



Le Pigeon Rapporteur



Bulletin Juin 2021

Publié en 190 exemplaires

Bulletin d'information Juin 2021



Siège social :

124, rang Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard (Québec) G0X 3C0
Tél : (819) 288-5533 Sans frais : 1 (855) 788-5533
Courriel : cabbecancour@sogetel.net



Le Pigeon Rapporteur— Juin 2021



Centre d'action bénévole
de la MRC de Bécancour

Point de services :

2 730, av. des Hirondelles
Bécancour (Gentilly) (Québec) G9H 4M4
Tél : (819) 298-2228
Courriel : cabbecancour@tlb.sympatico.ca



Mot de la présidente



Bonjour,

Je suis certaine que les rayons du soleil et la zone verte vont nous donner un bel été. Nous allons pouvoir se rencontrer, faire certaines activités, manger au restaurant et aussi revoir notre parenté éloignée. Tous ces éléments aident à garder un bon moral et à voir l'avenir avec des jours meilleurs.

Pour les activités, le CAB en crée de nouvelles en attendant de remettre les anciennes à l'ordre du jour pour égayer la communauté tout en essayant d'éliminer la solitude chez nos personnes âgées.

Je remercie tous les bénévoles, les membres du Conseil d'administration, les partenaires et les employés qui n'ont jamais baissé les bras et qui continuent à faire un excellent travail..

En terminant, passez un bel été ensoleillé et amusez vous tout en respectant les normes sanitaires prescrites.

Françoise Roy
présidente

<u>Dans ce numéro</u>	
Mot de la présidente	2
Mot de la directrice	3
Téléphone d'amitié	4
Message de bénévole	4
Message de bénévole	5
Message de bénévole	6
Message de bénévole	7
Message de bénévole	8
Message de bénévole	9
Message de bénévole	10
Mot de Maryse	10
Invitation spéciale	11
Suggestions de livres	12
Suggestions de livres la suite	13
Savez-vous que	14
Félicitation	15
Mot de Nathalie	16
Recherche de bénévole	17
PAIS	18
Rallye-toi.ca	19
SAB 2021	20
SAB 2021	21
Horaire d'été	21
Message France	22
Horaire	23
Partenaire financier	23
Mot de la fin	24



Mot de la directrice



L'été est la saison que j'apprécie le plus; rencontres entre famille, rencontres entre amis, sorties extérieures, BBQ, feu de camp. L'année qui vient de passer a apporté son lot d'interdictions, de préventions diverses, d'isolement, d'adaptations et de revirements. Maintenant en zone verte, je vous souhaite à tous, chers membres et bénévoles, de respirer à nouveau, de vous gâter avec vos petits-enfants, vos enfants ainsi qu'avec toutes les personnes importantes pour vous.

Je tiens à vous remercier d'avoir été avec nous dans les derniers mois, de nous avoir fait confiance et de croire en la mission du CAB.

Nous souhaitons plus que tout d'être de retour en force à l'automne et de vous offrir de nouveau nos activités sociales telles les dîners communautaires, Mamie Tendresse et les visites d'amitié.

Soyons tous solidaire et nous nous retrouverons bientôt!

Je vous souhaite un bel été rempli de douceur et de soleil


Sonia Lauzon
Directrice générale



Téléphones et visites d'amitié



Grâce à la générosité des bénévoles, les personnes qui vivent des moments d'isolement et de solitude trouvent réconfort, présence et écoute. Que ce soit pour un appel téléphonique ou une visite d'amitié, nos bénévoles dévoués offrent de leur temps et du même coup, reçoivent une belle reconnaissance et partagent de bons moments. Pour l'année 2020-2021, les visites d'amitiés ont été remplacé par les appels d'amitié. La détresse psychologique a été le besoin le plus important nommé par les bénéficiaires depuis le début de la pandémie. Les demandes de téléphone ont explosées. Il est important de souligner que les bénévoles ont, pour la majorité, pris l'initiative de téléphoner régulièrement les personnes seules tout au long de l'année.

