



Vie quotidienne

Par Louise Fèvre



Je suis bénévole et j'aime ça !

En France, plus de 12 millions de bénévoles œuvrent dans le milieu associatif. Avec quelques heures à donner par jour ou par mois et quelles que soient vos compétences, il existe une activité dans laquelle vous impliquer : le sport, la culture, l'humanitaire, la santé, la défense des animaux ou l'éducation... À vous de choisir.

Le bénévolat comme facteur de lien social

« Chaque Français devrait être un bénévole, c'est une question de survie de notre société », répète Jean-Louis Sanchez, directeur de l'Observatoire national de l'action sociale décentralisée (Odas). S'investir et se rendre utile à l'heure où l'on ne parle que de crise et de faillite sociale est une manière de lutter et de voir le verre à moitié plein. Si les petits ruisseaux font les grandes rivières, alors, il est temps de regarder avec un œil neuf et optimiste toutes les bonnes volontés qui aident leur prochain. Aujourd'hui, de plus en plus de jeunes et d'actifs se sentent investis d'une mission de solidarité. Le bénévolat permet d'exprimer sa véritable nature et de donner une nouvelle dimension à sa vie.

Des chiffres à la hausse

Le baromètre de la générosité ne cesse de monter d'année en année, avec un pic régulier chaque hiver. La moitié des Français donne de l'argent (2,3 milliards d'euros annuels), des vêtements, de la nourriture, ceci une fois par an au minimum. On compte aujourd'hui en France plus de 800 000 associations ; c'est dans les domaines de la culture et du sport que la progression est la plus nette en matière de création d'associations. Quels que soient leurs domaines d'intervention, 84 % d'entre elles ne fonctionnent qu'avec des bénévoles.

Du temps, mais pour faire quoi ?

Il faut en tout état de cause tenir compte de vos goûts,

de votre disponibilité, de votre savoir-faire et pour certains bénévoles, de votre résistance morale. Un entretien préalable sera nécessaire avec l'équipe en place avant vos débuts, mais posez-vous, de toute façon au préalable quelques questions :
 Dans quel domaine ai-je envie de m'impliquer ? Suis-je moralement assez résistant(e) ?
 Ai-je envie de travailler seul(e) ou pas ?
 Ai-je envie d'être sur le terrain ou plutôt dans les bureaux ?
 Suis-je vraiment disponible et pendant combien de temps ? Pourra-t-on compter sur moi durablement ?...

Témoignage

Louis, adolescent passionné d'animaux témoigne :
 « J'habite Belfort et je promène tous les mercredis les chiens de la SPA de ma ville. Avant de commencer ce bénévolat, je me suis posé de nombreuses questions sur la régularité de ce temps libre car pour moi, il n'était pas question de décevoir les chiens qui se sont habitués à moi et qui m'attendent ». Une forme d'engagement moral en quelque sorte.

De la motivation, mais pas que...

Souvent, la véritable raison au désir d'aider notre prochain est inconsciente et se joue autour de la réparation de son histoire personnelle. Que ce soit une culpabilité ancienne, une dette à acquitter, un manque à combler... Ce n'est pas un obstacle si on est au clair avec soi-même et qu'on est là réellement pour l'autre et non pour soi. Il faut savoir que la seule bonne volonté ne suffit pas pour être un bénévole efficace. Il faut également posséder une qualité d'écoute, de l'empathie, un équilibre affectif et la capacité de rester à la « bonne distance » pour laisser toute la place à celui qu'on vient aider. Le bénévolat ne sert en aucun cas de faire-valoir, ni à se donner bonne conscience, ni à régler ses propres conflits intérieurs, ni à réparer un deuil mal vécu. Par exemple, quand une personne qui a perdu un proche d'un cancer éprouve le besoin immédiat d'aider des malades du cancer, il est préférable d'envisager ce projet une fois son travail de deuil achevé. Il faut se souvenir que pour être bien avec l'autre, il faut être bien avec soi-même.
 Le bénévolat ne doit pas déstabiliser mais favoriser l'épanouissement de ceux qui s'y engagent. C'est une relation gagnant-gagnant qui doit s'instaurer. Si ce n'est pas le cas, mieux vaut trouver un moyen différent de soutenir autrui : donner de l'argent, des vêtements, des vivres, se proposer pour un accompagnement scolaire... L'important, c'est d'aider !

Le remerciement : bien plus que de l'argent

La rémunération du bénévole n'est pas financière, cependant elle existe. Tous les bénévoles en témoignent : ils reçoivent plus qu'ils ne donnent. Lorsqu'on donne ou lorsqu'on se donne aux autres avec générosité, on termine sa journée avec une impression de richesse intérieure immense. On ne gagne pas d'argent, mais on reçoit autrement. La dimension de plaisir et d'épanouissement est donc toujours présente. Le bénévole fait le don de ses capacités, mais il en retire une identité,



LES MISSIONS À L'ÉTRANGER

Les missions humanitaires sont ouvertes à tous. Les bénévoles n'ont souvent besoin d'aucune qualification particulière pour apporter leur aide à des populations défavorisées en Afrique, Asie, Amérique Latine et Europe de l'Est... Si vous êtes un tant soit peu aventurier, enthousiaste et ouvert à d'autres cultures, des sourires vous attendent pour vous dire « merci » ! La majorité des missions vise à aider des enfants (orphelins, enfants des rues, enfants handicapés), mais il y a également d'autres publics en attente d'aide aux quatre coins de la planète.

