

Bulletin de liaison du
Centre d'action bénévole de Montréal

Newsletter of the
Volunteer Bureau of Montreal

Bénévolat Volunteer

MONTRÉAL

4 Formation - Reconnaissance
des expériences des bénévoles

5 Learning how to live -
The joys of volunteering

10 Prix Hommage bénévolat-Québec -
Faites vites!



Les employés et membres du conseil d'administration
du CABM s'unissent pour vous souhaiter

**une bonne et
heureuse année**

2009!



Un mot de la nouvelle directrice

Certains d'entre vous avez peut-être eu bruit des récents changements survenus au sein du Centre d'action bénévole de Montréal. En effet, Kevin Cohalan, après 22 années de loyaux services à titre de directeur général, a décidé de prendre sa retraite.

En poste depuis novembre, je vous avoue que c'est avec la plus grande des joies que j'ai accepté de prendre la relève. Les sept dernières années, durant lesquelles j'ai agi à titre de coordonnatrice de la formation du CABM, m'ont bien préparée à relever les nombreux défis qu'un pareil changement de carrière apporte. J'ai d'ailleurs déjà commencé à planifier les prochains projets du CABM.

J'ai la chance de débiter dans mes nouvelles fonctions entourée d'employés et de bénévoles dévoués et créatifs, d'un conseil d'administration qui a beaucoup aidé le Centre durant la récente période de transition et d'un énorme réseau de partenaires et de collaborateurs.

Je suis aussi reconnaissante du travail effectué par Kevin, et j'attends avec fébrilité la chance de faire le nécessaire pour rendre le bénévolat montréalais encore plus accessible, plus efficace, et plus répandu.

Nous habitons une ville cosmopolite et dynamique, complexe dans ses aspects social, économique et culturel. Elle est remplie d'opportunités pour certains et de problèmes pour plusieurs autres. Les bénévoles sont un élément essentiel à la création de ces opportunités, ainsi qu'à la résolution de ces problèmes.

L'orientation que je proposerai au Centre ne sera peut-être pas identique à celle poursuivie au cours des dernières années, mais nous continuerons de prendre notre inspiration de l'engagement bénévole, dans toutes les formes variées qu'il peut prendre. Je souhaite bonne chance à Kevin dans tous ses nouveaux projets, et je vous souhaite à tous un bon début d'année 2009.

Sincèrement,
Alison Stevens

A message from the new executive director

As some of you may have heard, there's been a change at the Volunteer Bureau of Montreal. After 22 years at the helm, executive director Kevin Cohalan has handed over the tiller of this sturdy vessel and, as his successor, I am beginning to chart a new course.

Having thoroughly enjoyed my work at the centre over the past seven years as the coordinator of our training program, it is with great pleasure and humility that I accept the challenge being offered to me. I am fortunate to begin with some great assets: a wonderful team of dedicated and creative employees and volunteers, a supportive board of directors who have been there for the centre all through the transition, and a wide network of partners and collaborators throughout Montreal, most of whom are recipients of this newsletter.

I am also grateful for the groundwork laid by my predecessor and look forward to doing what it takes to make volunteering more accessible, more effective, more prevalent than ever in Montreal. We live in a vibrant, cosmopolitan city, complex in its social, economic and cultural makeup; it is full of opportunities for many and problems for many others. Volunteers are an integral component both in creating these opportunities and in solving these problems.

The course I map out for the Volunteer Bureau not be exactly the same as the one in place over the past few years, but it will continue to be guided by the bright light of volunteer involvement in all its many forms. I close in wishing Kevin the best in his new ventures and wishing you all a great start to 2009.

Sincerely,
Alison Stevens

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 l'intérieur du présent bulletin est imprimé sur du papier recyclé à 100%

Coordination :

François Lahaise, agent des communications

Graphisme / Graphic design :

Manon Pineault*

Collaborateurs / Contributors :

Dominique Arsenault, Jack Cobb*,
Marjorie Northrup, Axel Pérez de Leon,
Jean-Philippe Sauvé, Alison Stevens, Danielle tardif*

Traduction & révision / Translation & revision

Alison Stevens

Page couverture : Marjorie Northrup, coordonnatrice aux Services alimentaires bénévoles; François Lahaise, agent des communications; Sylvie P. Valade, agente de liaison aux Services alimentaires bénévoles; Mylène Dion, agente administrative; Dominique Arsenault, agente des relations communautaires; Sylvain Messier, technicien informatique et Kiran Chawla, responsable du Fichier de Noël. Rangée du bas : Alison Stevens, nouvelle directrice générale; Julie Beauvilliers, présidente du conseil d'administration; Kevin Cohalan, directeur général sortant et Antonella Campa, coordonnatrice aux ressources bénévoles.



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
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



Par Dominique Arsenault,
agente des relations communautaires

L'enthousiasme peut être parfois si contagieux qu'il ouvre la porte à de nouvelles opportunités, à de nouveaux défis. Cet automne, j'ai eu le plaisir de voir se transformer cet enthousiasme en un projet différent et stimulant.

