



Photo prise par Geneviève Gagnon

# BON ÉTÉ



## *Pensées du mois :*

### *Juin*

Ils vécurent enfants et  
firent beaucoup  
d'heureux.

Anonyme

### *Juillet*

On ne peut aider tout  
le monde, mais on  
peut aider quelqu'un.

Anonyme

### *Août*

Sans sagesse, tu  
perçois tout de travers  
et sans compassion, ta  
sagesse ne vaut pas  
grand-chose.

Matthieu Ricard



Veillez prendre note que nos bureaux sont ouverts du :

**Lundi au vendredi**  
**De 8H à 12H et de 13H à 16H**

Par contre, nous serons fermés **vendredi 23 juin** pour la St-Jean-Baptiste et **vendredi 30 juin** pour la fête du Canada.

De plus, nos bureaux seront aussi fermés à compter du **vendredi 21 juillet 2017**, à partir de **12H** pour les vacances estivales. L'équipe sera de retour pour vous accueillir le **lundi 7 août** dès **8H**.



## Conseil d'administration :

**Euclide Tardif**  
**Président**

**Jean-Marc Bédard**  
**Vice-président**

**Jocelyne Beaumont**  
**Trésorière**

**Norma Jomphe**  
**Secrétaire**

**Joseph-Henri Pomerleau**  
**Administrateur**

**Liliane Searles**  
**Administratrice**

**Rolland Simoneau**  
**Administrateur**

## Équipe du CABÉ :

**Carmen Grenier**  
**Directrice générale**

**Guyline Caron**  
**Agente aux services  
à la clientèle**

**Geneviève Gagnon**  
**Agente aux  
communications et au  
développement**

**Marylène Leblond**  
**Secrétaire-réceptionniste**

**Paula Vachon**  
**Travailleuse de milieu**

Chers membres,

Cela fait plusieurs années que je suis bénévole pour le Centre d'action bénévole de l'Érable (CABÉ), à titre d'accompagnateur au transport, à titre de chauffeur et baladeur pour la popote roulante et à titre de membre de l'équipe administrative (conseil d'administration). J'en suis bien fier.

Pour compléter mon troisième et dernier mandat au CA, j'assume aussi, depuis un an, le rôle de président. De cela aussi, je suis très fier. Car j'ai des collaboratrices et collaborateurs (autres membres du CA) impliqués, pleins de générosité et soucieux du bon fonctionnement du CABÉ. Je peux aussi compter sur la bonne volonté et la passion de notre direction et des employées. Ce qui me permet d'assister, avec satisfaction, au rayonnement du CABÉ, à son expansion, à son souci d'être de plus en plus présent aux besoins de la population, à ses efforts pour développer et maintenir des services de qualité.

Et surtout, je reste émerveillé par vous tous, membres bénévoles, qui consacrez votre temps, vos talents, votre amour, vos énergies et votre cœur à améliorer la vie des gens d'ici.

Je vous remercie de votre engagement et je vous souhaite un été ressourçant.

## Réflexion de Carmen

Après les nombreuses journées froides et pluvieuses des dernières semaines, voire des derniers mois, la saison estivale nous ouvre enfin ses bras. Il s'agit probablement d'un enseignement de ma mère, mais je suis très sensible à la force qui émane de la nature, des changements miraculeux qu'elle opère et des beautés qu'elle ne cesse d'offrir. Au moment d'écrire ces lignes, je peux observer le vert tendre des jeunes feuilles qui vont garnir les arbres, les tulipes et les jonquilles qui ont déjà mis de la couleur dans les plates-bandes, les pelouses qui repoussent en force et toujours trop vite, la lumière des journées qui commencent plus tôt et finissent plus tard, la chaleur du soleil lorsqu'il ne vente pas, le chant des oiseaux qui se diversifie et s'intensifie. Au moment de la parution du journal, j'imagine que les arbres seront garnis de feuilles épanouies, que les plates-bandes seront nettoyées et enjolivées de fleurs, que le bruit des tondeuses fera partie de nos sons réguliers, que les gens seront plus nombreux dans la rue, sur les balcons ou sur les terrasses, que la ville connaîtra un regain de vie et d'animation.

Je vous souhaite de vivre de bons moments au cours de l'été. Des moments de frivolité et des moments de détente, des moments de rassemblement et des moments de solitude, des moments de rires et des moments de réflexion, des moments d'émerveillement et des moments de gratitude, des moments d'ouverture aux autres et des moments de rendez-vous avec vous-mêmes. Que l'été vous offre l'occasion de refaire vos énergies, de savourer la vie, de vous faire du bien.

Je profite de l'occasion pour vous témoigner mon admiration, le respect que je vous porte et la reconnaissance que j'éprouve envers la vie de pouvoir côtoyer des personnes généreuses, enthousiastes et impliquées. Si l'été est à votre ressemblance, il sera magnifique!



