

# Le bénévolat, un geste qui compte !

Choisissez un engagement qui corresponde à vos envies et à vos disponibilités.



**Par votre action,**

faites la différence en contribuant  
à la qualité de vie des personnes  
âgées autour de vous.



**À vous de choisir votre  
mode d'engagement,  
selon vos désirs.**



Régulier  
ou ponctuel.



En groupe ou  
en individuel.



À votre domicile, dans  
des lieux publics ou à  
l'extérieur, **nous vous  
offrons un engagement  
à votre mesure.**



### **Vous pouvez par exemple :**

- Organiser des Tables conviviales.
- Animer des rendez-vous créatifs, culturels ou autour du jeu.
- Encadrer des activités physiques en groupe.
- Participer à l'organisation d'activités régionales (ciné-seniors, thés dansants).
- Assurer l'accueil et le service des repas de midi dans des appartements adaptés avec accompagnement (LADA).
- Accompagner une personne dans des activités de loisirs ou pour un suivi administratif.
- Soutenir les seniors dans l'utilisation de leur smartphone.

### **Vos avantages**



- Formation de base et continue.
- Invitation à divers événements et manifestations.
- Encadrement par des professionnels.
- Défraiement.
- Assurance-accident.
- Adhésion gratuite au Club de membres et offres ponctuelles.

## Les conditions pour s'engager

- Une disponibilité mensuelle ou à convenir.
- Une adhésion aux valeurs et à la mission de l'association.
- Un respect du cadre formel du bénévolat.
- Une bonne connaissance du français.
- Un engagement de 6 mois au minimum.



Jouez la carte  
du bénévolat  
en rejoignant  
nos équipes.

**Plus forts  
ensemble  
grâce au  
bénévolat !**



# Adresses utiles

## Animatrices régionales

### Est vaudois

#### District d'Aigle

##### Bureau régional

Espace Santé Rennaz

Rte des Tilles 6A · 1847 Rennaz

Stéphanie Allesina

stephanie.allesina@vd.prosenectute.ch

079 917 61 27

#### District Riviera-Pays-d'Enhaut

##### Bureau régional

Rue du Collège 17 · 1800 Vevey

Mathilde Lebrun

mathilde.lebrun@vd.prosenectute.ch

021 925 31 00

Stéphanie Allesina

stephanie.allesina@vd.prosenectute.ch

079 917 61 27

### Lausanne

#### District de Lausanne

Rue du Maupas 51 · 1004 Lausanne

Elsa Thétaz

elsa.thetaz@vd.prosenectute.ch

021 646 17 21

#### District Ouest lausannois

##### Bureau régional

Av. de la Poste 14 · 1020 Renens

Natascha Sciuscio Montagna

natascha.sciuscio@vd.prosenectute.ch

079 767 53 90

Sandrine Crot

sandrine.crot@vd.prosenectute.ch

079 740 93 02

#### District Lavaux-Oron

##### Bureau régional

Rue du Maupas 51 · 1004 Lausanne

Mathilde Lebrun

mathilde.lebrun@vd.prosenectute.ch

021 646 17 21

#### District Gros-de-Vaud

##### Bureau régional

Rue de Praz-Palud 9 · 1040 Echallens

Natascha Sciuscio Montagna

natascha.sciuscio@vd.prosenectute.ch

079 767 53 90

### Ouest vaudois

#### District Morges

##### Bureau régional

Prom. de Castellane 12 · 1110 Morges

Sandrine Crot

sandrine.crot@vd.prosenectute.ch

079 740 93 02

#### District Nyon

##### Bureau régional

Rue des Marchandises 17 · 1260 Nyon

Evelyne Roth

evelyne.roth@vd.prosenectute.ch

079 198 58 52

### Nord vaudois

#### District Broye-Vully

##### Bureau régional

Rue des Rammes 11 · 1530 Payerne

Patricia Conus

patricia.conus@vd.prosenectute.ch

079 915 76 62

**(suite animatrices régionales)**

# Adresses utiles Responsables

## (suite animatrices régionales)

### District Jura-Nord vaudois

#### Bureau régional

Rue des Pêcheurs 8D · 1400 Yverdon  
024 425 78 36

Patricia Conus

patricia.conus@vd.prosenectute.ch  
079 915 76 62

Christine Logoz

christine.logoz@vd.prosenectute.ch  
079 501 46 25 · 024 425 78 36

## Coordination bénévolat

Karine Tassin

021 646 17 21

benevolat@vd.prosenectute.ch

## Accompagnement administratif bénévole

Rita Galvan

021 646 17 21

rita.galvan@vd.prosenectute.ch

## Activité physique et santé

Vincent Pécelet

021 646 17 21

vincent.pecelet@vd.prosenectute.ch

**« Le bénévolat m'a permis de rencontrer  
de nouvelles personnes, de renforcer  
mon estime de moi et de garder une  
ouverture par rapport à l'extérieur.  
J'ai vraiment trouvé une possibilité  
d'évoluer pour moi et pour les autres. »**  
Jacqueline, 66 ans

Pro Senectute Vaud

Rue du Maupas 51 · 1004 Lausanne

021 646 17 21

info@vd.prosenectute.ch

www.vd.prosenectute.ch

 ProSenectuteVaud

