

Bulletin de liaison du  
Centre d'action bénévole de Montréal

Newsletter of the  
Volunteer Bureau of Montreal

# Bénévolat Volunteer

MONTREAL

## Un party Gotsoul pour remercier les bénévoles!

- 4** FORMATION  
Nouveaux ateliers!
- 7** Journée internationale  
des bénévoles
- 11** Volunteering —  
A waste of time?





# Meilleurs vœux pour 2010

par Alison Stevens,  
directrice générale du CABM / [astevens@cabm.net](mailto:astevens@cabm.net)

Plusieurs reprises en 2009, j'ai eu l'occasion de constater que les mots « engagement » et « bénévole » étaient intimement liés, que ce soit autour des différentes façons de recruter de nouveaux bénévoles ou encore dans la manière de travailler avec les bénévoles déjà actifs. L'engagement, en français comme en anglais, implique la participation, et aussi l'intention de s'impliquer à long terme.

Si une personne est engagée, elle est intéressée, elle est absorbée, elle a de l'enthousiasme et de la passion. Ceci est la force du bénévolat! Les bénévoles approchent nos organismes parce que la cause leur tient à cœur. C'est à nous de cultiver cette force, en parlant de nos causes de façon inspirante, en s'ouvrant aux possibilités que chaque bénévole nous offre, et en changeant nos pratiques, en cas de besoin. Nous sommes des agents de changement, transformant et dirigeant l'énergie et l'engagement des bénévoles en gains pour nos communautés.

Lors d'une discussion portant sur la reconnaissance des bénévoles, Susan Ellis, spécialiste réputée du bénévolat et de la gestion des ressources bénévoles, nous a fait la recommandation suivante : « ne gaspillez jamais le temps d'un bénévole ». Cela va sans dire que de gaspiller le temps d'un bénévole, c'est de gaspiller toute cette force et tout ce potentiel. Les gens exigent peut-être plus maintenant qu'auparavant que leurs engagements communautaires leur rapportent des avantages. Et ils sont peut-être aussi prêts et capables d'offrir des contributions plus significatives! C'est à nous de nous assurer qu'ils auront l'opportunité de le faire.

Donc, je vous souhaite à tous en 2010 de l'engagement bénévole. J'espère que vous trouverez les moyens pour stimuler les bénévoles de votre organisme afin qu'ils puissent contribuer de façon importante à l'accomplissement de vos objectifs. Et finalement, je vous souhaite d'être engagés dans vos propres efforts bénévoles.

## New year wishes

by Alison Stevens,  
Executive Director of the VBM / [astevens@cabm.net](mailto:astevens@cabm.net)

Several times over the course of 2009, I heard the word "engagement" paired with the word volunteer. Whether the topic was new ways of reaching out to potential volunteers or our practices in working with and alongside volunteers, the term kept popping up. Engagement, in both English and French, implies involvement and commitment.

If a person is engaged, she is interested, absorbed, enthusiastic, impassioned, or maybe all of the above. This is the power of volunteers! They come to our organizations because of something they care about. It up to us to harness that power, by being eloquent about our cause, by being open to what volunteers bring to the table and by adjusting our practices if need be. We are facilitators, transforming and channelling the energy and commitment of volunteers into positive change for our communities.

In talking about volunteer recognition, Susan Ellis, a reputed expert on volunteers and the management of volunteer resources, once said "Never waste a volunteer's time". It goes without saying that wasting a volunteer's time is wasting all that power and potential. People may be looking for more in their volunteer or community involvement now than they did in the past. And they may just be prepared and able to give more as well! Whether they get the opportunity to do so or not depends on us.

So my wish for you all in 2010 is volunteer engagement. May you find the keys to engaging volunteers in your organization so that they can contribute in a significant way to the accomplishment of your goals. And may you be engaged in your own volunteer endeavours.

# Bénévolat Volunteer

**Bénévolat Montréal**, le bulletin de liaison du Centre d'action bénévole de Montréal, est principalement destiné aux organismes communautaires et bénévoles de Montréal. Il se veut un outil privilégié de communication et d'information entre les divers partenaires de l'action bénévole. On peut reproduire tout article publié dans *Bénévolat Montréal* en indiquant la source.

**Volunteer Montreal**, the newsletter of the Volunteer Bureau of Montreal, is intended to serve as a vehicle for communication and information for the many volunteer organizations at work in the community. Any article may be reproduced in indicating its source.

**Le CABM est fier de vous annoncer que ce bulletin est imprimé sur du papier recyclé à 100%.**

### Coordination :

François Lahaise, agent des communications

### Graphisme / Graphic design :

Manon Pineault\*

### Collaborateurs / Contributors :

Jacques Balayla\*, Clarisse Bonnefon, JaBig\*, Patrice Jolivet\*, Evelyn Joncas, Sharyn Katsosof, Claude Lamarre\*, Suzane Langlois, Derek Sankey\*, Alison Stevens et Denise Tittle\*

### Traduction & révision / Translation & revision

Kiran Chawla et Suzane Langlois

### Page couverture / Cover:

Photos prises lors du party gotsoul en l'honneur des bénévoles le 12 décembre dernier.

*Photos taken during the gotsoul celebration of volunteers on December 12, 2009.*



### Centre d'action bénévole de Montréal Volunteer Bureau of Montreal

2015, rue Drummond, suite 300  
Montréal, Québec H3G 1W7 ( Métro Peel )  
Téléphone : 514.842.3351  
Télécopieur : 514.842.8977  
[info@cabm.net](mailto:info@cabm.net)  
[cabm.net](http://cabm.net)

*S.V.P. nous aviser de tout changement d'adresse.  
Please notify us of any change in address.*

**\* Ont contribué bénévolement à ce bulletin**



---

# Volunteer Appreciation

## Time to party!

by JaBig,  
Gotsoul records / ja@jabig.com



Volunteers partying at the Gotsoul event in December.

From folks who help feed the poor, visit the sick in hospital, act as big sisters or brothers to children to those kind souls who help troubled teens, there are so many Montrealers who contribute their time and energy to diverse charitable causes in the city.

In our humble opinion, these volunteers are our city's heroes. They do it just to make a difference in someone's life, not for the glory or acclaim. While a verbal "thank-you" might be enough recognition for them, we at gotsoul alongside delete some of our sisters and brothers, decided to make a more concrete gesture by publicly honouring them.

