

Quel genre d'action bénévole pouvez-vous faire?

- Accompagnement scolaire et aide aux devoirs
- Accueil des nouveaux arrivants
- Activités internationales
- Alphabétisation
- Arts et culture
- Environnement
- Loisir et sport
- Lutte contre la pauvreté
- Mesures d'urgence
- Organisation d'événements
- Services à la famille et à la jeunesse
- Services sociaux : écoute et entraide

Et bien d'autres!

Un éventail d'activités s'offre à vous!

Qu'est-ce que l'action bénévole?

- Une participation volontaire à l'amélioration de la qualité de vie et du mieux-être des citoyennes et des citoyens de votre collectivité.
- Une occasion de consacrer du temps et de l'énergie au service de votre communauté.

Quels sont les avantages que vous offre le bénévolat?

Il vous permet :

- de faciliter votre intégration sociale en vous faisant rencontrer de nouvelles personnes;
- d'acquérir une première expérience du marché de l'emploi au Québec;
- de faciliter votre intégration professionnelle en vous faisant découvrir les réalités du marché du travail québécois;
- d'améliorer vos compétences linguistiques;
- d'accroître vos connaissances sur le Québec;
- d'avoir la possibilité de mettre en pratique votre savoir et vos acquis;
- de soutenir une cause qui vous tient à cœur;
- d'en apprendre davantage sur vous en découvrant de nouvelles passions et de nouveaux intérêts.

Votre engagement récompensé!

Plusieurs organismes reconnaissent l'engagement bénévole des personnes en organisant des concours et en décernant des prix. Consultez-les et tentez votre chance!

www.benevolat.gouv.qc.ca/prix_qc

Vous souhaitez offrir vos services à un organisme?

Le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales (**SACAIS**) et le Réseau de l'action bénévole du Québec (**RABQ**) se feront un plaisir de vous donner de l'information sur les possibilités d'engagement bénévole.

SACAIS

Région de Québec : 418 646-9270
Ailleurs au Québec : 1 800 577-2844 (sans frais)
www.benevolat.gouv.qc.ca

RABQ

Région de Montréal : 514 272-4004
Ailleurs au Québec : 1 866 496-4004 (sans frais)
www.rabq.ca

ACTION BÉNÉVOLE

Vivez une expérience enrichissante!

Un monde de possibilités s'offre à vous!



Vous souhaitez vous intégrer rapidement à la société québécoise?

Vous désirez améliorer vos perspectives d'emploi?

Vous avez envie de mettre vos compétences et votre expérience au service des autres?

Vous rêvez d'appuyer une cause?

L'action bénévole, c'est pour vous!

Deux millions de personnes font du bénévolat au Québec, joignez-vous à ce vaste réseau d'entraide!

Comment choisir une activité bénévole?

Vous pouvez accéder à l'univers de l'action bénévole en misant sur vos connaissances et votre expérience. Il est important de bien définir vos attentes quant à un éventuel engagement, car cela a un effet significatif sur sa durée. L'activité bénévole doit pouvoir vous procurer un sentiment de plaisir et de satisfaction.

La maîtrise du français, un préalable?

- Vous devez être en mesure de bien communiquer et de comprendre différentes directives données en français. Par contre, quelques organismes acceptent des bénévoles qui commencent à apprendre le français.
- Vous pouvez peut-être occuper un poste où vous utiliserez votre langue maternelle.

Combien de temps devez-vous consacrer au bénévolat?

Certains organismes ont des besoins ponctuels et d'autres, des besoins permanents. Il s'agit pour vous de trouver l'activité bénévole qui correspond le mieux à vos disponibilités ainsi qu'à vos champs d'intérêt et à vos aptitudes.

Faire du bénévolat : une belle opportunité!

L'action bénévole a toujours été pour moi une belle occasion de m'engager pour faire avancer des causes qui me tiennent à cœur. Grâce à ces expériences, j'ai acquis des connaissances et des compétences, tout en éprouvant une grande satisfaction à faire ce que j'aime. De plus, j'ai eu un accès direct à ma nouvelle communauté. Ceci m'a permis une intégration plus rapide au sein de la société québécoise. Le bénévolat a beaucoup à apporter, autant à la personne qui reçoit qu'à celle qui donne!



Aline Pacheco Porciuncula
Immigrante du Brésil
Bénévole au Programme Éco stage – Katimavik

De l'expérience sur le terrain

En tant que bénévole chez Oxfam, je peux apporter ma modeste contribution à l'atteinte des objectifs de cette organisation. Comme j'ai toujours rêvé de me consacrer au développement international, je n'ai pas manqué cette occasion de m'engager auprès d'Oxfam. À la fin de chaque journée, je m'amuse à dresser une liste des connaissances acquises aussi bien sur les différents chantiers de l'organisation que sur ses procédures. Je ne crois pas que le meilleur cours théorique serait plus efficace.



Julienne Kamya
Immigrante du Cameroun
Bénévole à Oxfam-Québec

Au bon endroit, au bon moment!

Quelques mois après mon arrivée au Québec, j'ai rencontré une conseillère en emploi du CACI qui m'a parlé des avantages du bénévolat. J'ai commencé à animer deux jours par semaine le café Internet. J'initiais la clientèle à l'utilisation de l'ordinateur. Cette expérience a été très enrichissante, car elle m'a permis de connaître de nouvelles personnes tout en me donnant l'occasion de m'exercer à parler français. Un mois après le début de mon engagement bénévole, un poste s'est ouvert au sein de l'organisme. J'ai proposé ma candidature et j'ai obtenu le poste!



Jonathan Mejia
Immigrant du Mexique
Bénévole au café Internet pendant un mois et maintenant intervenant social au Centre d'appui aux communautés immigrantes (CACI)