



**Centre d'action  
bénévole de  
Montréal**

**Volunteer  
Bureau of  
Montreal**

## **Compagnon de bien-être - Visites et appels d'amitié - 38401**

Vous êtes une personne passionnée par le bien-être des personnes âgées isolées ? Vous aimez discuter, créer des liens et partager des moments de vie ? Le Centre de bénévolat Côte-des-Neiges a besoin de vous ! Nous recherchons des bénévoles pour offrir des visites à domicile ou des appels amicaux, afin d'aider les personnes âgées isolées à rompre leur solitude et à améliorer leur bien-être.

En tant que bénévole, vous aurez l'opportunité de créer des liens significatifs avec les participants et de contribuer à leur qualité de vie. Et en prime, vous pourrez améliorer vos compétences en communication et en empathie !

### Responsabilités :

- Effectuer des visites à domicile ou des appels amicaux pour aider les personnes âgées isolées à rompre leur solitude
- Créer des liens avec les participant.e.s et contribuer à leur bien-être
- Écouter et discuter avec les participant.e.s pour les aider à se sentir compris et soutenus
- Assurer un suivi régulier avec les participant.e.s pour maintenir le lien

### Compétences requises :

- Bonne capacité d'écoute et de communication
- Empathie et bienveillance
- Être capable de s'adapter à des personnalités différentes
- Être responsable et fiable

### Exigences :

- Bien parler le français ou l'anglais
- Avoir deux références
- Avoir résidé au Canada depuis au moins six mois en raison de la vérification policière obligatoire

### Informations pratiques :

Date de début : dès que possible

Lieu : À partir du domicile du / de la participant.e pour les visites à domicile ou de votre propre domicile pour les appels amicaux

Heures de bénévolat : au moins 2 heures par semaine, selon les disponibilités des bénévoles et besoins de l'organisme

Avantages pour les bénévoles :

- Contribuer à la qualité de vie des personnes âgées isolées
- Rencontrer et tisser des liens avec d'autres bénévoles et membres de la communauté
- Profiter d'une formation et d'un encadrement personnalisé tout au long de votre bénévolat
- Et surtout... passer des moments de partage et de convivialité avec les personnes âgées !

Rejoignez notre équipe de bénévoles dynamiques et passionnés pour améliorer la qualité de vie des personnes âgées de notre communauté. On vous attend !

## **Type de bénévolat**

Régulier , À distance

## **Type d'activité**

Soutien à la personne (Enseignement/tutorat ; Appels et visites d'amitié, écoute active)

## **Langue(s) que les bénévoles doivent maîtriser**

Français , Anglais , Français et anglais , Espagnol / Spanish

## **Avantages offerts aux bénévoles**

la lettre de référence sur demande

## **Pour cette activité ,l'organisme peut accueillir des familles avec enfants**

NON

## **Pour cette activité, l'organisme est en mesure d'accueillir des bénévoles en situation**

d'handicap moteur

## **Durée de l'engagement**

Au moins 6 mois

## Horaire

2h par semaine / 2 hrs per week

## Disponibilité(s) recherchée(s) par l'organisme

	Avant-midiAM	Après-midiPM	Soir
Lundi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mardi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mercredi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeudi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vendredi	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Samedi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dimanche	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Centre de bénévolat Côte-des-Neiges

Réponse aux besoins de la population âgée et/ou handicapée de 55 ans et plus de Côte-des-Neiges, afin de la permettre de demeurer chez elle le plus longtemps possible et de lui apporter un sentiment de sécurité et de bien-être.

Arrondissement de l'organisme :

**Côte-des-Neiges**

**Lieu du bénévolat**

**Bénévolat à distance, Visites au domicile de la personne et appels depuis chez vous / Visits at the participant's home or calls from your home**