**The Gotsoul Sessions: The Volunteer Appreciation Edition**, featuring jojoflores, Mike Fresco & JaBig as DJs, was the first of

what we intend to be a yearly party dedicated to Montreal volunteers. Every year, we throw a Christmas party thanking our fans, supporters and colleagues but this year, we decided to give thanks to those who care about others. They were our guests of honour and were treated as such. It's our way to say that not only do we appreciate their commitment but we also respect it and want to encourage it further.

Volunteers from various community organizations attended the party on December 12<sup>th</sup> at Bassment in Old Montreal. Thanks to the Volunteer Bureau of Montreal for working with us to make this exciting event happen.

For more info, click on [jabig.com](http://jabig.com) (Giving Thanks to Montreal's Unsung Heroes).

---

## La permaculture, vous connaissez?

### Protéger la terre et les gens, et partager les surplus

Comme le dit Bill Mollison, le co-fondateur de la permaculture : « Bien que les problèmes du monde soient de plus en plus complexes, c'est embarrassant de voir à quel point les solutions sont simples ». La permaculture fait partie de ces solutions. Succinctement, c'est une façon d'intégrer l'homme dans son environnement naturel, de travailler avec la nature et non pas contre elle, et d'arriver à un système de vie le plus autonome possible.

Attention, cela ne veut pas dire isolé. En effet, la permaculture est basée sur la communauté et le partage : ses trois éthiques sont de protéger la Terre, protéger les gens, et partager le surplus (de temps, de matériel, de nourriture, de connaissances...). La permaculture s'applique partout à travers le monde. À la ville comme à la campagne, sur un balcon comme sur une ferme...

Depuis que je suis à Montréal et avec l'aide de la Guilde de permaculture j'ai mis en place les « permablitz ». C'est une journée ouverte à tous les bénévoles et pendant laquelle nous

transformons une pelouse en un jardin diversifié et un beau potager. Cette rencontre nous rapproche et nous fait partager une journée d'activité à l'extérieur et dans une ambiance détendue et chaleureuse. Il n'y a pas de limite d'âge et c'est vraiment le fun : chacun apporte un petit quelque chose à partager pour le repas et un outil, un baril ou un tuyau usagé qui va servir à cette grande journée de transformation. Les bénévoles apprennent sur la permaculture, ils font des nouvelles rencontres, ils partagent leurs connaissances en jardinage, cuisine, théâtre... sur tout! Si vous avez accès à Internet, visitez mon blog : [permablitzmontreal.blogspot.com](http://permablitzmontreal.blogspot.com) pour voir des photos et des détails sur ce qu'on fait pendant ces journées!

Bref, j'écrirai un bulletin régulier sur des exemples qui lient le bénévolat et une approche responsable et raisonnée. Alors à très bientôt!

par **Clarisse Bonnefon**,  
agente de liaison pour les Services alimentaires bénévoles  
[cbonnefon@cabm.net](mailto:cbonnefon@cabm.net)



Avec la participation de chacun et dans la bonne humeur, on peut accomplir beaucoup!

# Nous voici déjà en 2010 et de nouveaux ateliers seront bientôt disponibles!



L'équipe de la formation : Valérie Millette, Evelyn Joncas, Suzane Langlois et Alison Stevens.

En plus de nos ateliers « Les Essentiels », nous offrirons cette année des ateliers qui contribueront à votre réussite en terme de recrutement et de rétention de votre **relève bénévole**, que sont : les **jeunes bénévoles**, les **bénévoles issus de l'immigration** et les **nouveaux retraités** :

## ATTIRER ET MOBILISER LES JEUNES BÉNÉVOLES

*Le 25 février 2010*

Les jeunes sont divers, dynamiques et pleins de nouvelles idées. Nous vous aiderons à réaliser quels sont les atouts des jeunes pour vos organismes et nous vous guiderons sur les ajustements à prévoir lorsque l'on désire attirer et mobiliser ces jeunes bénévoles.

## ACCREDITATION POUR LE PROGRAMME DE RECONNAISSANCE DE L'ENGAGEMENT BÉNÉVOLE (PREB)

*Le 25 mars 2010*

Le projet pilote réalisé par le Centre d'action bénévole de Québec (CABQ) et le Ministère de l'emploi et de la solidarité sociale, à travers le Secrétariat à l'action bénévole communautaire autonome et aux initiatives sociales (SACAIS) a porté fruit et le Programme est maintenant disponible pour tout le Québec, dans sa version revisitée et bonifiée. Le CABM est maintenant en mesure de permettre aux organismes de la région de Montréal, d'accréditer des personnes qui pourront par la suite remettre des attestations de reconnaissance à leurs bénévoles. Ces attestations permettront aux bénévoles qui le souhaitent d'améliorer leur chance de trouver un emploi qui réponde mieux à leurs intérêts et expertises. Ce programme s'adresse surtout aux organismes qui emploient des bénévoles dans l'espoir de les aider à favoriser leur insertion ou leur réinsertion socio-économique, comme par exemple les nouveaux arrivants, les jeunes décrocheurs, etc.

## UNE RÉELLE INTÉGRATION DES BÉNÉVOLES ISSUS DE L'IMMIGRATION

*Date à déterminer au printemps*

Dans le cadre de cet atelier, nous tenterons de nous donner des pistes afin de mieux comprendre la réalité de ces personnes, qui ont tout quitté pour venir enrichir notre communauté. Réfléchir ensemble sur la manière de les accueillir dans nos organismes et faire en sorte de renouveler avec

eux nos façons de faire et de penser le bénévolat. Nos communautés et notre clientèle sont de plus en plus multiethniques et nous devons faire en sorte d'être à l'image de cette nouvelle réalité.

## LES NOUVEAUX RETRAITÉS : UNE NOUVELLE RÉALITÉ DE BÉNÉVOLES

*Date à déterminer à l'automne*

Cet atelier nous permettra de mieux connaître les motivations de cette génération, qui est fort différente de celle qui l'a précédée. Ils sont qualifiés et exigeants. Ils ont beaucoup à offrir en termes d'expertise et ils s'attendent à ce que leur engagement amène des résultats concrets. Comment attirer ces bénévoles sélectifs dans nos organismes et surtout comment leur offrir des défis à la hauteur de leurs désirs. Voilà quelques-uns des thèmes qui seront abordés lors de cet atelier.

## LA SÉRIE « LES ESSENTIELS » CONTINUE EN 2010

Visiter notre site internet [cabm.net](http://cabm.net), sous l'onglet Services aux organismes et *Activités de formation pour les ateliers hiver-printemps 2010* et, **nouveau cette année** — les ateliers pendant l'été. Vous pourrez également vous inscrire en ligne.

