



Guide des bénévoles

avril 2023

Les bénévoles au cœur du Centre femmes de La Mitis

Être bénévole au Centre femmes de La Mitis, c'est:

- s'impliquer dans un milieu de vie qui nous ressemble, par et pour les femmes;
- offrir de son temps et faire preuve de solidarité;
- faire une différence et participer au mieux-être de sa communauté;
- prendre part à la cause féministe;
- développer ses compétences et ses capacités;
- créer des liens, avoir du plaisir et élargir son réseau;
- renforcer son estime de soi, se sentir utile et se lancer un nouveau défi!

Les aptitudes suivantes constituent les attentes que le Centre a envers celles qui font le choix de s'investir bénévolement :

- une bonne capacité d'écoute;
- une ouverture d'esprit;
- le goût de travailler dans la solidarité;
- la capacité à exercer son travail avec rigueur;
- l'engagement (assiduité/ponctualité);
- la confidentialité dans ses échanges;
- une bonne compréhension des problèmes vécus par les femmes ou un désir d'actualiser ses connaissances en ce sens.

Suivi, soutien et reconnaissance des bénévoles

Le centre offre aux bénévoles un suivi, du soutien et de la reconnaissance qui se traduit par divers moyens :

- une formation de base et de la formation continue;
- de l'accompagnement au début de l'implication;
- des rencontres de groupes et individuelles;
- du soutien spécifique au travail effectué bénévolement ;
- le réaménagement des tâches selon les attentes des bénévoles et les besoins du centre;
- une activité ou une action de reconnaissance (pour les bénévoles ayant au moins 12 heures d'implication dans l'année).

Règles de vie

- **Absences:** Les bénévoles doivent motiver leurs absences le plus tôt possible. En cas de plusieurs absences non motivées, la travailleuse responsable de l'encadrement des bénévoles devrait revoir les motivations et l'engagement de la bénévole et ainsi décider ensemble de la poursuite, ou non, de son implication.
- **Compilation des heures:** Après chaque période d'implication, la bénévole a la responsabilité d'informer de son départ la travailleuse responsable pour que celle-ci puisse inscrire les heures effectuées au tableau de compilation.
- **Respect:** Les bénévoles s'engagent à:
 - établir des relations respectueuses avec les autres;
 - respecter les opinions de chacune et en faisant attention à ses propos, sans apporter de jugement, de violence ou de mépris;
 - respecter le calme et la tranquillité des lieux;
 - s'assurer d'avoir une hygiène corporelle adéquate;
 - respecter les restrictions quant à l'accès des locaux et aux biens du centre.