

SOLIDARITÉ

Bénévolat

LES PETITES MAINS
DE L'OMBRE

SANTÉ
La sclérose
en plaques

PRÉVENTION
Jamais sans
mes écrans

ÉCONOMIE
Le sel
de Camargue

Bénévolat : les petites mains de l'ombre

midi MUT

POUR S'INVESTIR DANS LE BÉNÉVOLAT

• Association France bénévolat

Créée en 2003 à partir de la fusion du Centre national du volontariat et de Planète solidarité, France bénévolat poursuit l'objectif d'aider le bénévolat en développant plusieurs missions : assurer la relation entre bénévoles et associations, accompagner les associations dans l'animation de leurs bénévoles, Association d'intérêt général, elle a été reconnue d'intérêt public par décret du 22 janvier 2010. L'engagement citoyen des individus doit se transformer, selon ses promoteurs, en une expérience épanouissante pour la personne.

<https://www.francebenevolat.org/>

• Tous bénévoles

Plate-forme bénévole en ligne. Tous bénévoles propose plus de 7 000 missions dans plus de 2 500 associations dans des secteurs très variés. Les associations déposent directement en ligne leurs offres de bénévolat et peuvent entrer en relation avec les demandeurs inscrits. En 2016 elle a pu générer plus de 9 000 contacts entre associations et bénévoles. Un guide du bénévole en ligne cible les recherches correspondant aux attentes des futurs candidats au bénévolat.

<https://www.tousbenevoles.org>

4 BONNES RAISONS DE S'INVESTIR DANS LE BÉNÉVOLAT

Être utile au service d'une cause

Pour mettre fin à la sensation de n'être qu'un pion parmi d'autres et être enfin utile à quelque chose, l'engagement social et sociétal, à travers le prisme du bénévolat, procure un sentiment de satisfaction immédiat, redore l'estime de soi.

S'ouvrir aux autres en se retrouvant soi-même

Le travail et les occupations quotidiennes laissent peu de temps à la réalisation d'envies, à la satisfaction de plaisirs personnels. Au sein d'un groupe, on peut se faire plaisir tout en allant à la rencontre des autres et en étant utile.

Acquérir des compétences

Quels que soient les parcours professionnels et les profils psychologiques, chacun peut apporter une contribution personnelle, ajouter sa pierre à l'édifice d'une cause commune. En même temps, cette nouvelle expérience peut être l'occasion d'apprendre par les autres ce que l'on n'a pas acquis par soi-même.

Pour le bénévolat lui-même

La souplesse de fonctionnement que laisse, normalement, une activité bénévole au sein d'une association contraste avec les contraintes horaires imposées par le travail fixe à heures régulières. Une bouffée d'air pur pour s'éloigner de la rigueur du quotidien.

Besoin de partage

On retrouve le même type de raisonnement dans la réflexion de Victor-Hugo Espinosa, président de l'association marseillaise l'Air et Moi (www.lairetmoi.org). La structure réalise un gros travail d'éducation en direction des jeunes sur la pollution atmosphérique en particulier et l'écologie en général. « Un bénévole a besoin d'écoute, il vient participer à la vie d'une association pour une raison précise, personnelle, qui ne regarde que lui. À nous de savoir canaliser ses compétences, de décrypter ses envies, pour que tout le monde soit gagnant et s'investisse sur le long terme. Le bénévolat implique d'avoir envie de faire ensemble. Et ensemble, on se motive mutuellement pour trouver de l'énergie ».

Outre cela, il faut savoir faire preuve aussi de reconnaissance une fois que le travail est correctement accompli. Une attention à laquelle les bénévoles sont sensibles : « J'ai aujourd'hui plus de reconnaissance à Marseille. Autrement que dans mon ancien travail » constate Patrick, ingénieur SNCF à la retraite. Un compliment qui va bien sûr droit au cœur de la présidente, Victor-Hugo Espinosa replace l'aspiration au bénévolat dans le contexte d'une société où deux choix fondamentaux se font face : « On est toujours tiraillé entre l'avoir et l'être. Avec le bénévolat, on donne une place importante à l'être et au besoin de partage, en mettant de côté l'avoir. » Être soi-même en fait, tout en étant au service des autres.

Pierre FOURNIER

Offrir du temps disponible au service d'une cause ou d'une action, c'est le but poursuivi par le bénévolat. Tous les candidats sont les bienvenus, quels que soient leurs profils !

Frank avait cette idée en tête depuis longtemps. Il s'était promis que dès qu'il serait à la retraite, il consacrerait une bonne partie de son temps libre à une association caritative. Ce sera bientôt chose faite : « J'ai un peu de temps devant moi, aujourd'hui, j'ai envie d'être utile ». À 63 ans, cet ancien cadre dans une grande industrie du secteur aéronautique cherche aujourd'hui à prêter main forte à une association dans la région de Cannes, où il s'est installé avec sa femme pour ses vieux jours. Même si son choix n'est pas totalement arrêté sur la nature de son activité, « Je vois faire le tour de ce qui existe, en essayant de trouver quelque chose qui soit en rapport avec mes compétences et mon savoir-faire ».

Depuis le mois de décembre, Camille, elle, apporte son savoir-faire à une structure marseillaise qui œuvre pour la défense de l'environnement. « Cela fait longtemps que j'y pense, je me consacre à la lecture de documents et à des recherches. Je voulais trouver une occupation en dehors de mon travail. J'ai eu la chance de rencontrer des gens intéressants venus d'horizons différents et de trouver une ambiance qui me convenait. Pour une première, à 33 ans, c'est plutôt une bonne expérience ».

Comme Frank et Camille, ils sont nombreux à vouloir s'investir dans l'aventure du bénévolat. Autour de 16 millions de personnes, selon les chiffres du ministère de l'Éducation nationale et de la jeunesse. « Se sentir utile et faire quelque chose pour autrui est le moteur de ces bénévoles qui s'impliquent dans des domaines aussi divers que le sport, la culture ou les loisirs, l'humanitaire, la santé ou l'action sociale, la défense des droits ou encore l'éducation » peut-on lire sur le site internet du même ministère. Selon une étude réalisée par Lionel Prouteau (« Le bénévolat en France en 2017, état des lieux et tendances »), il apparaît que « 46 % des participations bénévoles sont concentrées

dans les domaines du sport, de la culture et des loisirs ». La notion d'accomplissement de soi et de plaisir personnel est importante dans cette démarche. « Il n'y a pas de bénévolat s'il n'y a pas de notion de plaisir », confirme Marianne Ruelle, à la tête de l'association Marseille Autrement (www.marseille-autrement.fr), elle propose aux nouveaux venus de poser un autre regard sur sa ville de cœur, de curiosité, tout en s'appuyant sur un réseau étendu de bénévoles. « La première chose que je demande quand un futur bénévole veut proposer ses services c'est : « Qu'est-ce que vous voulez faire ? ». Il faut qu'un bénévole puisse s'épanouir dans les activités où il veut s'investir ».



PHOTO: MARSEILLE AUTREMENT

Cette femme au tempérament dynamique sait qu'on doit être attentif au bien-être des nouveaux venus. « Des bénévoles, ça se coordonne, ça ne se mange pas, dit-elle en connaissance de cause puisqu'elle se consacrait dans son ancien job aux ressources humaines. On doit faire preuve de délicatesse, de prudence, on doit être constamment à leur écoute ».



Randonnées avec l'association (Marseille Autrement)