



# DONNER DU TEMPS POUR LES AUTRES MAIS AUSSI POUR SOI

JACQUES MALET & CÉCILE BAZIN

COORDINATION GÉNÉRALE, RECHERCHES ET SOLIDARITÉS

*Aujourd'hui, quatre millions de Français de plus de 60 ans sont engagés bénévolement dans une association, voire dans plusieurs. Si l'on élargit l'observation aux autres sphères du bénévolat (dans les écoles, les mairies, les églises, les syndicats ou les partis politiques...), ils sont environ 6,7 millions : soit près d'un Français sur deux âgés de plus de 60 ans ! Soucieuses de jouer un rôle citoyen, utiles aux autres, ces personnes engagées produisent du lien social, en même temps qu'elles donnent un sens à leur vie, trouvent un meilleur équilibre personnel, et peut-être même, selon de récentes études, une meilleure santé. Une belle convergence voit ainsi le jour entre une plus grande disponibilité, des volontés altruistes fortes, le souhait d'entretenir son propre épanouissement personnel et les attentes croissantes de la société telles que le soutien aux personnes les plus fragiles, la formation des jeunes, leur accompagnement dans des activités sportives, culturelles ou de loisirs... L'enjeu est fort au plan individuel comme au plan collectif. Il mérite que les pouvoirs publics et les partenaires sociaux le prennent en compte pour accompagner chacun dans cette étape de la vie.*

## TO GIVE TIME TO OTHERS BUT ALSO TO ONESELF

Today, four million French people of over 60 are carrying out voluntary work through associations, sometimes through several at a time. They are also volunteering in schools, town halls, churches, unions and political parties. They are about 6 to 7 million: that is to say about one French person out of two aged over 60! Concerned about being good citizens and helping others, they are creating social links whilst at the same time giving direction to their own lives, finding a better equilibrium and perhaps even better health according to some recent studies. Thus a lucky convergence is taking place between greater availability, strong altruism, the wish for continued personal fulfilment and the increasing expectations of society such as supporting fragile people, training young people and taking them to their sporting, cultural and leisure activities.

There is a lot at stake both individually and collectively which deserves to be taken into account by public authorities and social partners in order to accompany everyone in this stage of life.

Aujourd'hui, quatre millions de Français de plus de 60 ans sont engagés bénévolement dans une association, voire dans plusieurs. Si l'on élargit l'observation à tous les secteurs dans lesquels se développe le bénévolat (dans les écoles, les mairies, les églises, les syndicats ou les partis politiques, ou encore autour de soi, au-delà de la sphère familiale...), on compte environ 6,7 millions de Français de plus de 60 ans : soit près d'un sur deux !<sup>1</sup>

1. Source: Enquête IFOP de juin 2010 pour l'association France bénévolat.

Soucieuses de jouer un rôle citoyen, utile aux autres, ces personnes ainsi engagées produisent du lien social en même temps qu'elles donnent un sens à leur vie, trouvent un meilleur équilibre personnel, et, peut-être même, selon de récentes études une meilleure santé<sup>2</sup>. Quoi de plus important pour les personnes ayant cessé leur activité professionnelle et n'ayant plus la charge (et le plaisir) d'éduquer leurs enfants?

2. Plusieurs études récentes, menées depuis 2009 aux États-Unis, semblent aller en effet dans ce sens.

Le Baromètre d'opinion des bénévoles (BOB)<sup>3</sup> de Recherches et Solidarités permet de scruter depuis plusieurs années leur comportement, leurs attentes, leurs satisfactions et leurs éventuelles déceptions. Une analyse selon les âges permet de dégager les spécificités de l'engagement des seniors, tout comme elle a permis de mettre en évidence la générosité<sup>4</sup> et l'ouverture aux autres des plus jeunes (33% des 18-24 ans ont une activité bénévole).

3. Enquêtes annuelles auprès des bénévoles dont les résultats sont mentionnés dans cet article. [www.recherches-solidarites.org](http://www.recherches-solidarites.org).

4. Il faut en effet lutter contre certaines idées reçues. Nos travaux montrent que les seniors n'ont pas le monopole de la solidarité et de la générosité. Au-delà du bénévolat, ils ont aussi montré que la générosité financière est assez comparable, quelle que soit la génération, à revenus et à charges familiales équivalents. La générosité des Français - Edition 2009. Recherches & Solidarités.

Avant d'entrer dans le vif du sujet, précisons que les étapes de la vie ne se mesurent pas forcément en décennies : c'est ainsi que cet âge de 60 ans constitue un repère certes intéressant, en particulier au regard de l'engagement bénévole, mais il s'inscrit dans une période allant en fait de 55 ans à 65 ans, au cours de laquelle la transition se fait progressivement.