Merci aux bénévoles d'offrir de la chaleur humaine, de partager de petits moments de bonheur.

Voici des témoignages de bénévoles qui donnent de leur temps au cœur de ce service.

Bonjour,

La présente a pour but de vous rendre hommage, chers bénévoles.

L'aide que vous apportez à tous ces gens, c'est formidable.

Pour ma part, en ce qui concerne les téléphones d'amitié, je ressens de la valorisation. Le fait de participer, de me rendre utile par le biais du Centre d'action bénévole, m'apporte beaucoup de satisfaction.

Le bénévolat est un beau geste de générosité. Nous pouvons acheter des choses avec de l'argent mais tout ce qui vient du cœur, n'a pas de prix.

À VOUS TOUTES ET TOUS

Je vous dis «continuer votre travail si bien commencé »

Bravo et encore Bravo

Je vous souhaite un bel été

Judith Provencher.





Message de bénévole des téléphones d'amitié



Bonjour,

Je me présente Marielle Carbonneau Lenneville je viens vous raconter mon emploi du temps comme bénévole durant la pandémie avec des appels téléphoniques d'amitié. Avant la pandémie je faisais des visites et des appels téléphoniques d'amitié.

De parler aux personnes me fait autant de bien à moi ne pouvant plus sortir pour les visites je m'informe d'eux, de leur santé comment ils vivent la pandémie ne pouvant les voir en personne je les appelle à leur anniversaire, je communique avec le poste de radio CKBN 90,5 FM Bécancour ce sont mes complices pour leur souhaiter Bonne Fête sur les ondes ce qui est très apprécié des personnes dont c'est l'anniversaire.



Mes feuilles sont prêtes pour chaque mois, chaque jour avec leur date de naissance et leur numéros de téléphone. Je ne compte jamais mon temps ni mes heures car ce qui compte pour moi c'est de faire plaisir aux gens et être à leur écoute tout en me faisant plaisir à moi car le bénévolat c'est de donner de son temps sans s'attendre de recevoir en retour à part de l'Amour.

Cela fait 15 ans que je fais du bénévolat pour le Centre d'Action Bénévole et je remercie Dieu chaque matin de me donner la santé pour continuer à faire ce que j'aime " Faire du bénévolat " et à mes parents de m'avoir transmis le don de soi un beau cadeau comme une chanson que je fais en demande spéciale à chaque dimanche à la radio pour leur anniversaire.

" L'Amour qu'on donne un jour nous est donner en retour "

Bon été et bonnes vacances à l'équipe du C.A.B.
et à vous toutes et tous Bénévoles.

J'ai hâte de vous revoir toutes et tous !!!

Marielle



Message de bénévoles des téléphones d'amitié



Je me présente Sylvie Lambert, j'ai toujours aimé aider les gens ayant déjà reçu de l'aide, je sais comme c'est important d'avoir des personnes qui nous entourent qui savent écouter. Depuis cet automne, une personne que j'apprécie beaucoup vit une séparation. Une situation très pénible pour l'avoir vécu je sais que nous avons besoin de beaucoup d'écoute et en plus quand la dépression s'installe c'est encore plus dur. On se parlait 3 à 4 fois par jour ça me faisait plaisir d'être là pour elle parfois elle me demandait de la calmer, je lui faisais prendre de longues inspirations et je lui disais de descendre dans son cœur je lui faisais prendre conscience de tout ce qu'elle avait réalisé combien elle était chanceuse d'être entouré de ses enfants. Maintenant ça va de mieux en mieux. Ce n'est pas facile en temps de pandémie, l'isolement, le confinement etc... Ça me rends heureuse d'avoir pu être là pour cette personne.



Sylvie

Faire du bénévolat est une passion et un don de soi librement. Faire du bien autour de nous est bénéfique autant pour celui qui le donne, que celui qui le reçoit. Ce besoin que l'on ressent d'écouter, de se rendre utile, de donner de son temps pour aider les gens, nous donne des ailes.

