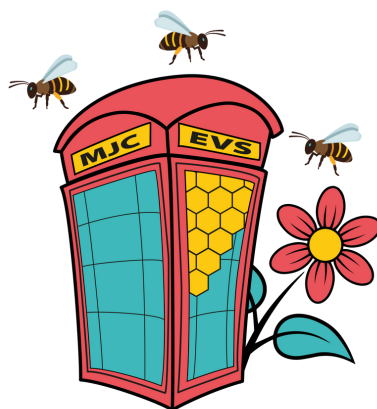


LIVRET D'ACCUEIL DES  
BÉNÉVOLES DE LA  
**MJC RELIEF**



**BIENVENUE DANS NOTRE  
ASSOCIATION !**

## LE MOT DU CONSEIL D'ADMINISTRATION ”

Tout le monde n'a pas conscience de ses capacités, de ses droits (accéder à la culture, à l'éducation, aux loisirs), de son rôle à jouer dans la société. Mais nous considérons que tout un chacun est capable d'être acteur de sa vie, dans sa ville et d'en tirer satisfaction.

**La MJC est convaincue que par l'éducation complémentaire, alternative aux institutions, par l'enrichissement réciproque, par le goût du faire ensemble, chacun peut y arriver !**

## BÉNÉVOLE C'EST QUOI ?

« Est bénévole toute personne qui s'engage **librement** pour mener une **action non salariée** en direction d'autrui, en dehors de son temps professionnel et familial »

- Définition provenant d'un avis du Conseil économique et Social du 24 février 1993

**Un bénévole fait don de son temps et trouve un accomplissement personnel et collectif dans une association. Son engagement est libre !**



# PRÉSENTATION DE L'ASSOCIATION MJC RELIEF

## QUI SOMMES-NOUS ?

Nous sommes une Maison des Jeunes et de la Culture (MJC) et également un Espace de Vie Sociale (EVS), constitué sous la forme d'une association (loi 1901) d'**Éducation Populaire**.

Comme toute association, nous reposons sur l'investissement bénévole de nos adhérents ! Notre rôle est de mettre en place une **démocratie vivante** qui **encourage l'initiative** et la **prise de responsabilités** des citoyens. Chacun peut y trouver sa place et concourir à la faire vivre et évoluer.

**Nous travaillons à favoriser la liberté des idées et des initiatives, l'émancipation, la laïcité, la confrontation des opinions, des regards et des pratiques.**

C'est une association affiliée à la fédération des MJC en Ile de France, nous souhaitons favoriser l'autonomie et l'épanouissement des personnes, participant ainsi qu'à la construction d'une société plus solidaire et responsable.



Pour en savoir plus, demandez notre projet associatif

## NOS VALEURS

Contribuer à l'épanouissement de tous en favorisant l'accès à la culture et aux loisirs

Défendre les principes de "neutralité politique" et de laïcité au sein de la structure

Promouvoir l'engagement citoyen de tous et participer au tissage du lien social sur notre territoire

## NOTRE HISTOIRE

1992 : Création de l'asso Relief.

1996 : Devient la Maison des Jeunes et de la Culture (MJC) Relief.

2001 : Installation dans nos locaux actuels.

2017 : Obtient l'agrément CAF Espace de Vie Sociale (EVS) en plus de son statut de MJC.

**Ecrivons la suite ensemble !**

**Club d'activités**

- Les ateliers réguliers qui peuvent concerner : l'art et l'artisanat, le sport, les langues étrangères, les sciences & techniques, et la musique.

**Manifestions et animations**

- Les événements ponctuels et tout public, destinés principalement aux morangissois. (les cultures du monde, co-construction du carnaval,

**Accompagnement à la parentalité**

- Discussions parents
- Ateliers Enfants-Parents
- Conférences parentalité
- Brunch parentalité

**Lutte contre l'isolement des personnes**

- Multimédias
- Ecrivain public
- Hors les murs
- Spectacle en Jardin

**Soutien des initiatives citoyennes**

- Jardin-Rucher
- Rendez-vous cuisine
- Répar'Truc
- Les soirées imaginaires
- Les cultures urbaines
- ...



