

The **Canadian Mental Health Association** offers a variety of volunteering opportunities to those who enjoy:

- * meeting new people
- * putting personal skills to good use
- * learning new skills
- * helping to promote mental health and awareness
- * working with individuals who may have a mental illness
- * making a difference!

How much time is required?

It's up to you! The amount of time needed varies with the volunteer opportunity you choose.

What training is provided?

We offer a comprehensive orientation to all new volunteers. Training is also provided for placements that require specific skill development.

How do I get started?

Simply contact our agency to request and complete a volunteer application form. The Manager of Volunteers will contact and arrange an opportunity to meet with you, to discuss your volunteering interests, skills and placement options.

Help Make a Difference in your Community!

CMHA Services Include:

Intensive Case Management

Community Support
Court Diversion
Court Support
Family Support
Supportive Employment
Supportive Housing

Peer Support Program

Focus on Fitness Peer Resource Centres
Transportation Peer Support Groups

Other

Mental Health Promotion & Volunteering

L'ACSM offre les services suivants :

Gestion de cas intensive

Soutien communautaire
Programme de déjudiciarisation
Soutien à la cour
Soutien à la famille
Soutien à l'emploi
Soutien au logement

Programme d'entraide par les pairs

Focus sur la forme Centres de ressources par les pairs
Transport Groupes d'entraide par les pairs

Autre

Promotion de la santé mentale et bénévolat

Main Branch/Bureau principal

329 Pitt St./ 329, rue Pitt
Cornwall ON K6J 3R1
Tel/Tél: 613 933-5845 / 1 800 493-8271
Fax/Télec: 613 936-2323

Other Office Locations/Bureaux satellites

Alexandria/Casselman/Hawkesbury/Rockland/Morrisburg

Funding provided by/Subventionné par :



Ministry of
Health and Long-Term Care

Ministère de la
Santé et des Soins de longue durée

VOLUNTEER PROGRAM

LE PROGRAMME DE BÉNÉVOLAT



Program offered by the Canadian
Mental Health Association,
Champlain Est

Programme offert par l'Association
canadienne pour la santé mentale,
Champlain Est

www.cmha-east.on.ca
www.acsm-est.on.ca



L'Association canadienne pour la santé mentale offre une variété d'occasions de bénévolat aux gens qui aiment :

- * rencontrer de nouvelles personnes
- * mettre leurs compétences personnelles au service des autres
- * acquérir de nouvelles habiletés
- * aider à promouvoir la santé mentale et à sensibiliser le publique
- * travailler avec des personnes ayant une maladie mentale
- * faire une différence!

Combien de temps faut-il y consacrer?

C'est à vous de décider! La durée varie avec le genre de bénévolat que vous choisissez.

Quelle formation est offerte?

Nous offrons une orientation complète à tous nos nouveaux bénévoles. Une formation est également offerte dans le cadre d'un stage nécessitant des aptitudes particulières.

De quelle façon est-ce que je commence?

Communiquez avec notre filiale et remplissez notre formulaire de demande de bénévolat. Le questionnaire des bénévoles vous convoquera ensuite à une entrevue pour discuter de vos intérêts, de vos habiletés et des ouvertures nécessitant du bénévolat.

Contribuez à faire une différence

Nous recrutons des bénévoles consciencieux qui ont un esprit positif pour nous aider dans les domaines suivants:

au conseil d'administration pour aider à établir une orientation et une vision à notre filiale.

au sein de comités pour contribuer à atteindre les buts et favoriser les réalisations des divers comités et groupes de travail de notre filiale.

les activités d'éducation publique telles que s'occuper des kiosques et aider avec le service de conférencier.

les activités de campagne de financement telles que le bingo, les tournois de golf et autres activités.

les centres de ressource par les pairs pour aider aux activités sociales et récréatives qui y sont organisées, en vue d'appuyer les personnes qui vivent avec une maladie mentale ou qui se sentent isolées sur le plan émotionnel.

les cuisines collectives qui permettent aux clients de tirer profit d'une expérience de groupe tout en préparant des repas nutritifs, dans le cadre desquels les bénévoles viennent en aide aux participants.

de l'aide administrative idéale pour les personnes qui désirent accumuler de l'expérience tout en donnant un coup de mains dans notre bibliothèque, avec l'entrée de données et au service de réceptionniste.

We are recruiting positive and responsible volunteers who can assist us with:

Board of Directors who provide direction and vision to the Branch.

Committee work to contribute to the goals and achievements of various Branch working groups and committees.

Public Education Activities such as manning display booths and assisting with public speaking.

Fundraising activities such as Bingo's, golf tournaments and other special events.

Peer Resource Centres assisting with social and recreational activities offered at the centres, which supports those living with a mental illness or are socially isolated.

Collective Kitchens which provides clients with a group experience preparing nutritious meals. Volunteers would provide assistance to participants.

Office Help is ideal for those looking for experience in assisting with our lending library, data entry and telephone work.