



Votre journal

Bénévol Action

Volume 17 No 3

*Tout ce qui vient du cœur,
va au cœur...*



À VOUS, NOS BÉNÉVOLES !

En ce mois dédié à l'amour,
laissez-nous vous dire à notre tour,
à quel point vous êtes précieux
auprès de toutes celles et ceux
que vous aidez et soutenez
à travers toutes vos activités.

Encore mille fois merci !
à vous tous chers amis.
Car sans vous il est certain
que plusieurs de vos concitoyens
auraient plus de difficultés
à passer à travers leur journée !

Toute l'équipe
du personnel



SOMMAIRE

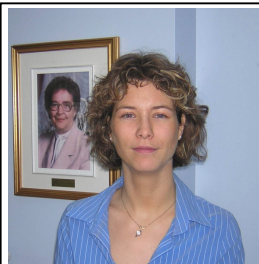
À la Une !	03
Saviez-vous que	04
Depuis hier !	05
Formations !	06
À votre calendrier	07
EN DIRECT :	
du Maintien à domicile	08
des services Famille / femmes. . .	09
des services Alimentaires	10
du conseil d'administration	11
Petites annonces	12
Impossible sans vous ! . . .	13
Pour s'amuser !	14
Joyeux anniversaire !	15



Nous servons !

Club LIONS de Compton inc.

C.P. 309, Compton (Québec) J0B 1L0



MOT DE LA DIRECTRICE

Mes vœux de bonheur, de joie et de santé à vous, chers bénévoles. Que l'année 2007 soit celle de la consolidation de projets pour le Centre d'action bénévole. Que les réalisations se déroulent selon les valeurs du Centre; c'est-à-dire celles de l'entraide et de l'équité pour le mieux-être de la collectivité.

Je suis heureuse de débiter l'année 2007 avec vous. Suite aux nombreux changements de 2006, je peux vous assurer que l'équipe est prête à partir l'année avec dynamisme et détermination. Comme nous vous l'avons présenté lors de l'assemblée générale annuelle, nous avons plusieurs projets sur la table, chacun sera analysé avec soin avant de les démarrer. Nous voulons prendre notre temps afin que tout se déroule dans l'harmonie et la facilité.

Bonne année à vous tous et merci de vivre cette aventure avec nous. Votre soutien et votre appui sont importants pour nous, c'est ce qui nous motive à continuer.

Annick Wishnowsky



Votre journal, BénévolAction, est la réalisation de toute une équipe



Rédaction et mise en page : PATRICK MORIN
 Relecture et correction : GERMAINE DESCHÊNES
 ALICE POULIN-CHAPUT
 Impression : ANGÉLINE TANGUAY
 Assemblage : NATHALIE BEAUDRY
 KATHY FONTAINE
 SUZANNE HOULE

Collaborateurs : ANNICK WISHNOWSKY, directrice
 DANY ROUSSEAU, coordo MAD
 MICHELLE HIVERT, coordo Familles/Femmes
 NATHALIE BEAUDRY, coordo Serv. alimentaires

Postage : Gracieuseté de Mme FRANCE BONSANT, députée fédérale Compton-Stanstead
 Courriel : projets@cabmrccoaticook.org Site internet : <http://www.regioncoaticook.qc.ca/cab/>

POSTE-PUBLICATIONS- *CONTRAT N° 40015967

Impressions gb
 Imprimerie-Lettrage
 (819) 849-7475



À LA UNE !!!

UNE NOUVELLE IMAGE POUR LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE !

L'automne dernier, il a été question de réorganisation et de restructuration et puisque le Centre cherche à déménager dans de nouveaux locaux...pourquoi pas en profiter pour se refaire une beauté en renouvelant notre logo !



Les amateurs d'histoire se rappelleront qu'il y a déjà plus de 15 ans que le Centre d'action bénévole est représenté par un bouquet de fleurs en cœur... Une représentation imagée du don de soi, imaginée et dessinée par Madame Jacinthe Grenier.

Pour rendre l'exercice plus intéressant, l'équipe du Centre a pensé organiser un petit concours ouvert à toute la population. Alors à vos crayons, vos plumes, vos pastels et vos pinceaux...prêts...dessiné !

VOTRE CRÉATION DEVRA :

1. Être dessinée sur un feuille standard (8½ X 11)
2. Être en couleur ou en noir et blanc
3. Être facilement reproductible
4. À l'endos vous indiquerez VOTRE NOM, VOTRE # TÉLÉPHONE et LA SIGNIFICATION DE VOTRE LOGO (150 mots ou moins)
5. Nous le faire parvenir à « Concours Nouvelle image », 23 rue Cutting, Coaticook, QC J1A 2G2 avant le 30 avril 2007 à 16h.