# AVIS DE CONVOCATION

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

**Date :** *Le mercredi 7 juin 2017*  
**Déjeuner :** *8 h 30 (réservation obligatoire 819-362-6898)*  
**Assemblée :** *9 h 30 (ouvert à tous)*  
**Lieu :** *Salle des Chevaliers de Colomb*  
*1880, rue Savoie, Plessisville*

**Même si seuls les membres en règle ont droit de vote à cette réunion, toute personne préoccupée par le développement de l'action bénévole dans la MRC de l'Érable est invitée à assister à cette assemblée.**



### Travailleur de milieu maintenant au CABÉ

L'équipe du Centre d'action bénévole a le plaisir d'accueillir dans son équipe la travailleuse de milieu Madame Paula Vachon. Mme Vachon occupe le poste de travailleuse de milieu depuis 1 an et demi, rôle qui est maintenant offert au CABÉ.

Le rôle du travailleur de milieu fait office de passerelle vers les services à proximité. Il brise l'isolement social. Il maintient le pouvoir d'agir de l'ainé. Il accompagne la personne dans sa recherche de solutions aux difficultés qui la tracassent, et ce, dans le respect de ses choix. Le travailleur de milieu agit de manière concrète par des rencontres à domicile ou autre lieu au choix de l'ainé, se rend disponible et accessible, écoute sans jugement, soutient la personne dans ses propres démarches, renseigne sur les ressources disponibles et réfère vers les services au besoin. Service offert en toute confidentialité.

Pour plus d'informations vous pouvez rejoindre Madame Paula Vachon au 819-291-3473 ou au Centre d'action bénévole de l'Érable au 819-362-6898.

Dans le cadre de la Semaine nationale de l'action bénévole, le Centre d'action bénévole de l'Érable a tenu son souper-conférence « Hommage aux bénévoles ». Près de 150 personnes se sont réunies à l'Espace Sophia de Ste-Sophie-d'Halifax pour célébrer l'action bénévole dans la région de l'Érable et souligner l'apport des bénévoles dans la communauté.

Comme le mentionnait le président du CA, Euclide Tardif, dans son allocution d'ouverture : « Toutes les municipalités de la MRC sont importantes, tous les bénévoles sont précieux et nous formons, tous ensemble, une belle et grande famille. »

En soirée, le prix « Bénévole féminin » a été remis à Madame Gilberte Boudreault qui œuvre comme bénévole au Centre d'hébergement Les Quatre-Vents depuis 1999.

Le prix « Bénévole masculin » a été décerné à Monsieur Gérard Lessard. Monsieur Lessard est bénévole au centre de ski de fond « La clé des bois », il s'implique à fond dans l'organisme en tant que membre du conseil d'administration.

Le prix « Organisme de l'année » revient cette année à la Fondation HTAPQ. La Fondation HTAPQ, c'est la Fondation de l'Hypertension artérielle pulmonaire du Québec. Fondée en 2006, elle a pour but d'aider sur le plan financier les gens à faible revenu; comme, par exemple, les frais de certains médicaments, les frais de déplacement, de l'entretien ménager, l'achat de lunettes (parce que la vue baisse vite avec cette maladie), etc.

L'événement s'est terminé avec la conférence : « Le pouvoir de la reconnaissance » de Monsieur Denis Carignan, un conférencier sympathique, drôle, touchant et passionné.



Gilberte Boudreault



Gérard Lessard



Représentantes de la Fondation HTAPQ

Le conférencier :  
Denis Carignan



**Un grand merci à nos généreux commanditaires,  
lors du Gala « Hommage aux bénévoles » du 27 avril 2017.  
Vous êtes essentiels au succès de cette soirée!**

Municipalité de Laurierville  
Municipalité de Lyster  
Municipalité de Notre-Dame-de-Lourdes  
Municipalité de la Paroisse de Plessisville  
Municipalité de St-Ferdinand  
Municipalité de Villeroy  
Ville de Plessisville  
Ville de Princeville  
Bédard Centre Vision Inc.

Boucherie Thibault Inc.  
Ciment Taschereau  
Caisse Desjardins de l'Érable  
Garage C. Tardif  
Garage Moderne  
La maison du préart  
Pharmacie Jean Coutu  
Plomberie 1750 Inc.  
Voxalik

## Champignons farcis au fromage de chèvre

### Ingrédients

- 4 gros champignons portobello ou 8 petits
- 30 ml (2 c. à soupe) de bacon haché
- 15 ml (1 c. à soupe) de beurre
- 1 échalote française, hachée
- 1 gousse d'ail, hachée finement
- 75 ml (1/3 tasse) de poivron jaune en dés
- 75 ml (1/3 tasse) de courgette en dés
- 15 ml (1 c. à soupe) de tomates séchées dans l'huile, égouttées et hachées
- 30 ml (2 c. à soupe) de chapelure
- 15 ml (1 c. à soupe) persil plat, ciselé
- 1 buchette de 100gr de fromage de chèvre frais
- Sel et poivre



### Préparation

1. Retirer les queues des champignons et les hacher finement. À l'aide d'une cuillère retirer les lamelles (la partie noire) des champignons et les jeter.
2. Placer la grille au centre du four. Préchauffer à 400 F
3. Dans une grande poêle, dorer le bacon dans le beurre. Ajouter l'échalote, l'ail, le poivron, la courgette, les tomates séchées et les champignons hachés. Faire revenir jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Saler et poivrer. Verser dans un bol. Ajouter la chapelure, le persil et bien mélanger. Laisser tiédir.
4. Émietter grossièrement le fromage de chèvre et l'incorporer délicatement au mélange de légumes hachés. Farcir les chapeaux de champignons avec ce mélange et les placer sur une plaque de cuisson huilée.
5. Cuire au four pendant 15 minutes. En entrée servir un gros ou deux petits champignons par personne.

