**, le maire de Pointe-aux-Outardes.  
**Merci de votre appui!!**



Vickie Tremblay en entrevue à l'émission totalement régionale de TVRP avec Annie Hovington.



Cindy BERGER

directrice générale  
Centre d'Action Bénévole de la MRC  
Manicouagan

TVA Nouvelles ACTUALITÉS MA RÉGION ARGENT SPORTS BUZZ EN DIRECT



**BÉNÉVOLES RECHERCHÉS À BAIE-COMEAU**

ANDRÉ NORMANDEAU | TVA Nouvelles

DIRECT  
18:21

Le nouveau Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan recherche toujours des bénévoles quelques mois après le début de ses activités. Les services sont assurés au strict minimum pour l'instant.

Le centre a pignon sur rue depuis le 26 juin dernier, mais les activités ont véritablement commencé le 6 août. L'organisme a repris les services de popote roulante et de accompagnement des mains du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Côte-Nord.

Cindy Berger en entrevue sur  
Cogeco et à la radio

Centre d'Action bénévole de la MRC Manicouagan  
Publié par Pat Cin [?] · 25 octobre 2018



FM 97.1 et 100.5

25 octobre 2018

J'aime la Page

RÉVEIL OFFICIEL

Cette semaine à l'émission on recevait la directrice générale du Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan: Cindy Berger. Le centre d'actio...

**Merci à nos membres pour votre confiance et votre compréhension!**

## En conclusion :

Nous sommes très fiers de tout le travail accompli en à peine un an. Nous avons parcouru beaucoup de chemin en peu de temps. Pour nous, c'est la démonstration qu'à travailler tous ensemble pour atteindre un objectif commun, rien n'est impossible. Malgré les embûches, nous avons persévéré car nous croyons en la mission et la communauté aussi. Merci d'avoir participé à écrire le premier chapitre avec nous.

**L'histoire du Centre d'action bénévole (CAB) de la MRC Manicouagan ne fait que commencer 😊**

# Mention spéciale pour notre président



PRIX HOMMAGE  
**BÉNÉVOLAT-  
QUÉBEC 2019**

En décembre dernier, nous avons présenté la candidature de notre président de conseil d'administration au prix hommage bénévolat Québec 2019. À notre grand bonheur, il a été nommé Lauréat. Monsieur Avoine en a fait beaucoup pour le CAB et il est un dévoué bénévole à temps plein dans notre communauté. Il a multiplié les heures de travail pour démarrer l'organisme, faire de la représentation etc.  
**Félicitations M. Avoine et merci pour tout!**

ACTUALITÉ

JOURNAL LE MANIC

## Georges Avoine reçoit un prix hommage

Baie-Comeau – Georges Avoine a eu droit à une belle reconnaissance lors de la 22<sup>e</sup> édition des prix Hommage bénévolat-Québec tenue le 9 avril à l'hôtel du Parlement.

**SANDRO CÉLANT**  
scelant@lemanic.ca

Le récipiendaire local est un pilier dans sa communauté à Baie-Comeau. Respecté par ses pairs et bien connu dans le milieu, l'homme de cœur se dévoue régulièrement sans compter les heures.

Son engagement s'exprime dans divers secteurs et touche souvent les volets agricole, social et communautaire. Déterminé à réussir, le personnage mène ses projets avec rigueur, professionnalisme et générosité.

À titre de président du nouveau Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan, il a contribué à remettre sur pied cet organisme, qui avait connu de sérieux ennuis financiers au cours des dernières années.

**Rassembleur**  
Rassembleur et militant, M. Avoine



Sur la photo, Georges Avoine (à gauche) reçoit le prix Hommage bénévolat-Québec de la part du ministre du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité et ministre responsable de la région de la Mauricie, Jean Boulet. Photo Jean-François Gravel

n'hésite pas à s'entourer de gens croyant à sa cause pour mener à terme ses différents dossiers.

Également reconnu pour ses qualités d'organisateur de fête, le lauréat de

2019 a laissé des traces positives et son travail a déjà été récompensé, entre autres, avec des mentions d'honneur du Forum bioalimentaire Côte-Nord ainsi que de la Table bioalimentaire Côte-Nord.



Nous avons profité du passage de Fimba Tankoano de la FCABQ pour souligner le prix hommage de Monsieur Avoine avec le conseil d'administration.



Avec Martin Ouellet, notre député!



Monsieur Bruno Fecteau, notre vice-président, a accompagné Monsieur Avoine. Ils posent avec les lauréats de la région Côte-Nord.

