

# CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE LA MITIS



## RAPPORT D'ACTIVITÉS 2019-2020

Mot du président .....	2
Mot du directeur .....	3
Portrait du centre .....	4
Soutien aux organismes dans le développement, la promotion et la reconnaissance de l'action bénévole .....	5
Soutien à la communauté .....	9
Gouvernance et vie associative .....	13

# MOT DU PRÉSIDENT

Mesdames,  
Messieurs,

Au nom du conseil d'administration, c'est avec fierté que je vous présente le rapport annuel du Centre d'action bénévole de La Mitis pour l'année 2019-2020.

Voilà maintenant 40 ans de loyaux services accomplis dans la communauté mitissienne. Le Centre d'action bénévole agit par différentes méthodes, depuis sa fondation, à développer et soutenir l'action bénévole dans le milieu. Sa contribution au mieux-être de la population est remarquable. Bien entendu, le rôle des bénévoles est essentiel pour la réalisation de tous ces bienfaits apportés auprès des personnes de notre société. L'engagement bénévole est vital pour la continuité de notre mandat, mais aussi pour l'amélioration de la qualité de vie de l'ensemble de notre collectivité.

Quelques dossiers ont retenu l'attention du conseil d'administration au cours de la dernière année. Notons la révision de la politique du service d'accompagnement transport qui s'est traduite, entre autres, par une augmentation du taux de remboursement aux bénévoles. De plus, suite aux changements apportés par le Ministère de la Sécurité publique, l'organisme a revu sa procédure de gestion responsable des bénévoles quant à la vérification des antécédents judiciaires. Le but de cette procédure reste le même pour l'organisme, soit d'assurer des services de qualité aux personnes vulnérables. Enfin, quoi dire de la pandémie du corona virus? Un bouleversement marquant pour nous tous. Nous sommes fiers que le Centre d'action bénévole est demeuré présent dans le milieu et s'est activé pour répondre aux services essentiels. Cela prouve bien que l'entraide et la solidarité des bénévoles est une force indispensable pour notre société.

En conclusion, je veux remercier tous les administrateurs pour leur participation et leur soutien envers l'organisme. Je tiens également à féliciter le personnel pour leur contribution à l'amélioration des services du Centre. Un merci spécial à tous les bénévoles actifs du Centre pour leur générosité et leur solidarité envers la communauté. Recevez, chers bénévoles, toute notre reconnaissance.

Bravo à toutes et tous!

Régis Sirois

## CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Régis Sirois, président
- Madeleine Perreault, 1ère vice-présidente
- Bernard Côté, 2e vice-président
- Ghislaine Langelier, trésorière
- Madeleine Roy, secrétaire
- Nicole Banville, administratrice
- Thérèse Perreault, administratrice
- Michel Lechasseur, administrateur
- Gaston Rioux, administrateur

# MOT DU DIRECTEUR

Il me fait plaisir de vous tracer le bilan des activités du Centre d'action bénévole de La Mitis pour l'année 2019-2020.

Pendant la dernière année, le Centre a souligné son 40e anniversaire par une activité 5 à 7 avec la participation des bénévoles actifs. La promotion de l'action bénévole et les services ont également fait partie des réalisations favorisant la visibilité dans le milieu. À ce sujet, citons notre présence au Salon « Vieillir en santé de La Mitis » ainsi que notre présentation au lancement de la politique Municipalité amie des aînés. Évidemment, comme tout le monde, nous avons été foudroyés par l'arrivée de la pandémie de la COVID-19. L'organisme a été dans l'obligation de réorganiser rapidement les services et les actions des bénévoles pour assurer les services essentiels.

Au terme de ce bilan, nous pouvons affirmer que le soutien à la communauté a demeuré au cœur de nos préoccupations. Nous avons connu une hausse dans plusieurs services, toutefois la popote roulante a rencontré des difficultés quant à la satisfaction de quelques personnes. En collaboration avec les fournisseurs, des améliorations ont été apportées à ce service. Les personnes proches aidantes, quant à elles, connaissent davantage les services du Centre et sollicitent plus de cafés-rencontres et de répit.

À travers la mobilité des ressources humaines durant la dernière année, le Centre est heureux d'avoir procédé à l'embauche de madame Stéphanie Ouellet à titre d'intervenante communautaire en septembre 2019. D'ailleurs, je profite de ces quelques mots pour féliciter le travail de l'équipe en place qui ont mis tous les efforts durant toute l'année et particulièrement avec une situation très difficile de pandémie pour maintenir des services de qualité à la communauté.

