

nombreux établissements culturels du Canada offrent quelque chose pour tous les goûts. Ce printemps, le passeport Aventure Kellogg permet à tous de découvrir les plaisirs en famille, plus facilement et à un coût plus abordable que jamais. En collaboration avec l'Association des musées canadiens, Kellogg offre le passeport Aventure, un

peut participer à une corvée de nettoyage dans votre quartier ou en organiser une, planter un arbre avec vos enfants dans la cour de votre maison, visiter un centre des sciences pour mieux connaître notre planète ou simplement marcher dans un parc pour profiter de l'air frais. C'est très simple!

3. Sortez et bougez : Avec les jours plus chauds qui arrivent, c'est le moment idéal



## Centre d'Action Bénévole Solange-Beauchamp

**Nous tenons à souligner la très généreuse implication de nos bénévoles et à leur témoigner toute notre gratitude**



75, rue Turgeon, Sainte-Thérèse      Tél.: 450-430-5056  
383311\_42767\_2

## SOUVENEZ-VOUS.....

**Choisir une carrière, c'est tout un défi!**

- Partagez votre expérience du monde du travail avec des jeunes intéressés à suivre vos traces. Les échanges se font par courriel à partir d'un site Web sécuritaire.

Quelques minutes par semaine suffisent!

Visitez le [www.academos.qc.ca](http://www.academos.qc.ca)  
**450-414-0554**



# Devenez cybermentor auprès de jeunes en recherche d'une carrière!

Souvenez-vous lorsque vous vouliez choisir une carrière: pas facile, hein? «*Si au moins je pouvais parler avec quelqu'un qui fait le métier qui m'intéresse!*» Combien de fois, les parents, enseignants et intervenants qui côtoient des adolescents ont-ils entendu cette phrase quand vient le temps de parler de choix de carrière?

Ce contact est possible dans le cadre du cybermentorat Academos. Ce projet permet aux jeunes Québécois, âgés de 14 à 30 ans, de clarifier leur choix de carrière à partir de l'expérience pratique de professionnels déjà sur le terrain et désireux de partager leur vécu. Désireux de partager leur expérience dans le monde du travail, les cybermentors sont des modèles positifs et inspirants pour les jeunes adultes. Ils fournissent des informations pratiques sur leur métier, encouragent les jeunes et partagent avec eux.

Le tout se déroule dans un contexte bien structuré, confidentiel et professionnel. Chaque participant possède une boîte de courrier privée à l'intérieur du site

Internet. En outre, Academos offre aux usagers la possibilité de participer à des forums de discussion thématiques et donne accès à des ressources Web utiles, en lien avec la carrière, l'emploi et la formation.

C'est l'amour du métier qui a poussé Hélène, agente des services correctionnels du Québec, à devenir cybermentor: «*Je souhaite partager ma passion pour le métier que je fais. De plus, c'est un métier mal connu. Les jeunes ne savent pas ce qu'est le travail dans une prison. Comme cybermentor, je ne cache rien aux jeunes, les côtés plus durs et les avantages.*»

Selon les bénévoles, l'expérience du cybermentorat est très enrichissante. Il est valorisant de contribuer au développement personnel d'un jeune adulte et de partager l'expérience acquise au fil de sa carrière. Joignez-vous à l'équipe de cybermentors Academos!

Academos est toujours à la recherche de bénévoles. Pour devenir cybermentor, il suffit de remplir le formulaire d'inscription en ligne sur le site Academos. Pour plus de renseignements, veuillez contacter Geneviève Young au 450-414-0554 ou visitez le site Internet [[www.academos.qc.ca](http://www.academos.qc.ca)].

**Geneviève Young,  
450-414-0554  
[www.academos.qc.ca](http://www.academos.qc.ca)**



*Du soutien est toujours bienvenu durant la période entourant la naissance d'un enfant. C'est ce qu'offre Marraines tendresse, du soutien. En cette Semaine de l'action bénévole, l'équipe de Marraines tendresse*