



NOUS BÂTISSONS DES MILIEUX DE VIE RASSEMBLEURS

CENTRAIDE CONCENTRE
SON ACTION AUTOUR DE
QUATRE CHAMPS :

NOUS SOUTENONS LA
RÉUSSITE DES JEUNES

NOUS ASSURONS
L'ESSENTIEL

NOUS BRISONS
L'ISOLEMENT SOCIAL

NOUS BÂTISSONS
DES MILIEUX
DE VIE
RASSEMBLEURS

- > Nous dynamisons la vie de quartier
- > Nous encourageons l'action bénévole
- > Nous renforçons les compétences et le leadership des organismes



Témoignages sur le Centre d'action bénévole de Saint-Félicien, l'un des 92 organismes associés à Centraide dans la région.

« En arrivant ici, au Centre d'action bénévole de Saint-Félicien, après la perte subite de mon mari, j'ai été accueillie parmi les bénévoles. **Cela m'a beaucoup aidée à sortir de mon deuil en aidant les autres.**

Depuis cinq ans, je téléphone aux personnes âgées pour vérifier si tout va bien pour leur santé et leur quotidien à domicile. S'il y a des problèmes, je prévient la responsable. On m'a aussi offert des cours pour améliorer mon écoute auprès des personnes âgées et pour me renseigner sur les droits des aînés et les abus possibles.

« Ça m'a beaucoup aidée à sortir de chez moi et cela m'a sauvée de la déprime. J'apprécie les services aux personnes âgées offerts à Saint-Félicien. »

- Thérèse Allard

« Depuis quelques années déjà, je participe aux cuisines collectives. **En plus d'apprendre à faire de nouvelles recettes, cela me permet de rencontrer des gens et de travailler en équipe.** Préparer des recettes de groupe aide beaucoup de gens dans le besoin, c'est une activité qui permet de diminuer les coûts pour quelques repas. En plus d'aider les gens, cette activité permet de socialiser et de sortir de la solitude. Merci aux cuisines et à l'animatrice. »

- N. L.



Centraide
Saguenay-Lac-Saint-Jean
Nous tous, ici

Vous avez le pouvoir de changer
des vies pour la vie: **donnez.**

418 543-3131

www.centraidesaglac.ca