

L'engagement bénévole des seniors : rôle sociétal et bien-être

Dominique Thierry,
président d'honneur
de France Bénévolat.

L'étude France Bénévolat [1] menée début 2016 permet d'estimer qu'il y a environ 13,2 millions de bénévoles dans les structures associatives, soit 25 % de la population de plus de 15 ans (39 % si l'on intègre toutes les formes de bénévolat). La proportion des Français de moins de 35 ans bénévoles dans des associations progresse très régulièrement au cours des trois enquêtes menées entre 2010 et 2016.

Certes, « l'effet retraite » entraîne une progression du taux d'engagement de l'ordre de 10 points à partir de 65 ans, et une part importante des dirigeants associatifs sont des retraités. Cependant, la proportion des bénévoles de plus de 65 ans se tasse régulièrement – moins 0,5 point par an depuis 2010 – pour atteindre, en 2016, 34,6 % (ils étaient 38 % en 2010). Ce constat tord le cou à la fausse idée reçue selon laquelle il n'y aurait que des retraités parmi les bénévoles.

France Bénévolat avance trois explications possibles à ce tassement, probablement combinées¹ :

- les conséquences du durcissement des conditions de départ en retraite... et d'une entrée dans le marché du travail plus difficile. Les nouveaux retraités ne sont plus les enfants des Trente Glorieuses qui se sentaient redevables envers la société... ;
- une certaine concurrence entre la solidarité externe et la solidarité familiale – les nouveaux retraités sont une génération-charnière, extrêmement solidaires de leurs ascendants, de leurs enfants et de leurs petits-enfants... – et aussi la nécessité de continuer de travailler pour compenser des retraites faibles ou jugées comme telles ;

- une parole collective extrêmement rare, voire inexistante sur la place des seniors dans la société [2].

L'engagement bénévole des seniors : rappel des enjeux

Les seniors sont une véritable ressource du développement associatif, en particulier sur le champ du bénévolat de compétences. Le bénévolat est un excellent moyen de conserver et de développer du lien social, facteur dominant du maintien de la bonne santé.

Un besoin d'utilité sociale

Avoir des activités socialement reconnues, c'est « servir à quelque chose ». En outre, cette nouvelle activité de bénévole marque souvent le terme du deuil social que représente la fin du travail rémunéré. L'implication des retraités dans des activités socialement utiles a donc un double effet positif :

- pour les seniors, le maintien ou le retissage de liens sociaux ;
- pour la collectivité, les effets de la solidarité et, tout particulièrement, de la solidarité intergénérationnelle.

Dans leurs témoignages, les bénévoles émettent très souvent l'idée que « donner du temps aux autres, c'est recevoir en retour ». Les bénévoles redécouvrent, généralement sans le savoir, le concept du don et du contre-don, très ancré dans toutes les civilisations traditionnelles et très bien développé par l'anthropologue Marcel Mauss [3]. Ainsi, il n'y a aucune raison d'opposer « le don pour les autres » et le « don pour soi ». Bien sûr, les facteurs qui vont influencer le passage à l'acte sont multiples : la cause défendue par l'association, le besoin de s'occuper, le discours convaincant d'une connaissance déjà engagée...

L'ESSENTIEL

■

➤ Plus d'un tiers des seniors et personnes âgées sont engagés bénévolement.

➤ Dominique Thierry, président d'honneur de France Bénévolat, détaille la sociologie des bénévoles âgés et les moteurs de leur engagement à l'aide d'enquêtes quantitatives, réalisées entre 2010 et 2016 par France Bénévolat avec l'Institut français d'opinion publique (Ifop) et Recherches & Solidarités (R&S).

Sur un registre plus collectif, la reconnaissance de la place des retraités dans la société passe par la reconnaissance de leur utilité sociale.

Un moyen de « bien vieillir », donc un enjeu économique pour limiter le coût de la protection sociale

Si le bénévolat est une activité utile à la société, l'expérience de France Bénévolat montre qu'elle l'est aussi pour le bénévole lui-même. Faire du bénévolat permet au retraité de sortir de chez lui, de rencontrer de nouvelles personnes, de s'épanouir dans de nouveaux projets... et, plus globalement, de rester en bonne santé. Plusieurs études l'attestent, de l'Organisation mondiale de la santé (OMS), de la Caisse nationale d'assurance vieillesse (Cnav)... Le Centre d'analyse stratégique (CAS), dressait le constat suivant :

