

Relevez le Défi Bonne action



Bonjour,

Pour ses 30 ans, le CAB lance le défi à la population de notre MRC de réaliser des gestes de bénévolat ou d'entraide.

Le bénévolat/entraide peut être réalisé au Centre d'action bénévole de la MRC de Coaticook ou ailleurs.

Pour relever le Défi Bonne action: il suffit de remplir le court formulaire sur le site du Défi :

[Site du Défi Bonne action](#)

Date limite pour s'inscrire: **19 avril 2018**

Période pour réaliser le bénévolat ou le geste d'entraide:
1^{er} mai 2018 au 30 avril 2019

Objectif: **30 000 heures de bénévolat/entraide**

Exemples de bénévolat/entraide :

- Aider sa mère à faire son épicerie
- Aider un ami à déménager
- S'engager sur le conseil d'administration d'un organisme
- Livrer la popote roulante
- Entraîner l'équipe de soccer de ses enfants
- Etc.

N'hésitez pas à demander à d'autres personnes de relever le défi!

30 ans

30 000 heures
en bénévolat/entraide