

Revue spécialisée

# Psinfo



3/2016

**Pas de retraite pour  
les bénévoles**

Les seniors sont particulièrement courtisés dans le bénévolat

**Interview  
de Markus Freitag**

Les bénévoles âgés veulent des engagements limités dans le temps

**Chercheurs  
bénévoles**

De nouvelles voies dans la recherche



Alain Huber, membre de la direction, Thèmes spécialisés, Pro Senectute Suisse

Les bénévoles sont d'une valeur inestimable pour des organisations comme Pro Senectute: sans eux, notre service de visite n'existerait pas. Il y aurait moins de cours de sport. Et beaucoup moins de conseillers pour la déclaration d'impôt. Nous ne pourrions pas offrir une grande partie de nos services. En clair: Pro Senectute n'existerait pas sous sa forme actuelle sans bénévoles.

Pro Senectute emploie le plus de bénévoles en Suisse après la Croix-Rouge suisse. En chiffres: plus de 18 000 bénévoles au total, et 1 600 employés permanents. Que tous soient remerciés ici!

Chez Pro Senectute, les bénévoles actifs dans le domaine du sport se révèlent particulièrement nombreux. D'après Markus Freitag, le directeur de l'Observatoire du bénévolat en Suisse, il s'agit d'un phénomène général: ce sont les associations sportives qui attirent le plus de bénévoles en Suisse. Les recherches menées par Markus Freitag montrent en outre que les bénévoles ne veulent pas offrir une disponibilité illimitée, même s'ils considèrent leur travail comme porteur de sens. De nombreux bénévoles souhaitent s'investir dans le cadre de projets, sans prendre des engagements à long terme.

Aussi compréhensible que soit ce désir de souplesse et de liberté, il représente un grand défi dans un environnement comme celui de Pro Senectute. En effet, les personnes âgées aimeraient de la continuité et des personnes de confiance fixes. Il est d'autant plus important que nous développons des modèles qui répondent à la fois aux besoins de nos aînés et à ceux de nos bénévoles. Les articles de ce Psinfo le montrent: nous avons tout à y gagner. Car nous ne pourrions pas remplir notre mission sans le bénévolat.

# Les bénévoles ne partent pas à la retraite

**La Suisse est un pays de bénévoles. Les personnes de plus de 60 ans sont très convoitées en raison du temps et de l'expérience dont elles disposent. Les bénévoles apprécient particulièrement de pouvoir se rendre utiles après la fin de leur vie professionnelle.**

Lukas Niederberger, directeur de la Société suisse d'utilité publique

Sachant qu'au terme de leur vie professionnelle, la plupart des personnes âgées sont en forme et ont encore plus de 20 années actives devant elles, leurs services sont très convoités. Un retraité sur deux s'engage comme bénévole, c'est-à-dire exerce un travail non rémunéré hors de la famille et de chez soi. Vu que leur nombre pourrait encore augmenter de 50%, il serait judicieux que les entreprises organisant des séminaires de préparation à la retraite n'informent pas que sur le fitness et le 3<sup>e</sup> pilier, mais fassent aussi de la publicité pour le bénévolat dans la région. Les communes, qui conviennent leurs nouveaux citoyens et les incitent à la participation politique, pourraient aussi inviter régulièrement les nouveaux retraités et leur présenter des opportunités de se mettre au service des autres.

### Un engagement bénévole et privé

25% des personnes âgées de 65 à 79 ans et 10% des octogénaires font du bénévolat formel dans une organisation ou une institution. Il arrive que des personnes se lancent dans une nouvelle activité bénévole à un âge avancé. Pro Senectute est un acteur important du bénévolat formel. Ici, des personnes âgées peuvent offrir leur aide dans la gestion de tâches administratives, assurer des services de visite, faire office d'interlocuteur des aînés dans une commune ou donner des cours de gym. Le bénévolat informel, dont font partie divers services de voisinage, est fourni par 40% des personnes âgées de 65 à 79 ans et 20% des octogénaires. Outre le bénévolat, quelque 40% des personnes à la retraite assument des tâches d'assistance dans la famille ou pour des amis. Certaines personnes s'investissent dans chacun de ces trois domaines, parfois concurrents.