Pour être éligible, les participants devront être résidents de la MRC et être acceptés que leur logo devienne la propriété exclusive du Centre d'action bénévole. La ou le gagnant se méritera un prix d'une valeur de 100\$.

Le Centre dévoilera la ou le gagnant lors de son Assemblée générale annuelle ou au plus tard le 31 juillet 2007 lors d'une conférence de presse. Le Centre se réserve le droit de ne retenir aucune des propositions soumises.

« LES SECRETS DU SCRAPBOOKING »

Nouvelle activité offerte au Centre d'action bénévole sous forme d'ateliers. Trucs, conseils et bricolage seront au rendez-vous à compter du mois de février...**Vous, y serez-vous ?**
Léger coût pour couvrir le matériel, 12 places de disponibles.

Pour informations : Michelle 849-7011

SAVJEZ-VOUS QUE ...

L'économie sociale : un nouveau terme mais un vieux principe...

En effet, plusieurs d'entre vous se sont interrogé sur ce qu'était pour devenir le Centre d'action bénévole lorsque vous avez lu le plan préliminaire rendu public à la dernière assemblée générale... Dans les faits, **L'ÉCONOMIE SOCIALE** c'est la production et la vente de biens ou de services dans le but d'améliorer le bien-être de la population en visant la rentabilité économique et sociale.

Concrètement les volets d'économie sociale que le Centre va développer ne sont que le renforcement des activités d'autofinancement que le Centre a mis en place au cours des 18 dernières années !!

LA POPOTE ROULANTE : Préparation de repas chauds, livrés à domicile... Pour assurer la rentabilité sociale de ce service, il faut que le prix des repas demeure peu élevé donc accessible... Pour assurer la rentabilité économique, il nous faut augmenter le nombre de repas préparés en offrant par exemple des repas chauds dans les écoles qui n'ont pas de service de cafétéria ou des repas emballés sous-vide vendus à toute la population...

LE COMPTOIR FAMILIAL : Vente de vêtements à prix modique... Pour assurer la rentabilité sociale de ce service, il faut que le prix des vêtements demeure abordable... Pour assurer la rentabilité économique, il nous faut faire plus avec ce que l'on a déjà en récupérant plus de vêtements par l'amélioration par exemple du service de confection de guenilles avec des installations permanentes ou par la création d'une friperie au centre-ville ou d'ateliers de confection de « sacs écolo » fait de tissus récupérés...

LA HALTE-GARDERIE : Service de garde gratuit pour les bénévoles ou les participantEs aux services du Centre... Pour assurer la rentabilité sociale, il faut que ce service demeure accessible et gratuit... Pour assurer la rentabilité économique nous pourrions, par exemple, offrir quelques places à titre de gardiennage d'urgence payant et ainsi générer des revenus stables.

Le fait d'augmenter les revenus d'autofinancement de la Popote roulante, du Comptoir familial et de la Halte-garderie n'aurons d'autres effets que de rentabiliser les services qui sont déjà offerts... au même titre que si le Centre développerait une campagne annuelle d'autofinancement, un super-bénéfice, un bingo, un tirage... Il suffit de quelques petits changements SANS modifier les services actuels pour assurer une plus grande rentabilité économique, maintenir la rentabilité sociale et VOILÀ : Le Centre aura développer un volet d'**ÉCONOMIE SOCIALE**.

RÉSEAU D'ENTREPRISES D'ÉCONOMIE SOCIALE DE L'ESTRIE



L'ÉCONOMIE SOCIALE.

ÇA PARLE D'ARGENT ET DE VALEURS HUMAINES.

DEPUIS HIER...

Depuis la parution de votre dernier journal...



UNE NOUVELLE VENUE AUX CUISINES !

C'est avec grand plaisir que toute l'équipe du Centre souhaite la Bienvenue à Claire Poulin en tant que nouvelle aide-cuisinière au service de la Popote roulante. Originnaire de Dixville, Claire a beaucoup d'expérience au niveau de la restauration. Elle occupe son poste depuis le 20 décembre dernier et a rapidement su faire sa place au sein de l'équipe.

LE DÉPART DU SUZANNE..

Le 8 janvier dernier, Suzanne Grenier a quitté le Centre pour un emploi chez Codet alors qu'elle effectuait un stage d'insertion en emploi au Centre. Depuis le 5 juin, Suzanne voyait à assurer la propreté de nos locaux et accomplissait plusieurs tâches d'entretien. Nous lui souhaitons la meilleure des chances dans son nouvel emploi !

LE DÉPART DE DENISE...

Le 11 janvier dernier, l'équipe du CAB s'est retrouvé au restaurant pour souligner le départ de Denise Dionne. Depuis le 5 juin 2006, Denise était la première à vous dire bonjour avant de transférer votre appel ou avertir qui de droit de votre arrivée à l'Accueil. Le contrat de Denise se terminait le 12 janvier et c'est avec beaucoup d'émotions que nous lui avons dit aurevoir et que nous lui souhaitons bonne chance !