De 55 à 60 ans, la taille du foyer change avec le départ des enfants, la vie professionnelle est d'une nature différente, et les perspectives d'une autre vie se profilent à l'horizon. Entre 60 et 65 ans, on s'installe dans une nouvelle vie, marquée par la fin des activités professionnelles, et, concernant le bénévolat, par l'épanouissement d'un engagement plus libre et plus déterminé. Selon les sujets nous nous affranchissons de cette barrière des « 60 ans » pour avoir une vision plus large et observer les transitions qui s'opèrent, notamment chez les quinquagénaires, ou encore passé 65 ans.

---

## PARCOURS DE VIE ET PARCOURS BÉNÉVOLE...

La solidarité n'attend pas le nombre des années. Bien au contraire, lors de l'adolescence et des premiers pas d'adulte, nombre de jeunes souhaitent s'engager et trouver un sens à leur vie. Dans les associations qui les accueillent de mieux en mieux, mais aussi dans des démarches informelles, ils cherchent un véritable projet qui sera utilement complémentaire de leur dessein professionnel. Pendant quelques décennies, le temps sera particulièrement compté, et partagé entre la famille et des activités professionnelles de plus en plus exigeantes. L'engagement bénévole sera plus difficile, hormis s'il est ponctuel et/ou exercé à distance, *via* Internet.

Sans chercher à tout prix une frontière précise et universelle, c'est vers l'âge de 55 ans qu'une évolution se fait jour, peu à peu, favorisée par une plus grande liberté, née d'une moins grande pression familiale et professionnelle. L'engagement bénévole se fait alors plus intense, tant au plan quantitatif que qualitatif, avec des responsabilités qui vont croissantes. Cette progression vient naturellement avec le temps, en raison de l'expérience et des compétences, acquises du reste au sein même des associations.

L'âge moyen de 60 ans marque une nouvelle étape, avec le ralentissement ou la fin de la vie professionnelle, et une liberté nouvelle que les bénévoles aguerris vont mettre à profit pour s'engager plus avant, assez souvent dans plusieurs associations<sup>5</sup>.

Pour autant, le démarrage d'un parcours bénévole, à la fin de la vie dite active, peut être un magnifique nouveau départ, pour une vie que nous n'hésiterons pas à qualifier dès lors, d'hyperactive. Cette situation est finalement assez courante : 30% des bénévoles âgés de 60 à 65 ans se sont lancés dans le bénévolat après 55 ans.

Notons, à ce propos, qu'un nouveau retraité, sans expérience de la vie associative ou d'un engagement bénévole dans ce secteur, pourra se révéler « redoutable » pour la structure qui l'accueille s'il cherche à reproduire sans précaution les réflexes qu'il a acquis au plan professionnel. Pire encore s'il cherche avant tout à retrouver dans ce secteur une partie du « pouvoir » qu'il a perdu en quittant son environnement professionnel.

5. C'est le cas de 40 % d'entre eux, selon le Baromètre d'opinion des bénévoles.

6. Vice-président de l'association nationale France Bénévolat, auteur de *L'engagement bénévole des seniors, une implication réfléchie* - octobre 2010.

Dans «*L'engagement bénévole des seniors*», Dominique Thierry<sup>6</sup> décrit bien ces situations de transition travail-retraite. Différentes selon qu'elles sont subies ou choisies, analysées consciemment (seul ou en couple) ou bien traversées sans recul, elles aboutissent à des situations et des vécus très différents. Une vie dont le quotidien est finalement peu modifié pour certains ou beaucoup pour d'autres, un emploi du temps qui va du «structurellement trop rempli» au «trop peu rempli», et bien entendu des niveaux de satisfaction et d'épanouissement variant selon ces paramètres. Il évoque aussi le cas des personnes qui vivent la situation paradoxale d'un sentiment d'inutilité sociale et en même temps de refus de s'engager, par méconnaissance de la vie associative ou par crainte d'être totalement sur-occupées, ou encore par repli sur soi. Il en vient ainsi à la nécessité d'accompagner individuellement et collectivement les personnes à «gérer» au mieux cette transition et à mener une réflexion sur le choix d'un nouveau projet de vie. Il suggère que les entreprises mettent en place de vrais processus de préparation à la retraite, en particulier dans le cadre de l'obligation légale de négocier des accords collectifs sur la gestion des seniors.

Il s'agit en effet d'un enjeu majeur, pour la société évidemment, et plus particulièrement pour les seniors eux-mêmes. La retraite effective correspond à une période où l'on ressent le besoin de se rendre utile (où l'on a le sentiment d'être désormais moins utile). L'action associative peut répondre à ce besoin. C'est ainsi que plus de 63 % des bénévoles de plus de 60 ans se qualifient comme «un homme ou une femme ayant simplement le souci d'être utile». Cette attente n'est pas anticipée puisque ce sentiment est partagé de manière identique (53 %) par les 40-55 ans (*a priori* actifs) et les 55-60 ans (actifs en fin de carrière, préretraités).