Pour en savoir plus, demandez notre dernier rapport d'activité

**EN TANT QUE BÉNÉVOLE**

A la MJC il existe plusieurs formes de bénévolat alors trouvons celle(s) qui vous correspond(ent) :

- **Bénévole administrateur** : prend part au CA, a le rôle de prendre les décisions stratégiques et politiques de l'association et assume le rôle d'employeur.
- **Bénévole d'atelier** : s'engage à assurer un atelier de la MJC Relief en accord avec ses compétences (multimédia, cours de langue, ...)
- **Bénévole régulier** : s'engage sur une ou plusieurs actions régulières de la MJC et contribue à faire vivre le projet (Répar'Truc, Jardin-Rucher, ...)
- **Bénévole ponctuel** : se met à disposition en fonction du besoin de la MJC et de ses compétences (bénévole signaleur, bénévole d'urgence, ...)

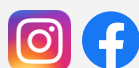
# LA RÉPARTITION SUR UNE ACTION DE LA MJC

	Mission	Description (non exhaustive)	Exemple Répar'Truc
Administrateurs →	<b>REFLEXION STRATÉGIQUE ET POLITIQUE</b>	Définir les ambitions de la structure et les objectifs stratégiques des projets de la saison	Décision de s'engager dans une démarche écoresponsable et répondre à une initiative citoyenne
Administrateurs → Salariés →	<b>ORGANISATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Coordination du projet</li> <li>• Etudier la faisabilité</li> <li>• Mettre en place des outils/moyens</li> <li>• Travail de préparation</li> <li>• Communication</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Constituer un groupe capable d'effectuer des réparation</li> <li>• Définir un calendrier</li> <li>• trouver des partenaires</li> <li>• Effectuer les inscriptions</li> <li>• Communiquer sur l'évènement</li> </ul>
Administrateurs → Béné. réguliers → Béné. d'ateliers → Béné. ponctuels → Salariés →	<b>MISE EN ACTION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Animation (accueil des personnes, délivrer un contenu ludique et/ou pédagogique, gestion des publics, ...)</li> <li>• Logistique et technique (mise en place des salles, entretien du jardin, réparations, ...)</li> <li>• Facilitateur (créer du lien avec les bénéficiaires, le public, ...)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Préparer la salle</li> <li>• Accueillir les réparateurs</li> <li>• Accueillir les usagers</li> <li>• Effectuer les réparations</li> <li>• Créer du lien social</li> <li>• Ranger la salle</li> </ul>
Administrateurs → Béné. réguliers → Béné. d'ateliers → Salariés →	<b>BILAN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Retour qualitatif &amp; quantitatif</li> <li>• Réflexion sur les points faibles et points forts</li> <li>• Rédaction du bilan</li> <li>• Ouverture sur les évolutions possibles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faire part de ses difficultés ou des points positifs lors de la manifestation</li> <li>• Recueillir le témoignage des usagers</li> <li>• Réfléchir à améliorer le fonctionnement de la rencontre pour tous.</li> </ul>

# INFORMATIONS PRATIQUES



1 Avenue de la République  
91420 MORANGIS



@mjcrelief.morangis



01.69.09.33.16



[www.mjc-relief.com](http://www.mjc-relief.com)

## CONTACT

Pour devenir bénévole  
d'atelier, régulier ou ponctuel :  
**[equipe@mjc-relief.com](mailto:equipe@mjc-relief.com)**

Pour devenir bénévole  
administrateur :  
**[accueil@mjc-relief.com](mailto:accueil@mjc-relief.com)**

Pour avoir plus d'information  
sur le bénévolat à la MJC :  
**[louise.fouquet@mjc-relief.com](mailto:louise.fouquet@mjc-relief.com)**

# NOS ENGAGEMENTS MUTUELS

## COMME ASSOCIATION NOUS NOUS ENGAGEONS :

### EN MATIÈRE D'INFORMATION :

- À vous informer sur les finalités de l'Association, le contenu du Projet Associatif, les principaux objectifs de l'année, le fonctionnement et la répartition des principales responsabilités.
- À faciliter les rencontres souhaitables avec les dirigeants, les autres bénévoles, les salariés permanents et les bénéficiaires.