Avant de terminer, je désire remercier le président, Régis Sirois, ainsi que tous les membres du conseil d'administration pour leur engagement et leur précieuse collaboration. Je tiens également à remercier tous les bénévoles, malgré les contraintes exceptionnelles de la pandémie, qui avez offert de votre temps et votre générosité pour apporter le soutien et le réconfort à des personnes vulnérables. Félicitations à vous toutes et tous !

Dany Dionne

## PERSONNEL

- Dany Dionne, directeur
- Aline Gauthier, agente de bureau
- Guylène Garon, agente administrative
- Laureine Ouellet, agente administrative
- Mélanie Langlois, agente administrative
- Annie Lechasseur, intervenante communautaire
- Stéphanie Ouellet, intervenante communautaire
- Luc Forgues, journalier

# PORTRAIT DU CENTRE

## MISSION

La mission du Centre d'action bénévole de La Mitis est de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine et de susciter une réponse à des besoins du milieu.

## CHAMPS D'ACTION

Pour la réalisation de sa mission, le Centre intervient dans trois (3) champs d'action:

- Soutien aux organismes dans le développement, la promotion et la reconnaissance de l'action bénévole
- Soutien à la communauté
- Gouvernance et vie associative

## TERRITOIRE

Le Centre d'action bénévole couvre la MRC de La Mitis, soit une population globale de 18 445 personnes réparties dans les 16 municipalités.

## RESSOURCES HUMAINES

Les bénévoles inscrits : 68 personnes  
Le personnel : 4 permanents et 3 contractuels



# SOUTIEN AUX ORGANISMES DANS LE DÉVELOPPEMENT, LA PROMOTION ET LA RECONNAISSANCE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

## **SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE (AVRIL 2019)**

C'est du 7 au 13 avril 2019 que se déroulait la Semaine nationale de l'action bénévole sous le thème « Et si on osait... bénévoler! ». Une entrevue a été diffusée à la télévision de La Mitis et une page spéciale sur l'événement a été publiée dans le journal L'Avantage en collaboration avec le Centre d'action bénévole Rimouski-Neigette. Un hommage a été rendu par le Centre aux bénévoles lors de la messe dominicale à l'église Notre-Dame-de-Lourdes. Une promotion du matériel promotionnel a été faite auprès des organismes du milieu.

## **JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES (5 DÉCEMBRE 2019)**

La journée a été soulignée par une entrevue à la Télévision de La Mitis.

## **PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC**

Le Centre a apporté son soutien pour la diffusion du Prix Hommage Bénévolat-Québec auprès des organismes de La Mitis. Une entrevue a été réalisée à la Télévision de La Mitis.

## **SEMAINE QUÉBÉCOISE DES POPOTES ROULANTES (MARS 2020)**

La Semaine québécoise des popotes roulantes a été soulignée par la diffusion d'un communiqué de presse.

## **SEMAINE NATIONALE DES PROCHES AIDANTS (NOVEMBRE 2019)**

La Semaine nationale des proches aidants a été soulignée par une entrevue et la diffusion de capsules publicitaires à la Télévision de La Mitis.

## **SALON « VIEILLIR EN SANTÉ DE LA MITIS »**

Le Centre a participé au Salon « Vieillir en santé de La Mitis » afin de promouvoir l'action bénévole et les services de l'organisme. La tenue du kiosque a permis de rencontrer plus de 65 personnes parmi les 175 visiteurs.

## **JOURNÉE SANTÉ DE SAINTE-LUCE**

Le Centre a participé à la Journée Santé de Sainte-Luce. Cinq personnes ont été rencontrées à cette activité.

## **PLATE-FORME DE JUMELAGE JEBENEVOLE.CA**

Le Centre a fait la promotion de la plate-forme de jumelage jebenevole.ca lors d'entrevues à la Télévision de La Mitis et des offres d'implication bénévole ont été publiées sur le site. Aussi, le Centre a collaboré à la coordination locale de la plate-forme plus intensément lors de la pandémie tel qu'entendu avec le Gouvernement du Québec et la Fédération des centres d'action bénévole du Québec.

