

# murmure



## ***S'aider soi-même en aidant les autres***

Bien sûr, les personnes qui font du bénévolat le font dans le but d'aider d'autres personnes par l'entremise d'une cause qu'elles ont à cœur. Elles choisissent un domaine pour lequel elles se sentent des affinités, qui correspond à leurs valeurs, dans lequel elles peuvent faire valoir leurs talents et compétences. Au fil du temps, elles pourront même développer des talents méconnus, pour leur plus grand bien et celui de l'organisme.

À un moment ou l'autre, la plupart des bénévoles constatent les effets positifs de leur implication, non seulement pour la clientèle visée, mais aussi pour elles-mêmes. L'une verra fondre sa timidité et augmenter sa confiance en elle. L'autre voudra s'occuper, se sentir moins seule, rester active et se rendre utile. Plusieurs désirent élargir leurs réseaux sociaux et avoir un contact de qualité avec des gens, utiliser leurs connaissances et en apprendre sur des sujets qui leur sont moins familiers.

À Mairaine Tendresse, certaines veulent éprouver le bonheur de tenir un tout petit dans leurs bras, de le bercer tout en jasant avec la mère ou pendant qu'elle se repose ou prend soin d'elle. Une réticence à entrer dans la maison d'une inconnue pourra alors diminuer. Toutes veulent soutenir les mères et les appuyer face à leurs nouvelles responsabilités auprès de leur famille.

Comme il arrive à tout le monde de vivre des périodes de vie plus éprouvantes, les bénévoles ne sont pas à l'abri. Mais le fait d'être engagé dans un bénévolat permet parfois de faire une pause de ses propres problèmes, de relativiser sa propre situation; cela peut aider à prendre un recul nécessaire à une nouvelle avancée possible. Un monde de découvertes et d'épanouissement se cache dans le bénévolat. Aider les autres, oui, s'aider soi-même en aidant les autres, pourquoi pas !?

Aline Gagnon,  
bénévole





## ***Nouvelles***

Suite à l'installation de nos bureaux dans un nouvel édifice, le moment était approprié pour organiser une conférence de presse qui s'est tenue à la fin de l'automne. Nous désirons remercier les personnes ressources dans cette démarche, Mmes Nicole Leblanc et Ginette Grenier, ainsi que M. Jean Arel. Nous exprimons également notre reconnaissance envers toutes les personnes qui se sont investies pour faire de cette activité un succès, ainsi que toutes celles qui se sont déplacées pour y participer, spécialement les nouvelles mères qui nous ont livré un témoignage de grande qualité et les journalistes qui ont couvert l'évènement. Merci aux marraines, bénévoles et membres du conseil d'administration, à la fondatrice de l'organisme Mme Marie-Paule Aylwin qui était présente, et aux gens oeuvrant dans l'édifice qui sont venus nous encourager. Nous espérons n'oublier personne et nous désirons que ce merci soit considéré comme personnel.

En février 2012, nous avons participé au Salon papa, maman et moi. Nous y avons rencontré plusieurs mères et femmes enceintes auxquelles nous avons présenté notre service et remis notre dépliant. Se sentant dépassée par sa situation, une nouvelle mère en a même profité pour demander à recevoir notre service. Merci à Mme Renée Leblanc Morin pour son dévouement lors de cet événement où elle s'est investie sans compter.



Notre priorité pour l'automne était la promotion de notre service; ces activités nous ont donné de la visibilité.

## ***Nouvelles***



Le souper de Noël de décembre 2011 fut encore cette année une belle rencontre où 31 personnes ont partagé leurs expériences à Mairaine Tendresse. La chaleur humaine et la camaraderie étaient au rendez-vous et ont fait de cette rencontre une activité qui renforce les liens entre les bénévoles et leur sentiment d'appartenance à un groupe utile dans la société.

