



# Guide du bénévolat



**Le phare qui rayonne dans la communauté pour permettre à tous les aînés de trouver leur voie, en favorisant la transformation sociale.**

# INTRODUCTION

## **Le bénévolat a tellement de valeur qu'il n'a pas de prix!**

Ce guide du bénévolat vise à familiariser les bénévoles, actuels et futurs, de l'organisme aux fondements et au code de vie du Chez-Nous de Mercier-Est. Il est aussi là pour regrouper, dans un même document, toutes les informations pertinentes aux modalités et aux opportunités de bénévolat. La personne responsable de l'entraide et du bénévolat et tous les autres employés du centre veillent à l'application de ce guide.

Nous profitons de ce guide pour remercier chaleureusement toutes et tous les bénévoles qui soutiennent nos différents mandats et qui ont à cœur l'intérêt des aînés. La réalisation de notre mission est possible grâce à l'engagement de ces personnes dévouées. Sans elles, Le Chez-Nous de Mercier-Est ne serait pas le même. Merci de votre implication, et bonne lecture!

L'équipe du Chez-Nous

# SOMMAIRE

<b>NOS FONDEMENTS</b>	<b>3</b>
Vision	
Mission	
Valeurs	
Mandats	
Approche	
Code de vie	
<b>LE BÉNÉVOLAT AU CHEZ-NOUS DE MERCIER-EST</b>	<b>6</b>
Faire du bénévolat au Chez-Nous	
Parcours du ou de la bénévole	
Responsabilités du ou de la bénévole	
Responsabilités de l'organisme envers les bénévoles	
Personne-ressource	

# NOS FONDEMENTS

## VISION

Le Chez-Nous est le phare qui rayonne dans la communauté pour permettre à tous les aînés de trouver leur voie, en favorisant la transformation sociale.

## MISSION

Fondé en 1985, Le Chez-Nous de Mercier-Est est un milieu de vie accueillant et inclusif qui a pour mission de briser l'isolement, de favoriser l'autonomie et le maintien dans la communauté des personnes de 55 ans et plus afin d'améliorer leur qualité de vie, en leur offrant des services communautaires et sociaux.

## VALEURS

Dans le respect des différences, des personnes et de leurs choix, Le Chez-Nous se dote de valeurs permettant à tous de collaborer dans un esprit familial, mais sans familiarité.

### NOS VALEURS

#### RESPECT

- Avoir de la considération pour l'autre
- Faire preuve de courtoisie et de civilité

#### ENTRAIDE

- S'aider mutuellement
- Se soutenir, être solidaire

#### NON-JUGEMENT

- Accepter l'autre tel qu'il est : la variété des profils, des compétences, des opinions et des bagages est réellement bienvenue
- Accueillir l'autre sans étiquette ou une valeur négative
- Le comprendre en se mettant à sa place

#### BIENVEILLANCE

- Faire preuve d'attention, de bonté et d'indulgence
- Faire du bien : aux autres et à soi

## LES MANDATS DU CHEZ-NOUS

Tous les services offerts au Chez-Nous sont centrés sur la personne, c'est-à-dire propices à l'épanouissement. Ils visent également une prise en charge collective et un sentiment d'appartenance à sa communauté.

- Activités sociales et communautaires pour une meilleure qualité de vie
- Intervention et entraide
- Promotion de la santé et de la bienveillance
- Défense de la cause des aînés et valorisation de leur image
- Implication dans la communauté



## MANDATS

Le Chez-Nous de Mercier-Est est un centre communautaire vivant et dynamique à l'image des aînés de 55 ans et plus de Mercier-Est. Le centre offre plus d'une quarantaine d'activités communautaires pour permettre aux aînés de maintenir une vie sociale enrichissante et prévenir leur déconditionnement physique et cognitif. Les activités communautaires proposées sont propices à l'épanouissement personnel, mais visent aussi une prise en charge collective, ainsi qu'un sentiment d'appartenance à sa communauté.