Les expressions qui qualifient un bénévole varient selon les générations. La rupture et les comportements se situent plutôt autour de la tranche d'âge 60-65 ans, lorsque la retraite devient effective. Le temps libéré et disponible, le changement de statut social induisent une implication assez «pragmatique» (donner du temps, se rendre utile) plutôt qu'idéologique ou affective (engagement, citoyenneté, passion). En effet, ces trois notions apparaissent un peu en creux à cet âge.

...

...

---

A l'approche de la retraite, le terme « bénévole » prend une dimension nouvelle, lorsque l'emploi ne définit plus à lui seul le statut social. L'enquête est illustrative de ce point de vue : 25% des bénévoles de 40-55 ans n'emploient pas ce terme pour qualifier leur action, ils donnent un coup de main, ils aident les autres... mais ne s'appliquent pas le terme de bénévole. Les personnes de 60-65 ans sont 19,5% dans ce cas, celles de plus de 65 ans, 18,5%. La proportion faiblit nettement avec l'âge montrant qu'à cette nouvelle étape de la vie, on se retrouve mieux derrière ce terme « bénévole » et on le revendique même pour certains. Et qu'on le soit depuis toujours ou qu'on le devienne, les ressorts de l'engagement bénévole et les raisons qui mènent vers le bénévolat sont nombreuses.

### **POUR LES AUTRES, MAIS AUSSI POUR SOI...**

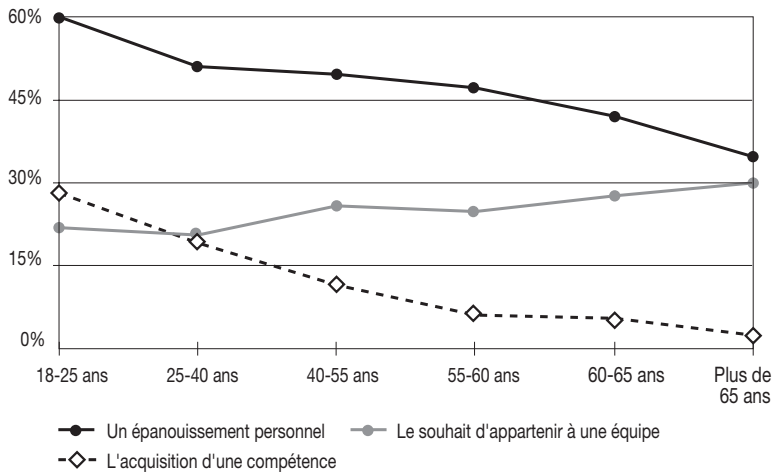
Parmi les motivations proposées, dans le cadre de l'enquête nationale BOB 2010, deux « motivations pour les autres » ont été choisies respectivement par environ 76% des bénévoles (le souhait d'être utile à la société et d'agir pour les autres) et par environ 37% des bénévoles (la cause défendue). L'âge des répondants n'entraîne pas de variations significatives.

Il n'en est pas de même pour les motivations pour soi-même, comme le montre le graphique 1. Nous avons retenu les thèmes de l'épanouissement personnel, du souhait d'appartenir à une équipe, et de l'acquisition d'une compétence.

Ceux qui sont engagés dans le bénévolat savent qu'il contribue significativement à leur épanouissement personnel, et pourtant cette notion est acceptée comme une motivation par une proportion de bénévoles qui faiblit très nettement avec l'âge : de 60% chez les plus jeunes, jusqu'à moins de 35% chez les plus de 65 ans. Comme si ce retour sur l'investissement bénévole devenait peu à peu une sorte d'interdit.

Et l'affaiblissement de ce ressort en fonction de l'âge n'est pas qu'une idée et une simple retenue, puisque l'on constate la même évolution négative, quand on demande aux bénévoles s'ils éprouvent une satisfaction en matière d'épanouissement personnel : ils sont 45% à l'affirmer, entre 18 et 25 ans, et moins de 25%, au-delà de 60 ans.

Graphique 1  
Quelles sont les raisons de votre engagement bénévole, aujourd'hui ?



Source : Baromètre d'opinion des bénévoles – Enquête Recherches & Solidarités 2010.  
Lecture : 60% des bénévoles de 18-25 ans choisissent l'épanouissement personnel comme motivation. Ils sont 34,8% parmi les plus de 65 ans à choisir cette même motivation.

Dans le même esprit et dans le même sens, la notion d'acquisition de compétences dans le cadre de l'action bénévole est mise en avant par un peu plus de 28% des jeunes bénévoles de 18 à 25 ans, proportion qui faiblit très nettement avec l'âge, pour se situer à peine au-dessus de 5% chez les 60-65 ans et un peu au-dessous de 3% chez les plus de 65 ans.