FORMATIONS !

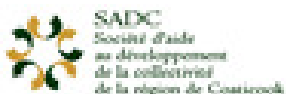
NOUVEAU SERVICE DE FORMATION POUR LES BÉNÉVOLES !

Dans le but de mieux outiller les bénévoles dans leur travail auprès de la population ou sur le plan personnel, le Centre d'action bénévole a décidé de développer un service de formation adaptée aux besoins des bénévoles...

Dans un premier temps, le Centre doit évaluer vos besoins et vos intérêts afin de développer ce service. Nous vous demandons donc de compléter le questionnaire ci-joint et de nous le retourner par la poste ou en personne d'ici le 1^{er} mars. Par la suite, le Centre verra à compiler les questionnaires et tentera de répondre le plus adéquatement possible à vos attentes soit par l'identification de personnes-ressources de l'externe soit par le développement de formations à l'interne.

POUR L'INSTANT VOUS POURRIEZ ÊTRE INTÉRESSÉ PAR :

<i>Formations</i>	<i>Lieu</i>	<i>Pour informations</i>
<i>Initiation à WORD</i>	Centre d'action bénévole Avril 2007	Patrick, 849-7011
<i>Initiation à EXCEL</i>		



JOURNÉE DE RÉFLEXION

« QUEL AVENIR POUR NOTRE RÉGION ? »

Une invitation de la SADC, du CLD et de la MRC de Coaticook

SAMEDI LE 17 février 2007 de 9h-12h

Club de golf de Coaticook
Aucune réservation nécessaire

À VOTRE CALENDRIER...

EN FÉVRIER :

13	IMPÔTS Pour les bénévoles du service impôts, la formation annuelle donnée par le ministère du Revenu se tiendra au CRIFA, local 106-A de 8h30-16h30. Pour vous inscrire, Dany 849-7011
21	CAFÉ-RENCONTRE PANDA , Groupe de discussions pour les parents dont les enfants ont un déficit d'attention.
23	FIBROMYALGIE Déjeuner-causerie au restaurant JACK-O de Coaticook à 9h30 Pour information, Dany 849-7011
23	ALZHEIMER , Groupe de soutien dans les locaux de l'Association des personnes handicapées, 62 Main Ouest à Coaticook de 9h00-12h00 Pour information, Dany 849-7011

EN MARS :

5	Date de tombée de vos textes, annonces et suggestions pour le prochain journal.
7	CLIN D'ŒIL À LA VIE ! , Rencontre du groupe au Centre d'action bénévole de 9h30 à 11h30. Groupe de soutien et de discussions pour toute personne vivant une problématique particulière.
21	CAFÉ-RENCONTRE PANDA , Groupe de discussions pour les parents dont les enfants ont un déficit d'attention.
23	FIBROMYALGIE Déjeuner-causerie au restaurant JACK-O de Coaticook à 9h30 Pour information, Dany 849-7011
23	ALZHEIMER , Groupe de soutien dans les locaux de l'Association des personnes handicapées, 62 Main Ouest à Coaticook de 9h00-12h00 Pour information, Dany 849-7011

EN AVRIL :

18	CAFÉ-RENCONTRE PANDA , Groupe de discussions pour les parents dont les enfants ont un déficit d'attention.
Du 15 au 21	SEMAINE NATIONALE DE L'ACTION BÉNÉVOLE
20	ALZHEIMER , Groupe de soutien dans les locaux de l'Association des personnes handicapées, 62 Main Ouest à Coaticook de 9h00-12h00 Pour information, Dany 849-7011
27	FIBROMYALGIE Déjeuner-causerie au restaurant JACK-O de Coaticook à 9h30 Pour information, Dany 849-7011

EN DIRECT DES SERVICES DE MAINTIEN À DOMICILE

C'EST LE TEMPS DES IMPÔTS !



Eh oui! , le temps est venu de dire à nos gouvernements combien de sous nous avons gagné au cours de l'année...Pour les bénévoles du service, s.v.p. prendre note de la formation dans le calendrier en page 7.

Les bénévoles du service impôts s'impliquent à plusieurs niveaux selon leurs connaissances et leur temps pour inscrire des bénéficiaires ou pour remplir les déclarations ou encore pour les réviser et les corriger au besoin. Si vous avez de l'entregent et du talent pour les chiffres et que vous seriez intéressés à devenir bénévole pour ce service ou obtenir plus d'information, vous pouvez contacter Dany au 849-7011.