### L'occasion d'entreprendre autre chose

Certains retraités s'engagent dans le domaine de leur activité professionnelle antérieure, conseillent des organisations à but non lucratif chez «Innovage» ou transmettent leur savoir-faire dans le monde entier grâce à «Swisscontact». La plupart d'entre eux veulent toutefois découvrir autre chose. Certains excluent de s'engager pour d'autres retraités et cherchent plutôt le contact avec des enfants et des adolescents afin de transmettre leur expérience. La plateforme «*intergeneration.ch*» témoigne du large éventail d'initiatives intergénérationnelles existantes. A noter qu'un nombre croissant de retraités et les jeunes

générations privilégient des engagements plus souples et limités dans le temps. Même les grands-parents qui s'occupent de leurs petits-enfants veulent de moins en moins des jours de garde fixes et préfèrent intervenir à la demande. Les organisations travaillant avec des bénévoles doivent s'adapter.

### Un juste rapport donnant-donnant

Les organisations de bénévoles doivent aussi réaliser que la motivation à s'investir a beaucoup évolué ces dernières décennies. Autrefois, les bénévoles agissaient avec désintéressement. L'engagement allait de soi, commandé par une bonne dose de contrôle social et la pression morale des Eglises. Le service non rémunéré n'a jamais reposé sur des motifs purement altruistes. Autrefois, les bénévoles jouissaient d'un plus grand pouvoir social et moral qu'aujourd'hui et espéraient obtenir une récompense dans l'au-delà. Aujourd'hui, l'engagement bénévole doit s'inscrire dans un juste rapport donnant-donnant pour les jeunes et les vieux. Ils attendent surtout des activités synonymes de joie, porteuses de sens et fédératrices. En outre, ils attendent des organisations pour lesquelles ils agissent de pouvoir participer à des rencontres régulières avec d'autres bénévoles, d'avoir leur mot à dire et de l'influence ainsi que d'être acceptés par les professionnels.

### La rémunération va à l'encontre du bénévolat

Des sondages prouvent que la rémunération n'est pas un facteur de motivation: les bénévoles renoncent de leur plein gré à un salaire et à une contrepartie. Ils apprécient toutefois le remboursement des frais, la couverture d'assurance et les petites attentions comme des excursions, des invitations à un repas ou des entrées gratuites dans les établissements locaux. Il arrive que des retraités soient contents ou même dépendants de la manne que leur rapporte leur engagement, qu'il s'agisse des jetons de présence d'une commission ou du dédommagement reçu pour leurs services de chauffeur à la journée. Certains proposent leurs services contre rémunération sur «Rent A Rentner». D'autres aident des personnes très âgées à gérer leur vie quotidienne dans le cadre du projet «KISS» et reçoivent pour chaque heure investie un équivalent en temps qu'elles pourront échanger plus tard. Bien que ces engagements aux rémunérations réelles ou potentielles soient d'une utilité incontestée, ils ne font pas partie du bénévolat.

### Le piège de l'« actionnite »

Aussi utile que soit l'engagement bénévole des retraités, il est tout aussi important qu'ils portent, à un rythme régulier, un regard critique sur leur motivation et leurs ressources. Après des décennies de vie professionnelle ou de travail familial, les personnes du 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> âge n'ont plus besoin de définir leur identité par le travail et la performance, la retraite permettant d'investir plus de temps et d'énergie pour s'interroger sur le sens de la vie, entretenir des relations, exercer et régénérer son corps et son esprit ainsi que savourer le moment présent. Les bénévoles âgés doivent pouvoir se retirer sans avoir mauvaise conscience lorsque leurs ressources déclinent. Notre société ne fonctionnerait pas sans le bénévolat. Toutefois, les retraités peuvent et doivent être libres de dire non, sans craindre de ne plus être aimés. Leur valeur ne s'exprime pas seulement dans le faire, mais aussi dans l'être.



**Lukas Niederberger** (52 ans) est le directeur de la Société suisse d'utilité publique (SSUP). Fondée en 1810, la SSUP a joué un rôle essentiel dans la création de l'Etat fédéral moderne, en particulier dans les domaines de l'éducation et du social. Au début du 20<sup>e</sup> siècle, elle a fondé plusieurs organisations importantes comme Pro Senectute, Pro Juventute, Pro Mente Sana et La Mobilière Suisse. La SSUP étudie et encourage le bénévolat en Suisse, et elle publie l'Observatoire du bénévolat.