Pour ces deux ressorts de l'engagement bénévole, cette influence de l'âge prend vraisemblablement sa source dans une attitude conventionnelle, de type « politiquement correct », qui ne correspond pas tout à fait à la réalité. En effet, le dialogue avec les bénévoles montre que la notion d'épanouissement personnel est constante, et même plus subtile encore au fil des années. De même, l'acquisition de compétences est continue, et même revendiquée chez les seniors, avec une volonté de bien faire développée plus loin.

Il y a donc un décalage entre ce que l'on ressent et ce que l'on veut faire paraître, voire même parfois entre ce que l'on pourrait vivre et ce que l'on ose s'autoriser. Il y a ainsi un travail considérable à entreprendre, tout particulièrement dans le secteur social où ce décalage est le plus important. Un travail qui consiste pour les

---

bénévoles eux-mêmes à se libérer de ce point de vue, et pour les associations à lancer une dynamique dans ce sens. Faute de quoi les bénévoles ne vivront pas leur engagement aussi bien qu'ils le pourraient, et cet engagement continuerait alors de renvoyer une image peu attrayante pour les bénévoles potentiels. Faute de quoi certaines associations poursuivront leur vie en circuit fermé, dans une cooptation de personnes plus motivées par le dévouement, parfois à la limite du sacrificiel.

Le dévouement et l'intérêt pour les autres peut et doit être joyeux, épanouissant et enrichissant du point de vue des compétences. Dans le cas contraire, le bénévole sera moins heureux, donc moins efficace, et ira sans doute moins loin dans son parcours associatif.

Un autre ressort du bénévolat vient nous montrer que cet objectif est parfaitement accessible: le souhait d'appartenir à une équipe (satisfaction personnelle) est en effet d'autant plus manifesté que l'on avance en âge, par 22% des plus jeunes, jusqu'à 30% des plus de 65 ans. On note du reste dans le graphique que cette proportion, relativement constante entre 40 et 60 ans (25%), bondit à 28% entre 60 et 65 ans et à 30% au-delà de 65 ans, comme un besoin de retrouver plus encore à ce moment-là, les coopérations que l'on a connues dans le milieu professionnel. L'engagement bénévole répond alors aussi au besoin de socialisation de celles et ceux qui ont quitté le monde du travail.

Les satisfactions affichées par les plus de 60 ans viennent également nous rassurer sur le plaisir qu'ils prennent dans l'engagement bénévole: c'est ainsi que le contact et les échanges avec l'autre sont ressentis par les deux-tiers des bénévoles de plus de 60 ans, sans différence par rapport aux bénévoles plus jeunes. De même, le plaisir d'être efficace et utile est éprouvé par plus de 60% des seniors: cette proportion bondit même de 55% chez les 55-60 ans à 62% chez les 60-65 ans.

La convivialité, au sein des associations et du groupe des bénévoles, est une satisfaction choisie par plus de 40% des bénévoles de plus de 60 ans, sans décrochage significatif par rapport aux plus jeunes générations. Et le plaisir de découvrir un univers jusque-là inconnu est choisi par une proportion de 19% des bénévoles de 60-65 ans qui tranche avec la proportion de 15% enregistrée chez les 55-60 ans, en amont, et la proportion de 12% chez les plus de 65 ans, en aval.

Il y a donc un contraste saisissant, et à corriger au plus vite, entre ce que les seniors s'autorisent à afficher, en termes de motivations pour justifier leur engagement bénévole, et ce qu'ils ressentent véritablement en termes de satisfactions, notamment au virage des 60 ans, au moment d'un nouveau départ favorisé par un engagement bénévole qui va s'épanouir.

### **DES SATISFACTIONS NOMBREUSES, DES DÉCEPTIONS ET DES ATTENTES PARFOIS...**

Indiquons d'emblée que les satisfactions affichées par les bénévoles sont sans commune mesure avec les déceptions qu'ils ressentent: quand on leur propose 12 items en matière de satisfactions, ils en choisissent plus de 3, en moyenne, et quand on leur propose jusqu'à 19 choix en matière de déceptions, ils n'en retiennent qu'entre un et deux, en moyenne. Il n'y a globalement pas de grandes différences, au moment du passage au-delà de 60 ans, excepté sur deux sujets.

Alors que le manque de moyens financiers semblait mieux accepté par les 40-55 ans et les 55-60 ans (24% de déçus seulement), les jeunes retraités semblent un peu plus déçus par cet état de fait (26%). Peut-être attendent-ils que l'association, désormais lieu principal de leurs activités (hors sphère privée), dispose de moyens s'approchant de ceux d'une entreprise et/ou des moyens nécessaires à sa mission. Et cette déception s'exprime plus encore au-delà de 65 ans (29%), lorsque l'engagement est souvent plus fort.