« Sur le plan individuel, l'existence d'un lien direct entre la pratique d'une activité bénévole et l'amélioration du bien-être physique et psychologique a été mise en évidence par plusieurs recherches menées aux États-Unis, au Canada ou aux Pays-Bas – même si le lien

de causalité peut parfois être difficile à établir. Chez les seniors en particulier, les bénévoles auraient un taux de mortalité et de dépression plus faible et de meilleures capacités fonctionnelles. Une étude française, réalisée par des sociologues et des professionnels de santé au sein du Centre d'étude et de recherche sur la philanthropie (Cerphi), tend à démontrer que la vitalité, le capital social, l'estime de soi et la satisfaction de rendre service dans un cadre associatif fondé sur l'autonomie des bénévoles sont des facteurs directs d'amélioration de la santé [4]. »

Sensibiliser à l'engagement bénévole les futurs ou les nouveaux retraités : des cibles spécifiques

La période de transition travail/retraite est un moment-clé où les personnes sont en quête d'identité (remise en question), de la reconnaissance de soi par soi, par les autres, par la famille. Le bénévolat est un moyen de répondre à ces questions.

Les fins de carrière sont parfois mal vécues et peuvent être difficiles. Il est très ardu de faire venir ces retraités au bénévolat ; avant de les mobiliser sur l'avenir, il faut d'abord les aider à se reconstruire.

Ainsi pour France Bénévolat, le développement du bénévolat chez les retraités implique une promotion permanente de ce type d'engagement et des messages spécifiques. Il demande de plus des dispositifs d'accueil spécifiques et un accompagnement individualisé (actuellement très insuffisants) pour gérer cette transition entre la vie professionnelle et cette nouvelle étape de vie, que l'on qualifie improprement de « retraite », c'est-à-dire de « retrait de la vie ».

Par ailleurs, l'engagement bénévole relève d'un apprentissage souvent précoce où l'influence familiale, le système de valeurs personnel, les engagements de jeunesse, l'implication syndicale, le réseau relationnel... jouent des rôles déterminants.

Dans ce contexte, France Bénévolat propose des missions bénévoles (sur www.francebenevolat.org, 14 000 missions sont recensées) pour les personnes qui ont déjà connu la vie associative et le bénévolat avant la retraite. Et pour celles qui connaissent mal les associations ou qui en ont des



© Cécile Wehlan

idées fausses, l'objectif est alors de leur montrer l'extraordinaire diversité associative (« On peut tout faire ! ») par des actions soit collectives lors des Ateliers de sensibilisation au bénévolat, soit individuelles au cours d'entretiens de conseil et d'orientation proposés dans ses 250 points d'accueil. ■

Pour en savoir plus

- Bazin C., Malet J. (dir.). *La France bénévole*. Paris : Recherches & société, 14^e édition, juin 2017 : 53 p.
- Burrucand C., Gleizes F. Trente ans de vie associative. Une participation stable mais davantage féminine. *Insee Première*, janvier 2016, n° 1580 : 4 p. En ligne : <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1908144>
- Galdemar V., Gilles L. *Étude qualitative des effets de l'intervention bénévole sur l'isolement et la perte d'autonomie des personnes âgées*. [Rapport transversal]. Paris : Centre de recherche pour l'étude et l'observation des conditions de vie (Crédoc), octobre 2013 : 54 p. En ligne : http://www.credoc.fr/pdf/Sou/EtudeCREDOC-CombattreLaSolitude_RapportTransversal.pdf
- Malet J., Bazin C. Donner du temps pour les autres mais aussi pour soi. *Gérontologie et société*, septembre 2011, vol. 34, n° 138 : p. 165-180. En ligne : <https://www.cairn.info/revue-gerontologie-et-societe1-2011-3-page-165.htm>
- Viriot-Durandal J.-Ph., Reguer D. Retraite, engagement social et citoyenneté active. *Gérontologie et société*, septembre 2011, vol. 34, n° 138 : p. 143-164.

1. Voir *L'Engagement bénévole des seniors : une implication réfléchie*, étude 2015. En ligne : www.francebenevolat.org/documents

RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

- [1] Thierry D. (dir.). *L'Évolution de l'engagement bénévole associatif en France, de 2010 à 2016*. Enquêtes quantitatives effectuées à partir de sondages de l'Ifop, avec l'appui du Crédit Mutuel et de Recherches & Solidarités. Paris : France Bénévolat, 2016 : 20 p. En ligne : www.francebenevolat.org/documents.
- [2] Girardot P.-E., Song Y. *Les Retraités : oubliés ou inutiles ?* Paris : Presses des Mines, 2015 : 150 p.
- [3] Mauss M. *Essai sur le don*. Paris : La République des lettres, 2013 : 196 p.
- [4] Naves M.-C. (dir.). Développer, accompagner et valoriser le bénévolat. *La Note d'analyse. Questions sociales*, septembre 2011, n° 241 : 12 p. En ligne : http://www.associations.gouv.fr/IMG/pdf/o_1_d.pdf