Si vous voulez faire préparer vos impôts par l'un de nos bénévoles, il faut penser dès maintenant à préparer vos papiers. Plusieurs **cliniques d'impôt** seront offertes à la population, surveiller les dates dans le Progrès de Coaticook. Pour bénéficier du service gratuit, vous devez avoir un revenu familial :

- moins de \$20 000 (personne seule) ;
- moins de \$30 000 (couple) ;
- moins de \$26000 (1 adulte et 1 enfant)
\$2000 de plus pour chaque personne à charge supplémentaire.

INSCRIPTIONS AU PROGRAMME S.E.V.E

(Savoir et Entraide pour un Vieillessement Éclairé)

SEVE s'adressent aux femmes de 50 ans et plus et a pour but de promouvoir la santé physique et le développement de bonnes habitudes face à la prise de médicaments à travers 7 ateliers-rencontres, animés par des femmes aînées. Les participantes apprennent à faire des choix éclairés pour diminuer leur stress, préserver et améliorer leur santé.

INSCRIPTION OU INFORMATIONS :
Dany 849-7011

(minimum 10 inscriptions pour assurer la tenue des ateliers)

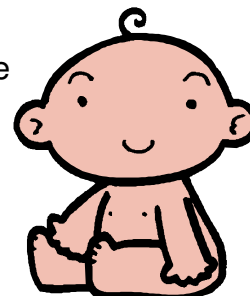
EN DIRECT DES SERVICES FAMILLES / FEMMES

ATELIERS « Bébé futé »

ACTIVITÉ GRATUITE, offerte par Naissance Renaissance Estrie et le Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook . Pour Maman ou Papa ou les deux et bébé.

8 jeudis-rencontres pour les parents et leur poupon de moins de 12 mois, auront lieu dans les locaux du Centre d'action bénévole, 23 rue Cutting à Coaticook.

Les jeudis matin de 9h30 à 11h30, du 15 mars au 3 mai 2007.



À chaque semaine :	Les thèmes abordés :
Accueil	Capacités de bébé, langage
Thème de la semaine	Pleurs, sommeil, besoins
Massage bébé	Alimentation de bébé
Activité bricolage	Discipline
Exercices avec bébé	Sécurité
Chanson	Ressources du milieu
Bonne humeur	Sexualité, notre entourage
Plaisir	Travail ou maison ? mais heureuse !



HALTE-GARDERIE DISPONIBLE POUR LES 1 À 5 ANS
Réservez votre place maintenant à **Michelle Hivert au 849-7011**

GROUPE DE SOUTIEN POUR L'ALLAITEMENT

Nos rencontres gratuites d'information et d'échange sur l'allaitement maternel, animées par une monitrice d'allaitement bénévole auront lieu le 2^e mercredi de chaque mois de 9h30 à 11h30 au Centre d'action bénévole, 23 rue Cutting à Coaticook.

C'est un rendez-vous à ne pas manquer pour toutes les mamans qui allaitent, les papas, les mamans enceintes...les 10 janvier, 14 février, 14 mars, 11 avril, 9 mai, et 13 juin 2007.

EN DIRECT DES SERVICES ALIMENTAIRES

BONNE CHANCE CÉCILE !



En décembre dernier, Cécile D'Amour, notre aide-cuisinière à la Popote roulante, nous annonçait son départ. Cécile était à l'emploi du Centre depuis un peu plus de 2 ans. Toujours fidèle au rendez-vous, elle était à son poste dès 8h le

matin pour s'assurer que les repas de la Popote seraient prêts à temps pour la livraison.

Cécile s'est lancée dans un tout autre domaine en prenant un poste de couturière chez Codet. Toute l'équipe des services alimentaires lui souhaite la meilleure des chances !

MERCI POUR VOTRE GÉNÉROSITÉ !



Notre campagne des Paniers de Noël a été une belle réussite.

Un grand merci à toute la population, à nos partenaires et à nos bénévoles.

Un merci tout spécial au personnel et aux étudiants du Collège Rivier pour leur collaboration !

LA MEILLEURE PUBLICITÉ ...

Vous le savez tous, la meilleure publicité pour les services du Centre c'est le bouche-à-oreilles... alors n'hésitez pas à parler de la Popote roulante aux aînés, aux personnes en convalescence ou handicapées de votre entourage...pour vous aider, voici le menu principal pour février et mars 2007 :

FÉVRIER 2007	MARS 2007
12 Côtelettes de porc aux pommes	7 Boeuf étagé aux légumes
13 Pain de viande aux tomates	8 Jambon à l'ananas
14 Cuisse de poulet BBQ	9 Macaroni à la viande gratiné
15 Lasagne au saumon	12 Quiche jardinière
16 Stew aux légumes	13 Riz espagnol
19 Macaroni-pizza	14 Sauté de porc aux légumes
20 Ragoût de boulettes d'antan	15 Macaroni chinois et egg roll
21 Poulet sauce soya	16 Boulettes de viande miel et ail
22 Bigaudé au jambon	19 Hamburgsteak
23 Bœuf en casserole	20 Poulet salsa
26 Bœuf au brocoli	21 Pain de viande épinard et fromage
27 Fricassée de poulet	22 Saucisses créoles
28 Mijoté de porc aux légumes	23 Macaroni au fromage et jambon
MARS 2007	26 Pâté chinois
1 Filet de poisson farci	27 Pâté au saumon sauce aux œufs
2 Galette de bœuf en sauce	28 Côtelettes de porc paysanne
5 Cuisse de poulet au miel	29 Casserole de poulet
6	30 Spaghetti aux boulettes de viande