De même, nous pouvons observer une réminiscence du sentiment de «manque de considération» auprès des 55-60 ans (9%) après une baisse importante jusqu'à la tranche 40-55 ans (7%) et avant une nouvelle baisse (7% chez les 60-65 ans et 4% chez les plus de 65 ans). La période de «flottement» entre la fin de la vie professionnelle et le début d'une nouvelle période peut être source d'incertitudes et accentuer un besoin de reconnaissance.

Et cette période, située entre 55 et 60 ans, présente aussi quelques doutes de la part des bénévoles: ils sont un peu moins nombreux à se sentir «bien dans leur association» (77%) que leurs cadets (82%) ou que leur aînés (83%). Et ils sont un peu plus nombreux à avoir «le sentiment de ne pas avoir choisi la bonne association»



---

(9%) que ceux qui sont un peu plus jeunes ou un peu plus âgés (6%). Ce sentiment peut provenir d'une déception concernant le fonctionnement de l'association dans laquelle ils sont engagés, du secteur d'activité ou encore de la cause elle-même.

Le fait que ces doutes s'atténuent fortement au-delà de 60 ans et plus encore au-delà de 65 ans, montre qu'un meilleur équilibre se fait entre les attentes des bénévoles et ce qu'ils vivent au quotidien dans leur association. Précisément, en matière d'attentes, et pour conforter ce qui précède, le souhait de ressentir «une plus grande attention portée à l'activité bénévole par vos instances dirigeantes» obtient un score plus faible pour la tranche 60-65 ans. Ils ressentent moins ce besoin, soit parce qu'ils sont eux-mêmes membres de ces instances dirigeantes, soit parce que, proches de l'univers professionnel (ils l'ont quitté depuis peu), ils se considèrent suffisamment autonomes et sont heureux de ne plus être contraints à la hiérarchie formelle à laquelle ils pouvaient être soumis.

En revanche, le souhait de «la prise en charge des frais de déplacement occasionnés par l'activité» apparaît plus souvent (17%) que parmi les tranches d'âge inférieures (13%) et que parmi les plus de 65 ans (12%), peut-être pour des raisons purement financières (baisse du pouvoir d'achat) mais également peut-être du fait d'une habitude assez récente du remboursement de ces frais par leurs anciens employeurs.

C'est à partir de 65 ans que l'on peut observer une préoccupation plus forte, concernant deux sujets complémentaires : 30% des plus de 65 ans, contre 25% en amont, souhaiteraient «l'aide d'autres bénévoles pour les soutenir dans leur activité», et 10% d'entre eux aimeraient «un allègement de leurs responsabilités»<sup>7</sup>, contre 5% seulement chez les plus jeunes qu'eux.

Et on ne sera pas étonné de constater que, parmi les freins au bénévolat, «l'usure et une certaine lassitude» arrivent en tête chez les plus de 60 ans (pour 47% d'entre eux contre environ 30% chez les moins de 60 ans), loin devant le manque de temps (32% contre environ 70% chez les moins de 60 ans).

On ne négligera pas, par ailleurs, le découragement devant «le manque de résultats en dépit du temps passé», considéré comme

7. On notera que dans le même temps, et peut-être dans les mêmes associations, 21% des 18-25 ans, 12% des 26-40 ans, 9% des 40-60 ans, et très proches d'eux 8% des 60-65 ans souhaiteraient «accéder à des responsabilités plus importantes.»

un risque de frein au bénévolat par 10% des plus de 60 ans, sans différence avec les autres bénévoles, et la « pression de l'entourage (famille, amis...) », frein potentiel selon 14% des seniors, sans différence significative par rapport aux autres tranches d'âge.

Les bénévoles de plus de 60 ans pourraient être également freinés dans leur engagement (7%) si l'association leur demandait plus, d'où l'intérêt d'une sorte de contrat (au moins moral) d'engagements réciproques, dans lequel le bénévole et l'association sont bien d'accord sur les limites, inférieures et supérieures, fixées tant en matière de volume horaire que de responsabilités assumées. Il est en effet tentant d'imaginer que l'action bénévole peut être sans limite pour des personnes dites inactives. Les responsables associatifs doivent être particulièrement vigilants, de ce point de vue.

Parmi les situations mal vécues, et bien que dans des scores assez faibles (10% en moyenne), « le sentiment de ne pas disposer des compétences utiles » obtient son score le plus faible chez les 55-60 ans (après une baisse constante depuis 18 ans) avant de croître de nouveau. Les 55-60 sont donc ceux qui se considèrent les plus compétents. Ils sont à l'apogée de leur carrière professionnelle et estiment posséder le maximum de compétences requises pour agir, y compris en milieu associatif. Au-delà de 60 ans, ils perdent un peu de leur confiance en soi, peut-être face à des problématiques qu'ils n'ont pas rencontrées dans leur environnement professionnel (secteurs nouveaux) ou parce que le départ du monde professionnel a induit la fin de la formation permanente (« mise à jour » vis-à-vis des nouvelles technologies par exemple). On pointe du doigt ici la bonne volonté et l'exigence des seniors vis-à-vis de leur activité bénévole.