## OUTILS DE SOUTIEN AUX ORGANISMES CONCERNANT LA GESTION DE BÉNÉVOLES

Le Centre dispose d'outils visant le soutien aux organismes. Ces outils sont : Guide d'accueil des bénévoles, code d'éthique et guide sur la reconnaissance des bénévoles.

## PROMOTION DE L'ACTION BÉNÉVOLE

- Articles dans le journal L'Avantage: 8 articles
- Messages dans les bulletins paroissiaux du territoire : 6 messages
- Messages dans les médias électroniques : 292 occasions
- Entrevues à Télévision de La Mitis, à CKMN et à CFIX : 5 entrevues
- Informations sur le site internet
- Informations sur la Page Facebook : 718 personnes ont aimé la page.
- Rencontres d'information

TYPE DE RENCONTRE	NOMBRE DE PERSONNES
AFEAS de Saint-Gabriel	3
CAB de La Mitis (Dîner-rencontre Partage & Amitié)	68
Groupe de médecine familiale de La Mitis	40
MRC de La Mitis (politique M.A.D.A)	90
Rencontres individuelles	4
Total de personnes rejointes	205

## MATÉRIEL PROMOTIONNEL

- Affiche promotionnelle des Centres d'action bénévole du Bas-Saint-Laurent
- Dépliant en version française et anglaise sur l'ensemble des services du Centre
- Dépliant pour le service « Accompagnement transport »
- Dépliant pour le service « Dîner-Rencontre Partage & Amitié »
- Dépliant pour le service « Activités communautaires »
- Dépliant pour le programme « Viactive à domicile »
- Dépliant et affiche pour le programme Pair
- Dépliant et affiche pour les services aux proches aidants
- Autocollant « Je bénévole et toi ? »
- Sacs réutilisables, porte-clés, bloc-notes et stylos

## CONCERTATION

- Regroupement des Centres d'action bénévole du Bas-Saint-Laurent (concertation et comité de travail) : 4 rencontres.

## MEMBRE AFFILIÉ DE TROIS INSTANCES PROVINCIALES

- Fédération des centres d'action bénévole du Québec
- Regroupement PRASAB (Popote roulante et autres services alimentaires bénévoles)
- Regroupement des aidants naturels du Québec

## MEMBRES

- Table de concertation des personnes âgées du Bas-Saint-Laurent
- Télévision communautaire de La Mitis

## REPRÉSENTATION

- **CENTRAIDE BAS-SAINT-LAURENT** : Activité 5 à 7 Solidarité, rendez-vous des portes-paroles Centraide, séance d'information sur la nouvelle présentation d'une subvention et la plate-forme internet.
- **FÉDÉRATION DES CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC** : Séance d'information sur le Prix Hommage Bénévolat-Québec.
- **HÉMA-QUÉBEC** : Souper de reconnaissance pour les bénévoles impliqués dans la collecte de sang.
- **MRC DE LA MITIS** : Consultation sur le plan d'action « Municipalité amie des aînés » et présentation publique de la politique « Municipalité amie des aînés » adoptée par la MRC de La Mitis.
- **TABLE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DU BSL** : Assemblée générale annuelle.
- **VILLE DE MONT-JOLI** : Activité de reconnaissance pour les bénévoles.

## APPUI DU MILIEU

Le Centre d'action bénévole de La Mitis a besoin de nombreux collaborateurs pour réaliser sa mission et tous participent au succès des activités du Centre. Nous tenons à les remercier personnellement pour leur appui qui nous permet d'être présent dans le milieu.

- Caisse Desjardins de Mont-Joli
- Centre femmes de La Mitis
- Centre intégré de santé et de services sociaux - Installation de La Mitis
- Clubs des 50 ans et plus de La Mitis
- Club Lions de Mont-Joli
- Héritage Bas-Saint-Laurent
- Impression Nouvelle Image
- Journal L'Avantage
- Les Alcyons
- Les Bourgeons de La Mitis
- Les Jardins de Métis
- Maison des Familles de La Mitis
- Mallette CA
- MRC de La Mitis du Bas-Saint-Laurent
- Municipalités de La Mitis
- Pavillon de Luceville
- Pharmacie Brunet
- Pharmacie Uniprix
- Radio communautaire CKMN-FM
- S.E.M.O. L'Élan
- Sûreté du Québec
- Télévision communautaire de La Mitis