Avec la Covid et le confinement que nous vivons présentement, nous avons tous mis bien des choses sur pause. Le bénévolat dans les résidences de personnes âgées, le transport et les accompagnements de gens à leurs rendez vous médicaux.

Après plus de 30 ans de bénévolat, j'ai encore le goût et l'énergie de faire du bien autour de moi. Donc je me dirige vers l'écoute téléphonique. Plusieurs aînés de notre région se sentent seuls et isolés. Le besoin de partager leur quotidien leur fait du bien et moi ça me fait plaisir de mettre un peu de soleil dans leur journée et d'être à leur écoute comme bénévole.



Adrienne Neault

Invitation spéciale



CAB
Centre d'action bénévole
de la MRC de Bécancour

itmav
Initiatives de travail de milieu
auprès des aînés vulnérables

Invitation Spéciale

C'est le temps de se déconfiner! Venez nous voir, respirer
à nouveau en bonne compagnie!

Petit spectacle musical suivi d'une collation et une
boisson.
Vous pouvez apporter votre famille.

Inscription Requise, place limitée.
*Remis au lendemain en cas de pluie


ÉCOLE DE MUSIQUE
Audrey Nadeau

29 Juin à l'Agora de Gentilly (Élèves d'Audrey Nadeau)
6 Juillet au parc municipal de Fortierville (Lucia Charland)
15 Juillet à la FADOQ de Sainte-Angèle (Claude Beaulieu)

13h30 à 15h30

Contactez Roxane pour réserver
819-690-4735

Quelques suggestions de lectures estivales

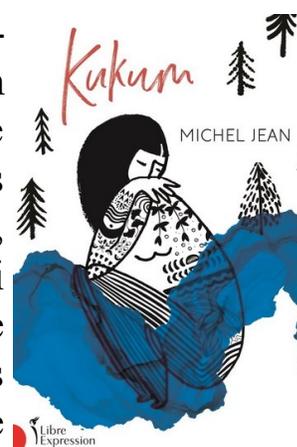


Il me fait plaisir de collaborer pour une première fois à votre revue et de partager avec vous ma passion pour les livres. Je me nomme Monique Labonté et je suis bénévole au Centre d'action bénévole ainsi qu'à la bibliothèque du secteur Gentilly. Je fais également partie du Club de lecture de la bibliothèque de Bécancour. Voici quelques-uns de mes coups-de-cœur de l'année :



Kukum, Michel Jean

Le journaliste Michel Jean raconte ici l'histoire de son arrière-grand-mère, une orpheline venue d'outre-mer, amoureuse de son mari Innu et de son peuple d'adoption. À travers le récit de cette vie hors du commun, il nous fait découvrir les valeurs exemplaires des Innus : respect de la nature, entraide, solidarité, partage... Il nous dévoile de splendides paysages, aujourd'hui disparus car noyés par les barrages. Il raconte aussi, entre l'enfermement dans les réserves et les pensionnats, les impacts néfastes de la sédentarisation et de l'assimilation sur le peuple Innu.



Ceux qui partent, Jeanne Benameur

En 1910, des centaines de bateaux transportent vers Ellis Island des milliers d'émigrants, chassés par la guerre et la pauvreté ou attirés par l'aventure. Ils y sont évalués avant d'être autorisés ou non à fouler le sol américain. Pendant les 24 heures que dure leur cohabitation sur l'île, les italiens Emilia et son père Donato, le gitan Gabor et l'arménienne Esther vivent intensément ce moment charnière entre leur passé et l'avenir.

Au-delà de l'histoire, ce livre nous sensibilise, dans un langage poétique, au vécu des émigrants : "Les émigrants ne cherchent pas à conquérir des territoires. Ils cherchent à conquérir le plus profond d'eux-mêmes parce qu'il n'y a pas d'autre façon de continuer à vivre lorsqu'on quitte tout."





Félicitation



Prix Jean Yergeau • Vivre, c'est agir sur ce qui nous entoure...