### **... ET SURTOUT UNE VOLONTÉ DE BIEN FAIRE**

Contrairement à ce que l'opinion publique, et les médias avec elle, ont tendance à croire, l'engagement bénévole est aujourd'hui façonné d'exigence et de volonté de bien faire. Et les plus de 60 ans ne sont pas disposés à se laisser aller au gré de l'expérience acquise et de leur ancienneté dans une association<sup>8</sup>.

C'est ainsi que 46% d'entre eux (38% en moyenne) estiment que leur action bénévole doit, « sans aucun doute, être préalablement

8. Rappelons que 27% ont plus de 10 ans d'ancienneté dans la même activité bénévole.

---

bien définie, avec des objectifs précis et un suivi d'exécution». De même, ils sont 38% (32% en moyenne), à estimer que leur action bénévole suppose un savoir-faire et des compétences précises, et que ceci est un préalable.

A la question délicate de l'évaluation des résultats de leur action bénévole, ils ne sont que 22% à l'estimer inutile, soit une proportion nettement inférieure à celle de leurs cadets. Dans leur souci de bien faire, ils font naturellement appel aux compétences qu'ils ont acquises, dans le cadre de leurs activités professionnelles: 65% d'entre eux affirment qu'elles leur sont utiles dans leur engagement.

On se débarrassera aussi d'une idée reçue, selon laquelle la notion de formation ne serait plus de mise passé 60 ans. C'est ainsi que 82% des bénévoles de plus de 60 ans estiment qu'elle est nécessaire (83% en moyenne). Pour 58% d'entre eux, elle fait partie intégrante de leur parcours bénévole, pour 9%, ce serait même une bonne surprise et un juste retour des choses si on leur en proposait une. Moins de 10%, seulement, semblent résistants. Du reste, 44% d'entre eux ont suivi une formation depuis moins de deux ans.

Pour autant, ils expriment des nuances sur le type de formation qu'ils préfèrent. À côté des 31% d'entre eux qui choisissent de véritables sessions de formation organisées par des professionnels d'un domaine particulier, 25% sont sensibles aux conseils d'un bénévole plus expérimenté, et 24% à l'apprentissage d'un savoir-faire sur le terrain, directement dans l'action. Ces résultats ne diffèrent pas significativement de ceux des autres générations, contrairement à ce qui se passe pour la proportion de ceux qui optent pour les soutiens d'un tuteur que l'on peut leur proposer: ils ne sont que 9% dans ce cas, contre 13% chez les 40-60 ans. Ceci s'explique à la fois par le fait que le terme les rebute un peu, et qu'ils sont souvent eux-mêmes en position d'être tuteurs.

Concernant les contenus de formation, les plus de 60 ans expriment à peu près les mêmes choix que les bénévoles des autres tranches d'âge, à la différence de la maîtrise des systèmes d'information (Internet, Intranet...), pour lesquels ils sont plus particulièrement demandeurs (21% contre 18% en moyenne et tout de même 13% chez les 18-24 ans).

Au bilan, l'appréciation que portent les bénévoles de plus de 60 ans sur leur activité se révèle très positive. La question leur a été posée clairement et ils sont seulement un peu plus de 5% à penser qu'ils n'ont pas choisi la bonne association, et 2% à ne pas s'estimer à la hauteur de la mission qui leur est confiée. Rien d'étonnant, avec un tel score de « bien-être », que les sexagénaires restent fidèles à leur association et lui consacrent beaucoup de temps.

### **DES BÉNÉVOLES FIDÈLES ET TRÈS INVESTIS DANS LEUR ACTION**

Sur 100 bénévoles de plus de 60 ans, 29 ont une ancienneté située entre 5 et 10 ans, dans la même activité. Ils sont 18% à afficher une ancienneté située entre 10 et 20 ans, et 9% dépassent 20 ans. Lorsque l'on interroge les plus de 60 ans sur leur parcours bénévole, ils sont 35% à indiquer qu'ils n'ont jamais changé d'association, 30% à indiquer qu'ils ont connu deux ou trois expériences bénévoles successives et 27% qu'ils en ont connu plus de trois.

La disponibilité retrouvée permet de s'engager dans une action régulière (75% des plus de 60 ans, contre 68% des 40-60 ans) et sur une durée hebdomadaire plus importante. Le tableau 1 montre les différences qui se font jour, à l'approche des 60 ans et au-delà.