On peut remplacer le fromage de chèvre par un autre fromage crémeux à pâte molle, un Boursault ou un Boursin, par exemple.



Vous déménagez?

N'oubliez pas de  
nous faire connaître  
vos nouvelles  
coordonnées!

Cet été se déroulera, du 26 juin au 7 juillet, la 7<sup>e</sup> édition de l'**Opération J'aime Mon Voisin (JMV)**. Cette initiative locale vise à venir en aide de façon concrète et gratuite à nos voisins ou à quiconque présente un besoin (citoyen ou organisme sans but lucratif – OSBL).

Les personnes désireuses de profiter des services gratuits de l'opération JMV ou ceux qui veulent s'impliquer bénévolement doivent s'inscrire sur le site web :

[www.jaimemonvoisin.org](http://www.jaimemonvoisin.org) ou au 819-460-1801.

## À retenir!

- L'accompagnement-transport se maintiendra cet été et ce, même pendant les vacances de la construction, du 22 juillet au 6 août 2017.
- Si vous avez besoin d'informations, si vous avez des questions à poser ou des suggestions à faire, appelez-nous au 819-362-6898.
- L'assemblée générale annuelle (AGA) le 7 juin 2017, informations page 3.

## Bienvenue aux nouveaux membres!

♥ Jacques Gagnon, Plessisville

« Dans un monde où le temps s'enfuit à toute allure;  
Dans un monde où l'argent impose sa culture;  
Dans un monde où parfois, l'indifférence isole;  
Les anges existent encore : ce sont les bénévoles! »

Source : CHAREST, Nicole, 2008

Le Journal des bénévoles

Conception : Geneviève Gagnon, agente aux communications et développement.

MERCI au Comité de bénévoles des envois postaux qui effectue la préparation pour la distribution.



# Mot Mystère

Thème : Protection  
Mot de 7 lettres

E	L	B	A	T	I	S	R	I	C	H	E	S	S	E	E	A	B
C	R	O	T	R	A	E	E	X	D	P	I	B	G	D	P	N	R
N	E	U	U	N	S	L	U	R	F	N	L	U	R	P	O	E	E
A	I	C	O	A	E	E	C	E	U	I	O	A	A	I	L	U	R
I	L	L	C	G	I	G	R	E	A	R	F	R	T	R	L	O	I
L	L	E	A	C	R	U	R	M	Y	E	A	A	E	I	R	L	S
L	O	N	E	O	E	P	E	A	O	T	R	P	C	N	N	F	E
A	C	R	S	O	R	O	B	I	J	O	U	T	E	R	I	E	D
E	P	U	C	E	R	R	A	B	C	D	T	M	N	T	O	S	S
R	C	O	Q	U	E	T	T	E	R	I	E	M	A	O	E	I	E
C	E	T	S	L	I	E	D	U	T	N	E	R	A	S	M	I	X
O	M	I	O	E	P	R	O	R	T	T	O	T	O	T	V	E	E
U	O	Q	T	R	R	L	E	C	A	C	E	R	U	N	G	E	E
L	U	L	I	U	L	U	X	U	E	U	X	N	E	A	E	B	H
E	L	S	B	V	O	I	X	D	O	N	I	N	I	M	E	F	C
U	E	I	G	A	M	J	G	J	O	N	C	L	M	A	I	B	O
R	S	X	I	R	P	O	I	N	T	E	L	E	U	I	H	A	R
E	P	I	N	G	L	E	T	B	E	A	F	M	O	D	E	C	B

A	C	E	J	O	
aimer	caser	éclat	jonc	ornement	rouge
alliage	chaînette	élégance	jouet		rubis
alliance	cœur	émail	joyau	P	
apparat	collier	envie		parure	S
argent	coquetterie	épingle	L	perle	sexée
	couleur	éprise	ligne	pierrerie	
B	coût		lourd	platine	T
barré	croix	F	luxueux	point	table
bâtis		farde		porter	tire
beau	D	féminin	M	poser	tourne
beauté	décoratif	férue	magie	précieux	
bijouterie	décoration	floue	métaux	prix	
boucle	désirer	folie	mode		
breloque	diamant		montre	R	
brille		G	moule	richesse	
broche		gravure		rond	
		gros		roses	

Réponse du journal de mars 2017 : Jaunie