Une nouveauté téléchargeable en ligne dès janvier : une **Boîte à outils pour les gestionnaires de bénévoles**. Que ce soit pour mettre en place un service ou un programme de bénévolat, d'améliorer vos outils et vos façons de faire, vous aurez accès à des modèles à partir desquels vous pourrez vous inspirer et des documents thématiques qui vous aideront à approfondir vos connaissances.

Pour de plus amples informations, veuillez s'il vous plaît, communiquer avec **Evelyn Joncas** ([ejoncas@cabm.net](mailto:ejoncas@cabm.net)), coordonnatrice, formation et consultation.

# Le bénévolat de groupe est en effervescence!

## Ou quand l'offre est supérieure à la demande...

par Sharyn Katsof,

chargée du projet - Bénévolat de groupe au CABM  
skatsof@cabm.net

**D**urant la période de six mois s'étalant du 1er juin au 1er novembre 2009, 44 groupes (au total, 1655 bénévoles) ont approché le Centre d'action bénévole de Montréal dans le but de participer à une activité de bénévolat de groupe. La moitié de ces groupes (23) étaient formés d'employés ou de membres corporatifs d'entreprises (pour un total de 1 247 employés), 20% étaient constitués d'étudiants des milieux universitaires, cégeps et collèges et le reste provenait de groupes religieux, sociaux ou autres. Où ai-je dirigé ces groupes de Bénévoles? Partout où cela était possible!

Pendant les mois d'été, j'ai référé des groupes de plus de 30 personnes à nos merveilleux organismes à vocation environnementale montréalais tels *Héritage Laurentien*, *Pro-Vert Sud-Ouest*, *Les Amis de la montagne*, *Éco-Quartier* et *Zip Ville-Marie*. Voilà quelques exemples d'OBNL qui ont de la facilité à accueillir des groupes de participants enthousiastes.

Quand la priorité d'un groupe de bénévoles s'avère être le « team building », je lui suggère de faire la cuisine et de servir un repas dans un refuge. La *Maison Bénédicte Labre*, la *Mission Old Brewery* et l'*Accueil Bonneau* sont des hôtes si populaires que leurs services de repas de fins de semaines sont réservés plusieurs semaines à l'avance par divers groupes de bénévoles.

Certains organismes comme *Famijeunes* et *Mères avec pouvoir*, ont recours aux groupes pour des tâches plus manuelles. Les lieux reçoivent ainsi une cure de beauté tandis que se



Groupe de bénévoles en pleine action lors du projet organisé par Pro-Vert Sud-Ouest « Le canal Lachine prend son envol ».

crée un nouveau partenariat entre l'organisme et les groupes.

En juillet dernier, un représentant de *Radialpoint* a contacté le CABM afin de trouver une activité bénévole qui occuperait leur 250 employés à l'occasion de leur conférence annuelle. Ceux-ci ont finalement participé à la construction de bicyclettes pour une organisation caritative. Trente équipes ont assemblé des bicyclettes neuves qui furent données aux jeunes chanceux qui passaient la semaine au camp de vacances de *Tyndale St. Georges*.

L'été dernier, le département des finances du *Cirque du Soleil* a également requis nos services pour trouver une activité mobilisant 100 bénévoles.

La plupart des organismes reçoivent aisément des petits groupes de 4 à 8 bénévoles à la fois. Cependant, les heures d'ouverture habituelle des organismes (9h à 17h sur semaine) ne conviennent pas toujours aux groupes qui préfèrent offrir leurs services les samedis. Je dois admettre que le rôle « d'entremetteuse » est parfois difficile.

Nous ne pouvons promettre de nouvelles bicyclettes à tous les organismes qui acceptent de recevoir des groupes mais nous vous offrirons notre aide avec plaisir afin de recruter un groupe dévoué qui répondra le mieux possible aux besoins de votre organisation.



## Welcome to the VBM Suzane!

Suzane Langlois, administrative assistant / slanglois@cabm.net

Having trained in the arts and worked as an illustrator and workshop presenter, I occasionally participate in volunteer activities in the arts, as well as in sports and other community events. In mid-November, I became part of the Volunteer Bureau team as an administrative assistant.

I am learning to manage registrations for the workshops the VBM offers and to deal with the many and varied administrative tasks involved in running this fantastic organization. I am very happy to be able to contribute to the VBM's mission to promote volunteerism.

# An Unusual Birthday

## Bringing meaning into my life

by Jacques Balayla

Vice-President of Social Affairs  
Medical Students' Society of McGill University  
jacques.balayla@mail.mcgill.ca

As humans, one of the most sought-after life goals is finding happiness. While there are many ways through which we can achieve happiness, there are two sure ways which never fail.

The first way is to have no expectations about life and the future situations you will find yourself in. Given our modern way of life, however, where we can't even go about our day without checking the weather report, this proves to be an impossible undertaking.

The second, easier way through which we can guarantee our own happiness is to engage in meaningful activities. The beauty of this theory is that it can be applied to every single human being on the planet, regardless of gender, ethnicity and socioeconomic status because the subjective definition of meaning is left to the individual.

Personally, the way I bring meaning into my life is by being there for others in need. What better way to celebrate my birthday [an already meaningful day] than by spending the day volunteering with others that bring meaning into my life.



Jacques Balayla, second from the right, with his friends during the Fahra Foundation's AIDS Walk.

When I came to this realization, I got in touch with the Volunteer Bureau of Montreal who put me in contact with the *Farha Foundation*, the organizers of the annual AIDS Walk. Looking back, I am extremely pleased with the outcome of the day and the happiness and sense of meaning it brought about within me. Thank you to all those involved!

## Radio Ville-Marie offre une vitrine gratuite aux OBNL

### Babillard destiné à annoncer vos activités « grand public »



Depuis le début de septembre 2009, l'émission *Destination Bonheur* sur les ondes de Radio Ville-Marie met à la disposition des groupes communautaires un nouveau babillard destiné à annoncer leurs activités « grand public ». L'émission d'une heure est diffusée tous les jeudis, à partir de 13 h 30, sur tout le réseau qui possède des antennes à Montréal, Sherbrooke, Trois-Rivières, Victoriaville et Rimouski.