Le centre offre un éventail de services favorisant le maintien à domicile des personnes âgées en situation de précarité et en perte d'autonomie. L'accompagnement-transport médical, les cliniques d'impôts et de vaccination, la livraison de paniers alimentaires et l'intervention de proximité sont parmi les quelques services offerts par le centre afin d'améliorer leur qualité de vie des aînés du quartier. Finalement, le centre offre un programme d'intervention de milieu dans deux HLM aînés du quartier où nous visons à renforcer le pouvoir d'agir individuel et collectif, en valorisant l'entraide et le partage et en brisant leur isolement.

### Les mandats du Chez-Nous :

- Activités sociales et communautaires pour une meilleure qualité de vie
- Intervention et entraide
- Promotion de la santé et de la bienveillance
- Défense de la cause des aînés et valorisation de leur image
- Implication dans la communauté



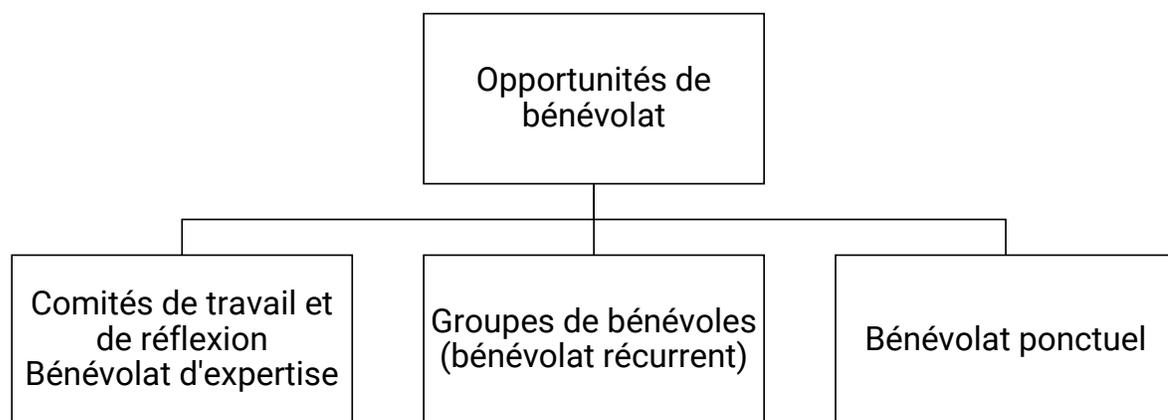
## APPROCHE

Pour œuvrer à l'amélioration de la qualité de vie de tous les aînés, incluant les plus vulnérables, le Chez-Nous souhaite s'appuyer sur un principe fondamental : la valorisation de la personne ainsi que sa dignité. Ceci doit guider tous les comportements à l'égard des aînés, des membres, des employés, des bénévoles et des partenaires, à l'interne comme à l'externe.

Aussi, l'approche du Chez-Nous se base sur le continuum des notions complémentaires suivantes :

- **L'autonomisation** : favoriser la prise en charge des aînés par eux-mêmes et prévenir le déconditionnement.
- **L'intervention de proximité** : aller vers les aînés et leurs milieux de vie pour briser leur isolement et inclure les plus vulnérables.
- **Le par et pour** : les membres et bénéficiaires participent collectivement à la définition de leurs besoins, décident des actions ou projets pour y répondre et contribuent à leur mise en œuvre.
- **Le partenariat** : le Chez-Nous est ancré dans son milieu et agit en concertation et en complémentarité avec les autres acteurs qu'ils soient communautaires, institutionnels ou autres.
- **L'éthique individuelle et collective** : fonctionner selon des critères moraux partagés : respect de la confidentialité, discrétion, impartialité et équité.