# SOUTIEN À LA COMMUNAUTÉ

## SERVICES AUX INDIVIDUS

### ANALYSE DES BESOINS

- **ÉVALUATION DE LA POPOTE ROULANTE** : Le Centre et le CISSS du Bas-Saint-Laurent se sont rencontrés pour échanger sur les insatisfactions, les contraintes et les pistes d'améliorations au service. Par la suite, les personnes recevant la popote roulante ont été rencontrées individuellement pour mieux faire connaître les menus et les changements apportés au service.
- **SOUTIEN POUR LES PROCHES AIDANTS** : Devant les demandes manifestées par les proches aidants, le Centre a organisé des cafés-rencontres plus régulièrement pour échanger sur différents thèmes touchant leur rôle. Les services de répit ont été également majorés durant l'année.
- **PANDÉMIE CORONA VIRUS** : L'arrivée de la pandémie a nécessité une mobilisation des efforts pour réorganiser les actions des bénévoles et les services essentiels offerts. L'organisme a eu recours à de nouveaux bénévoles pour répondre à des besoins spécifiques dont les appels de bienveillance et nous avons aussi collaboré avec Moisson Mitis pour la distribution de denrées alimentaires.

### CONCERTATION AVEC LE MILIEU

Le CAB de La Mitis a créé au fil des ans des liens importants avec d'autres organismes du milieu. Cette concertation et ce partenariat ont des impacts directs sur les services à la collectivité, mais aussi sur le rôle et la place que notre organisme occupe dans le secteur de la santé et des services sociaux.

- Table de concertation Vieillir en santé de La Mitis : 3 rencontres.
- Comité pour les personnes proches aidantes : 3 rencontres.
- Comité loisirs : 1 rencontre.
- Comité sur l'alimentation (Alliance pour la solidarité 2017-2023) : 1 rencontre.
- APPUI Bas-Saint-Laurent : 1 rencontre.
- Entente avec le CISSS du Bas-Saint-Laurent – Installation de La Mitis pour la préparation des repas de la popote roulante.
- Entente avec le marché Métro pour la préparation des repas froids ou congelés de la popote roulante couvrant les demandes provenant des petites municipalités de La Mitis.
- Entente avec le Pavillon de Luceville pour la préparation des repas de la popote roulante couvrant la municipalité de Ste-Luce.
- Entente de collaboration avec la Sûreté du Québec pour le programme Pair.
- Entente avec le Centre de traitement de l'aide financière de dernier recours du Bas-Saint-Laurent pour l'accompagnement bénévole de leur clientèle mitissienne afin qu'elle puisse recevoir des soins de santé.
- Entente avec l'APPUI Bas-Saint-Laurent pour l'accompagnement et le soutien des personnes proches aidantes de La Mitis.

## SERVICES DIRECTS

Le Centre d'action bénévole de La Mitis a pour objectif d'améliorer la qualité de vie des individus en offrant une gamme de services à la population mitissienne par l'entremise de personnes bénévoles.

SERVICES	FRÉQUENCE	NOMBRE	PERS. REJOINTES
Accompagnement médical		5229	430
Accompagnement social		615	85
Activités communautaires	29 fois	244	28
Aide aux formulaires		736	334
Ateliers de ressourcement	20 fois	276	32
Centre de jour communautaire	51 fois	174	18
Centre de jour communautaire suivis	64 fois	227	23
Dîner-rencontre Partage & Amitié*	8 fois	643	150
Maître de ses choix	6 fois	22	5
Musclez vos méninges	9 fois	57	9
Popote roulante	362 jours	2843	34
Programme Pair		1218	12
Télé-bonjour	128 jours	885	14
Téléphone amical		69	4
Téléphone de bienveillance		158	140
Visite amicale		228	12
Total		13624	

\*Dîner-rencontre Partage & Amitié : Lors des activités du dîner-rencontre, il y a bien sûr le repas communautaire, de l'animation, des activités physiques, des jeux de mémoire, un volet musical et des mini-conférences. Les thèmes abordés cette année ont été : l'importance des soins de pieds, les services du CAB, le soutien aux proches aidants et le bien-être par la musique. L'information et la prévention restent importantes lors de ces rencontres.

## SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

Le Centre d'action bénévole emploie une intervenante communautaire pour offrir de l'accompagnement et du soutien aux proches aidants de La Mitis afin de les aider dans leur rôle et leurs tâches.