Dans le cadre d'une présentation sur le bénévolat au Centre Champlain, à Verdun, j'ai fait la connaissance de Nadine Deslauriers, une enseignante passionnée par le sujet. Au fil de nos discussions sur les réalités du bénévolat, ses diverses formes et ses nombreux avantages, mon passage s'est rapidement modifié en une collaboration prometteuse.

Afin de mieux répondre aux besoins de la clientèle de ce Centre — une école de francisation et d'éducation pour adultes — elle et moi avons convenu de la nécessité d'offrir aux étudiants davantage d'informations et de soutien quant à l'action bénévole. D'un simple «Moi, j'y

Des idées plein la tête! Une collaboration prometteuse entre le Centre Champlain et le CABM

crois vraiment!», Nadine avait lancé sa vision des choses : présentations fréquentes sur le thème permettant aux classes intermédiaires et avancées d'approfondir leurs connaissances du bénévolat; échanger plus spécifiquement sur le processus d'entrée dans un poste bénévole pour un nouvel arrivant; développer une méthode d'accompagnement adaptée à l'inclusion de ces étudiants au domaine communautaire.

Ainsi s'est jointe au projet, Mireille Boutin — conseillère en orientation du Centre Champlain — qui, démontrant un intérêt marqué pour cette initiative, avait également envie de s'impliquer dans cette nouvelle approche du bénévolat. Leurs motivations et convictions en poche, Nadine et Mireille étaient donc prêtes à préciser les contours de cette idée. Et, grâce aux conseils éclairés de l'équipe du CABM, elles ont su dessiner la suite en fonction d'une meilleure compréhension des enjeux et bienfaits de l'ac-



tion bénévole doublée d'un service de suivi individualisé pour les personnes intéressées à s'y adonner. De plus, une extension de ce projet sera proposée au secteur du français langue maternelle de cette école pour continuer d'ouvrir la voie à de futurs bénévoles.

Notre partenariat est donc en pleine évolution, mais toutes, nous savons qu'il portera fruits... Nous avons déjà bien hâte de les cueillir!

Comments collected by Jean-Philippe Sauvé, project coordinator at the VBM

IN THE CONTEXT OF THE PROJECT ON VOLUNTEERING AND NEW QUEBECERS, WE HAD THE OPPORTUNITY TO TALK TO A VOLUNTEER AT THE WOMEN'S CENTRE OF MONTREAL. HERE IS HER STORY:

- My name is Nadia. I come from Russia and have been in Quebec for three years.

- What brought you to Quebec?

- Hmm... to make a change in my life. My daughter had started university here, which is one of the reasons I came.

- What gave you the idea of volunteering?

- First of all, two times a month, the Women's Centre holds coffee get-togethers and, at the time, I was in French classes and, afterwards I went to university, but each Thursday when

these meetings took place, I would attend and meet women from other countries. It was such a pleasant atmosphere. In this way, I learned about the services of the Women's Centre. From time to time, I did some office work, data entry, things like that. Recently, I work a lot at the food bank. I like to spend time here. It's very pleasant.

- Do you like to help?

- Yes, it gives me a reason to go out, to see how the work is going here, the relationships with people. It has also helped me to learn the language. I knew a little French, but when you don't practice at home... But, here at the Women's Centre, I started to practice, that helped me a lot to improve my French.

- Has this experience helped you in integrating into Quebec society?

- Yes, of course. Volunteering has allowed me to better understand relationships, attitudes and ways of working. Studying is one thing, working is another. Volunteering, it's almost a job. You aren't paid, but there are responsibilities. You are not just passing time to pass the time; we are giving our time for others. There is a responsibility in doing this work... people should be aware of what they are doing.

- Do you have the impression that volunteering could help you in your search for employment?

- Yes, because here, in doing my volunteer work, I work more with people than I did while I was working as an engineer. Before, my work was more technical, with machines, it was something else. Here, I am working with people, welcoming them, talking to them, it's a different way to see things.

LA FORMATION AU CABM

...la clé de votre réussite auprès des bénévoles!

Si vous travaillez avec des bénévoles, vous savez à quel point il est important de leur fournir l'information et les outils nécessaires afin qu'ils puissent accomplir leur travail en toute confiance. Mais, qu'en est-il de vous? Peut-être est-il temps de réfléchir sur vos propres besoins de formation! Encadrer des bénévoles reste une tâche complexe qui demande de fortes capacités à la fois organisationnelles et interpersonnelles doublées d'une ouverture sur les dernières tendances concernant le domaine du bénévolat.