Le service est tout à fait gratuit et simple à utiliser. Toutefois, l'animatrice Camille Gaior est à la recherche d'activités ou d'événements où le public est invité à participer. Il peut s'agir d'une journée « porte ouverte », d'une activité de reconnaissance ou de promotion, d'une campagne de financement ou encore, d'une date anniversaire importante. Bien entendu, l'originalité et l'actualité dans laquelle s'inscrivent les activités seront des facteurs déterminants dans les choix de madame Gaior.

Il suffit de faire parvenir par courriel ([cgaior@yahoo.ca](mailto:cgaior@yahoo.ca)) à l'animatrice un communiqué court et précis. N'oubliez pas d'inclure la manière d'obtenir plus d'information sur votre activité (l'adresse de votre site, les coordonnées d'une personne, une adresse courriel ...).

La diffusion en ondes de votre information n'est toutefois pas garantie. En plus des critères énumérés plus haut et afin d'assurer l'équité entre les différentes régions, l'animatrice tiendra compte de leur provenance en lien avec les différentes antennes de Radio Ville-Marie, les moments où l'information sera très abondante. Qu'à cela ne tienne, n'hésitez pas à inclure cette offre dans votre boîte à outils de communication en profitant sans tarder de l'offre gratuite de Radio Ville-Marie!

Source : Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ).



# Première Journée de bénévolat des jeunes gens d'affaires et jeunes professionnels de Montréal

par Geneviève Déry,  
Bénévoles d'affaires

Le samedi 5 décembre dernier — à l'occasion de la Journée internationale des bénévoles — quelque 150 bénévoles, tous de jeunes professionnels, se sont réunis dans le cadre de la première Journée de bénévolat des jeunes gens d'affaires et jeunes professionnels de Montréal afin de prêter main-forte à leur communauté. Ainsi, ils sont venus en aide à 13 organismes dans le besoin de la métropole.

Cette première journée est le fruit d'efforts soutenus sur plusieurs semaines et résulte d'une collaboration entre divers partenaires : l'Association du Jeune Barreau de Montréal, Cataléthique, la Jeune Chambre de commerce de Montréal, l'Ordre des comptables en management accrédités du Québec et la Société québécoise des professionnels en relations publiques. Bénévoles d'affaires a également pu miser sur l'expertise de Sharyn Katsof du CABM pour l'organisation de la journée et la recherche d'organismes.

Au total, c'est près de 1 700 heures qui ont été investies bénévolement pour mener à terme le projet; une moyenne de 6 heures par bénévole. " Bénévoles d'affaires est fier d'avoir pris part à cette initiative, souligne Ugo Dionne, co-fondateur de l'organisme. Cette

journée, couronnée de succès, démontre qu'encore aujourd'hui, les jeunes sont prêts à s'investir dans des causes qui leur tiennent à cœur. D'ailleurs, les jeunes professionnels ont fait d'une pierre deux coups puisque leur implication leur a également permis de réseauter avec d'autres jeunes du milieu des affaires, ajoute M. Dionne. "

De plus, rappelons que le comité organisateur de cette journée avait un grand défi à relever : celui de réduire au minimum les impacts sur l'environnement afin de pouvoir inscrire



l'événement dans une démarche de développement durable. Donc, en plus d'être venus en aide à divers organismes, les bénévoles ont contribué à une bonne cause!

Heureux des retombées de cette première Journée, Bénévoles d'affaires souhaite renouveler l'expérience l'an prochain et espère même doubler le nombre de participants. Pour en connaître davantage sur l'organisme et ses initiatives, veuillez consulter le [benevolesdaffaires.org](http://benevolesdaffaires.org).



Photo : Omar Omais

## Les jeunes gens d'affaires mettent la main à la pâte pour L'Itinéraire

par Patrice Jolivet, conseiller développement stratégique, Partenariats et dons, Itinéraire

Dans le cadre de la première édition de la «Journée de bénévolat pour les jeunes professionnels et les jeunes gens d'affaires de Montréal», qui s'est tenue le 5 décembre dernier (Journée internationale des volontaires des Nations Unies), treize jeunes professionnels sont venus à L'Itinéraire pour connaître la réalité de la rue et ainsi amender leur vision initiale de la pauvreté.

Même si la plupart des jeunes présents au Café ce jour-là avaient déjà participé à des activités de bénévolat, leur passage au Café L'Itinéraire les a beaucoup émus et, de leur propre aveu, leur a aussi beaucoup appris. Durant une journée, ils ont préparé et servi plus de 120 repas aux itinérants et personnes défavorisées, mais surtout parlé et écouté. Leur étonnement était à la hauteur de leur motivation. Surpris de trouver face à eux des personnes polies, volubiles et très conscientes de leur existence. Ils se sont retrouvés devant ces personnages méconnus de la rue, qui traînent avec eux leur lot de souffrances et de préjugés.

---

# S'impliquer sans se déplacer?

C'est possible avec le cybermentorat!

par Claude Lamarre, mentor bénévole chez Academos.

À quoi ressemble une journée dans la vie d'une technologue en radio-oncologie, d'un psychologue, d'une travailleuse sociale? Suis-je fait pour ce métier? Depuis 1999, les bénévoles d'Academos aident les jeunes de 14 à 30 ans à répondre à ces questions. La procédure est simple et branchée sur leurs intérêts : ils communiquent de façon anonyme par courriel via le [academos.qc.ca](http://academos.qc.ca), un site Web sécurisé. Les bénévoles guident les jeunes et les informent sur leur métier. Cette relation permet aux cybermentorés de mieux comprendre le monde du travail, ses satisfactions, ses exigences. C'est ce qu'on appelle du cybermentorat.

Près de 79 % des jeunes participants affirment que leur cybermentor a une influence sur leur choix de carrière. Les recherches ont d'ailleurs



démontré que ce contact donne un sens à leurs apprentissages scolaires et augmente leur motivation à fréquenter l'école. Il valorise également l'expertise des cybermentors.

« Academos, pour moi est une façon de faire le pont entre les professionnels d'aujourd'hui et ceux de demain. L'outil fonctionne très bien et protège bien la vie privée du mentor et du mentoré. Mes échanges avec mon mentoré furent agréables et ses questions étaient pertinentes et bien structurées. Je me souviens bien lorsque j'ai dû faire mon choix de carrière combien ce fut difficile. Avec Academos, les jeunes ont au moins des gens du métier qui peuvent répondre aux nombreuses questions qu'ils se



posent. Je trouve l'expérience enrichissante, car elle me permet de voir ce qui se passe chez ceux qui, demain, seront notre relève.[...] Il est certain que c'est un excellent outil pour faire le lien entre le monde de l'enseignement et le monde du travail. »

**Si vous désirez en connaître plus sur le cybermentorat, visitez [academos.qc.ca](http://academos.qc.ca).**

---

# Le bénévolat, c'est bon pour les notes!

Selon un sondage réalisé par la firme Ipsos-Reid



Les familles qui désirent aider leurs enfants à se préparer pour réussir la nouvelle année scolaire devraient envisager une méthode d'apprentissage différente : le bénévolat. Selon un sondage portant sur l'enseignement, il semble que plus de la moitié des enfants qui obtiennent des résultats au-dessus de la moyenne à l'école font du bénévolat ou songent sérieusement à s'impliquer dans leur communauté.

