



GUIDE BÉNÉVOLE

**LABORATOIRE COMMUNAUTAIRE
ALTERNATIF**

LABORATOIRE COMMUNAUTAIRE ALTERNATIF	1
Mot de bienvenue	3
Notre mission	3
Notre vision	3
Nos valeurs	3
Notre local et nos activités	5
Notre présence et notre communauté en ligne	5
Voici où nous trouver :	5
Implication au LAB	6
Participation à un ou des comités	6
Comité direction	6
Comité activités et bénévoles	6
Comité éthique et sécurité	6
Comité communications et marketing	7
Participation aux activités	7
Participation aux formations	7
Participation au conseil d'administration	7
Les responsabilités des bénévoles	8
Les responsabilités du LAB	9
Procédure : Bris des engagements	10
ANNEXE I - Règlements événementiels	12
Règlements événementiels	12
Activités prohibées	15
Activités nécessitant une autorisation	15
ANNEXE II: Règlements généraux	16
ANNEXE III: ENTENTE DE CONFIDENTIALITÉ ET DE NON-DIVULGATION	16

Mot de bienvenue

Le Laboratoire Communautaire Alternatif est heureux de vous accueillir dans son équipe! Voici votre Guide du bénévole: c'est un outil indispensable pour toute personne désirant s'impliquer!
Vous pourrez l'utiliser comme référence à tout moment dans votre cheminement de bénévole.

Notre mission

Le Laboratoire Communautaire Alternatif est un organisme à but non lucratif (OBNL) qui a pour mission de promouvoir une perception positive des communautés BDSM, polyamoureuses et LGBTQIA2S+.

Le LAB promeut une sexualité saine et sécuritaire qui respecte le concept de responsabilité individuelle et de consentement éclairé (RICÉ).

Le LAB est un club social qui organise des activités sociales et éducatives dans un environnement accueillant, inclusif et le plus sécuritaire possible. Ces activités sont organisées par et pour ses membres.

Notre vision

Toutes les actions du LAB visent à contribuer à l'expérimentation, aux découvertes et au développement personnel de ses membres et de ses invité.e.s.

Le LAB vise à améliorer la vision de la sexualité, accroître la reconnaissance et le respect des modes de vie et des identités alternatives dans la Ville de Québec.

Nos valeurs

- **Solidarité**
 - De par nos liens communautaires, nous avons un devoir moral d'assistance mutuelle. Nous aspirons à ce que nos membres soient solidaires entre elleux.
- **Humilité**

- Les membres du LAB ainsi que ses bénévoles et ses responsables reconnaissent leurs limites et leurs capacités de façon réaliste.
- En faisant preuve d'humilité, nous reconnaissons que nous avons toujours plus à apprendre et que cet apprentissage sera favorisé par le contact avec la communauté du LAB.
- **Respect**
 - Le LAB, ses lieux ainsi que ses membres et invité.e.s méritent de la considération et du respect. Nous reconnaissons la valeur intrinsèque des membres de notre communauté.
- **Exploration**
 - Le LAB est un terrain de jeu qui favorise l'exploration individuelle et collective. L'exploration permet aux membres de vivre de nouvelles expériences, pratiques, identités, dynamiques ou configurations interpersonnelles.
 - En faisant preuve de curiosité et d'ouverture d'esprit, nos membres pourront s'épanouir au contact des autres. Ainsi, le LAB encourage ses membres dans leurs développement personnels et sociaux.
- **Équité, Diversité et Inclusion (EDI)**
 - En faisant la promotion d'une perception positive des communautés BDSM, polyamoureuses et LGBTQ+, le LAB vise à vaincre les préjugés multiples que la société entretient à l'égard de ces communautés.
 - Le LAB aspire à être équitable envers ses membres et reconnaît l'importance d'une diversité de points de vue et d'expériences vécues.
 - Le LAB est inclusif des personnes marginalisées, qu'elles soient issues de la diversité sexuelle ou de genre ou qu'elles aient des pratiques, des identités ou des configurations relationnelles alternatives.