Notre série, toujours très en demande, « Les essentiels de la gestion des ressources bénévoles » est conçue afin de vous aider à développer et à entretenir les meilleures relations possibles avec vos bénévoles. Vous y découvrirez des méthodes traditionnelles ayant fait leurs preuves ainsi que des nouvelles pratiques en gestion des ressources bénévoles. Les quatre ateliers sont Le recrutement des bénévoles, La sélection et le filtrage des bénévoles, L'encadrement des bénévoles et Répondre aux comportements problématiques des bénévoles. Notre formulaire d'inscription est maintenant disponible en ligne! Voir cabm.net/fr/formation.



FORMATION SPÉCIALE

(offerte gratuitement grâce à une subvention du Secrétariat de l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales)

LE PROGRAMME DE RECONNAISSANCE DES EXPÉRIENCES DE BÉNÉVOLAT

Le mercredi 11 mars 2009, de 9 h à 16 h

Le Programme de reconnaissance des expériences de bénévolat (PREB) — un projet-pilote, initié par le Centre d'action bénévole de Québec - est maintenant offert à tous les OBNL montréalais par l'entremise du Centre d'action bénévole de Montréal. Ce programme, qui peut servir comme outil de recrutement, d'encadrement et de rétention de bénévoles, se veut un plus pour vos bénévoles.

Ceux-ci, afin de les soutenir dans leurs démarches d'intégration socioprofessionnelles, auront dorénavant sous la main un document qui rendra compte des tâches effectuées, des compétences requises, de la durée des services rendus et, s'il y a lieu, des formations reçues.

Le PREB fournit des moyens et des outils pratiques et adaptés tels :

- Un répertoire comportant 46 descriptions de tâches spécifiques aux OBNL. Le descriptif des compétences et habiletés requises, la corrélation entre ces tâches-activités et les fonctions qu'on retrouve habituellement sur le marché du travail;
- L'informatisation complète du processus de rédaction des descriptions de poste, du profil de compétences et des attestations d'expérience de bénévolat, selon quatre modèles adaptés;

- Une méthodologie, validée par des groupes d'OBNL et d'employeurs, qui vous aidera à structurer et organiser l'ensemble de vos effectifs bénévoles et salariés;
- Un support professionnel et technique à l'intention des responsables et organismes accrédités.

CONTENU DE LA FORMATION

- présentation du programme sous ses aspects théoriques et pratiques
- concepts et définitions, normes, processus et modalités d'accréditation de l'expérience bénévole;
- utilisation des outils de travail incluant le répertoire des tâches-activités, identification des compétences et habiletés;
- corrélations entre les tâches et activités bénévoles et les fonctions rémunérées du marché du travail;
- élaboration en atelier des différents modèles d'attestation.

Il est recommandé que les participants apportent une disquette ou un cédérom contenant le logo de leur organisme.

Les participants ayant complété la formation seront accrédités pour gérer ce programme. Ils pourront donc donner des attestations aux bénévoles.

Pour plus de renseignements, veuillez visiter le cabm.net/fr/formation. Vous pouvez également communiquer avec Dominique Arsenault (darsenault@cabm.net) en composant le 514.842.3351.



Learning how to live — The joys of volunteering

40 years of volunteering through the VBM

In 1968, I joined The Fossils Club of Montreal, which produced an annual musical comedy show, and whose sole purpose was to raise money to help send socially-disadvantaged children to summer camp.

I was soon up to my ears in amateur show business, and stayed there for the next 25 years. Over its life, the Fossils club raised enough money to help send thousands of Montreal children to camp. We helped children see there was more to life than the back streets of the city.

One of the camps we supported was Camp Amy Molson, and I was invited to join the Board of Directors. Thus began a long association with that wonderful organization.

I retired in 1988, to take things easy for a while, but by 1990 felt the need to find a new challenge. Once again the VBM helped steer

me to a new vocation— this time in the Palliative Care Unit at the Royal Victoria Hospital, where I volunteered for the next ten years. In that time I learned a lot about dying and even more about how to LIVE.

Now, as I watch our fourteen grandchildren grow and prosper, I'm reminded that there are still less fortunate youngsters who need special help and support.

That's why I'm back, knocking on the doors of the VBM, looking for an assignment. I expect to get it and reap the rewards and joys that come with knowing I am helping someone who really needs it.

Jack Cobb

Liens entre la santé et le bénévolat — nouvelle ressource en ligne

Le 1^{er} novembre 2008, Bénévoles Canada, grâce à une aide financière du Groupe Investors, a dévoilé la première phase de son nouveau site promotionnel sur le bénévolat et la santé des aînés, à benevoles50ans-et-plus.ca.

Cette ressource en ligne, dont l'objectif est d'éduquer le public canadien et les organismes du secteur bénévole sur les divers bienfaits sur la santé liés au bénévolat, vise à rejoindre les baby-boomers dans le but de les encourager à poursuivre leurs activités bénévoles ou à devenir bénévoles en mettant leur vaste éventail de compétences, leur riche expérience et leur passion au service d'une cause. Le site encourage également les bénévoles à se trouver des activités qui leur conviennent et qui correspondent à leurs intérêts, leurs compétences, leur disponibilité et autres.