## FAIRE DU BÉNÉVOLAT AU CHEZ-NOUS



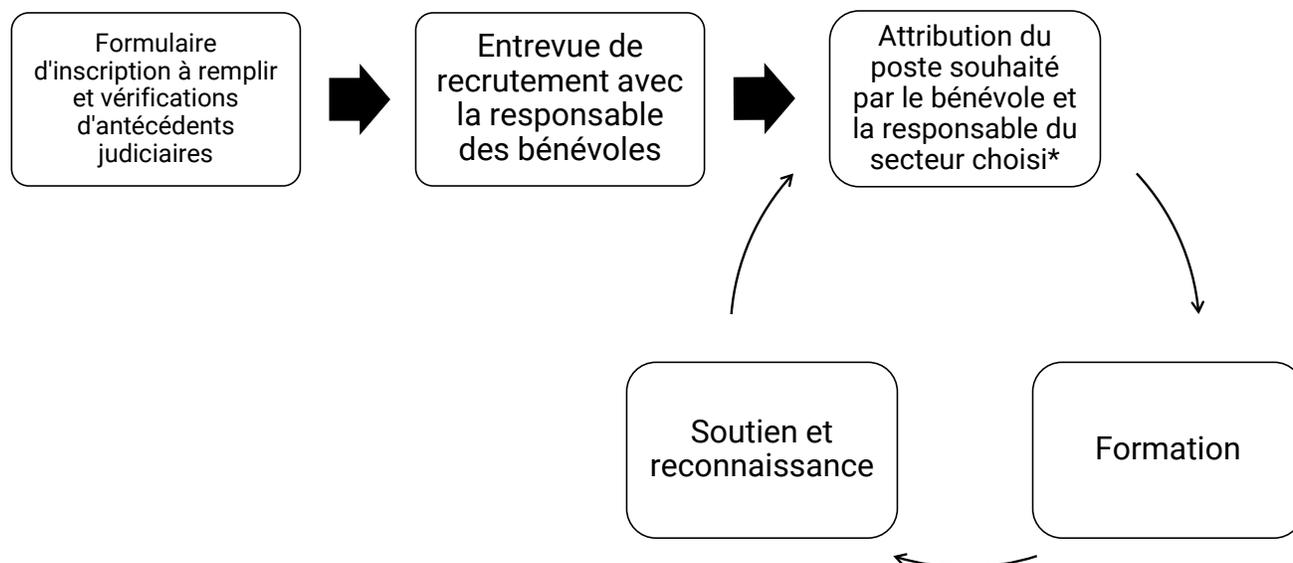
Au Chez-Nous de Mercier-Est, un fort sentiment d'appartenance des membres, ainsi qu'un esprit familial s'est forgé à travers les années grâce à une participation active et constante de ses bénévoles dévoués et dévouées. Nous croyons fortement que l'implication bénévole favorise l'autonomisation, ainsi que la valorisation de la personne ainsi que sa dignité. La majorité des activités et des services du centre sont soutenus par ces derniers qui, non seulement, participent à la définition des besoins des aînés, mais qui contribuent à la mise en œuvre des actions et des projets par une participation démocratique.

Il existe plus de 40 opportunités de bénévolat qui peuvent se traduire par une participation ponctuelle ou récurrente et qui répondent aux disponibilités, ainsi qu'à l'engagement désiré de chaque bénévole. Cette implication peut se faire par une participation collective à travers des groupes et des comités ou par un soutien direct à l'équipe de travail.

Faire du bénévolat au Chez-Nous signifie mettre à profit ses connaissances et donner généreusement son temps pour l'amélioration des conditions de vie des aînés au sein d'un organisme dynamique et vivant. Il s'agit d'un engagement libre et moral dans le respect du Code de vie et des règles de sécurité établies par l'organisme.



## PARCOURS DU OU DE LA BÉNÉVOLE



\*Un ou une bénévole peut être réattribué à d'autres postes, en fonction des besoins et de ses affinités.

## RESPONSABILITÉS DU OU DE LA BÉNÉVOLE

L'activité bénévole est librement choisie; il n'y a donc pas de lien de subordination au sens du droit du travail entre le Chez-Nous de Mercier-Est et ses bénévoles, mais cela n'exclut pas le respect de règles et de consignes qui prévalent.