EN DIRECT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

PRÉSENTATION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2006-2007

Lors de l'Assemblée générale tenue en novembre dernier, vous avez adopté des changements aux règlements généraux qui ont modifié la composition du Conseil d'administration et vous avez élu 6 bénévoles au 7 sièges disponibles. Ces derniers ont eu comme mandat de désigner un bénévole de plus (un jeunes de 16-25 ans) et de désigner les 3 partenaires invités à se joindre à eux avec un représentant du milieu municipal pour compléter le Conseil qui compte désormais 11 sièges.

Siège	Désignation	Nom	Titre	Fin du mandat
#1	Partenaire	Mme Line Lacroix	Administratrice	2007
#2	Partenaire	<i>vacant</i>		2008
#3	Partenaire	<i>vacant</i>		2009
#4	Bénévole CAB	Mme Claudette Lemire	Vice-présidente	2007
#5	Bénévole CAB	Mme Micheline Vachon	Administratrice	2008
#6	Bénévole CAB	Mme Nicole Pinsonneault	Trésorière	2009
#7	Rep. municipal	Mme Ghyslaine Leblond	Administratrice	2007
#8	Bénévole du milieu	Mme Germaine Deschênes	Secrétaire	2007
#9	Bénévole jeunesse	<i>vacant</i>		2008
#10	Bénévole du milieu	M. Jean-Claude Duranleau	Président	2008
#11	Bénévole du milieu	Mme Suzanne Adam	Administratrice	2009



UN GRAND MERCI À LA CAISSE POPULAIRE DES VERTS-SOMMETS !



La Caisse populaire des Verts-Sommets a fait don de son système téléphonique d'une valeur de 1 000,00\$ au Centre d'action bénévole.

La mise en place de ce système permettra de faciliter le travail de la nouvelle secrétaire administrative car les appels pourront dorénavant être acheminés directement aux employés du Centre.

M. Daniel Ruel, directeur de la Caisse populaire, Mme Agathe Fillion, présidente, Mme Annick Wishnowsky, directrice du Centre et M. Jean-Claude Duranleau, président

PETITES ANNONCES

CETTE NOUVELLE SECTION EST RÉSERVÉE AUX BÉNÉVOLES DE LA MRC DE COATICOOK QUI VOUDRAIENT FAIRE ANNONCER LES SERVICES QU'ILS SONT PRÊTS À OFFRIR À LA COMMUNAUTÉ ET AUX ORGANISMES À LA RECHERCHE DE BÉNÉVOLES.

SEULES LES ANNONCES D'ACTIVITÉS, D'ÉCHANGES DE SERVICES OU DE RECHERCHE DE BÉNÉVOLES SERONT PUBLIÉES ALORS SI VOUS ÊTES DISPONIBLES POUR :

- Offrir vos bras ou votre véhicule pour un déménagement ;
- Offrir vos doigts pour des travaux de couture ;
- Offrir vos services pour planifier un budget ;
- Etc...



OU SI VOUS CHERCHEZ DES BÉNÉVOLE POUR AIDER VOTRE ORGANISME À :



- Organiser une vente de garage ;
- Organiser le nettoyage des berges de la rivière
- Peindre vos locaux ;
- Etc..

C'EST ICI QUE VOUS POURREZ VOUS ANNONCER ...

ACTIVITÉS	RECHERCHE BÉNÉVOLES
<p align="center">LES JOYEUX MARCHEURS !</p> <p>Club de marche pour le plaisir de prendre l'air... Départ du Centre Élie-Carrier tous les jeudis matins à 9h15. Beau temps, mauvais temps !</p> <p>Info : Micheline Rousseau 819-849-2683</p>	<p align="center">Téléphones sécurisants</p> <p>Vous avez un peu de temps pour appeler les personnes âgées vivant seules afin de s'assurer qu'elles se portent bien. SVP contacter Dany Rousseau pour vous inscrire à ce service au 849-7011.</p>
<p align="center">ÉCHANGES DE SERVICES</p> <p align="center">Pour vous annoncer, communiquez avec Patrick au 849-7011 avant le 5 mars 2007</p>	<p align="center">Visites amicales</p> <p>Rien de tel que de recevoir un peu de visite de temps en temps, surtout si vous êtes une personne âgée vivant seule. Si vous avez 1 heure par semaine vous pourriez être jumelée à une personne âgée pour lui rendre visite et jaser un peu. Pour en savoir plus ou vous inscrire : Dany au 849-7011.</p>

IMPOSSIBLE SANS VOUS !