Le LAB est un endroit sans jugement qui célèbre la diversité. Le consentement éclairé est obligatoire en tout temps au LAB, pour toute activité et par toutes les personnes impliquées. Le consentement éclairé doit être libre, explicite, informé et lucide. Il est attendu que les membres et les bénévoles du LAB s'expriment de façon courtoise et bienveillante entre eux.

Tout le monde est bienvenu.e, qu'importe son orientation sexuelle et romantique, son identité de genre, sa configuration relationnelle, ses préférences et ses pratiques sexuelles, sensuelles ou BDSM. Nous accueillons des personnes ayant une diversité de croyances, d'expériences vécues, de corps et d'habiletés physiques ou mentales.

Notre local et nos activités

Notre local se situe au 75 rue des Épinettes, local 7, Québec, QC, G1L 1N6.

Nos installations comportent une pièce ouverte multifonctionnelle afin d'organiser des ateliers d'éducation et de prévention, des conférences et présentations diverses ainsi que des activités sociales et artistiques. Un espace communautaire est à la disposition des membres et invité·e·s, comprenant un petit salon, une cuisine et une bibliothèque.

Le local du LAB possède également des espaces de jeux avec diverses stations BDSM et 15 points d'ancrage pour la suspension. Ces espaces servent à organiser des soirées de jeux, des performances, des formations et des pratiques techniques.

Notre présence et notre communauté en ligne

Le LAB est présent sur plusieurs plateformes en ligne, dont Facebook, Fetlife et Discord. Nous avons un site web qui contient de l'information au sujet de l'organisme et vous y trouverez également notre boutique en ligne et notre calendrier. Vous pouvez y accéder pour compléter votre adhésion ou votre renouvellement de carte de membre!

Notre présence en ligne se traduit par l'animation de différents réseaux sociaux et par l'offre de formations et d'activités sociales virtuelles.

Voici où nous trouver :

[Groupe Fetlife du LAB](#)

[Groupe Facebook du LAB](#)

[Discord du LAB](#)

[Site web du LAB](#)

Vous pouvez nous contacter par courriel : labcommunautairealternatif@gmail.com

Implication au LAB

Un.e bénévole est une personne qui contribue à la mission du LAB en donnant de son temps, que ce soit en contribuant aux activités, aux formations, aux comités ou au conseil d'administration.

Les bénévoles sont là de façon volontaire. Le temps donné à l'organisme est libre, et un.e bénévole peut décider d'être là de façon occasionnelle, sur appel, ou selon certaines activités précises. Ces bénévoles doivent quand même suivre ce guide.

Participation à un ou des comités

Il existe quatre comités. Les comités peuvent être composés de n'importe quel membre du LAB. Un.e membre du conseil d'administration est responsable de transférer l'information importante en lien avec les comités au conseil d'administration.

Comité direction

Le comité direction est avant tout un comité d'orientation. Il coordonne la création de propositions pour le CA en lien avec les sujets suivants :

- La planification stratégique;
- Le membership;
- Les règlements généraux;
- Les procédures administratives et la gestion financière.

Comité activités et bénévoles

Le comité activités et bénévoles élabore le calendrier des activités du LAB, désigne les organisateur.trice.s d'événement et met en place les canaux d'organisation d'activité.

Les organisateur.trice.s d'événement n'ont pas besoin de faire partie du comité. Le comité coordonne la communication avec les différent.e.s organisateur.trice.s et peut les inviter à assister aux réunions au besoin.

Le comité se charge de trouver des organisateur.rice.s et des bénévoles pour organiser, animer et rendre possible diverses activités ludiques et éducatives et de maintenir la communication et l'engagement avec les bénévoles.

Comité éthique et sécurité

Le comité éthique et sécurité s'assure d'identifier et discuter des enjeux éthiques et des enjeux de sécurité entourant les activités du LAB ainsi que son organisation et d'élaborer des propositions de règlements et de procédures. Il s'assure également de coordonner la formation et la désignation des DMs/anges gardien.ne.s et des modérateur.rice.s.

Comité communications et marketing

Gérer la communication directe avec le public

- Coordonner les bénévoles pour
 - répondre aux messages sur les différentes plateformes;
 - faire des publications éducatives et informatives en lien avec la mission du LAB.