### EN MATIÈRE D'ACCUEIL ET D'INTÉGRATION :

- À vous accueillir et à vous considérer comme des collaborateurs à part entière.
- À vous confier, en fonction de vos besoins propres, des activités en regard avec vos compétences, vos motivations et votre disponibilité.
- À définir vos missions, responsabilités et activités.
- À situer le cadre de la relation entre chaque bénévole et la MJC dans «une convention d'engagement».

### EN MATIÈRE DE GESTION ET DE DÉVELOPPEMENT DE COMPÉTENCES :

- À assurer votre intégration et vous proposer des formations par tous les moyens nécessaires et adaptés à la taille de l'Association : formation formelle, tutorat, compagnonnage, constitution d'équipes...
- À organiser des points fixes réguliers sur les difficultés rencontrées, les centres d'intérêts et les compétences développées.
- Si souhaité, à vous aider dans des démarches de validation des acquis de l'expérience.

### EN MATIÈRE DE COUVERTURE ASSURANTIELLE :

- À vous garantir la couverture et le bénéfice d'une assurance responsabilité civile dans le cadre des activités confiées.

L'Association conserve le droit d'interrompre l'activité et la mission d'un bénévole, mais, dans toute la mesure du possible, en respectant des délais de prévenance raisonnables.

## COMME BÉNÉVOLE JE M'ENGAGE :

- À adhérer à la finalité et à l'éthique de la MJC Relief.
- À me conformer à ses missions et valeurs.
- À respecter son organisation, son fonctionnement et son règlement intérieur.
- À assurer de façon efficace ma mission et/ou mon activité, sur la base des horaires et disponibilités choisis conjointement, au sein "d'une convention d'engagement" et éventuellement après une période d'essai.
- À exercer mon activité dans le respect des convictions et opinions de chacun.
- À considérer que le bénéficiaire est au centre de toute l'activité de l'association, donc d'être à son écoute, avec tous les égards possibles.
- À collaborer avec les autres acteurs de l'association : dirigeants, salariés permanents et autres bénévoles.

### L'activité bénévole est **librement choisie** ;

il ne peut donc exister de liens de subordination, au sens du droit du travail, entre l'association et ses bénévoles, mais ceci n'exclut pas le respect de règles et de consignes.

Les bénévoles peuvent interrompre à tout moment leur collaboration, mais s'engagent, dans toute la mesure du possible, à respecter un délai de prévenance raisonnable.

# FORMATION DES BÉNÉVOLES

Lorsque vous arrivez dans l'association et tout au long de votre engagement, vous pouvez ressentir le besoin d'être accompagné pour exercer au mieux votre/vos missions.

Diverses formations peuvent être mises à votre disposition pour développer vos compétences et sécuriser votre engagement. Celles-ci peuvent vous être proposées au sein même de notre association, ou par d'autres structures.

## LES FORMATIONS QUE L'ON PROPOSE

**La formation par tutorat** : à votre demande un binôme ou tuteur peut vous être attribué et vous suivra sur les début de votre parcours bénévole.

**La formation en observation** : à votre demande vous pouvez vous joindre à l'équipe de bénévole ou salarié pour les observer sur un rendez-vous/ événement pour mieux comprendre ce qu'il en est et pouvoir vous projeter ou non dans les différentes missions.

**La formation par restitution** : un autres bénévoles ou un salarié a eu l'occasion de prendre part à une formation donnée par un autre organisme et il vous en fait un compte rendu écrit ou oral.

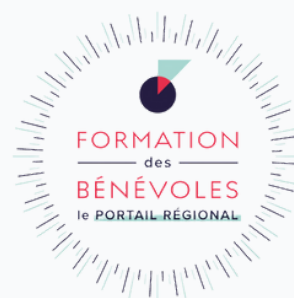
## LE PORTAIL DE FORMATION DES BÉNÉVOLES

Lancé et animé par le Mouvement associatif de l'Île de France, c'est un outil qui a l'ambition de :

- Faciliter l'accès à l'information des bénévoles sur les formations organisées en région.
- Améliorer la participation des bénévoles aux formations.
- Valoriser et rendre visible la diversité et la richesse de l'offre de formation.