Health benefits related to volunteering — a new online resource

On November 1, 2008, Volunteer Canada, with funding from Investors Group, unveiled the first phase of its new Volunteering & Healthy Aging promotional site, volunteer50plus.ca.

This on-line resource, whose goal is to educate the Canadian public and voluntary sector organizations on the varied health benefits related to volunteering, targets Baby Boomers with a goal of encouraging them to continue volunteering or to become a volunteer by offering their vast array of skills, experience and passion to a cause. The site also encourages volunteers to create an opportunity that is right for them based on their interests, skills, availability and so on.

More info on: volunteer50plus.ca.



TRAINING AT THE VBM

...good for you, good for your volunteers!

If you work with volunteers, you know how important it is to make sure they are equipped with the information, tools and confidence necessary to accomplish their tasks. How about you? Perhaps it is time to think about your own training needs! Managing volunteers, whether 5 or 500, is an increasingly complex task, requiring leadership, interpersonal and technical skills as well as an ear to the ground for what's happening in the field.

Our popular series "The Essentials of Managing Volunteer Resources" is intended to equip you to make the most out of your working relationship with volunteers. You will learn both tried and true methods as well as the current practices in volunteer resource management. Take all four sessions and benefit from a special discount!

What's coming up?

The series continues...

Volunteer Integration and Supervision

Thursday, January 29, 2009
9 a.m. to 4 p.m.

- creating a 'volunteer friendly' environment
- tools to facilitate orientation
- determining training and orientation needs
- evaluating your training program
- five key functions of supervision
- feedback and evaluation

Addressing Behaviour Issues with Volunteers

Thursday, February 26, 2009
9 a.m. to 4 p.m.

- your responses and strategies when faced with difficult situations
- conflict in the volunteer context: sources and prevention
- useful tools for solving problems and managing conflict
- applying the five supervisory functions in difficult situations

and a special topic:

Managing new Quebecers as volunteers: an introduction

Thursday, February 19, 2009
9 to noon

You want to learn more about the realities and motivations of recent immigrants who volunteer? Or those who might volunteer? Perhaps you are looking for strategies for integrating new immigrants into your volunteer program? Or you have already had overcome some challenges in this area and would like to share your success with others? This workshop is for you! Come learn, exchange and network at the VBM!

More topics coming in the spring. Our registration form is now available on line! Look at cabm.net/en/training.
For more information, please contact Dominique Arseneault, darseneault@cabm.net

The "Essentials" series is also offered at Volunteer West Island,
1, rue de l'Église, Sainte-Anne-de-Bellevue.
Please consult www.volunteerwestisland.org
or contact Yolanda at 514.457.9677 ext. 227 for information.

L'action bénévole et les nouveaux arrivants

Témoignage recueilli par
Jean-Philippe Sauvé,
chargé de projet au CABM

DANS LE CADRE DU PROJET SUR L'ACTION BÉNÉVOLE ET LES NOUVEAUX ARRIVANTS, NOUS AVONS POSÉ QUELQUES QUESTIONS À UNE BÉNÉVOLE DU CENTRE DES FEMMES DE MONTRÉAL. VOICI SON TÉMOIGNAGE.

- Je m'appelle Nadia, je viens de la Russie et ça fait trois ans que je suis au Québec.
- Qu'est-ce qui vous a fait venir au Québec?
- Hum... pour changer de vie! Ma fille a commencé ses études ici à l'université, c'est une des raisons pour lesquelles je suis ici avec elle.
- Qu'est-ce qui vous a donné le goût de faire du bénévolat?
- Premièrement, deux fois par mois, il y avait des cafés-rencontre au Centre des femmes et à cette époque j'étudiais en francisation, et après, j'ai fait des études à l'université, mais chaque jeudi quand il y avait des rencontres au Centre, je me présentais, je faisais connaissance avec les femmes qui viennent d'autres pays. C'était une ambiance tellement agréable, j'ai fait de cette manière la connaissance de services que le Centre offre aux femmes. Je faisais parfois du travail de bureau, de l'entrée de données et différentes choses comme ça. Depuis peu, je travaille beaucoup au service de dépannage alimentaire. J'aime passer du temps ici, c'est très agréable.
- Vous avez le goût d'aider?
- Oui, ça me donne une raison pour sortir de chez nous, pour voir comment ça se passe ici



le travail, les relations entre les gens. Ça m'a aidé aussi à apprendre la langue. Je connaissais un peu le français, mais quand on ne pratique pas chez soi... Mais, ici au Centre des femmes, j'ai commencé à pratiquer, ça m'a beaucoup aidé à améliorer mes connaissances de la langue.

- Cette expérience vous a-t-elle aidé dans votre intégration au Québec?