Le prix Jean Yergeau, en l'honneur de l'homme du même nom, a été remis à Madame Françoise Roy, présidente de la Table locale de concertation des personnes âgées de la MRC de Bécancour et présidente de la Table régionale de Concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec. La remise du prix a eu lieu lors de l'AGA de la Table régionale, le 11 juin 2021.



Décerné annuellement lors de l'AGA, ce prix vise à reconnaître une personne faisant rayonner la Table régionale en dehors du conseil d'administration. Madame Françoise Roy a été honorée pour son apport exceptionnel à l'amélioration de la condition de vie des personnes âgées du Centre-du Québec. Cette femme de conviction, dévouée et bienveillante se démarque depuis plusieurs années par ses nombreuses implications et sa remarquable contribution au sein des comités. Elle participe aux évaluations de projets et agit en tant que guide pour les bénévoles et l'équipe de travail. Elle est motivante, inspirante et apporte la joie de vivre en semant des sourires et des rires sur son passage.

Félicitations à notre Françoise, présidente à nous aussi au Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour.

Nous sommes fiers de ton parcours exceptionnel!

Nathalie Pépin



Message de Nathalie



Bonnes vacances

« Avec la pandémie, nous nous sommes endormis dans un monde et nous sommes réveillés dans un autre ».

On s'est accroché aux petites joies, juste se dire qu'on allait bien, qu'on tenait le coup, qu'on était avec les uns et les autres en pensée. On s'est appelé, on s'est rejoint par face time, zoom. On s'est souhaité de Joyeuses Fêtes, Joyeuses Pâques, Joyeux anniversaire. Dieu qu'on s'est ennuyé de nos proches et de l'humanité tout court à l'ère de la distanciation sociale.

La pandémie nous aura révélé beaucoup, nous a tous fait réaliser que vieillir n'est pas devenir plus vieux chaque jour mais plutôt être nouveau chaque jour. Se renouveler.

Certains ont renoué avec des plaisirs oubliés ou démodés, faire un potager, tricoter, faire leur pain, faire un bon ménage dans leurs photos et faire des albums annotés, écrire leurs souvenirs. Cette année nous aura donné le temps de revenir à l'essentiel, à l'envie de faire quelque chose. Jacques Brel disait:

« Le talent c'est avoir envie de faire quelque chose »

Je pense que cette année différente nous aura tous donné envie de quelque chose.

Nous allons prochainement retrouver notre vie « d'avant », nos activités.

Je vous souhaite de garder en nos cœurs un peu de cette profondeur atteinte ces derniers mois, ce sentiment puissant de ce qui compte vraiment pour nous. Je vous souhaite l'inspiration, la créativité, la capacité de vivre le bonheur au quotidien. Cette fois, nous apprécierons comme jamais la joie d'être proche.

Bonnes Vacances en compagnie de vos parents, amis, enfants et petits-enfants! Quel bonheur! Nous nous retrouverons bientôt afin de planifier la prochaine année, des activités favorables aux retrouvailles. Ce sera vraiment agréable de nous revoir à nouveau.

Nathalie Pépin



Recherche de bénévoles



Centre de la biodiversité du Québec \ L'écho des origines

Le Centre de la biodiversité est à la recherche de bénévoles pour son circuit interactif « L'écho des origines »

Les tâches visées sont principalement de guider, surveiller et accueillir. Il est possible de s'inscrire dès maintenant ou au cours de l'été. Il y a un programme de récompense en fonction des disponibilités.



Carole Bellerose

Directrice générale

Centre de la biodiversité du Québec \ L'écho des origines
1800, ave. Des Jasmins Bécancour (Québec) G9H 2S2
Tel.: 819.222.5665 \ 1.866.522.5665 \

L'écho des origines

L'écho des origines est un nouveau circuit interactif en plein air offert par le Centre de la Biodiversité du Québec. Voyagez à travers les époques de la forêt de Bécancour en parcourant un sentier immersif. Dès la pénombre, partez à la découverte de la Biodiversité de la Vallée du Saint-Laurent. Tout au long de l'expérience, relevez des défis de groupe à l'aide d'une technologie inusitée. Chaque activité vous permet de révéler les pouvoirs cachés de la nature. Toutefois, tout bon voyage comporte sont lot de surprises. Saurez-vous identifier ce qui menace l'héritage de la mer de Champlain?