Sur ce portail, vous pouvez trouver les formations en ligne ou présentielle proposées par les associations, l'État et les collectivités territoriales.

Du fonctionnement d'une association (financements, communication, numérique, ressources humaines, fonctionnement... ) aux questions de société, tout bénévole peut trouver via le moteur de recherche **les formations adaptées à ses besoins, au plus près de chez soi.**





# VALORISATION DU BÉNÉVOLAT

Valoriser votre expérience en tant que bénévole, c'est la mettre au service de vos projets personnels et professionnels. Les compétences que vous avez développées grâce à votre implication au sein de l'association peuvent être un atout pour vos recherches d'emploi, une reconversion professionnelle ou encore l'acquisition d'un diplôme.

## LE COMPTE PERSONNEL D'ACTIVITÉ (CPA)

Le **compte d'engagement citoyen** (CEC) offre la possibilité, de façon volontaire, de recenser ses activités bénévoles sur la plateforme de services en ligne gratuite du Compte personnel d'activités (CPA). Il permet de bénéficier, sous conditions, d'un forfait de financement sur le CPF (Compte Personnel de Formation), voire de jours de congés payés par l'employeur. L'utilisation de ces droits relève de la liberté individuelle du bénévole.

La durée nécessaire à l'acquisition de ce forfait de 240 € sur votre CPF varie selon l'activité réalisée. Au choix du bénévole, ces heures peuvent servir pour des formations professionnelles ou des formations de bénévole.

- Consulter mon CPA : <https://www.moncompteactivite.gouv.fr><https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34029>
- Le CEC : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F34030>
- Le congé d'engagement : <https://www.demarches.interieur.gouv.fr/associations/conge-exercer-fonction-responsable-benevole-association>

## LA VALIDATION D'ACQUIS DE L'EXPÉRIENCE (VAE)

Depuis 2002, la validation des acquis de l'expérience (VAE) s'est ouverte aux activités bénévoles. Concrètement, cette modalité peut vous permettre d'obtenir tout ou partie d'une certification (diplôme, titre à finalité professionnelle, certificat de qualification professionnelle...) La condition : justifier d'une expérience d'au moins 1 an (1 607 heures continues ou non) dans une activité en rapport direct avec la certification visée.

- Auto-évaluer ses compétences : <https://www.associations.gouv.fr/le-portefeuille-de-competences.html>

# CALENDRIER ÉVÈNEMENTS DE LA MJC RELIEF 2023/2024

## SEPTEMBRE

V 1	
S 2	
D 3	
L 4	
M 5	
M 6	
J 7	
V 8	
S 9	
D 10	forum des asso
L 11	
M 12	
M 13	
J 14	
V 15	
S 16	présentation saison
D 17	
L 18	
M 19	
M 20	
J 21	
V 22	
S 23	Parentalité / Cuisine
D 24	
L 25	
M 26	
M 27	
J 28	
V 29	
S 30	Répar'Truc

## OCTOBRE

D 1	
L 2	
M 3	
M 4	
J 5	
V 6	
S 7	
D 8	
L 9	
M 10	
M 11	
J 12	
V 13	
S 14	Parentalité
D 15	Brunch Sciences
L 16	
M 17	CA
M 18	
J 19	
V 20	Soirée de l'imaginaire
S 21	Cuisine
D 22	
L 23	
M 24	
M 25	
J 26	
V 27	
S 28	
D 29	
L 30	
M 31	Dév. Durable

## NOVEMBRE

M 1	
J 2	
V 3	Podcast
S 4	
D 5	
L 6	
M 7	
M 8	Parentalité
J 9	
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	
M 14	
M 15	Bureau
J 16	
V 17	
S 18	Journée Dév. Durable Répar'Truc
D 19	
L 20	
M 21	
M 22	
J 23	
V 24	
S 25	
D 26	
L 27	
M 28	
M 29	
J 30	