ACTIVITÉS	NOMBRE	PERS. REJOINTES
Bonheur et ressourcement	18	18
Confiance et lâcher prise	47	47
La maladie d'Alzheimer	9	9
Café-rencontre	101	37
Groupe de soutien	13	13
Interventions individuelles	319	123
Répit	206	13
Total	713	
Total de proches aidants inscrits : 206 personnes		

Lors des cafés-rencontres, différents sujets ont été abordés tels que : la maladie d'Alzheimer, l'hébergement temporaire offert au CISSS, les mandats de protection par le Centre de justice de proximité, un moment de douceur avec la Savonnerie Kokopelli et des témoignages de proches aidants.

Activité de recherche: À l'hiver 2020, l'intervenante a conclu sa session universitaire en psychologie avec un essai sur les impacts de la maladie d'Alzheimer dans la vie des proches aidants. Dans ce travail, elle a mis en lumière toute l'importance du soutien individuel, du répit et des formations puisque ceux-ci sont très à risque de développer des problèmes de santé physiques et psychologiques en lien avec la charge supplémentaire.

## SOUTIEN AUX ORGANISMES

Le Centre d'action bénévole de La Mitis soutient les organismes du milieu. En 2019-2020, 19 services ont été apportés par 19 bénévoles référés.

### ORGANISMES SOUTENUS

#### CENTRAIDE BAS-SAINT-LAURENT

- Référence de bénévoles
- Support à la campagne de financement (Vente de billets, activités et représentation)

#### CENTRE FEMMES DE LA MITIS

- Information

#### FONDATION DES MALADIES DU COEUR

- Référence de bénévoles

#### HÉMA-QUÉBEC

- Support à l'organisation d'une collecte de sang
- Référence de bénévoles

### CISSS DU BAS-SAINT-LAURENT-INSTALLATION DE LA MITIS

- Accompagnement bénévole de la clientèle
- Information

### CENTRE DE TRAITEMENT DE L'AIDE FINANCIÈRE DE DERNIER RECOURS DU BSL, CNESST, IVAC ET APHV

- Accompagnement bénévole de la clientèle
- Information

### CLUB LIONS DE MONT-JOLI

- Hébergement dans nos locaux
- Prêt d'équipements

### FONDATION CANADIENNE DU REIN

- Référence de bénévoles

### MAISON DE L'ESPOIR DE MONT-JOLI

- Information

### PARKINSON BAS-SAINT-LAURENT

- Information

### SOCIÉTÉ ALZHEIMER DU BSL

- Information

### SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

- Référence de bénévoles

## GUIDES D'INFORMATION

Le Centre fait la promotion et la distribution des guides d'information suivants : Le Guide de ressources et services pour les aînés de La Mitis, le Guide « Bien choisir son milieu de vie » et le guide sur la maltraitance envers les aînés. Une version électronique est également disponible sur le site internet du Centre d'action bénévole à l'exception du guide sur la maltraitance envers les aînés.

## PROFIL DE LA CLIENTÈLE DESSERVIE

DESCRIPTION	NOMBRE DE PERSONNES
Personnes âgées de 65 ans et plus	694
Personnes âgées entre 18 et 64 ans	352
Enfants (0-17 ans)	29
Total	1075

# GOUVERNANCE ET VIE ASSOCIATIVE

## CADRE DE RÉFÉRENCE

Le Centre d'action bénévole de La Mitis adhère aux principes du cadre de référence d'un centre d'action bénévole adopté en juin 2019 par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec.

## SOUTIEN AUX BÉNÉVOLES DU CENTRE

Le Centre applique une gestion responsable des bénévoles afin d'assurer un meilleur support auprès de ses membres. Parmi les services offerts aux bénévoles, on retrouve entre autres : l'accueil, l'évaluation, l'orientation, le suivi dans l'action, la formation, l'information, le support aux comités et les activités de reconnaissance.