- Oui, bien sûr. Faire du bénévolat m'a permis de mieux comprendre les relations, les attitudes, les façons de travailler. Quand on est aux études, c'est une chose, quand on est au travail, c'en est une autre. Le bénévolat, c'est pratiquement du travail. On n'est pas payé, mais c'est un travail, il y a des responsabilités. On ne passe pas le temps simplement pour le passer, on donne de notre

temps pour les autres. Il y a une responsabilité à faire ce travail... chaque personne doit être consciente des choses qu'elle fait.

- Est-ce que vous avez l'impression que le bénévolat pourra vous aider dans votre recherche d'emploi?

- Oui, parce qu'ici, en faisant du bénévolat, je travaille plus avec les gens que lorsque je travaillais comme ingénieur. Avant, mon travail était plus technique, avec les appareils, c'était quelque chose d'autre. Ici, je travaille avec les gens pour les accueillir, pour parler, c'est un peu différent, c'est une autre façon de voir les choses.



Bonne retraite Kevin!

Kevin Cohalan, le directeur sortant du CABM, prenant la parole lors de la soirée de reconnaissance tenue en son honneur le 26 novembre dernier à l'Hôtel de la Montagne. Employés, passés et présents, bénévoles ainsi que plusieurs invités ont profité de l'occasion pour lever leurs verres en l'honneur de cet homme qui a tant fait pour faire avancer la cause du bénévolat mont-réalais.

Kevin Cohalan, outgoing executive director of the VBM, says a few words during a party held in his honour on November 26 at the Hôtel de la Montagne. Employees, past and present, volunteers and many guests gathered to reminisce and to raise their glasses to the man who has done so much to put volunteering on the Montreal map.

Être utile, communiquer et apprendre

Portrait de Danielle Tardif, nouvelle bénévole au CABM

Je suis d'une nature infiniment curieuse et presque tout m'intéresse. C'est pour cette raison qu'une bonne partie du temps que j'ai eu depuis mes 2 ans de retraite a été utilisée à me *gaver* de cours de toutes sortes.

Et puis, en août dernier, suffisamment *repue* de nouvelles connaissances, je me suis engagée de façon plus soutenue envers la communauté en devenant conseillère en placement au Centre d'action bénévole de Montréal. Ce travail répond bien aux trois points qui constituent mon plan de retraite soit : être utile, communiquer et apprendre.

Les personnes que nous recevons au CABM désirent faire du bénévolat et nous tentons de les orienter vers des organismes qui les satisferont le mieux. Pour ce faire il faut rapidement cerner leurs besoins, leurs goûts,

leurs aptitudes, leurs lacunes et leurs forces. Comme chacun est différent, il faut parfois faire preuve de pas mal d'ingéniosité pour réussir à décrypter les plus discrets.

Au fur et à mesure que les diverses possibilités de travail bénévole défilent à l'écran, je dis souvent à mes clients que nous recherchons un « WOW, ÇA ça me tente! » et non pas seulement des « Ok, ça pourrait faire ». C'est évidemment un grand plaisir lorsqu'on y arrive.

J'apprends beaucoup des personnes que je rencontre et je peux vous confier que certaines m'émeuvent profondément.



Des publicités de votre organisme dans les médias sans avoir à déboursier un seul sou!

Un nombre d'entre-vous verront en février des publicités du CABM sur les ondes de TVA et de VOX, des bannières web sur différents sites propriétés de *Quebecor* et des annonces imprimées dans le *Journal de Montréal*, le *ICI*, le *24 heures* et le *Mirror*. Savez-vous ce qui est le plus incroyable dans tout cela, c'est que cette formidable visibilité ne coûtera absolument rien au CABM!

Cette campagne faisant la promotion d'activités bénévoles dites moins conventionnelles — lecture, yoga, voile, bricolage, échecs, graphisme, voyage, etc. — est rendue possible grâce à l'aide des Activités philanthropiques de *Quebecor* et à celle de bénévoles passionnés*.

Votre organisme pourrait également profiter de cette aide providentielle. En effet, *Quebecor*, par l'entremise de ses *Activités philanthropiques*, aide bon an mal an des dizaines d'organismes à

but non lucratif à faire gratuitement la promotion de leurs services. Pour faire une demande d'aide à *Quebecor*, il suffit de visiter *quebecor.com* et de cliquer sur *Activités philanthropiques* (que vous trouverez sous l'onglet *Quebecor* l'entreprise). La marche à suivre pour faire une demande de dons ou de commandites y est clairement indiquée.

Pour que votre campagne ne vous coûte pas un sou, il vous faudra également compter sur l'aide de bénévoles graphistes. Le CABM se fera un plaisir de vous aider à dénicher la perle rare

* *Un merci particulier à Axel Perez de Leon, graphiste bénévole impliqué dans les différentes campagnes publicitaires du CABM depuis bientôt trois ans.*

by François Lahaise, VBM communications officer

Your organization's ads in the media without spending a cent!

During the month of February, many of you will see television ads for the VBM on both TVA and VOX, web banners on different sites owned by *Quebecor* and printed ads in the *Journal de Montréal*, *ICI*, *24 heures* and the *Mirror*. What you may not know and might find hard to believe is that this tremendous exposure is not going to cost the VBM a single cent!