[www.sgg-ssup.ch/fr/freiwilligenmonitor-fr.html](http://www.sgg-ssup.ch/fr/freiwilligenmonitor-fr.html)

# Le bénévolat chez Pro Senectute canton de Zurich

**Le bénévolat en Suisse fait face à de grands changements. Pro Senectute canton de Zurich les ressent aussi. Un encadrement de qualité et un programme d'activités attrayant gagnent en importance pour qu'une organisation séduise des bénévoles.**

*André Häring, responsable du centre spécialisé Bénévolat, Pro Senectute canton de Zurich*

Le travail accompli à titre bénévole et honorifique constitue le fondement de Pro Senectute. Les bénévoles s'engagent, semaine après semaine, dans divers domaines en faveur des personnes âgées. Chez Pro Senectute canton de Zurich, « bénévole » signifie qu'une activité est exercée sans contrepartie pécuniaire mais avec remboursement des frais. Le nombre de bénévoles chez Pro Senectute canton de Zurich n'a que peu varié ces dernières années. L'organisation travaille avec de nombreux bénévoles qui ont rejoint l'équipe depuis plusieurs années. Cela tient en particulier à un bouche à oreille qui fonctionne très bien. Les bénévoles parlent de leurs engagements dans leur entourage et parviennent toujours à motiver de nouveaux bénévoles. Dans les antennes locales des communes, les bénévoles ont souvent déjà trouvé quelqu'un pour leur succéder lorsqu'ils veulent mettre un terme à leur engagement.

### Une relation de confiance est primordiale

Pro Senectute canton de Zurich recherche des bénévoles disposés à s'engager à plus long terme. Il s'agit d'un aspect important afin de construire une relation de confiance sur des bases solides avec les personnes âgées. La confiance revêt une importance cruciale dans divers domaines du bénévolat, que ce soit dans le service fiduciaire ou l'action sociale gérontologique sur le plan communal. Il n'est pas rare qu'au fil du temps, ces relations se transforment en amitiés qui dépasseront de loin le cadre des engagements bénévoles.

### Trouver une activité à sa mesure

Afin de mettre en place une collaboration fructueuse et satisfaisante, il est essentiel de proposer aux bénévoles un engagement correspondant à leurs aptitudes et leurs désirs. Dans la plupart des cas, Pro Senectute canton de Zurich y parvient bien, comme en témoigne le nombre élevé d'engagements de longue date. Pour de nombreuses personnes âgées, le moment de se lancer dans le bénévolat arrive souvent lorsqu'elles ont pu réaliser leurs grands désirs personnels ou qu'elles disposent de plus de temps libre. Pour la plupart, les bénévoles potentiels ont déjà une idée très précise du domaine d'activité souhaité lorsqu'ils s'adressent à Pro Senectute canton de Zurich. D'autres se présentent parce qu'ils recherchent un nouveau défi après avoir pris leur retraite. Un premier entretien permet alors à chaque fois



**André Häring** dirige le centre spécialisé Bénévolat pour tout le canton chez Pro Senectute canton de Zurich. Il est responsable des journées d'introduction destinées à tous les nouveaux bénévoles, de l'offre de cours pour bénévoles et du développement interne de la gestion des bénévoles. En tant qu'animateur socioculturel, coach et formateur d'adultes, il dispose, en plus de ses formations de photographe, de caméraman et de réalisateur, d'une vaste expérience qu'il partage dans des cours donnés à des personnes âgées actives à titre bénévole et honorifique.

d'identifier ensemble les activités qui correspondent à ces personnes. Il est souvent possible d'accéder à leurs souhaits. Toutefois, il arrive aussi que Pro Senectute canton de Zurich ne puisse pas proposer d'activité convenant à une personne âgée. Dans ces cas-là, elle fait jouer ses contacts avec d'autres organisations, comme l'Asyl Organisation Zürich, la Croix-Rouge suisse ou Caritas, afin de rechercher une mission adéquate.