## DÉCEMBRE

V 1	
S 2	Téléthon
D 3	
L 4	
M 5	
M 6	
J 7	
V 8	Soirée de l'imaginaire
S 9	Cuisine
D 10	
L 11	
M 12	
M 13	
J 14	
V 15	
S 16	Répar'Truc
D 17	
L 18	
M 19	CA
M 20	
J 21	
V 22	
S 23	
D 24	
L 25	
M 26	
M 27	
J 28	
V 29	
S 30	
D 31	

## JANVIER

L 1	
M 2	
M 3	
J 4	
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	
M 9	
M 10	
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	
M 16	
M 17	Bureau
J 18	
V 19	
S 20	Parentalité
D 21	Brunch sciences
L 22	
M 23	
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	Parentalité / Répar'Truc
D 28	
L 29	
M 30	

## FÉVRIER

J 1	
V 2	
S 3	Cultures urbaines
D 4	
L 5	
M 6	
M 7	
J 8	
V 9	
S 10	Cuisine
D 11	
L 12	
M 13	
M 14	
J 15	
V 16	
S 17	
D 18	
L 19	
M 20	
M 21	
J 22	
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	
M 27	Parentalité
M 28	
J 29	

# CALENDRIER ÉVÈNEMENTS DE LA MJC RELIEF 2023/2024

## MARS

V 1	
S 2	
D 3	Brunch sciences
L 4	
M 5	
M 6	
J 7	
V 8	
S 9	
D 10	
L 11	
M 12	
M 13	
J 14	
V 15	
S 16	Répar'Truc
D 17	
L 18	
M 19	
M 20	Parentalité / Bureau
J 21	
V 22	
S 23	
D 24	Carnaval
L 25	
M 26	
M 27	
J 28	
V 29	
S 30	
D 31	

## AVRIL

L 1	
M 2	
M 3	
J 4	
V 5	
S 6	Cuisine
D 7	
L 8	
M 9	
M 10	Culture japonaise
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	
M 16	Boot camp expresso
M 17	
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	CA
M 24	
J 25	
V 26	Bal country
S 27	Parentalité / Répar'truc
D 28	
L 29	
M 30	

## MAI

M 1	
J 2	
V 3	
S 4	
D 5	
L 6	
M 7	
M 8	
J 9	
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	
M 14	
M 15	Bureau
J 16	
V 17	
S 18	
D 19	
L 20	
M 21	
M 22	
J 23	
V 24	Expo MJC (nuit au musée) + AG & SEJ (samedi) ou semaine précédente à confirmer
D 26	
L 27	
M 28	
M 29	
J 30	
V 31	

## JUIN

S 1	
D 2	
L 3	
M 4	SEJ ?
M 5	Parentalité
J 6	SEJ ?
V 7	
S 8	Répar'Truc / Village Olympique
D 9	
L 10	
M 11	
M 12	Parentalité
J 13	
V 14	
S 15	Culture du monde / SEJ
D 16	
L 17	
M 18	SEJ ?
M 19	
J 20	SEJ ?
V 21	
S 22	Journée des bénévoles
D 23	
L 24	
M 25	
M 26	Journée des enfants / SEJ
J 27	
V 28	
S 29	Spectacle MJC
D 30	

## JUILLET

L 1	
M 2	
M 3	
J 4	
V 5	
S 6	Expresso
D 7	
L 8	
M 9	
M 10	
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	
M 16	Bazars sonores
M 17	
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	Préparation saison 2024 / 2025
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	
M 31	

### LÉGENDE / LEXIQUE

	MJC fermée
	Stage arts plastiques (6-12)
	Stage jeunes reporters (10-14)
	Vacances
	Évènement long MJC

Parentalité = les différents  
temps forts (brunchs,  
conférences, ateliers,  
discussions)

SEJ = Spectacles en Jardin

CA = Conseil d'Administration

AG = Assemblée Générale