Our campaign to promote volunteer activities that might be considered less "conventional"—reading, yoga, sailing, handicrafts, checkers, graphic arts, travelling—has been made possible thanks to the support of *Quebecor's* Corporate Citizenship program and also the help of enthusiastic volunteers*.

Your organization could also profit from this support. *Quebecor*, through its Corporate Citizenship program, helps a wide variety of non-profit organizations every year by offering free promotion of their cause and/or services. To submit a request for sponsorship, simply go to *quebecor.com* and click on Corporate Citizenship (on the *Quebecor* menu at the left). The steps to follow are clearly indicated.

If your campaign is to cost you nothing, you also need to recruit volunteer graphic artists. The VBM would be pleased to help you in your search for these invaluable individuals!



par François Lahaise, agent des communications du CABM

Vous pouvez également obtenir l'aide d'entreprises tels *Google*, avec son programme de publicité gratuite pour les oeuvres de bienfaisance *Google Grants Canada* (google.ca/grants) et *Astral* (astralmedia.com / *Qui sommes-nous?* / *Activités philanthropiques*).



You can also obtain help from other businesses, such as *Google*, through its free publicity for charitable organizations, *Google Grants Canada* (<http://www.google.ca/intl/en/grants/>) and *Astral* (astralmedia.com/en/AboutAstralMedia/PhilanthropicInitiatives).

* *A particular thank you to Axel Perez de Leon, a volunteer graphic artist who has been involved in many of the VBM's publicity campaigns over the past three years.*

Pour dire merci...



Le prix Hommage bénévolat-Québec 2009

Le prix Hommage bénévolat-Québec est remis par le gouvernement du Québec pour souligner l'engagement exceptionnel et la précieuse contribution de bénévoles et d'organismes de toutes les régions du Québec. Il vise à récompenser les efforts déployés par des citoyennes et des citoyens dans leurs communautés ainsi que l'action d'organismes en vue de promouvoir et d'étendre l'engagement bénévole.

La période de mise en candidature se termine le 19 janvier 2009
benevolat.gouv.qc.ca (Prix Hommage bénévolat-Québec 2009)



Prix québécois de la citoyenneté

Depuis 1997, les Prix québécois de la citoyenneté sont remis par le gouvernement du Québec à des personnes, des entreprises et des organismes, afin de souligner leur engagement et leur contribution à faire du Québec une société plurielle et inclusive, où il fait bon vivre ensemble.

La période de mise en candidature débute en janvier 2009
quebecinterculturel.gouv.qc.ca (Prix et distinctions / Prix québécois de la citoyenneté).

Flare Volunteer Awards

Flare Magazine is committed to acknowledging, celebrating and publicizing the importance of volunteerism in Canada through The FLARE Volunteer Awards. As one of the most acclaimed women's magazines in the country, we feel it is our responsibility and privilege to highlight outstanding female volunteers from coast to coast for our readers and within the charitable sector across Canada.

The prestigious FLARE Volunteer Awards are presented each year to six outstanding Canadian female volunteers aged 18 and up whose volunteer achievements have made a difference to the lives of the people in their communities.

Deadline: Friday, February 6, 2009
More info on flare.com (Volunteer)

Le Prix Thérèse-Casgrain

Le Prix Thérèse-Casgrain est décerné une fois par an à une Canadienne et à un Canadien. Il sert à souligner le travail de bénévoles dans toutes les collectivités au Canada. Les récipiendaires du Prix sont des personnes dont l'engagement social et la persévérance ont contribué de manière significative à l'avancement d'une cause sociale et au mieux-être de leurs concitoyens.

Les candidatures doivent être présentées au plus tard le 1er février
hrsdc.gc.ca/fra/partenerariats_communautaires (Le prix Thérèse Casgrain du bénévolat)

La Bourse Alan Thomas

La Bourse Alan Thomas pour l'avancement du bénévolat et de la société civile de la Fondation Carold a été créée en 2007 dans le but de sensibiliser le grand public à l'importance de l'action bénévole et de renforcer le leadership et l'action démocratique et volontaire au sein de la société civile.

La bourse — d'une valeur maximale de 50 000 \$, sera attribuée pour une durée maximale d'un an — doit permettre à une personne qui exerce un rôle de leader dans une ONG, ou dans un secteur sans but lucratif, qui n'aurait normalement pas la possibilité de le faire, de prendre un congé sabbatique.

Date limite pour le dépôt des candidatures : le vendredi 27 mars 2009.
Plus d'information sur : carold.ca (Bourse Alan Thomas)



par Marjorie Northrup
coordonnatrice aux Services alimentaires bénévoles

Les mésaventures d'une « évangéliste » du bénévolat

Par une sombre nuit d'automne, une travailleuse communautaire exténuée arrive à sa chambre d'hôtel en province. Elle est là parce qu'elle voyage souvent pour répandre partout l'évangile du bénévolat, auquel elle croit avec une passion absolue (qui frise parfois l'hystérie, selon ses proches!). Le train avait du retard, le corridor est mal éclairé, le vent a des effets sonores de film d'horreur, et LA ?!&?! CLEF NE FONCTIONNE PAS!

