



Semaine de l'action bénévole du 19 au 25 avril 2026 *Mission Bénévolat!*

Votre mission, si vous l'acceptez, sera de rendre la société meilleure, et d'y trouver par la même occasion, du bonheur! Mais contrairement à la coutume, ce message ne s'autodétruit pas dans 5 secondes.

Cette prémisse que nous avons mainte fois entendue dans certaines séries et certains films est maintenant ancrée dans la réalité et c'est pourquoi nous célébrons la Semaine de l'action bénévole sous le thème : Mission Bénévolat!

Le terme « bénévolat » est, semble-t-il, quelque chose de dépassé, d'usé selon certaines personnes. Œuvrant depuis plus de 20 ans dans les centres d'action bénévole, j'entends cela depuis toutes ces années et pourtant... Je n'ai jamais vu quelque chose d'aussi vivant, dynamique et essentiel pour les communautés.

Peut-être que le mot est moins sexy, qu'il semble moins attirer. Mais quand on sait ce que cela représente pour les gens qui en bénéficient, quand on en fait soi-même et qu'on en retire un bénéfice pour son propre bien-être mental et physique ou quand on côtoie des bénévoles au quotidien, on se demande pourquoi c'est devenu le mot qu'on devrait retirer de notre langage comme je l'ai entendu dans une rencontre.

Les bénévoles, qu'on change leur nom ou pas, resteront des gens impliqués et dévoués. Ce don de soi est en quelque sorte ce qui maintient notre société à flot, permet l'amélioration de la qualité de vie de nombreux citoyens et nous porte plus loin comme collectivité (jusqu'à la lune pourquoi pas?).

Nous voulons souhaiter à tous les bénévoles et, bien entendu à ceux du CABVR particulièrement, une merveilleuse Semaine de l'action bénévole 2026. Votre présence rassure, soutient, accompagne, fait du bien, apporte de la vie. Vous faites partie d'un grand tout et sans vous il manquerait quelque chose.

Je reviens donc avec votre mission. Je vous demande de porter fièrement les mots « bénévole ou bénévolat ». Faites un Tom Cruise de vous-même comme dans Mission impossible. Osez vous impliquer et montrer que vous êtes bénévole, et ce, sans doublure pour le faire à votre place. Parlez de votre implication autour de vous durant cette semaine. Investissez-vous de cette mission de porter l'étendard de l'action bénévole ouvertement.

Merci mille fois pour votre implication! Merci pour votre BÉNÉVOLAT!!!

Patrick Thibert
Directeur général

SEMAINE
DE L'ACTION
BÉNÉVOLE

19 au 25
avril
2026

52^e édition



Déclaration de la FCABQ dans le cadre
de la Semaine de l'action bénévole 2026

THÈME :

Mission bénévolat!

Une grande mission commence par une idée simple : celle de vouloir faire une différence. Et quand des milliers de personnes portent cette même idée, elle devient un mouvement.

L'action bénévole, c'est cette mission commune qui nous unit et nous met en marche. Ensemble, nous faisons bouger les choses. Nous créons, nous soutenons, nous transformons. Chacun à sa manière, chacun avec ses moyens, mais toutes et tous animés par une même volonté : agir pour le bien collectif.

Qu'on tende la main, qu'on partage un savoir, qu'on écoute ou qu'on bâtit, chaque geste devient un levier de changement. Une force qui améliore la vie d'une personne, d'un quartier, d'une communauté.

Parce que le bénévolat, c'est plus qu'un engagement individuel : c'est une mission partagée, une chaîne d'actions qui dessinent et soutiennent un monde plus solidaire et plus humain.

Alors, embarque dans la mission.

Fais partie du mouvement.

Et ensemble, continuons à changer le monde en bénévolat!



Jebénévole

ACTIVITÉS DE LA SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE

Dimanche 19 avril 2026 : Salon du bénévolat et des organismes

Le Centre d'action bénévole de la Vallée-du-Richelieu (CABVR) est heureux de vous inviter au **Salon du bénévolat et des organismes**, un événement rassembleur qui donnera le coup d'envoi à la Semaine de l'action bénévole 2026, le dimanche 19 avril, de 10 h à 16 h.

Lieu : Mail Montenach, dans la cour centrale, au 600, boulevard Sir-Wilfrid-Laurier à Belœil.

Venez rencontrer des organismes engagés de la région et découvrir les nombreuses façons de vous impliquer dans votre communauté. Que vous souhaitiez faire du bénévolat, connaître les ressources disponibles ou simplement échanger avec des gens passionnés, ce salon est une occasion parfaite pour tisser des liens et faire de belles découvertes.

Donner de son temps, c'est aussi recevoir énormément!

