

Le Bénévolat

Offrir de son temps : le bénévolat

Le mode de vie du 21e siècle est rapide et nos horaires sont surchargés. Nos vies sont donc très occupées et il peut être difficile de trouver du temps pour faire du bénévolat. Cependant, certaines personnes offrent de leur temps sans rémunération à la communauté et les bienfaits de leurs gestes comptent beaucoup dans le quotidien des plus vulnérables.

Sans les bénévoles, plusieurs services à la communauté ne pourraient pas exister.

À L'APHM, nous apprécions particulièrement le travail de ces gens de cœur, sans qui les membres ne pourraient jouir d'activités stimulantes et il nous serait difficile de répondre aux besoins essentiels de ceux-ci. Ceci dit, en plus de servir ceux qui en ont besoin, le fait d'offrir de son temps pour une cause qui nous tient à cœur offre plusieurs avantages à ceux qui offrent leur temps, leurs compétences et leur soutien à une cause.

Le bénévolat offre une excellente façon de rencontrer des gens qui ont des intérêts similaires aux nôtres et qui ont les mêmes préoccupations sociales que nous. Il nous permet aussi de côtoyer des gens différents de ceux que nous croisons au quotidien et aide à développer un réseau de soutien sur lequel on peut compter. C'est une excellente façon de se sentir utile et valorisé. Par la bande, cela favorise le développement de notre confiance et de notre estime de soi. Aider les autres peut aussi donner un sens à notre vie, favoriser le bonheur et donc aider à réduire le stress et la tristesse dans notre quotidien. Le bénévolat offre aussi la chance à celui qui offre de se découvrir à travers une expérience enrichissante.

Le travail d'équipe est valorisé dans l'engagement bénévole de l'APHM, ainsi, nous croyons que les bénévoles font partie de notre équipe à part entière. Nous croyons qu'ils sont importants et savons que leur travail est essentiel.

À vous, qui donnez de votre temps, qui accompagnez nos membres, qui soutiennent notre travail, qui vous impliquez dans le conseil d'administration, qui permettez à l'APHM d'offrir des activités valorisantes, qui bravez les intempéries pour permettre à certaines personnes de jouer aux quilles, qui êtes au rendez-vous semaine après semaine et sur qui on peut compter, nous vous disons merci et sommes fiers de travailler avec vous.

Mélanie Picard