« Il est encourageant de constater le lien entre l'éducation et la responsabilité sociale au Canada, indique la docteure Donna McGhie - Richmond, spécialiste pédagogique pour les Centres de mathématiques et de lecture en anglais Kumon. Il est très réjouissant de voir les enfants adopter cette vision des choses dans différentes communautés du Canada. »

Environ 97 % des parents ayant des enfants qui obtiennent des résultats au-dessus de la moyenne à l'école et qui participent à des activités de bénévolat affirment que l'implication communautaire de leurs enfants aide ces derniers à réussir leur éducation, autant en classe que dans la communauté. De plus, 75 % de ces parents estiment que les expériences d'apprentissage de leurs enfants encouragent ceux-ci à s'impliquer davantage dans des activités de bénévolat et de bienfaisance.

Ces jeunes bénévoles ne font pas que réussir à l'école, ils incitent les autres jeunes à suivre leur exemple. Les résultats du sondage indiquent que 27 % des parents dont les enfants font du bénévolat ont envie de s'impliquer davantage dans leur communauté en raison des efforts de leurs enfants. « De nos jours, les enfants deviennent des modèles pour leurs parents, en leur montrant comment s'impliquer dans la communauté pour faire une « différence », ajoute la docteure McGhie- Richmond.

Plus de 1 000 parents canadiens d'enfants âgés de 5 à 15 ans ont participé au sondage réalisé pour les Centres de mathématiques et de lecture anglaise Kumon.

Source : Journal Métro.



---

# Group volunteering is HOT!

## Have you had a group yet?

par **Sharyn Katsof**,  
chargée du projet - Bénévolat de groupe au CABM  
[skatsof@cabm.net](mailto:skatsof@cabm.net)

In the 6-month period from June 1 to Nov 1, 2009, 44 groups (a total of 1655 volunteers) contacted the Volunteer Bureau of Montreal with an interest in participating in a group volunteering activity. About half of the groups (23) are corporate or employee groups (made up of a total of 1247 employees), 20% of the groups are students from either university, CEGEP or high schools and the balance are a mix of religious, social and other groups. Where have I been sending these volunteer groups? Anywhere I can!

During the summer months I often refer the larger groups (>30 people) to some of the wonderful environmental organizations in the city such as; *Héritage Laurentien*, *Pro-Vert Sud-Ouest*, *Les Amis de la montagne*, *Éco-Quartier* and *ZIP Ville Marie*. These are only a few examples of non-profit organizations that can easily engage a group of eager participants.

If team-building is a priority for a volunteer group I like to suggest serving a meal at a shelter. What could be more convivial than peeling potatoes together with your colleagues? *Benedict Labre House*, *Old Brewery Mission* and *Accueil Bonneau* are so popular that their weekend meal service is booked weeks in advance by numerous groups.

Smaller community organizations like *Famijeunes* and *Mères avec pouvoir* have assigned their volunteer groups tasks like painting and washing windows. The physical facilities get a face-lift and new partnerships are formed between the non-profit organization and the corporate or non-corporate group.

At present the number of groups interested in volunteering exceeds the supply of community organizations ready to receive them. Sometimes the number of volunteers in a group is too large for the physical space occupied by many organizations. In July, a representative from *Radialpoint* contacted the VBM looking for an activity to engage 250 volunteers at their annual company conference. The finance department of *Cirque du Soleil* was also looking for a service activity for over 100 volunteers last summer.

Most organizations are comfortable receiving smaller groups of 4 to 8 volunteers at a time.

Usual business hours are often more convenient for the non-profits but less convenient for the volunteer groups. Often, groups that contact us want to volunteer on Saturdays, when many of our recruiting organizations are closed. I hate to admit it but being a matchmaker isn't always an easy job.

Are you wondering what the group of 250 volunteers did last July? The *Radialpoint* employees participated in a charity bike build. Thirty teams of 8 volunteers assembled brand new youth bikes which were then donated to the lucky youth attending *Tyndale St-George's* summer camp that week.

I can't promise new bikes for every organization that agrees to host a group of volunteers but I can offer my assistance in helping you recruit a dedicated group to best meet your organization's needs.



**Tyndale tykes like their striking new bikes.**  
Photo: Dave Sidaway, The Gazette, July 2009

# Échange de visibilité

François Lahaise, agent des communications, CABM, [flahaise@cabm.net](mailto:flahaise@cabm.net)

Le CABM, c'est plus de 1 000 organismes communautaires à la recherche de bénévoles. L'aide au recrutement et à l'orientation de bénévoles, un site web permettant de jumeler bénévoles et OBNL, l'organisation de salons de bénévolat, un service de consultation ainsi qu'un centre de documentation figurent parmi les principaux services offerts gratuitement aux OBNL clients du CABM.

Les OBNL qui désirent offrir un peu de visibilité au CABM en échange de ces services peuvent :

- ajouter notre hyperlien ou encore notre tout nouveau Widget/moteur de recherche sur leur site web (Facebook, blog, etc.);
- insérer une de nos publicités imprimées ou encore notre logo à l'intérieur de l'une de leurs publications maisons;
- installer dans leurs locaux les superbes affiches conçues pour le CABM par l'artiste québécoise bien connue Miyuki Tanobe;
- insérer nos dépliants dans leur présentoir, etc.

Veillez, pour plus d'information ou pour télécharger les différents fichiers, cliquer sur [cabm.net/fr/echange](http://cabm.net/fr/echange).



YouTube



LinkedIn

## Le CABM est sur Facebook, LinkedIn, Youtube et Twitter!

Venez nous-y rejoindre...

**V**ous avez des nouvelles, des événements ou des demandes de bénévoles à diffuser? Vous êtes bénévole et vous avez des questions à poser ou des témoignages à partager? Visitez-nous sur [facebook.com/benevolat](http://facebook.com/benevolat) et devenez un adepte!