- À vélo sans âge
- Association Vox Québec
- Centre d'action bénévole de la Vallée-du-Richelieu
- Club Optimiste de Belœil
- Club Radioamateur VE2CWQ
- COVABAR
- Équijustice Richelieu-Yamaska
- Gens au travail / Meublétout
- Parrainage civique de la Vallée-du-Richelieu
- Société musicale de la Vallée-du-Richelieu
- Société d'histoire et de généalogie de Belœil-Mont-Saint-Hilaire

En plus du Salon du bénévolat et des organismes, le Centre d'action bénévole de la Vallée-du-Richelieu souhaite souligner l'engagement précieux de ses bénévoles en vous invitant à participer à des activités spécialement organisées pour vous. Ces moments se veulent une occasion de se retrouver, de s'amuser et de célébrer ensemble votre implication, qui fait toute la différence dans notre communauté.

Mardi 21 avril 2026 à 13 h 30 - Cours de danse en ligne country

Nous vous invitons à participer à une heure de danse en ligne country, animée par Nancy Tourigny, professeure à l'École de danse Country NT. Que vous soyez débutant ou déjà amateur de danse, cette activité est accessible à tous. Venez apprendre de nouveaux pas, vous dégourdir les jambes et surtout... vous amuser! Aucune expérience n'est nécessaire — seulement l'envie de participer et de profiter du moment.

Vers 14 h 45, une collation sera servie après l'activité, afin de prolonger le plaisir et de permettre à tous d'échanger dans une atmosphère conviviale. Ce sera un beau moment pour se retrouver entre bénévoles et célébrer ensemble l'importance de votre implication.

Note : Vous souhaitez passer nous voir seulement pour le moment de la collation et pour échanger avec nous? Ce sera avec plaisir! Vous devez vous inscrire également. Nous vous attendons à compter de 14 h 45. Nous vous demandons simplement d'éviter d'arriver plus tôt afin de ne pas perturber l'activité de danse en cours.

Nous espérons vous voir nombreux pour cette activité spécialement organisée pour vous. Votre présence fera de cette rencontre un moment des plus réussis!



Jeudi 23 avril 2026 à 19 h - Spectacle de contes avec François Lavallée

Dans le cadre de la Semaine de l'action bénévole, le CABVR de la Vallée-du-Richelieu est heureux d'offrir à ses bénévoles une activité culturelle unique avec la présentation du spectacle Histoires, du conteur québécois François Lavallée.

Pendant environ 75 minutes, laissez-vous transporter dans l'univers captivant de cet artiste de la parole, de l'imaginaire et de l'assemblée, reconnu pour son talent exceptionnel à faire naître des images et des émotions avec la seule force des mots. Sur scène, une chaise, un verre d'eau... et surtout une voix, une présence et une imagination qui donnent vie à des récits tour à tour touchants, drôles, surprenants ou émouvants.



François Lavallée raconte depuis près de 30 ans et a présenté ses spectacles plus de 1500 fois, au Québec, ailleurs au Canada et dans plusieurs pays de la francophonie. Auteur, conteur, conférencier et formateur, il a parcouru les routes du monde pour partager ses histoires, que ce soit dans de petites salles intimistes ou lors de grands événements culturels. Son talent lui a valu plusieurs distinctions, dont la médaille d'or aux Jeux de la Francophonie ainsi que des prix soulignant sa contribution exceptionnelle au milieu culturel.

Son spectacle s'adresse à tous. Les contes qu'il propose ne sont pas seulement pour les enfants : ils parlent de la vie, des souvenirs, des racines, des rêves et des rencontres humaines. Avec sa voix unique et son sens du récit, il réussit à créer une atmosphère chaleureuse où l'imagination prend toute la place et où chacun peut se laisser emporter.

Cette activité est une belle occasion de se retrouver entre bénévoles, de vivre un moment différent et de célébrer ensemble votre engagement au sein du CABVR.

Nous espérons que vous serez nombreux à profiter de cette activité offerte spécialement pour vous, en signe de reconnaissance pour votre précieuse implication.

Inscription aux activités

Les activités du **mardi 21 avril** et du **jeudi 23 avril** auront lieu au Centre culturel Pointe-Valaine, situé au 85, rue d'Oxford, à Otterburn Park.

Ces activités sont offertes **gratuitement** aux bénévoles. Toutefois, l'**inscription est obligatoire**. Veuillez confirmer votre présence en laissant votre nom dans la boîte vocale du CABVR au 450 467-9373 ou par courriel à dmaurice@cabvr.org.

Vous avez jusqu'au **3 avril pour vous inscrire**. Après cette date, s'il reste des places disponibles, les activités seront offertes aux bénévoles d'autres organismes.

Nous vous remercions de vous inscrire rapidement afin de nous aider à planifier ces activités dans les meilleures conditions.