Ainsi, l'écovolontariat à l'étranger consiste à s'engager bénévolement pour la nature, l'environnement et les animaux sauvages. Les écovolontaires aident dans de nombreux écosystèmes - jungle amazonienne, steppes africaines, récifs coralliens et autres - en Afrique, Amérique Latine, Asie... Aux côtés de partenaires locaux, ils préservent la faune et la flore, en replantant des mangroves, en menant des études de biodiversité, en œuvrant dans l'éducation à l'environnement ou en promouvant l'agriculture biologique. Tous les amoureux de la nature et des animaux sont attendus, sans qualification particulière.

Se renseigner : Fondation de France, La Porte ouverte, Fondation Claude Pompidou, www.jeveuxaider.com, ...

une satisfaction qui ont une valeur en termes de reconnaissance sociale. Pour Jacqueline, bénévole au Secours Populaire de Lyon : « Ma satisfaction, c'est de réussir à les vêtir suffisamment pour l'hiver, surtout les enfants. Et puis, préparer les jouets de Noël, c'est presque faire la fête en famille. »

Le profil du bénévole

Le bénévole porte « une autre casquette » dans sa vie de tous les jours ; il peut être salarié, retraité, chef d'entreprise, exercer une profession libérale, chômeur, étudiant, militaire, élu local, agent public... Globalement, les femmes sont plus engagées que les hommes et la majorité des bénévoles a plus de 35 ans. Les enseignants sont très présents dans la culture et l'éducation, tandis que les cadres moyens se retrouvent plutôt dans le militantisme et le sport. Enfin, les employés sont plus éclatés mais bien présents dans la santé, les loisirs et le sport. Les chefs d'entreprises sont sur-représentés dans les secteurs de la défense des intérêts économiques, les professions libérales dans l'action humanitaire et la santé, et les cadres supérieurs dans l'action sociale, l'éducation et le militantisme.

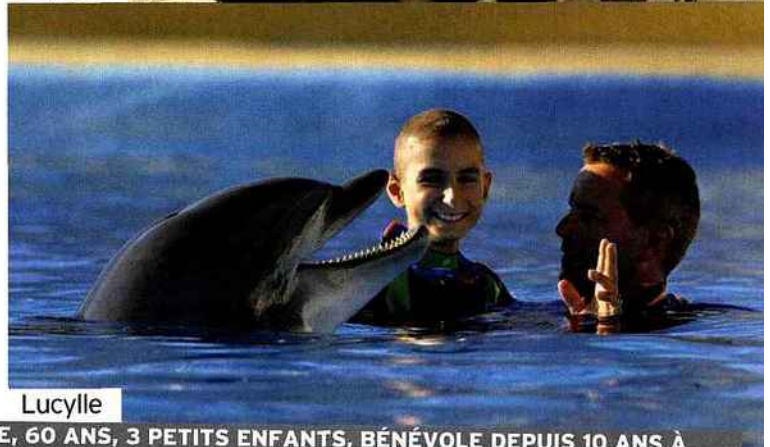
Toutefois, les bénévoles dirigeants d'associations restent majoritairement des hommes (54 %), même si le nombre de femmes progresse sensiblement. De même, les dirigeants sont plus souvent âgés du fait de leur expérience, de leur disponibilité et de leur attachement à l'association dont ils sont parfois les fondateurs. Mais les associations créées récemment font une plus large place à des jeunes dirigeants bénévoles. Alors quel que soit votre âge, si l'aventure vous intéresse, il y a forcément une association qui sera heureuse d'accueillir votre sourire et votre implication. ■



Abel



Baptiste



Lucille



GENEVIÈVE, 60 ANS, 3 PETITS ENFANTS, BÉNÉVOLE DEPUIS 10 ANS À L'ASSOCIATION PETITS PRINCES

« J'ai toujours été une femme active. A l'aube de mes 50 ans, j'étais en quête d'une nouvelle expérience professionnelle. Ma situation familiale me permettait de travailler en tant que bénévole. L'idée même de pouvoir apporter à des enfants malades du rire, des sourires, et de la joie, comme j'ai toujours essayé de le faire dans ma propre famille, m'enthousiasmait. Réaliser les rêves des enfants malades, c'est les inciter à trouver au plus profond d'eux-mêmes le dynamisme pour aller de l'avant. Quoi de plus encourageant que de voir un enfant malade croire à nouveau en l'avenir ! 10 ans après, me voilà grand-mère de 3 petits enfants, ma vie est comblée et je trouve dans leurs regards combien la relation est forte entre générations. Je partage mon temps entre ce rôle merveilleux de grand-mère attentive et mon engagement de bénévole 2 jours par semaine au sein de l'Association Petits Princes. J'ai toujours autant de plaisir à organiser les rêves des petits princes et princesses et à découvrir leurs passions ! Ce que je trouve formidable, c'est qu'on permet à un même enfant de réaliser plusieurs rêves tout au long de son parcours médical ; au fil de ses rêves, on construit avec lui et sa famille une véritable histoire. Depuis 25 ans, ce sont plus de 4 000 rêves qui ont été réalisés pour 1 600 enfants et adolescents malades par les bénévoles de l'Association Petits Princes. Quelle aventure incroyable ! »