



bons plans

2 Je réfléchis sur les causes qui me tiennent à cœur et sur ma résistance morale

C'est important de s'engager auprès d'une association dont la cause nous touche vraiment. C'est le meilleur moyen de rester motivée et de poursuivre son action. Il faut aussi cogiter sur ce que l'on sera prête à accepter en termes de souffrance, afin de s'orienter vers quelque chose dont on est capable. Certaines d'entre nous, ne pourront pas supporter la maladie alors que pour d'autres ce sera la souffrance d'un enfant qui sera insoutenable.

1 Je m'interroge sur mes motivations : pourquoi je veux aider?

Il faut que la démarche soit altruiste. Vous recevrez beaucoup et apprendrez énormément, mais il faut le faire par pure générosité et pas pour combler un manque ou parce qu'on s'ennuie, encore moins pour se faire mousser. Être bénévole n'est pas une thérapie, ni la solution à vos problèmes perso. Ce qui est sûr, c'est que le fait de vous sentir utile, d'aider les autres et de participer à l'amélioration de certains aspects de la société vous grandira et vous apportera beaucoup de satisfaction. C'est une expérience humaine très enrichissante, tous les bénévoles vous le diront.

3 Je tiens compte de mon savoir-faire et de mes qualités

La aussi, il faut se diriger vers quelque chose dont on est capable, même si, au fur et à mesure de votre expérience, vous allez acquérir de nouvelles connaissances et améliorer vos qualités humaines. Si vous voulez donner des cours de soutien scolaire, par exemple, il faut avoir un bon niveau et de la patience. Si vous vous rendez au chevet de malades, vous aurez besoin d'un discours optimiste ! Quel que soit votre public, il faudra vous montrer tolérante, et bienveillante, c'est la moindre des choses pour aider quelqu'un !

Je voudrais être bénévole

Vouloir aider les autres c'est une super idée, mais ce n'est pas une décision qu'on prend à la légère. On fait le point sur sa motivation et ses envies puis on saute le pas ! PAR STEPHANIE LACHENAUD

4 J'évalue le temps que je peux réellement y consacrer

Mieux vaut miser sur une fois deux heures par semaine et s'y tenir, que de planifier des demi-journées et ne pas assurer par manque de temps. On ne vous reprochera jamais de ne pas consacrer assez de temps. Chacun fait ce qu'il peut. Par contre, une des règles d'or du bénévolat, c'est de venir régulièrement et d'agir avec sérieux. À partir du moment où vous vous engagez auprès d'une asso, des gens comptent sur vous et ont besoin de vous ! C'est une responsabilité.

5 Je suis mineure?

Ce n'est pas un problème, mais vous êtes censée agir avec l'accord de vos parents (parfois on vous demandera une autorisation écrite). Renseignez-vous auprès de l'association pour savoir s'ils acceptent les mineurs. Cela dépend souvent du type d'activités de l'organisme. Vous ne pourrez pas rendre visite à un prisonnier avant 21 ans, mais vous pourrez participer à des actions de sensibilisation aux droits et conditions de vie des enfants dans le monde, par exemple. À partir de 16 ans, on peut aussi jouer un rôle dans le fonctionnement de l'asso. Exemples d'âge de recrutement : Croix rouge des 12 ans, Unicef des 15 ans, Secours populaire des 16 ans, WWF des 18 ans.

6 Je pose toutes les questions que j'ai dans la tête avant de m'engager

Une fois que vous avez déterminé quel organisme vous aimeriez aider, prenez contact avec eux et passez les voir. Le plus souvent, on cherchera à évaluer votre motivation au cours d'un entretien informel. Profitez-en pour poser toutes vos questions et discuter avec des bénévoles déjà présents. Si vous avez un doute, participez à une action ponctuelle avant de vous engager. Et si ça ne suffit pas à vous convaincre, renouvelez l'opération ! Il faut que vous soyez sûre du bien-fondé de votre décision ! Il vaut mieux prendre un peu de temps avant de s'engager que de laisser tomber au bout de deux mois. C'est une de vos premières décisions en tant que citoyenne. Ça mérite réflexion !

7 Je fouille sur le Web

Plusieurs sites sont des mines d'infos pour trouver l'asso de vos rêves près de chez vous. Ils recensent aussi les différents événements prévus et informent sur le besoin en bénévoles d'associations en particulier. Si ce n'est pas toujours le cas d'une association de quartier, les organismes nationaux ou internationaux ont tous un site sur lequel vous pourrez piocher pas mal de renseignements propres à leur fonctionnement : www.jeveuxaider.com, www.francebenevolat.com, www.espacebenevolat.com