On voit bien les étapes successives de l'engagement bénévole, au fil des ans : entre 40 et 55 ans, près des deux tiers des bénévoles (64%) consacrent au maximum 5 heures par semaine, ce qui est déjà assez remarquable, compte tenu de leur contexte familial et de leur vie professionnelle. A partir de 55 ans, la pression professionnelle se relâche un peu, les enfants quittent le foyer familial, et la proportion de celles et ceux qui consacrent plus de 5 heures par semaine bondit à 43%.

L'âge de 60 ans marque un nouveau bond en avant de cette proportion qui concerne alors un peu plus d'un bénévole sur deux. Et vraisemblablement en lien avec les multiples sollicitations dont ils font l'objet, mais aussi de par leur goût pour l'action bénévole qui s'épanouit, la proportion des plus de 65 ans consacrant plus de 5 heures par semaine passe à 58%.

Tableau 1  
 Votre engagement bénévole global est de l'ordre de

	40 – 55 ans	55 – 60 ans	60 – 65 ans	Plus de 65 ans
Quelques heures par an	5 %	2 %	1 %	1 %
Quelques heures par mois	18 %	14 %	9 %	6 %
<b>Sous-total</b>	<b>23 %</b>	<b>16 %</b>	<b>10 %</b>	<b>7 %</b>
1 à 2 heures par semaine	15 %	12 %	10 %	10 %
2 à 5 heures par semaine	26 %	28 %	26 %	23 %
<b>Sous-total</b>	<b>41 %</b>	<b>40 %</b>	<b>36 %</b>	<b>33 %</b>
5 à 10 heures par semaine	16 %	19 %	21 %	22 %
10 à 20 heures par semaine	10 %	15 %	16 %	18 %
Plus de 20 heures par semaine	8 %	9 %	14 %	18 %
<b>Sous-total</b>	<b>34 %</b>	<b>43 %</b>	<b>51 %</b>	<b>58 %</b>
Ne se prononce pas	3 %	2 %	3 %	3 %
<b>Total</b>	<b>100 %</b>	<b>100 %</b>	<b>100 %</b>	<b>100 %</b>

Source : Baromètre d'opinion des bénévoles – Recherches & Solidarités – 2010.

Cette intensité de l'engagement va de pair avec l'importance des responsabilités : le bureau d'une association comporte en moyenne quatre membres, et les associations, en moyenne également, une quinzaine de bénévoles. Nous retrouvons donc dans nos enquêtes cette proportion de 26% de bénévoles membres d'un bureau. Mais cette proportion grimpe à 39% chez les 60-65 ans et à 46% chez les plus de 65 ans. Et ils sont finalement peu nombreux à n'avoir pas de responsabilités particulières dans une association passé 60 ans (21 %) et moins encore passé 65 ans (16%).

Signe, au passage, de leur forte implication dans les associations et de leur forte présence dans les instances dirigeantes, les plus de 60 ans sont plus de 55 % (deux fois plus que les 18-24 ans) à affirmer connaître les statuts de leur association et à considérer que cette connaissance est importante.

Quand on interroge les bénévoles de plus de 60 ans sur les facteurs qui les encourageraient à donner plus de temps, ils mettent en premier « une plus grande disponibilité dans leur emploi du temps », mais pour seulement 26% d'entre eux, contre environ

9. Il faut d'ailleurs noter que les plus de 60 ans sont plus nombreux à déclarer que «*la crise les a encouragés à intervenir davantage en raison des besoins accrus*» et qu'«*elle les a décidés à s'investir pour venir en aide aux personnes en difficulté*».

50% dans les tranches d'âge situées en deçà de 60 ans. À égalité avec l'hypothèse d'une situation exceptionnelle (catastrophe naturelle, difficultés sociales...) <sup>9</sup>. Parmi les facteurs favorables, viennent ensuite une convivialité renforcée au sein de leur association (11%), l'attribution de responsabilités plus importantes (9%), une plus grande reconnaissance de leur engagement, en dehors de l'association (8%), ou au sein même de l'association (7%).

### **SURTOUT ÉVITER UNE «DEUXIÈME ET FATALE RETRAITE»**

Dans le parcours bénévole, reste une question très délicate à aborder : comment et quand conclure ? Elle est d'autant plus difficile à aborder que la perspective de cette conclusion peut être perçue comme une sorte de fin, triste et irrémédiable. D'autant plus difficile, aussi, que cette question se pose dans de multiples associations, notamment au sein des instances dirigeantes (bureau et conseil d'administration). Elles sont en effet 76% à souhaiter renouveler ou renforcer leurs équipes et parmi elles, 44% affirment clairement un objectif de rajeunissement <sup>10</sup>.