Cette section sera consacrée à faire connaître les bons coups des bénévoles de la MRC de Coaticook...N'hésitez surtout pas à nous faire connaître vos bénévoles qui se démarquent ou à nous faire connaître les faits cocasses dont vous êtes témoins...

Connaissez-vous le secret de M. Denis Lavoie ?



Pour garder la forme, il s'est amusé à transporter les caisses de denrées de la collecte des Paniers de Noël...

Blague à part, Nathalie désire le remercier tout spécialement pour tous ses efforts au cours du mois de décembre... sans lui, la collecte n'aurait pas été aussi bonne !

MERCI ! MERCI ! MERCI !

PRIX LÉO-PAUL-ROY 2006-07

Le 25 janvier dernier, la Table d'action communautaire a remis le Prix Léo-Paul-Roy à **Mme Annette Godbout**. Le Prix Léo-Paul-Roy est décerné chaque année à unE bénévole qui œuvre dans l'ombre depuis de nombreuses années.



TOUTES NOS FÉLICITATIONS !



Félicitations également à Mme Raymonde Bégin dont la candidature a été présentée par le Centre d'action bénévole.

SALON DES BÉNÉVOLES

NOUVEAU !

Afin de mieux accueillir les bénévoles, le CAB termine actuellement l'aménagement d'un local réservé à l'usage des bénévoles de toute la MRC.

Pour prendre une pause, un café ou un jus ou encore pour utiliser l'ordinateur avec accès à internet... tous les bénévoles n'ont qu'à se présenter au **SALON DES BÉNÉVOLES** (ancien secrétariat du CAB).

Bienvenue à toutes et tous !

POUR S'AMUSER !

SUDOKU

Il faut compléter le tableau en ajoutant les chiffres de 1 à 9 manquants. Le même chiffre ne peut se retrouver plus d'une fois sur la même

8		7			4	2	6	
			2	1		8		
2		3			8			7
	8		4	7			3	5
	4		8	3	6		2	9
7		2		5	9			
9	7					5	1	
1			7	2		3		
		5	9	8				4



Replacer les lettres dans le bon ordre pour retrouver la phrase cachée.

FETENNQUIORRAEULLC

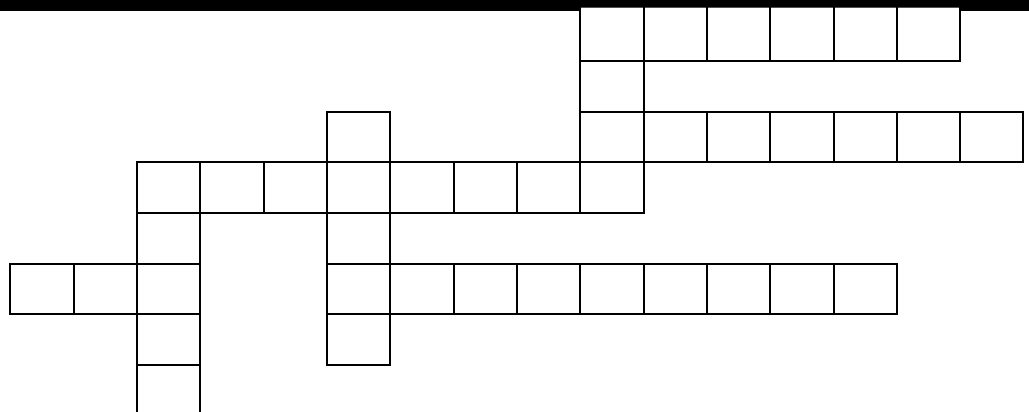
L'action bénévole,

Indice : Semaine de l'action bénévole 2007

LE MOT LE PLUS LONG

Replacer les mots de la liste dans la grille en commençant par le mot le plus long...

- Don
- Aide
- Bonté
- Merci
- Amitié
- Dévoués
- Bénévole
- Confiance



Joyeux anniversaire !

EN FÉVRIER

- 4 Francine Maltais
- 4 Marcelle Bernier
- 5 Caroline Roussel
- 7 Alberta Veilleux
- 7 Monique Lapointe
- 7 Louise Audet
- 8 Gilles Filion
- 8 Nicole Pinsonneault
- 10 Casandra N-Rousseau
- 15 Yvette Bougie
- 16 Guy Tanguay
- 19 Alphonse Duquette
- 23 Annette T. Cloutier
- 23 Thérèse Fortier
- 23 Claude Vallée
- 25 Jeannine Deschênes
- 25 Conrad Laramée
- 25 Francine Giroux
- 26 Annie Bachand
- 28 Georgette Samson



Il nous fait plaisir de souligner les anniversaires de nos précieux bénévoles...Puissiez-vous profiter pleinement de votre journée !