Vous êtes à la recherche d'un rédacteur publicitaire, d'un relationniste de presse, d'un concepteur de sites web ou d'un photographe bénévole? Visitez LinkedIn, un réseau qui facilite le dialogue avec les professionnels. [linkedin.com](http://linkedin.com)

Une visite sur Youtube vous permettra de visualiser une dizaine de vidéos sur le bénévolat réalisées, pour la plupart, par les participants du concours du CABM, *Ta pub à la télé couleur!* [youtube.com](http://youtube.com)

Twitter, ou comment tout dire en moins de 140 caractères. [twitter.com/benevolat](http://twitter.com/benevolat)

Ces sites de réseautage permettent de joindre sans frais une clientèle, majoritairement jeune, qui partage vos centres d'intérêt et qui est difficilement joignable par l'intermédiaire des médias traditionnels (imprimé, télévision et radio). L'équipe des communications du CABM consacre environ deux heures par semaine pour gérer ces sites. Est-ce que cette visibilité gratuite en vaut la peine? Il est trop tôt pour le dire. On s'en reparlera dans six mois...

# I always thought that volunteering was a waste of my time

by Denise Tittle,  
Black Community Resource Centre

Nowadays, most young adults don't think about volunteering; I know I certainly never did. I always thought that volunteering was a waste of my time. Think about it, you're working for free! Well, believe it or not, volunteering is one of the best ways to gain life knowledge and to acquire work-related experiences that can be useful in the world today while giving a helping hand to the community. Think that's great? Well, there are many more advantages that make volunteering the wonder that it is.

Volunteering makes a difference in the world. Once you see the smiles on the face of an elderly person, a homeless person, or a single mother who has just received a hot meal and your warmth, then you know you're making a difference, and that is by far the best feeling in the world.

In addition, volunteering gives people professional credibility. It has been said that employers consider volunteer work and internship an exceptional source of professional credentials. Volunteering can help some get out of financial dilemmas because a person never knows who they might meet and what such encounters may lead to. Therefore, volunteering or interning can lead to great and unexpected career opportunities.

When I first started volunteering at BCRC, I was really unsure of what I was doing or how I should feel about volunteering; mainly because I didn't 'volunteer' to volunteer. I volunteered in order to meet a course requirement. Although it wasn't initially a voluntary act on my part, at the end of it all I was very pleased with myself and also very content with my choice of organization. To my surprise, I got much more than I expected from the Mini-Poste program. First of all, I learned a lot about myself. For one I never thought that I would enjoy volunteering so much. I also discovered the joy of working with children. Working with the kids in Mini-Poste gives me a great sense of personal satisfaction. I think that is one of the best rewards: knowing that at the end of the day that you're making a difference in the life of some little boy or girl, and just knowing that your gesture goes a long way. The contentment that is gained from volunteering has no comparison.

*Denise Tittle is now a paid staff member of BCRC. For more information on how you can give back to the community, please give us a call (514.342.2247). BCRC recruits, interviews and refers volunteers to our community partners. We maintain an index of volunteer opportunities at multiple organizations serving the Black community. We do our best to match the interests of the prospective volunteer to the needs of these organizations.*



I know, looking at Canada's current economic situation, it's very hard for some to even consider volunteering. But, despite the economic hardship, I still think it's an excellent thing to do. A lot of people may be out of work and think that volunteering is not the way to go, but it may be the best thing to do in times of economic adversity other than going back to school and taking a few extra classes.

Why is that? Well first and foremost, volunteering or even interning is a great way to meet new and wonderful people with whom you can share experiences and who may become life-long friends. It's also a great way to learn new professional and life skills. Furthermore, it is an exceptional way to network and widen your circle of influence by allowing you to meet people that you would not ordinarily meet in your personal and professional circles. Volunteering and interning are excellent opportunities for people to share their time, talents and treasures. In doing so a person also gains the value of giving back to society.





# Inspired learning

by Alison Stevens,  
Executive Director of the VBM  
astevens@cabm.net

Since last April, I have been privileged to be part of an innovative training program offered to directors and coordinators of organizations supported by Centraide.

Called **Leadership rassembleur**, it has at its core the development of a learning community where members can learn from each other, can participate actively in their personal and professional development and can develop strong links that will endure beyond the life of the program.

Eighteen individuals, all of whom have demonstrated leadership aptitude and potential, come together with two extraordinary coach/facilita-

tors four times a year for several days at a time. We are there to explore who we are as leaders and how we can become more effective. The curriculum is designed to challenge our preconceived notions and our zones of comfort. We question ourselves and the very notion of leadership. We talk about values. We explore various theories related to learning and to community development, but our learning does not stay theoretical. We engage in experiential exercises and we use our own experiences and situations instead of case studies.

Certainly we are increasing the range of skills and tools at our disposal, and we are developing our self-confidence, all of which will serve us well in our organizations. However, the intention of the program is that we develop a strong network amongst ourselves and be able to apply what we learn at the community level. There is a need for strong relationships and networks across the

community sector. We need to work together if we want to promote a better understanding of the issues, to gain popular or political support, to share resources amongst ourselves, to reduce duplication of services and competition for funding and, most importantly, to make progress on our common objectives. *Leadership rassembleur* is designed to support us in doing just that. Hats off to Centraide!



## Apprentissage inspiré

par Alison Stevens,  
directrice générale du CABM  
astevens@cabm.net

**Justine Rastello, alors adjointe administrative; François Lahaise, agent des communications; Marjorie Northrup, coordonnatrice des Services alimentaires bénévoles et moi-même lors de la parade des mille parapluies de Centraide.**

Depuis avril dernier, j'ai le privilège de participer à un programme de formation novateur, offert aux directeurs et coordonnateurs des organismes supportés par Centraide.

Du nom de *Leadership rassembleur* le cours dans son essence, est dédié au développement d'une communauté d'apprentissage où chacun peut s'instruire au contact des autres, a la possibilité de participer activement au développement personnel et professionnel de chacun tout en tissant des liens qui perdureront au-delà de la série de formations.

Dix-huit individus, chacun démontrant une aptitude et un potentiel au *leadership*, se réunissent autour de deux coachs/facilitateurs

extraordinaires, quatre fois par année et pour des périodes de quelques jours à la fois. Ce temps est consacré à explorer ce que nous sommes en tant que *leaders*

et comment nous pouvons améliorer notre efficacité. Le curriculum du cours est conçu pour défier nos préjugés et repousser notre zone de confort. Nous questionnons la notion même du *leadership*. Nous échangeons sur nos valeurs. Nous explorons différentes théories concernant l'apprentissage et le développement communautaire, mais cette démarche dépasse la réflexion théorique. Nous participons à des laboratoires d'intégration de connaissances et nous nous servons de nos expériences sur le terrain plutôt que d'études de cas.