La porte voisine s'ouvre, apparaît alors une dame dans la quarantaine avancée, vêtue incongrueusement d'un jupon noir en dentelle et d'une paire de bottes d'armée, tenant un seau à glace vide. Me voyant, elle retourne dans sa chambre et ressort avec sur les épaules un manteau en fausse fourrure orange électrique. Voyant mes difficultés, elle arrache la clef de ma main, ouvre ma porte en un tournemain et disparaît en me disant : vous en faites pas, madame, la clef de la 124 me donne toujours de la misère! C'est pour dire que les anges n'ont pas toujours des ailes apparentes...

Y'a pas de touche sur l'ordinateur pour médium saignant, fut la réponse immédiate!

Un super-avion avec 625 passagers attend avec une heure de retard le départ pour Paris. Votre interlocutrice s'en va allègrement en Bretagne prononcer un discours sur le bénévolat au Québec. L'allégresse s'estompe avec le retard. ...l'héroïne de l'histoire est le genre de passagère craintive qui, étant persuadée que c'est la force de sa concentration constante qui maintient l'avion dans les airs, n'ose même pas aller aux toilettes durant le vol. Prenant son peu de courage à deux mains, elle s'enquiert auprès de l'agent de bord, qui répond avec une désinvolture qui achève de la déconcerter « c'est un passager qui a enregistré sa valise mais qui ne s'est pas présenté sur le vol ». C'est soit un cas de drogue ou de bombe, et il faut repérer et enlever la valise avant de partir... Et voilà pourquoi Dieu créa l'alcool!

Un restaurant d'hôtel dans une petite ville. La serveuse nous informe avec fierté qu'ils viennent d'informatiser le système de commandes de repas. Nous la félicitons chaleureusement. Mon collègue commande un steak médium saignant. On peut pas, répond instantanément notre amie. Et pourquoi? De s'enquérir le collègue. Y'a pas de touche sur l'ordinateur pour médium saignant, fut la réponse immédiate! C'eut été moins cocasse si on ne pouvait pas voir le cuisinier à l'œuvre par une fente pratiquée dans le mur...

Un motel isolé sur le bord de la mer dans le bas du fleuve. Mon hôte me raccompagne à 10h30 après mon allocution et la réception qui suivit. Il n'y a qu'une auto à l'extérieur de l'établissement. Nous sommes accueillis chaleureusement par une dame joufflue et joviale qui me donne la clef en me disant : vous êtes la seule cliente, après tout c'est la basse saison. Je m'en vais chez moi, mais inquiétez-vous pas, je vous laisse mon numéro à la maison en cas qu'il arriverait quelque chose... Ayez pas peur de déranger, là! Une imagination vive n'est pas toujours un cadeau. J'ai exercé la mienne à spéculer toute la nuit sur la nature exacte du « quelque chose » potentiel!

Dernière mésaventure, mais non la moindre. Je flotte sur un nuage! Mon allocution a été un grand succès. Une ovation, pour vous dire... je commence à croire que je suis quelqu'un de très spécial... Un membre de l'auditoire s'approche, et je me penche gracieusement vers lui pour accueillir encore les compliments, quand il me dit à haute voix : pas pire, votre petit speech, en tout cas moins plate que le gars d'à matin, j'ai rien que baillé une fois! *Sic transit gloria mundi!*



La radio Web de l'UQAM
WWW.CHOQ.FM



Ken Doran

T: (514) 631-3788

C: (514) 944-5256

F: (514) 631-7872

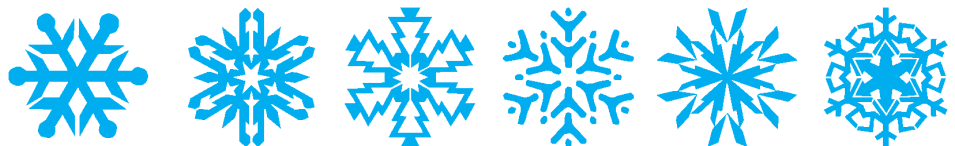
reception@mrgraphique.com

1770, 55^{ième} Ave,
Lachine, Qc H8T 3J5



MANON
PINEAULT
GRAPHISTE

514. 388. 9851
mic.man@sympatico.ca



Vous avez des bénévoles dont vous aimeriez souligner la contribution? Faites-nous parvenir textes et photos, nous les publierons avec joie dans le prochain bulletin et/ou sur notre site Web. Vos commentaires, suggestions d'articles, anecdotes et témoignages sont toujours les bienvenus.

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.



TRAINING AT THE VBM

...good for you, good for your volunteers!