EN MARS

- 1 Gisèle Vaillancourt
- 2 Thérèse Fisette
- 3 Roy Davis
- 6 Ethel Vaillancourt
- 6 Jean-Claude Duranleau
- 8 Diane Fortier
- 11 Claudia Avilan
- 11 Annie Lamoureux
- 13 Sylvie Boucher
- 16 Robert Marcoux
- 16 André Lemire
- 19 Monique Desbiens
- 20 Cécile D'Amours
- 23 Roger Rousseau
- 23 Sébastien Dupuis
- 24 Gabriel Lapointe
- 25 Ghyslaine Provencher
- 25 Maryse Fontaine
- 29 Rollande Sheehy

EN AVRIL

- 1 Monique Jatton
- 2 Gérard Carrier
- Berthe Lafond
- 5 Jeanne Sage
- 6 Normand Cormier
- 6 André Rouillard
- 6 Huguette Provencher
- 8 Angéline Tanguay
- 9 Lucie Beaudette
- 10 Suzanne Houle
- 11 Léonel Drouin
- 13 Yolande Paré
- 14 Jean-Louis Jacques
- 15 Suzanne Bureau
- 17 Francine Lowe
- 23 Michelle Hivert
- 24 Marie-Paule Raymond
- 26 Eugène Desnoyers
- 26 Linda Lemire
- 27 Gertrude Fortin
- 28 Jacques Dionne
- 28 Sylvie Bussière
- 28 Mélanie Audet

PROCHAINE PARUTION : 5 avril 2007

Si vous avez des articles ou des petites nouvelles à nous communiquer, faites-nous les parvenir avant le 5 mars 2007, Merci.



TOUS NOS REMERCIEMENTS, À NOS COMMANDITAIRES



CAISSE POPULAIRE DES JARDINS
DES VERTS-SOMMETS DE L'ESTRIE

Conjuguer avoies et être

Siège social :

155, rue Child
C.P. 140, Coaticook,
Qc J1A 2S9

Tél. : (819) 849-9822
Sans frais : 1-877-902-9822
Télec. : (819) 849-6500/6555

Centres de services :

Compton - 835-5475
East-Hereford - 844-2327
Martinville - 835-5715
Sainte-Edwidge - 849-2264
Saint-Herménégilde - 849-4043
Saint-Isidore-de-Clifton - 658-3756
Saint-Malo - 658-3779
Waterville - 837-3111

LE PROGRÈS

L'hebdo de la région de Coaticook

— *Impliqué dans son milieu* —

72, rue Child, Coaticook, Qc J1A 2B1
Tél. : **849-9846** Téléc. : **849-1091**
Site Internet : www.progres@leprogres.net

CASE III

J.M. CHAGNON INC.

103, rue Main Ouest
Coaticook (Québec) J1A 1P3
Téléphone : (819) 849-2663
Télécopieur : (819) 849-3058

M. CLAUDE HAMEL
DIRECTEUR GÉNÉRAL



CENTRE COOPÉRATIF FUNÉRAIRE DE LA RÉGION DE COATICOOK

Caroline Cloutier, thanatologue, directrice générale
Nadia Thibeault, adjointe administrative, conseillère aux familles
284, rue Child, Coaticook, Qc J1A 2B7
Tél. : (819) 849-6688 Téléc. : (819) 849-3068
Courriel : cfcc@coaticookcfc.com
«La Traversée» Mouvement d'entraide aux endeuillés

UNIPRIX

Jean-Marc Lavoie & Claire Nadeau Lavoie

Infirmière sur place et à domicile
Salon d'esthétique La Détente

65, rue Wellington, Coaticook
(819) 849-9881

tyco

NIEDNER

CERTIFIÉE ISO 9001

LÉGER EN POIDS - PESANT EN TECHNOLOGIE

NIEDNER

MANUFACTURIER DE BOYAUX POUR LES INDUSTRIES,
LES MUNICIPALITÉS ET LA FORESTERIE, DEPUIS 1895

NEIDNER LIMITED
675, rue Merrill
Coaticook, Qc

Tél. : (819) 849-2751
Télec. : (819) 849-7539
Courriel : rduteau@niedner.com
Site web : www.neider.com

CHEVALIERS DE COLOMB
CONSEIL 2106, COATICOOK



Tél. : (819) 849-6127 / 4888



CLUB LIONS DE COATICOOK INC.