10. Enquête Recherches et Solidarités menée en janvier 2011 auprès de 876 responsables associatifs.

Pour les personnes concernées, pas question naturellement de fixer une limite d'âge qui pourrait être perçue comme une sorte de couperet. Parmi les expériences en cours que nous développons sur ce thème avec nos partenaires, mentionnons quelques pistes qui semblent comporter la douceur et la progressivité nécessaires.

D'abord le tutorat ou le parrainage des nouveaux bénévoles : sécurisant pour ceux qui arrivent, valorisant pour ceux qui vont bientôt partir. Cette transmission d'expérience et de savoir-faire est une opportunité à saisir, d'autant plus qu'elle peut être mise en œuvre sur une période assez longue.

Ensuite la constitution, dans le cadre du projet associatif, d'un comité permettant de regrouper celles et ceux qui vont progressivement prendre un peu de repos et de recul par rapport à l'action quotidienne. Qu'il s'appelle «comité des sages», «comité des anciens» ou «comité d'honneur» ou qu'il soit informel, ce groupe permettra aux intéressés de ne pas se sentir rejetés et à l'association de bénéficier de leurs conseils. Toute la difficulté de l'exercice consiste à présenter positivement la démarche, de telle sorte que

---

ce type de groupement ne soit pas perçu comme une sorte de « cimetière des éléphants ».

Enfin, les nouveaux modes de relations qui s'instaurent entre les bénévoles et l'association permettent aujourd'hui de fixer des rendez-vous successifs, tous les deux, trois ou quatre ans, au cours desquels le point pourra être fait sur la mission bénévole. Chacun pourra s'exprimer sur les satisfactions et les déceptions éventuelles éprouvées, sur les difficultés voire les échecs rencontrés, sur les responsabilités exercées, sur les résultats constatés. Et c'est à l'occasion de ces points d'étape que l'on pourra évoquer, avec prudence et délicatesse, les changements qui paraîtront sages, voire nécessaires.

Il est alors possible de considérer que la période de deux ou trois ans qui va s'ouvrir au moment de l'entretien, constituera une transition vers un autre type de mission : elle sera d'abord consacrée à préparer, à former et tutorer un ou des successeurs, et elle sera psychologiquement utile pour se préparer à un changement.

---

Dans leur livre « *Le mythe de la maladie d'Alzheimer* », Peter Whitehouse et Daniel George insistent sur l'importance d'un engagement des personnes âgées au sein de la communauté, de préférence à visée altruiste et en particulier au bénéfice des jeunes générations. Il s'agit d'une invitation à concevoir le vieillissement comme un processus dynamique de transformations, une nouvelle phase de l'existence durant laquelle les acquis de toute une vie peuvent être mis à profit pour soi et pour la communauté.<sup>11</sup>

Par ailleurs, selon plusieurs études américaines<sup>12</sup>, on dispose actuellement de données, limitées mais encourageantes, suggérant les effets bénéfiques du bénévolat sur le fonctionnement cognitif, la qualité de vie et l'évaluation de la santé des personnes âgées présentant des problèmes cognitifs et de santé. Ces résultats plaident pour la mise en place d'études nouvelles visant d'une part, à confirmer les effets mis en évidence, à étendre l'exploration de ces effets à d'autres dimensions du fonctionnement des personnes âgées ; et d'autre part, à identifier les facteurs médiateurs et modulateurs de ces effets.

11. George D. & Whitehouse P.J. (2010). Intergenerational volunteering and quality of life for persons with mild-to-moderate dementia: results from a 5-month intervention study in the United States. *Journal of the American Geriatrics Society*, 58, 796-797.

12. Dont les références figurent dans l'article « Le bénévolat a-t-il des effets bénéfiques sur la santé le fonctionnement cognitif et la qualité de vie des personnes âgées ? » A lire sur : <http://mythe-alzheimer.over-blog.com/article-le-benevolat-a-t-il-des-effets-benefiques-sur-la-sante-le-fonctionnement-cognitif-et-la-qualite-de-vie-des-personnes-agees-58180841.html>

Au-delà de 60 ans, tout particulièrement, le besoin de se sentir utile rejoint parfaitement les attentes de la société. En effet, ni le secteur privé lucratif, ni le secteur public ne peuvent remplir certaines fonctions essentielles, telles que le soutien aux personnes les plus fragiles, la formation des jeunes dans les domaines du sport, des loisirs ou de la culture, ou encore le développement du lien social entre les citoyens.

En France, plus d'1,2 million d'associations jouent ces rôles, et en leur sein, quatre millions de bénévoles de plus de 60 ans sont aujourd'hui engagés. Ils y trouvent leur compte par le plaisir et la convivialité qu'ils ressentent, par l'épanouissement personnel que cet engagement leur procure et par les compétences nouvelles qu'ils peuvent ainsi acquérir.

■