Élaborer et mettre en oeuvre la stratégie marketing

- Afficher et promouvoir les événements sur les réseaux sociaux ou autrement (en collaboration avec le comité "activités et bénévoles");
- Travailler en coordination avec le comité direction pour le visuel et la mise en marché de la marchandise;
- Planifier, mettre en ligne et maintenir le site web.
- Organiser des campagnes de financement et mettre en oeuvre des projets de financement;

Participation aux activités

Le LAB organise diverses activités dans lesquelles les bénévoles peuvent s'impliquer de différentes façons selon les cas: l'implication en tant que moniteur.trice de donjon (DM), poste d'accueil, montage démontage des salles, organisation d'activités, participation au comité activités, animation d'activités en ligne, et bien d'autres.

Participation aux formations

Le LAB offre des formations sur différents sujets. Nos bénévoles peuvent aider à présenter des formations déjà existantes ou aider à en créer de nouvelles.

Participation au conseil d'administration

Les membres du conseil d'administration sont élu.e.s par les membres du LAB lors des assemblées générales. Il y a sept membres dans le conseil d'administration et les mandats sont de deux ans. Toutes les membres du conseil d'administration sont administrateur.trice.s. De plus, il existe le rôle de présidence, vice-présidence, secrétariat et trésorerie. Le conseil se rencontre une fois par mois pour voter les propositions et discuter de points en lien avec l'administration de l'organisme.

Les responsabilités des bénévoles

Les bénévoles s'engagent à :

- Adhérer à la mission et aux valeurs de l'organisme;
- Respecter le fonctionnement de l'organisme et ses règlements généraux et événementiels;
- Signer et respecter l'entente de confidentialité et de non-divulgence¹;
- Se conformer aux objectifs du ou des comités auquel iel participe et assurer de façon efficace son activité et ses tâches;
- Effectuer ses tâches selon les délais et horaires définis;
- Se tenir au courant des dossiers dans lesquels iels s'impliquent;
- Être respectueux envers les bénévoles et les membres;
- Adopter une attitude bienveillante et non-violente;
- Adopter un esprit d'ouverture et de collaboration avec l'équipe;
- Participer aux formations proposées.

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. Lia bénévole doit alors remettre sa clé, s'iel en a une, s'assurer que le LAB a accès aux documents à son nom et sera retiré des plateformes de travail tel le Slack, le Trello, le GoogleDrive, et autre.

¹ Référez vous à l'annexe III pour le formulaire d'entente de confidentialité et de non-divulgence.

Les responsabilités du LAB

Le LAB s'engage à l'égard de ses bénévoles :

1. En matière d'information :
 - a. À les informer sur les objectifs de l'organisme, le fonctionnement, les différents services et la répartition des principales responsabilités ;
 - b. À faciliter les rencontres avec les responsables, les autres bénévoles, les membres et les participant.e.s.

2. En matière d'accueil et d'intégration :
 - a. À les accueillir et à les considérer comme des collaborateur.trice.s à part entière ;
 - b. À leur confier des activités en regard de leurs compétences, leurs motivations et leurs disponibilités ;
 - c. À définir ensemble les activités, tâches et responsabilités.

3. En matière de gestion et de développement de compétences :
 - a. À assurer leur intégration et leur formation au besoin ;
 - b. À offrir une écoute en cas de difficultés en lien avec l'implication.

Le LAB se réserve le droit d'interrompre l'activité d'un.e bénévole en respectant des délais de prévenance raisonnables, à moins de circonstances particulières. Lia bénévole doit alors remettre sa clé, s'il en a une, s'assurer que le LAB a accès aux documents à son nom et sera retiré des plateformes de travail tel le Slack, le Trello, le GoogleDrive, et autre.

Procédure : Bris des engagements

Être bénévole au LAB est un privilège. Ce privilège peut vous être révoqué à la discrétion du conseil d'administration lors de certaines situations problématiques ou si vous ne respectez pas vos engagements.