L'écho des origines aborde les enjeux environnementaux avec une approche ludique, éducative et artistique. Réunissant plusieurs œuvres multimédias interactives, ce circuit immersif a pour but de rendre ce sujet scientifique accessible aux jeunes et grands.

Durée de l'activité 75 à 90 minutes.



DÉCOUVRE TA RÉGION et encourage le tourisme local

C'EST AVEC PLAISIR ET FIERTÉ QUE LE *RALLYE-TOI*
DE LA CCICQ EST DE RETOUR CETTE ANNÉE
EN VERSION AMÉLIORÉE ET POUR TOUT L'ÉTÉ !

Ce rallye, qui porte le nom symbolique de **Rallye-Toi**, a pour objectif de faire découvrir à nos résidents les charmes de nos municipalités, de mettre en valeur le tourisme local. C'est une proposition de vacances à deux pas de chez soi ! C'est aussi une façon de se soutenir les uns les autres et de mettre en valeur notre région.

Rallye-Toi qui a lieu du 22 juin au 5 septembre 2021 est aussi une manière de découvrir nos attraits touristiques, notre nature, nos lieux culturels, nos restaurants comptoir/boutique.

Les participants pourront découvrir chacune de nos municipalités à leur rythme, mais aussi participer à des défis tout au long de l'été.

Une formule simplifiée nous permettant d'avoir beaucoup de plaisir !

Pour vous inscrire : <http://rallye-toi.ca>

rallye-toi.ca

DÉCOUVRE TA RÉGION et encourage le tourisme local!

DU 22 JUIN AU 5 SEPTEMBRE 2021

RALLYE TOI!

UNE INITIATIVE DE LA

CCICQ
Centre de commerce et d'industrie de
Côte-de-Québec

EN PARTENARIAT AVEC

Semaine de l'action bénévole 2021



La Semaine de l'action bénévole 2021, sous le thème « Bénévolat, c'est chic!» s'est déroulée du 18 au 24 avril dernier. Comme vous le savez, en cette période d'incertitude, nous avons repensé nos activités et nous nous sommes renouvelés. Il n'était pas question d'envisager de rassemblement mais il était primordial de vous manifester notre reconnaissance.

Vous avez reçu un certificat honorifique des personnalités de la MRC. Ils ont témoigné avec enthousiasme de votre bienveillance et souligné votre contribution à l'amélioration de la qualité de vie et à la santé de la collectivité.

De plus, plusieurs d'entre vous ont pris part au rallye auquel succédait un tirage au sort pour tous les membres.

Les gagnantes et gagnants sont :

Madame Monique Desruisseaux

Monsieur Yves Tousignant

Madame Lise Carignan

Madame Denise Deshaies Toupin

Monsieur Émilien Soucy

Madame Reine Lajoie

La **Campagne radio** via 90,5, fut également appréciée par le grand public.

Tout d'abord il y a eu le lancement officiel, directement en onde, par notre directrice générale, Sonia Lauzon. Par la suite, il était possible d'entendre des bénévoles par le biais de capsules, tout au long de la semaine, nous raconter leurs belles et inspirantes histoires de bénévolat. Merci à monsieur André Béliveau, mesdames Irène Deshaies et Gisèle Houde ainsi qu'à notre travailleuse de milieu pour les aînés, Roxanne Rochefort. Votre participation a inspiré les auditeurs sur les valeurs et bienfaits du bénévolat.

Si vous êtes de celles et ceux qui n'ont pas eu le bonheur de les entendre aux différentes heures d'antenne, elles sont toujours disponibles sur notre Facebook.