### ACCUEIL ET SUIVI

- ACCUEIL** ■ 13 nouveaux bénévoles inscrits
- ORIENTATION** ■ 24 bénévoles non-inscrits
- SUIVI**
  - Dîner-rencontre : 12 bénévoles rejoints (10 rencontres)
  - Télé-Bonjour : 8 bénévoles rejoints (1 rencontre)
  - Service d'aide à l'impôt : 6 bénévoles rejoints (1 rencontre)
  - Pandémie COVID-19 : 48 bénévoles rejoints (1 appel individuel)

### FORMATIONS

TITRES	NOMBRE DE PARTICIPANTS	DURÉE
Accompagnement transport	5	3h
Conférence sur les crédits fiscaux	2	2h
Les Rendez-vous annuels	10	7h
Total	17	

### ACTIVITÉS DE RECONNAISSANCE

- Lors de la Semaine de l'action bénévole 2019, le Centre d'action bénévole a organisé un brunch pour remercier les bénévoles de leur implication dans la communauté mitissienne. Cinquante-cinq (55) personnes étaient présentes et plusieurs prix de présence ont été remis.
- À l'occasion du 40<sup>e</sup> anniversaire du Centre, une activité 5 à 7 a été organisée pour remercier les bénévoles de leur engagement. Vingt-neuf (29) personnes étaient présentes.
- Une carte est expédiée aux bénévoles actifs pour souligner leur anniversaire et témoigner notre reconnaissance.

## GESTION ADMINISTRATIVE

La gestion du Centre est un élément essentiel pour la réalisation des activités. Voici certaines tâches que le personnel, les membres du conseil d'administration ou d'autres bénévoles ont effectuées.

- Entrevues, sélection, supervision et gestion du personnel
- Demandes de subvention : Centre intégré de santé et de services sociaux, Centraide, APPUI et autres
- Demandes et gestion des projets d'emploi « Contrat d'intégration au travail » et « Emplois d'été Canada »
- Préparation et contrôle du budget, tenue de livres
- Élaboration de politiques et suivi
- Réunions du conseil d'administration (préparation, participation et suivi)
- Compilation des statistiques
- Préparation du rapport annuel et de l'assemblée générale annuelle
- Facturation pour le service d'accompagnement bénévole et de popote roulante
- Évaluation des bénévoles et des bénéficiaires
- Gestion des demandes de services (bénéficiaires et organismes)
- Organisation et préparation des formations pour les bénévoles
- Coordination des comités bénévoles
- Mise à jour du site internet et des pages Facebook
- Entretien et réparation de l'immeuble

ACTIONS BÉNÉVOLES	NOMBRE
Conseil d'administration et comités	934
Activités administratives	127
Coordination des Dîners-Rencontres Partage & Amitié	79
Support aux activités communautaires	12
Total	311

## POLITIQUES ADMINISTRATIVES ET GUIDES

Le Centre a adopté les politiques administratives et guides suivants :

- Guide d'accueil pour le personnel et les bénévoles
- Code d'éthique
- Politique de prévention du harcèlement psychologique ou sexuel
- Politique de gestion des plaintes
- Politique pour le service d'accompagnement transport

## GESTION DES PLAINTES

Au cours de l'année, le comité de gestion des plaintes n'a reçu aucune plainte formelle. Certains commentaires ont toutefois été recueillis et des suivis ont été effectués.

## POLITIQUE DE CONDITIONS DE TRAVAIL

Le Centre possède une politique de conditions de travail du personnel ainsi qu'une politique salariale afin de favoriser la satisfaction du personnel salarié, de maintenir une équipe de travail stable et attirer une main d'œuvre compétente. Le Centre est membre du régime de retraite à financement salarial des groupes communautaires.

## STAGE D'INTERVENTION SOCIALE

Le Centre a accueilli une stagiaire en techniques de travail social du Cégep de Rimouski. Le stage d'une durée de 4 heures a permis à l'étudiante de participer à la préparation et à l'animation des activités communautaires pour les aînés.

## FORMATION ET PERFECTIONNEMENT DU PERSONNEL

- Conférence sur les crédits fiscaux
- Formation Cap sur les jeunes bénévoles
- Formation Facebook
- Journée Inspiration pour les proches aidants
- Les Rendez-vous annuels
- Secourisme en milieu de travail
- Usure de compassion

Centre d'action bénévole de La Mitis  
111, avenue de la Gare  
Mont-Joli (Québec)  
G5H 1P1

Tél. : 418 775-4144  
Télec. : 418 775-6398

Web : [www.actionbenevolebsl.org](http://www.actionbenevolebsl.org)  
Courriel : [cab-mitis@globetrotter.net](mailto:cab-mitis@globetrotter.net)  
Facebook : [facebook.com/cab.delamitis](https://facebook.com/cab.delamitis)