Procédures lorsqu'un.e bénévole ne respecte pas ses engagements :

- Un rappel va être effectué au bénévole en lien avec ses engagements à respecter.
- Après plusieurs rappels, si la problématique continue, la personne peut se faire révoquer son privilège de bénévole, selon une décision du CA.
- S'il y a conflit entre deux bénévoles, il est de votre responsabilité d'en discuter avec bienveillance entre vous. Si cette discussion n'a pas résolu la situation, vous pouvez contacter les responsables des comités ou les membres du CA, qui vont intervenir.
- Si vous avez vécu une agression sexuelle, un bris de consentement ou toute autre forme de violence de la part d'un.e bénévole, vous pouvez écrire votre témoignage à l'équipe de gestion de cas qui prendra en charge cette situation : temoignage@labcommunautairealternatif.org
- Si le conflit est entre un.e ou des responsables de comités ou un.e membre du CA et un.e bénévole, vous devez faire intervenir une tierce personne s'il y a situation d'abus de pouvoir. La personne en position de pouvoir peut aviser le CA de la situation mais n'a pas un droit de décision si le CA doit décider des conséquences.
- Le CA doit décider des conséquences à appliquer en fonction de la situation. La décision doit être prise dans un délai de 30 jours.

Perdre son rôle de bénévole ne signifie pas nécessairement que la personne perd son privilège de membre. Si la personne a enfreint un règlement du LAB le CA doit

procéder à une inspection de la situation afin de déterminer si ses autres privilèges de membre sont révoqués.

ANNEXE I - Règlements événementiels

Règlements événementiels

- **Vous devez avoir 18 ans pour participer à tout événement organisé par le LAB.** Une carte d'identité valide peut être demandée pour confirmer votre âge.
- **La consommation d'alcool et de drogue est interdite à l'intérieur et sur le terrain extérieur du LAB.** Si vous montrez des signes d'intoxication, nous nous réservons le droit de vous expulser et de vous interdire l'accès aux futurs événements.
- **Offrir ou accepter des services de nature sexuelle contre de l'argent est strictement interdit.** Ceci inclut, mais n'est pas limité au travail du sexe et aux services de domination et de soumission professionnels.
- **Tout objet ressemblant à une arme à feu est interdit,** peu importe sa composition ou sa couleur.
- **Il est interdit de fumer à l'intérieur du LAB. Ceci inclut les cigarettes, les vapoteuses et toute forme de cannabis.** Si vous fumez à l'extérieur, vous devez vous tenir à 9 mètres de l'établissement. Veuillez disposer de vos mégots proprement et non sur le terrain ou en face du bâtiment.
- **Vous devez être habillé de façon vanille à l'extérieur du bâtiment,** incluant lors de votre arrivée et de votre départ ainsi que lors de sorties temporaires pour fumer ou prendre l'air. Cela veut dire une tenue conventionnelle qui n'indique en rien la nature sexuelle ou BDSM des activités du LAB.
- **Les actes sexuels ne sont pas tolérés autour du bâtiment ni dans la zone de stationnement.** Ceci inclut tout type de jeu BDSM, sexuel ou autre.

- **N'attachez rien au plafond ni sur les murs.** Seuls les points d'ancrage approuvés peuvent être utilisés pour de la suspension.
- **Ne déplacez aucun équipement ni ameublement** sans l'autorisation d'un.e bénévole responsable .
- **Ramassez-vous !** Que ce soit dans les espaces communs, la salle de bain ou les zones de jeux.
- **Les équipements doivent être désinfectés après chaque utilisation.** Des serviettes désinfectantes sont à votre disposition.
- **Lorsque vous êtes nu.e.s, utilisez une serviette ou une barrière pour vous asseoir ou vous coucher sur notre mobilier.**
- **Vous devez uniquement vous stationner dans les rues avoisinantes du local.** Les stationnements sur le terrain du LAB sont réservés à d'autres locataires du bâtiment.
- **Le safeword du LAB est “rouge”.** Les moniteur.trice.s de donjon (DM) interviennent si ce safeword n'est pas respecté.
- **Respectez la confidentialité des membres du LAB. Évitez de dévoiler le vrai nom des membres.** Lorsque quelqu'un.e se présente avec un surnom, utilisez-le. Nous vous demandons de ne pas donner de détails de ce que vous avez vu au LAB qui pourrait permettre d'identifier une autre personne sans son autorisation.
- **L'utilisation des téléphones cellulaires, d'ordinateurs, de tablettes et tout autre outil de communication électronique ne sont pas permis dans les zones de jeu.** Tout appareil doit être en mode silencieux. Cette règle n'est pas applicable pour les bénévoles responsables.
- **Les photos et les enregistrements audio/vidéo sont interdits** sans l'autorisation des personnes présentes dans la photo ou la vidéo (ceci inclut les personnes qu'on peut entendre dans la vidéo).
- **Seuls les animaux accompagnateurs sont autorisés lors d'un événement.**