Ainsi, le ou la bénévole s'engage à :

- Adhérer aux fondements de l'organisme (mission, valeurs, approches);
- Adhérer au Code de vie de l'organisme;
- Respecter son engagement de confidentialité;
- Respecter les politiques et procédures internes;
- Se conformer aux objectifs du secteur auquel il collabore;
- Bien comprendre sa tâche et l'engagement que cela implique;
- Assurer de façon efficace les tâches données, sur la base des horaires et disponibilités choisis conjointement avec la personne responsable;
- S'exprimer sur ses satisfactions et insatisfactions sur sa tâche auprès de la personne responsable et à lui suggérer des améliorations ou des changements;
- Aviser la personne responsable de son arrivée et de son départ lors de ses présences au centre (et en cas d'absence, communiquer rapidement avec cette personne afin de prévoir une solution);
- Participer aux formations offertes et requises;
- Participer aux réunions proposées par la responsable.

Les bénévoles peuvent interrompre à tout moment leur collaboration, mais s'engagent, dans la mesure du possible, à respecter un délai de prévenance raisonnable et à préserver la confidentialité au-delà de sa période de bénévolat au Chez-Nous.

# RESPONSABILITÉS DE L'ORGANISME ENVERS LES BÉNÉVOLES

À l'égard de ses bénévoles, le Chez-Nous de Mercier-Est s'engage à :

## Information :

- Informer sur les fondements de l'organisme (mission, valeurs, approches) et des orientations stratégiques;
- Remettre le rapport annuel et la programmation en cours;
- Remettre tous les documents et des outils relatifs à la réalisation de leur bénévolat;
- Faire remplir les formulaires nécessaires et faire les démarches de vérifications de dossiers (au besoin);
- Offrir une visite du centre et une présentation du nouveau bénévole à l'équipe de travail et la direction générale;

## Accueil et intégration :

- Les accueillir en tant que collaborateurs à part entière et indispensables à la réalisation de la mission du Chez-Nous;
- Leur confier des tâches selon leurs intérêts et leurs compétences, leurs motivations et leurs disponibilités;
- Définir et préciser au besoin les activités, tâches et responsabilités de chaque bénévole;
- Fournir aux bénévoles un espace de travail adéquat en fonction de la tâche à accomplir;

## Gestion et de développement de compétences :

- Former, soutenir, superviser et évaluer les bénévoles en poste par rapport à la tâche à accomplir;
- Être à l'écoute sur les difficultés rencontrées, les centres d'intérêt et les compétences développées, en vue d'apporter le soutien approprié et de la rétroaction;
- Encourager les initiatives du ou de la bénévole dans le cadre de son implication au Chez-Nous;
- Appliquer, au besoin, les procédures d'intervention et de médiation et de plainte;
- Encourager les initiatives du ou de la bénévole dans le cadre de son implication au Chez-Nous;
- Appliquer, au besoin, les procédures d'intervention et de médiation et de plainte.

## PERSONNE-RESSOURCE

Pour toutes questions, toutes suggestions ou tous commentaires, le ou la bénévole doit s'adresser à la personne responsable de l'entraide et du bénévolat du Chez-Nous de Mercier-Est.

### Coordonnées de l'organisme

Le Chez-Nous de Mercier-Est  
7958 rue Hochelaga  
Montréal (Québec) H1L 2K8

(514) 354-5131 p.42



**Faire du bien à soi, aux autres et à l'environnement**  
**Faire preuve d'attention, de bonté et d'indulgence**  
**Accepter l'autre tel qu'il est, sans étiquette**  
**S'entraider, se soutenir et être solidaires**  
**Faire preuve de courtoisie et de civilité**  
**Se mettre à la place de l'autre**

**Faire preuve de discrétion et assurer la confidentialité**  
**Reconnaître que chacun a des forces et des difficultés**  
**Garder les espaces propres et le matériel en bon état**  
**Travailler en équipe et se motiver mutuellement**  
**Utiliser un langage poli, respectueux et soigné**  
**Être à l'heure aux rencontres et aux activités**  
**Respecter nos limites et celles des autres**  
**Partager nos idées et nos besoins**



**NOS VALEURS**

**RESPECT**

**ENTRAIDE**

**NON-  
JUGEMENT**

**BIENVEILLANCE**



**CODE DE VIE : NOS GESTES POUR MIEUX VIVRE ENSEMBLE**