

## Infolettre de décembre 2021

Le 17 décembre 2021, le **Centre d'action bénévole de Gatineau** tiendra  
une activité de reconnaissance pour ses bénévoles.

**Un grand MERCI à tous nos généreux donateurs**



### Avis de recherche

Le Centre est à la recherche de bénévoles pour le **service d'aide aux impôts:**

- Bénévole à l'accueil
- Bénévole à l'inscription
- Bénévole à la préparation / vérification

Ainsi que pour le service de **l'accompagnement transport:**

- Bénévole accompagnateur pour rendez-vous médicaux et autres déplacements essentiels

**Inscrivez-vous**

Le Centre d'Action Bénévole de Gatineau  
sera fermé

du vendredi 24 décembre 2021 au  
lundi 3 janvier 2022 inclusivement.

Joyeuses Fêtes à tous !

CENTRE D'ACTION  
Bénévole  
de GATINEAU

Découvrez l'...

## Accompagnement transport

Ce service offre un support physique et moral aux résidents du secteur Gatineau qui ont besoin d'accompagnement lors de leur déplacement vers un rendez-vous médical ou vers un service essentiel.



CENTRE D'ACTION  
Bénévole  
de GATINEAU

Pour obtenir plus d'informations appelez au  
819-568-0747 poste 102

## Ateliers pour les bénévoles du CAB de Gatineau



Dans le cadre de la journée internationale des bénévoles, le CAB de Gatineau offre en partenariat avec **CAP Santé Outaouais** l'atelier "Ressentir".

- Découvrir une pratique simple et utile pour écouter leurs émotions;
- Accueillir sans jugement leurs émotions;
- Comment mieux vivre leurs émotions désagréables et celles de l'autre;
- Prendre conscience qu'il est possible d'agir pour améliorer son bien-être

Quand : **lundi 6 décembre**  
**de 14h00 à 15h30 en**  
**présentiel**

Le CAB de Gatineau offre en partenariat avec le SAVA, l'atelier La maltraitance envers nos aînés, présenté et animé par Nancy Bruneau, intervenante SAVA, le lundi le 13 décembre à partir de 13h00.



**La maltraitance envers nos aînés.**

- \* **Présentation**  
Par Nancy Bruneau  
(873) 655-1395  
Intervenante SAVA

**Lundi le 13 décembre 2021 à 13 heures**



**Favorisons la bientraitance!**

Pour plus d'information, communiquer au 819-568-0747 poste 104 ou par courriel [carrefourinfoaines@videotron.ca](mailto:carrefourinfoaines@videotron.ca)



### Retour sur la séance d'accueil

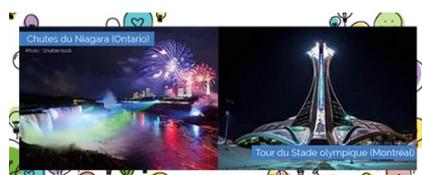
Le 29 novembre dernier, a eu lieu la séance d'accueil des nouveaux bénévoles du CAB de Gatineau. Ceci a permis de leur souhaiter la bienvenue au sein de l'équipe. Nous les remercions pour leur engagement et leur disponibilité.



### Prix hommage Bénévolat Québec

Petit rappel, vous avez jusqu'au 5 décembre 2021 pour soumettre une candidature pour le prix hommage bénévolat Québec 2022.

**En savoir plus**



### Journée internationale des bénévoles:

Le 5 décembre prochain, la 36<sup>e</sup> édition de la Journée internationale des bénévoles, aura lieu sous le thème: « C'est grâce à vous! Merci de colorer nos vies! ». Ce thème est initié par le Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ).

Durant l'évènement, la tour du Stade olympique de Montréal

ainsi que les Chutes du Niagara seront illuminées en bleu, vert et blanc pour une deuxième année. Ces couleurs dérivent de la campagne de promotion et valorisation Le bénévolat : plaisir personnel, mieux-être collectifQ

**En savoir plus**



**Un monde d'opportunité sur le JeBénévole.ca**

**Consultez les offres**

### **Centre d'Action Bénévole de Gatineau**

42 avenue Gatineau, J8T 4J3, Gatineau

819-568-0747

[centadministration@videotron.ca](mailto:centadministration@videotron.ca)



Vous avez reçu ce courriel, car vous vous êtes inscrit sur Centre d'Action Bénévole de Gatineau.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par  
 sendinblue

© 2021 Centre d'Action Bénévole de Gatineau