- **La masturbation solitaire et la masturbation "voyeuriste" sont interdites** à moins que les règlements d'un événement autorisent ce type d'activité.
- **Une seule personne à la fois est autorisée à utiliser la salle de bain**, à moins qu'une assistance particulière soit requise et demandée. Nous n'autorisons aucun jeu ni sexe dans la salle de bain. Toute utilisation de la douche devra faire l'objet d'une approbation de l'organisateur.rice.
- **Le sécurisexe est hautement recommandé.** Nous offrons gratuitement des condoms, des gants, des digues et du lubrifiant. Le LAB encourage ses membres à effectuer régulièrement des dépistages d'ITSS et à communiquer ouvertement ces résultats avec leurs partenaires.
- **Ne marchez jamais à travers un espace de jeu occupé ni entre des personnes qui jouent.** Lorsque vous passez près d'une scène, soyez sur vos gardes afin d'éviter toute blessure accidentelle.
- **N'interrompez pas les personnes qui sont engagées dans une relation sexuelle ou dans une scène.** Vous devez demander préalablement l'autorisation de toute personne impliquée pour vous y joindre.
- **Les discussions bruyantes peuvent déranger les joueur.euse.s.** Le chuchotement est conseillé lorsque vous vous situez à moins de 4 mètres d'une scène.
- **Vous pouvez regarder de façon respectueuse les scènes qui se déroulent dans les espaces de jeux publics.**
- **Une fois votre scène terminée, veuillez vous déplacer pour libérer les stations de jeux afin d'effectuer votre aftercare.**

Si vous avez l'impression que certaines règles ne sont pas respectées, veuillez en aviser un.e DM ou un.e bénévole responsable de l'événement.

S'il vous plaît, dans la mesure du possible, n'intervenez pas directement et laissez les responsables faire leur travail.

Activités prohibées

- Les jeux de scatophilie;
- L'asphyxie autoérotique;
- Toute forme d'*edgeplay* pouvant mettre à risque des personnes non impliquées dans la scène de contracter des ITSS (par exemple, jeux avec éclaboussures de fluides corporels).

Activités nécessitant une autorisation

Certaines activités sont prohibées à moins d'obtenir l'autorisation à l'avance de l'organisateur.trice de l'événement ou des DMs en poste.

Il est préférable de demander l'autorisation le plus tôt possible, idéalement plusieurs jours avant l'événement. L'autorisation est valide uniquement au moment convenu avec les DMs et n'est pas transférable à un autre moment ou événement.

- **Jeux de respiration (breathplay)**
- **Jeux avec couteaux (knife play)**
- **Jeux de sang (blood play)**
- **Jeux d'attaque, de résistance ou de sexe forcé consenti (consent non-consent)**
- **Jeux bruyant, potentiellement dérangeant ou salissant**

ANNEXE II: Règlements généraux

Les membres sont invités à lire et respecter les règlements généraux de l'organisme qui peuvent être trouvés ici:

📄 B - 04 - RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX DU LAB - ACCEPTÉS 1ER SEPT 2021.pdf

ANNEXE III: ENTENTE DE CONFIDENTIALITÉ ET DE NON-DIVULGATION

Toutes les bénévoles doivent signer et respecter l'entente de confidentialité:

<https://forms.gle/wUFqu1jYKypuWYFD7>