

Fiche info : Faire du bénévolat au Québec

Pourquoi fait-on du bénévolat?

1. Défendre la cause d'un organisme et contribuer à la collectivité
2. Faciliter son intégration sociale
 - Pratique du français, enrichissement du vocabulaire
 - Connaissance du quartier et développer un réseau
 - Faire des rencontres d'autres Québécois
 - Apprentissage (société québécoise)
3. S'intégrer au marché du travail
 - Développer et utiliser ses compétences et son expérience
 - Acquérir une expérience de travail canadienne / québécoise
 - Découvrir ses forces, ses points forts
 - Obtenir des lettres de recommandation pour un futur emploi

Par où commencer?

1. À l'université :
Action humanitaire et communautaire : Université de Montréal : Pavillon 3200 Jean-Brillant, local B-2375.
(514) 343-7896 www.ahc.umontreal.ca
2. À l'extérieur de l'Université?
Centre d'action bénévole de Montréal :
(514) 842-3351. (pour prendre rendez-vous)
www.cabm.net (pour consulter les offres de bénévolat en ligne)

Accès Bénévolat

(514) 523-6599 (pour prendre rendez-vous)
www.accesbenevolat.org (pour consulter les offres en ligne)

Regroupement Grand Montréal : www.benevolatmontreal.org

Guide Le Petit Futé : www.neopol.ca/benevolat

Organismes présentés en classe

3. **Santropol roulant** : Les bénévoles cuisinent et livrent des repas. www.santropolroulant.org
4. **Centre de bénévolat Côte-des-Neiges** : Bénévolat pour les personnes âgées.
<http://www.centrebenevolatcdn.org/>
5. **Association Cigogne** : Les bénévoles aident les parents-étudiants. www.cigogne.ca
6. **Joujouthèque de Côte-des-Neiges** : Les bénévoles s'occupent de cette «bibliothèque de jouets».
7. <http://association-parents-cdn.org/joujouthèque/>
8. **Tour de l'île** : <http://www.velo.qc.ca/fr/govelo/tour-de-ile-de-montreal>
9. **Opération Nez Rouge** : <https://www.operationnezrouge.com/>