J'ai la certitude que nous améliorons nos habiletés, que nous élargissons la palette d'outils à notre disposition, que notre confiance s'accroît. Tout cela nous sera bien utile à l'in-

térieur de nos organismes. Toutefois, l'intention du programme est de nous voir développer un solide réseau à l'intérieur du groupe et d'intégrer ces nouvelles pratiques au niveau de la collectivité. Le domaine communautaire a besoin de relations opérantes et de réseaux forts.

Nous devons travailler de concert afin de promouvoir une meilleure compréhension des problématiques, pour obtenir un meilleur support populaire et politique, afin de mieux partager les ressources entre nous et éviter la duplication des services ou la compétition pour le financement et, le plus important, de progresser vers nos objectifs communs. Le programme *Leadership rassembleur* a été développé pour nous soutenir précisément dans cette tâche.

Chapeau Centraide!



## Connaissez-vous ou avez-vous déjà entendu parler du Centre d'action bénévole de Montréal?

Léger Marketing a été récemment mandaté par le CABM pour réaliser une étude auprès des résident(e)s du Grand Montréal afin d'évaluer la notoriété du Centre d'action bénévole de Montréal.



Pour ce faire, un sondage web a été réalisé du 19 au 21 octobre 2009 auprès d'un échantillon représentatif de 500 résident(e)s du Grand Montréal, âgé(e)s de 18 ans ou plus et pouvant s'exprimer en français ou en anglais.

D'après-vous, quel est le pourcentage de la population du Grand Montréal qui a déjà entendu parler du CABM? 5, 10, 25%? Au total, selon ce sondage, c'est plus de la moitié (55%) des résidents du Grand Montréal qui connaissent ou qui ont déjà entendu parler du CABM!

C'est une nouvelle des plus encourageantes pour les bénévoles et employés du CABM. Quand on pense que moins de 10% des Montréalais nous connaissaient en 2005...

Pour plus d'information au sujet de cette étude, cliquez sur [cabm.net/fr/sondage](http://cabm.net/fr/sondage).

## Pour ne pas avoir à réinventer la roue... Better Organisations: Resource sharing



OurSharedResources.org est maintenant disponible en français. Ce service est gratuit afin que ceux qui travaillent dans le domaine de la gestion du bénévolat puissent ajouter des ressources utiles auxquelles leurs collègues pourront accéder. Si les gens y contribuent un peu, chacun pourra s'éviter un travail fastidieux et répétitif.

OurSharedResources.org is a new and free service for those who work in the field of supporting and managing volunteers. In a nutshell, anyone can add useful (and free) resources so that others in the field can access them. The aim is to avoid re-inventing the wheel time and time again.

Plus d'information / More info on: [oursharedresources.com](http://oursharedresources.com).

---

# Smart volunteering pays off

Within two months, he had multiple offers.

By Kurian Jacob,  
volunteer at the YMCA

Twenty-nine-year-old Kurian Jacob found himself on the job market 10 months ago after leaving his job as a business analyst with Suncor Energy Inc. as part of an IT outsourcing deal, confronting the worst job market in recent memory.

"The first part was just absolutely painful because I could have almost plastered my wall with all of the rejection letters," says Jacob. "At one point, I started scoring who had the better automated rejection letter."

That was January 2009. After getting no call backs from employers in months, he saw a position advertised on the job board of Volunteer Calgary for the YMCA of Calgary looking for a professional with his skill set to develop a request for proposals for a fully automated payroll and human resources system. He took on the short-term position in June and treated it like he would any corporate job.

"When I noticed the kind of work I was doing, I realized this deserves more prominence than one line on my resume saying I volunteered with the YMCA," says Jacob. "I moved it right to the top of the page as the most recent position."

Within two months, he had multiple offers. He was interviewed by Talisman Energy Inc. and recently took a job with the company as a business analyst.

"I started explaining about the role (at the YMCA) and they got more interested in the kind of stuff I was doing because it was still a technical skill I was using," he says. "I was losing touch with the business world . . . so I wanted to keep up with my skill set."

Recruiters and educators call it "smart volunteering"—aligning your professional skills in a volunteer capacity to the needs of a nonprofit for the benefit of both the organization and the individual.

"Kurian really had some things to sell when he went back to pounding the pavement and getting out there and having interviews," says Virginia Trawick, director of organizational effectiveness at the YMCA. "It shows their adaptability."

Staffing professionals and educational institutions have been telling job hunters and graduates for months now that in this highly competitive job market, you really have to go the extra mile to differentiate yourself and smart volunteering is one way of doing that.

"Smart volunteering can give you all sorts of experience, you can learn a lot on the job and it still allows you to network," says Susan Quinn, an associate professor of human resources at Mount Royal University's Bissett School of Business.

For Jacob, the result of his smart approach speaks volumes. "It looked good on my resume, but I was doing something where I felt happy at the end of the day and actually used what I'm good at," he says. "I got to learn so much that I probably wouldn't have learned in a corporation."

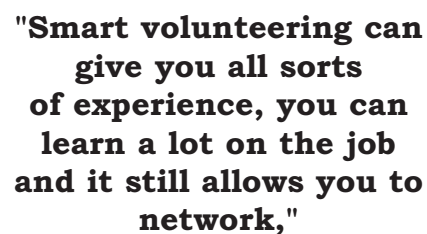
Just because it's a non-profit does not mean the organization cannot get the same quality and level of service that a Fortune 500 company can get, he adds. Smart volunteering is about making yourself stand out from the crowd by applying your professional skills in a meaningful way that directly benefits the organization and the individual seeking full-time employment in the private sector.

These types of roles tend to be short-term, project-based work that provide flexibility to the highly skilled professionals who donate their

expertise, says Trawick. "The complexities of the issues we deal with creates a huge opportunity for (volunteers) to look within a different culture that's usually completely removed from the corporate world," she says. "It's an opportunity to see a different world."

Find an organization you have a passion for and a role that allows you to build or expand your skill set or one that is aligned with your existing skill set. Use the experience to incorporate into your resume. It helps make your resume stand out and provides a talking point during an interview, as it did for Jacob.