Depuis 1941 à votre service

Télé-surveillance : 849-6591
C.P. 141 Coaticook, Qc J1A 2S9

CLINIQUE OPTOMÉTRIQUE DE COATICOOK

Dr Hector Tremblay Dr Marcel Samson
Dr Nathalie Laroche Optométristes



29, rue Main Ouest
Coaticook, Qc J1A 1P3
Tél. : (819) 849-4131 / (819) 849-4022
Télec. : (819) 849-9244



GÉRIN, DUPUIS, VIENS Inc.

Courtier d'assurances générales

79, rue Court, Coaticook, Qc J1A 1L1
Tél. : (819) 849-2782-82-84 ou 849-2703
LIGNE DIRECTE : 1-800-567-3424
Télec. : (819) 849-2702

PETIT SONDAGE ÉCLAIR

En tant que bénévole, vous consacrez beaucoup de temps et d'énergie pour rendre service aux autres...et en se faisant, vous contribuez directement à l'amélioration de la qualité de vie de toute la population de la région. Le Centre a pour mission de vous soutenir et de vous donner les outils nécessaires pour mieux répondre aux besoins des gens. En complétant et en retournant ce sondage, vous nous aiderez à organiser des séances de formation qui répondront à **VOS** besoins...

1. En tant que bénévole, je suis impliqué au Centre d'action bénévole :

- Dans les services du Maintien à domicile (Acc.-transport, impôts, téléphones, ...)
- Dans les services Familles / Femmes (Marraine-Caresse, Comptoir, Garderie,...)
- Dans les services Alimentaires (Popote roulante, Récupération alimentaire, ...)
- Dans les services de Soutien aux organismes (kiosque, vaccination,)
- Autres - précisez : _____

2. Comme bénévole, je sens que je suis (cochez toutes les cases appropriées) :

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Très bien préparé | <input type="checkbox"/> Très bien encadré |
| <input type="checkbox"/> Bien préparé | <input type="checkbox"/> Bien encadré |
| <input type="checkbox"/> Pas assez préparé | <input type="checkbox"/> Pas assez encadré |
| <input type="checkbox"/> Pas du tout préparé | <input type="checkbox"/> Pas encadré du tout |
| <input type="checkbox"/> J'ai tous les outils nécessaires | <input type="checkbox"/> J'ai toutes les formations nécessaires |
| <input type="checkbox"/> J'ai plusieurs outils nécessaires | <input type="checkbox"/> J'ai plusieurs formations nécessaires |
| <input type="checkbox"/> Il me manque des outils | <input type="checkbox"/> Il me manque de la formation |
| <input type="checkbox"/> Je n'ai pas les outils nécessaires | <input type="checkbox"/> Je n'ai pas les formations nécessaires |

3. Pour m'aider dans ma tâche en tant que bénévole j'aimerais :

- Avoir plus d'information sur les activités à faire (descriptions écrites, définitions, horaire...)
- Avoir plus d'information sur les différents services du Centre d'action bénévole
- Avoir plus d'information sur le rôle des employés du Centre d'action bénévole
- Avoir plus d'information sur la clientèle (maladie, besoins particuliers, ...)
- Avoir plus de formation sur certains sujets (voir prochaine question)
- Avoir plus d'encadrement de la part des employés du Centre d'action bénévole
- Autres (précisez) : _____

4. En tant que bénévole, je me sentrais plus à l'aise si j'avais de la formation sur :

- Accompagnement dans le deuil
 - Accompagnement dans les cas de suicide
 - Accompagnement avant et après la naissance
 - Alimentation (règles d'hygiène et de salubrité)
 - Alimentation (mise en conserve)
 - Alimentation (nutrition, conseils et trucs santé)
 - Alimentation (Autres : _____)
 - Animation d'un groupe, d'une réunion
 - Comptabilité
 - Financement (activités bénéfiques, règles et lois, subventions, ...)
 - Gestion, administration
 - Gestion du stress
 - Impôts
 - Informatique (Traitement de texte, WORD)
 - Informatique (Tableurs, EXCEL)
 - Informatique (Internet, courriel et site web)
 - Informatique (Autres : _____)
 - Maladie (Renseignements sur la Fibromyalgie ?)
 - Maladie (Renseignements sur l'Alzheimer ?)
 - Maladie (Renseignements sur le Parkinson ?)
 - Maladie (Renseignements sur le diabète ?)
 - Maladie (Renseignements sur le cancer ?)
 - Maladie (Autres : _____)
 - Programmes gouvernementaux (assurance-chômage, pension, etc...)
 - Règles et loi du transport
 - Rôles et responsabilité des membres d'un conseil d'administration
 - Secrétariat d'une réunion (rédaction d'un procès-verbal, d'un compte-rendu)
 - AUTRES : _____
-
-
-

Des questions sur ce sondage ? Contacter **Patrick Morin au 849-7011**

Prière de retourner ce sondage par courrier ou en personne au Centre d'action bénévole, 23 rue Cutting, Coaticook, J1A 2G2 avant le vendredi 2 mars 2007. **MERCI !**