If you work with volunteers, you know how important it is to make sure they are equipped with the information, tools and confidence necessary to accomplish their tasks. How about you? Perhaps it is time to think about your own training needs! Managing volunteers, whether 5 or 500, is an increasingly complex task, requiring leadership, interpersonal and technical skills as well as an ear to the ground for what's happening in the field.

Our popular series "The Essentials of Managing Volunteer Resources" is intended to equip you to make the most out of your working relationship with volunteers. You will learn both tried and true methods as well as the current practices in volunteer resource management. Take all four sessions and benefit from a special discount!

What's coming up?

The series continues...

Volunteer Integration and Supervision

Thursday, January 29, 2009
9 a.m. to 4 p.m.

- creating a 'volunteer friendly' environment
- tools to facilitate orientation
- determining training and orientation needs
- evaluating your training program
- five key functions of supervision
- feedback and evaluation

Addressing Behaviour Issues with Volunteers

Thursday, February 26, 2009
9 a.m. to 4 p.m.

- your responses and strategies when faced with difficult situations
- conflict in the volunteer context: sources and prevention
- useful tools for solving problems and managing conflict
- applying the five supervisory functions in difficult situations

and a special topic:

Managing new Quebecers as volunteers: an introduction

Thursday, February 19, 2009
9 to noon

You want to learn more about the realities and motivations of recent immigrants who volunteer? Or those who might volunteer? Perhaps you are looking for strategies for integrating new immigrants into your volunteer program? Or you have already had overcome some challenges in this area and would like to share your success with others? This workshop is for you! Come learn, exchange and network at the VBM!

More topics coming in the spring. Our registration form is now available on line! Look at cabm.net/en/training.
For more information, please contact Dominique Arseneault, darseneault@cabm.net

The "Essentials" series is also offered at Volunteer West Island,
1, rue de l'Église, Sainte-Anne-de-Bellevue.
Please consult www.volunteerwestisland.org
or contact Yolanda at 514.457.9677 ext. 227 for information.

L'action bénévole et les nouveaux arrivants

Témoignage recueilli par
Jean-Philippe Sauvé,
chargé de projet au CABM

DANS LE CADRE DU PROJET SUR L'ACTION BÉNÉVOLE ET LES NOUVEAUX ARRIVANTS, NOUS AVONS POSÉ QUELQUES QUESTIONS   UNE BÉNÉVOLE DU CENTRE DES FEMMES DE MONTRÉAL. VOICI SON TÉMOIGNAGE.

- Je m'appelle Nadia, je viens de la Russie et ça fait trois ans que je suis au Québec.
- Qu'est-ce qui vous a fait venir au Québec?
- Hum... pour changer de vie! Ma fille a commencé ses études ici à l'université, c'est une des raisons pour lesquelles je suis ici avec elle.
- Qu'est-ce qui vous a donné le goût de faire du bénévolat?
- Premièrement, deux fois par mois, il y avait des cafés-rencontre au Centre des femmes et à cette époque j'étudiais en francisation, et après, j'ai fait des études à l'université, mais chaque jeudi quand il y avait des rencontres au Centre, je me présentais, je faisais connaissance avec les femmes qui viennent d'autres pays. C'était une ambiance tellement agréable, j'ai fait de cette manière la connaissance de services que le Centre offre aux femmes. Je faisais parfois du travail de bureau, de l'entrée de données et différentes choses comme ça. Depuis peu, je travaille beaucoup au service de dépannage alimentaire. J'aime passer du temps ici, c'est très agréable.
- Vous avez le goût d'aider?
- Oui, ça me donne une raison pour sortir de chez nous, pour voir comment ça se passe ici



le travail, les relations entre les gens.  a m'a aidé aussi à apprendre la langue. Je connaissais un peu le français, mais quand on ne pratique pas chez soi... Mais, ici au Centre des femmes, j'ai commencé à pratiquer, ça m'a beaucoup aidé à améliorer mes connaissances de la langue.

- Cette expérience vous a-t-elle aidé dans votre intégration au Québec?

- Oui, bien sûr. Faire du bénévolat m'a permis de mieux comprendre les relations, les attitudes, les façons de travailler. Quand on est aux études, c'est une chose, quand on est au travail, c'en est une autre. Le bénévolat, c'est pratiquement du travail. On n'est pas payé, mais c'est un travail, il y a des responsabilités. On ne passe pas le temps simplement pour le passer, on donne de notre

temps pour les autres. Il y a une responsabilité à faire ce travail... chaque personne doit être consciente des choses qu'elle fait.

- Est-ce que vous avez l'impression que le bénévolat pourra vous aider dans votre recherche d'emploi?

- Oui, parce qu'ici, en faisant du bénévolat, je travaille plus avec les gens que lorsque je travaillais comme ingénieur. Avant, mon travail était plus technique, avec les appareils, c'était quelque chose d'autre. Ici, je travaille avec les gens pour les accueillir, pour parler, c'est un peu diff rent, c'est une autre façon de voir les choses.