It was the frustration of so much rejection over eight months that led him to opportunity with the YMCA, but he's not looking back. He plans to follow the project through to completion, although he has reduced his involvement now that he's landed a great full-time job. "Right now, I'm looking forward to what lies ahead in store for me here, but not forgetting . . . the YMCA," says Jacob.



**"Smart volunteering can give you all sorts of experience, you can learn a lot on the job and it still allows you to network,"**

Source: Derek Sankey - Canwest News Service



# Plan de valorisation de l'action bénévole

## Pour un Québec engagé envers ses communautés

«Au cours des prochaines années, le milieu bénévole fera face à des défis de taille en matière de recrutement, de relève et de formation. Il est donc primordial de mettre rapidement en place des mesures qui serviront non seulement à promouvoir l'action bénévole auprès de la population, mais également à concevoir des outils qui permettront de mieux soutenir, encadrer et former les bénévoles», a précisé M. Denis Nantel du Réseau de l'action bénévole du Québec.

Le plan de valorisation de l'action bénévole permettra au gouvernement de mettre en œuvre rapidement des mesures qui contribueront à valoriser l'engagement citoyen.

### Le plan s'appuie sur deux orientations précises :

- une meilleure reconnaissance et une plus grande valorisation de l'action bénévole;
- une amélioration des outils de recrutement, d'encadrement et de formation des bénévoles.

### Pour atteindre ces objectifs, cinq mesures seront mises en œuvre en 2009-2010, soit :

- PROMOUVOIR l'action bénévole en remettant des attestations de reconnaissance de l'engagement bénévole;
- INFORMER la population en menant une campagne de promotion et en diffusant le logo de l'action bénévole;
- RECONNAÎTRE l'importance du bénévolat en soutenant le projet pilote du Programme de reconnaissance des expériences de bénévolat (PREB);
- RECRUTER de nouvelles et de nouveaux bénévoles en concevant de nouveaux outils de recrutement et d'encadrement;
- FORMER adéquatement les actrices et les acteurs du milieu en soutenant la formation des bénévoles et des gestionnaires.

Pour plus d'information sur le plan de valorisation de l'action bénévole, cliquez sur [benevolat.gouv.qc.ca](http://benevolat.gouv.qc.ca)

Source : Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales.





**MANON  
PINEAULT**  
GRAPHISTE

514. 388. 9851  
[mic.man@sympatico.ca](mailto:mic.man@sympatico.ca)



## Bienvenue Suzane!

**Suzane Langlois**  
Adjointe administrative  
[slanglois@cabm.net](mailto:slanglois@cabm.net)

Je participe depuis la mi-novembre, à la mission du Centre d'action bénévole de Montréal au poste d'adjointe administrative. J'apprends à gérer les inscriptions aux activités de formation du CABM et à assurer des tâches générales de soutien administratif pour les divers volets de cet organisme étonnant.

De formation artistique, mon expérience de pigiste en illustration et en animation d'ateliers d'art m'ont amenée à m'impliquer bénévolement dans les domaines sportifs, culturels et communautaires à l'occasion. Je suis très heureuse de pouvoir contribuer à la croissance du mouvement de l'action bénévole.



L'Équipe de Kevin Rivest a remporté les grands honneurs du Championnat provincial de curling junior tenu en décembre 2009 au club de curling de Longue-Pointe.

Photo : Philippe Serafino.

# Le curling, une activité bénévole!

par François Lahaise,  
agent des communications du CABM  
flahaise@cabm.net

pliquer bénévolement en tant que responsable de ligue et... membre de l'équipe des communications.

Le club de curling de Longue-Pointe, situé dans l'Est de Montréal, sur la base militaire du même nom, compte parmi ses quelque 300 membres une vingtaine de bénévoles

qui donnent chacun entre 50 et 500 heures de leur temps durant les six mois que dure de la saison de curling. Sans la participation de ces nombreuses personnes, point de curling! Imaginez, s'il fallait rémunérer tous ces gens, ne serait-ce que 10\$ de l'heure, le coût de l'inscription (environ 350\$ par année) exploserait littéralement!

Je suis bénévole depuis une vingtaine d'années. J'ai travaillé auprès d'enfants défavorisés, de personnes âgées et d'individus atteints de déficience intellectuelle. J'ai toujours fait de mon mieux mais, je dois vous avouer qu'il m'est arrivé à quelques reprises durant cette période de me faire un devoir de

respecter mes engagements plutôt que d'aider par pur altruisme.

Ce n'est définitivement plus le cas avec le curling. Ce sport captivant, pratiqué par plus d'un million de Canadiens de tous âges, dont 50 000 Québécois, est devenu ma passion, ainsi que celui de ma copine. J'y joue et/ou pratique entre deux et six fois par semaine. J'y rencontre des gens extraordinaires provenant de tous les milieux. Le plus amusant dans tout cela, c'est que l'hiver est maintenant une saison que j'adore plutôt qu'une longue nuit glaciale de six mois que l'on ne peut malheureusement éviter.

**Vous aimez jouer au football, aux échecs ou au billard? Alors vous aimerez jouer au curling!**

Le curling, le graphisme, la musique... Et vous, qu'est-ce qui vous allume?

Pour en connaître davantage sur le curling, ou sur l'emplacement du club situé le plus près de chez vous, visitez [curling-quebec.qc.ca](http://curling-quebec.qc.ca) et [curlinglonguepointe.ca](http://curlinglonguepointe.ca).

Merci au Flambeau de l'Est pour sa collaboration.

## Le CABM

Le CABM, fondé en 1937, est un organisme de promotion de l'action bénévole, offrant des services de recrutement, d'orientation et de placement de bénévoles ainsi que de formation de coordonnateurs de bénévoles. Il organise une variété d'activités promotionnelles en collaboration avec de nombreux organismes communautaires de Montréal. Il est également responsable du Bureau central des Services alimentaires bénévoles et du Fichier de Noël.

Le CABM est un organisme de Centraide du Grand Montréal, un membre fondateur de la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), un collaborateur du Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) et un membre de Bénévoles Canada et de COMACO.

## The VBM

The VBM has been promoting volunteerism in Montreal since 1937. Its services include the recruitment, orientation and placement of volunteers, the training of volunteers coordinators and the organization of a variety of other promotional activities in collaboration with a wide range of Montreal community organizations. It is also responsible for the Volunteer Food Services Central Office and the Christmas Index.

The VBM is a Centraide of Greater Montreal agency, a founding member of the Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ), collaborator with the Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) and a member of Volunteer Canada and of COMACO.