

Bénévolat en famille

Le bénévolat en famille pourrait aider votre famille à passer plus de temps ensemble tout en aidant les autres. Ce type de bénévolat présente de nombreux avantages :

- vous passez plus de temps avec votre famille;
- vous vous faites de nouveaux amis;
- vous éprouvez un sentiment de satisfaction.

Comment pouvez-vous aider les autres?

- Ratissez des feuilles.
- Pelletez la neige.
- Plantez des arbres ou plantes.
- Donnez un coup de main à la banque alimentaire.
- Faites du bénévolat à l'école.

Passer du temps en famille favorise l'établissement de relations positives, le bien-être mental et le resserrement des liens au sein de la famille.

Pour obtenir plus de renseignements, consultez la page « Community Service: A Family's Guide to Getting Involved » du site Web www.kidshealth.org.

Message de l'infirmière de la santé publique