

Bénévoles ET BIEN PLUS

En 2019, 37 % des Français se sont engagés auprès des autres, gratuitement et hors du cadre familial, selon l'enquête Ifop/Recherches et Solidarités. Loin d'être une « occupation de retraités », le bénévolat prend un coup de jeune, les moins de 35 ans s'impliquant de plus en plus. Et avec 44 % des lycéens de terminale actifs dans une association humanitaire ou de défense de l'environnement¹, la relève est assurée.

EN UN CLIC

Finir le temps de la charité bien pensante et des bénévoles corvéables à merci, « enrôlés » à vie dans une association. On veut bien se rendre utile, mais tout le monde n'a pas la vocation de sœur Emmanuelle. Détaché des institutions (politiques ou religieuses), « le bénévolat est devenu moins sacrificiel... et plus épanouissant », analyse Jacques Malet, fondateur et président de l'association Recherches et Solidarités. « On s'engage davantage pour des missions ponctuelles ou un projet précis, avec un fort désir d'être formé par d'autres bénévoles plus aguerris, pour acquérir de nouvelles compétences. » Grâce aux sites de mise en relation comme Tous Bénévoles, France Bénévolat ou Bénévolat, on peut faire sa B.A. en un clic. Sur Bénévolat, où 60 % des bénévoles ont moins de 35 ans, on choisit sa mission (de 1 h à 4 h) selon sa sensibilité et ses disponibilités, sans engagement requis au-delà de l'action pour laquelle on s'inscrit. Rassurant : « Le frein principal, rappelle Jacques Malet, étant le manque de temps. » Et motivant : « On agit en tenant compte de sa personnalité, ses valeurs, sa vision », soulignent Emmanuelle et Julian Joppert, auteurs de *Quelques minutes par jour pour changer le monde* (éd. Eyrolles). Car ces sites permettent de sortir des classiques « aides aux devoirs » ou « visites aux personnes âgées isolées ». Et de trouver l'engagement qui nous correspond : aide aux sans-abri, droits des femmes, des personnes LGBT, maltraitance animale, association sportive... À Paris, par exemple, on peut concilier passion du ballon rond et aide aux réfugiés dans Équipe Sans Frontières, un club de foot pour l'insertion des migrants, créé par Chloé Casabois, une jeune prof de littérature, fan de foot. Ou, à Montpellier, allier bénévolat et shopping en accompagnant une personne aveugle dans les boutiques pour l'aider à choisir ses vêtements.

¹ Étude CNESCO 2018 / wifp.org

1 Français sur 4 donne de son temps gratuitement. Peut-être parce que le bénévolat se réinvente sans cesse. Ou que se rendre utile (nous) fait du bien... Enquête.
PAR ISABELLE SOING ET
MARIE LE MAROIS.
PHOTOS COCO MALET

JE VEUX ME LANCER !

5 clés et astuces pour donner de son temps sans galérer.

Lire « Le guide du bénévole » sur tousbenevoles.org pour identifier l'engagement le plus adapté à sa personnalité.

Démarrer ses recherches en s'appuyant sur ses envies et ses talents (cuisine/sport/comptabilité). Pour valoriser des compétences précises, passerellesetcompetences.org propose des missions « d'intérim » bénévole (22 antennes en région).

Comprendre le but de l'association, ses valeurs et quelle mission on veut nous confier pour mieux s'intégrer dans la structure.

Suivre son intuition. On est déçu par l'accueil ? On oublie l'esprit de sacrifice et on n'hésite pas à proposer ses services ailleurs.

Adopter le réflexe « télé-bénévolat » pour aider à distance les associations (dans le Webdesign, la comptabilité, la communication, par exemple).