Semaine de l'action bénévole 2021



La conférence virtuelle « Bénévolat, c'est chic! »

Le moment fort de la semaine fut sans contredit la conférence virtuelle en compagnie de Pierre Bruneau, Sylvie Bernier, Marcel Leboeuf et Pascal Cameroun. Ce fut un grand ressourcement très divertissant et un outil de réflexion. Droit au cœur, ils nous ont rejoints par la diversité et la qualité de leurs témoignages. Les 450 participantes et participants ont commenté de façon élogieuse, spontanément, tout au long des présentations, par le clavardage.

En résumé, ils nous ont émus, réconfortés par ce retour à l'essentiel. L'action bénévole existe depuis la nuit des temps. Indémorable, elle est intemporelle. Elle se meut et s'émeut aux rythmes des changements sociétaux.

Vous n'avez pas eu l'opportunité de vous joindre à la conférence le 21 avril?

Il est toujours temps sur Youtube. Il s'agit de taper au clavier «Conférence Bénévolat c'est chic.» Vous aurez automatiquement accès et vous ne serez pas déçu. Je vous le confirme.

Horaire d'été

Nathalie Pépin



Les bureaux du Centre d'action bénévole seront ouverts durant tout l'été à quatre jours/semaine, soit du lundi au jeudi.

Comptoir alimentaire

Le mardi 15 juin	Ouvert	Le mardi 13 juillet	Ouvert
Le mardi 22 juin	Ouvert	Le mardi 20 juillet	Ouvert
Le mardi 29 juin	Ouvert	Le mardi 27 juillet	Ouvert
Le mardi 06 juillet	Ouvert	Le mardi 03 août	Ouvert

Le Vestiaire sera fermé du samedi 26 juin au mercredi 4 août 2021 inclusivement.



Horaire



Centre d'action bénévole
de la MRC de Bécancour

Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour
124, rang Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard (Québec) G0X 3C0
Tél : (819) 288-5533 Sans frais : 1 (855) 788-5533
Courriel : cabbecancour@sogetel.net
Lundi au vendredi : 8h30 à 16h30
Comptoir alimentaire : à chaque mardi



Le Vestiaire de Fortierville, vous offre des vêtements, des chaussures, des livres et divers articles à bas prix. Venez y jetez un coup d'œil!

Vestiaire Fortierville

Un service exceptionnel avec en supplément un joli sourire.

Veillez noter les endroits précis où sont les bacs pour les dons de vêtements :

- –St-Sylvère, à côté de l'épicerie Marché St-Sylvère;
- –Ste-Marie, au bureau municipal;
- –Ste-Sophie, au CAB près du garage; 
- –St-Pierre, à côté du Sonic;
- –Deschaillons, à côté du Marché Dubuc;
- –Parisville, à côté du Sonic;
- –Ste-Françoise, à côté de la salle municipale;
- –Fortierville, dans la chute du Vestiaire.

196, B, rue Principale
Fortierville Qc G0S 1J0
Tél : 819 288-5533
Jeudi : 9h00 à 16h00
Vendredi : 9h00 à 16h00

Merci de votre générosité!!!



Partenaires financiers



Le Centre d'action bénévole de la MRC de Bécancour remercie

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec



Centraide
Centre-du-Québec
Nous tous, ici

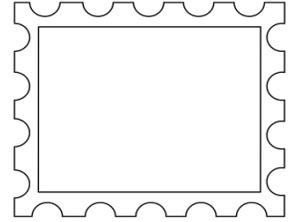
pour le soutien financier qu'ils accordent à notre organisme.



Centre d'action bénévole
de la MRC de Bécancour

Siège social :

124, rang Saint-Antoine
Sainte-Sophie-de-Lévrard (Québec) G0X 3C0
Tél. : (819) 288-5533
Sans frais : 1-855-788-5533
cabbecancour@sogetel.net



Toute l'équipe du Centre d'action bénévole ainsi que les membres du conseil d'administration, vous souhaite de bonne vacances. Merci pour votre dévouement, profitez bien de cette belle saison qui est a notre porte.