### ***Formation des mairaines***

Le 7 février 2012, Mme Liette Boucher a élaboré sur trois sujets très présents dans le quotidien des familles que nous aidons : L'allaitement, l'alimentation et le sommeil du bébé. Elle a suggéré d'inviter les mères à consulter le livre 'Mieux-vivre avec mon enfant' et elle a su répondre aux nombreuses questions des 19 personnes présentes.

Le 13 mars, Mme Anick Dubaere est revenue pour nous parler des crises des tout-petits faisant suite à une formation précédente sous le thème : la réaction de l'aîné à l'arrivée d'un nouvel enfant dans la famille. 21 personnes ont pu lui poser plusieurs questions.

Le 10 avril, la formation portant sur la manière de terminer un jumelage était animée par Mmes Thérèse Lamothe et Francine Payeur, coordonnatrice. Plusieurs mairaines partagent qu'à la fin du jumelage, il peut être difficile de quitter une mère avec laquelle un lien de confiance, et même parfois d'amitié, s'est créé. Des façons de faire concrètes ont été suggérées afin de rendre cette période plus sereine, autant pour la mère que pour la bénévole, en se rappelant que notre aide est ponctuelle et temporaire. 16 personnes étaient présentes.

Un comité a été mis sur pied pour trouver des moyens de combler les besoins financiers de Mairaine Tendresse. Toutes les idées sont les bienvenues pour alimenter notre réflexion et nous permettre de trouver les ressources monétaires indispensables à la poursuite de notre mission. Faites-nous signe si vous vous sentez inspirés ou si vous voulez faire un don...



## Témoignage d'une maman

Je m'appelle Myriam et la vie m'a fait un énorme cadeau en septembre dernier :  
des jumelles! Leur arrivée m'a apporté énormément d'amour, de bonheur et de TRAVAIL!

J'ai entendu parler de l'organisme Marraine Tendresse lors de ma grossesse puisque l'organisme est très connu chez les parents de jumeaux dans la région. Mes jumelles avaient à peine un mois lorsque j'ai fait la demande pour avoir une marraine à la maison. Très rapidement, une dame sympathique et extrêmement douce avec les poupons s'est jointe à nous deux demi-journées par semaine. Elle a su me mettre en confiance dès le départ et après quelques rencontres je me sentais à l'aise de lui faire part de mes états d'âme et de mes questionnements sur ces deux petits êtres que je venais de mettre au monde. Elle prenait le temps de m'écouter et de me conseiller. Lors de ses visites, je pouvais soit me reposer, soit m'occuper à différentes tâches pendant qu'elle veillait sur les jumelles ou encore je pouvais simplement m'asseoir pour discuter pendant que nous étions deux à répondre aux besoins des filles. Marraine Tendresse m'a non seulement donné un coup de main physique avec les bébés, mais elle m'a aussi aidé à garder le moral lors de ces journées qui étaient plus difficiles. Pendant ces 6 mois, une complicité s'est développée et je la remercie du plus profond de mon cœur d'avoir donné de l'amour et du temps à ma famille.

Merci à Marraine Tendresse!  
Myriam et les jumelles

### ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Vous êtes convié à l'assemblée générale annuelle de Marraine Tendresse de l'Estrie qui aura lieu le 29 mai 2012, à 18 h 30, au Pavillon du Parc Bureau, 925, rue Walsh, Sherbrooke.

Cette rencontre sera précédée d'une séance d'information à 18 h 15.

S.V.P. Confirmez votre présence avant le 22 mai 2012

par courriel : [martendresse@hotmail.com](mailto:martendresse@hotmail.com),

par courrier au 1255, rue Daniel, local 128, Sherbrooke, J1H 5X3

ou par téléphone au 819 562-0406

Merci aux membres du conseil d'administration qui ont fait un travail remarquable encore cette année. C'est très apprécié !



Marraine  
Tendresse  
de l'Estrie

1255 rue Daniel, local 128  
Sherbrooke, Qc J1H 5X3  
819-562-0406

*Murmure a été réalisé avec  
la collaboration de  
Myriam, une maman  
Aline Gagnon  
Renée Leblanc Morin  
Francine Payeur*