### Un bon encadrement comme condition sine qua non

Un programme de bénévolat bien géré ne prend pas fin avec le placement du bénévole. Un référent, qui apporte son soutien en cas de questions ou de problèmes, se révèle indispensable. Chez Pro Senectute canton de Zurich, tous les bénévoles disposent d'un interlocuteur qu'ils connaissent en personne et qui les assiste dans l'un des centres de prestations. En fonction de leur domaine d'activité, les bénévoles peuvent participer à un échange d'expériences plusieurs fois par année. A chaque rencontre, un expert vient parler des tâches inhérentes à l'activité des bénévoles. Ensuite, les participants discutent ensemble de leurs expériences et de leurs problèmes. Les bénévoles font connaissance et apprennent à s'apprécier les uns les autres lors de ces rencontres. Le groupe se soude et grandit ensemble. Cette offre est très appréciée, en particulier dans les grandes villes. Les bénévoles sont enchantés des échanges personnels.

Les personnes actives à titre bénévole et honorifique chez Pro Senectute canton de Zurich jouent un rôle irremplaçable. Il est dès lors essentiel de leur offrir quelque chose en échange de leur engagement. Les bénévoles bénéficient d'une vaste offre de formation continue qui allie des cours axés sur l'activité exercée et des cours sur les thèmes les plus divers. Lors de la fête de remerciement organisée chaque année pour ses bénévoles, Pro Senectute canton de Zurich distingue les personnes qui s'investissent de longue date. Au bout de cinq ans, les bénévoles se voient décerner un certificat de fidélité. En 2014, ils se sont retrouvés pour fêter un record hors du commun : une bénévole célébrait ses 50 (!) ans d'engagement au service de Pro Senectute. Elle a commencé comme monitrice de sport chez Pro Senectute à l'âge de 26 ans et, aujourd'hui, à 78 ans, elle s'engage toujours et se porte comme un charme.

### Le bénévolat évolue

Pro Senectute se rend aussi compte que les motifs pour s'engager dans le bénévolat ont changé ces dernières années. Les bénévoles sont curieux et avides de nouvelles expériences. Ils sont nombreux à raconter : « J'aimerais encore une fois apprendre quelque chose de nouveau et évoluer. Si je peux en plus faire du bien à quelqu'un en même temps, c'est du gagnant-gagnant sur toute la ligne. Je reste jeune grâce au bénévolat. » Afin de tenir compte de cette évolution et de pouvoir compter sur le soutien inestimable des bénévoles à l'avenir également, il est indispensable de soutenir les bénévoles dans leur désir d'apprendre.

Pro Senectute canton de Zurich compte actuellement environ 3600 bénévoles engagés dans sept domaines.

### Bénévoles Pro Senectute canton de Zurich 2015 Total: 3598 bénévoles



En 2015, plus de 18 000 bénévoles donnaient de leur temps pour Pro Senectute dans toute la Suisse. En collaboration avec le personnel, ils permettent à Pro Senectute de proposer une multitude de services qui enrichissent et facilitent le quotidien des personnes âgées.

### Pro Senectute en Suisse en 2015 Total: 18 745 bénévoles dont 6989 avec rétribution



Source: Pro Senectute Suisse

# « Les bénévoles âgés souhaitent des engagements temporaires »

Interview réalisée par *Sabrina Hinder*, responsable communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse

### **La Suisse est un pays de bénévoles. Quelles en sont les raisons ?**

Cela tient peut-être à la culture du pays ainsi qu'aux traditions sociales et politiques. Surtout en Suisse alémanique, le principe de subsidiarité représente un pilier culturel fondamental. Cela signifie que les problèmes sociaux sont résolus là où ils surviennent. L'Etat n'intervient que lorsque les forces venant du sein même de la société défont. Sur le plan politico-institutionnel, nous retrouvons ce principe dans le fédéralisme suisse, qui promeut le développement d'organisations bénévoles et de groupements d'intérêts au niveau local.

### **La Suisse est-elle un cas particulier par rapport à d'autres pays ?**

Le système démocratique pose des exigences élevées aux citoyennes et citoyens de Suisse. Ils sont sollicités à divers niveaux pour s'engager en politique et dans la société, occuper des fonctions et veiller au bien commun. Ce « gène du bien commun », transmis de génération en génération, représente un trait distinctif de la société civile suisse. En outre, la démocratie directe contribue beaucoup à favoriser les identités locales et une société civile vivante.

### **Le bénévolat est souvent présenté comme le « ciment » qui assure la cohésion sociale. Qu'est-ce que cela veut dire a contrario ?**

Par leur engagement bénévole, les citoyennes et citoyens investissent, de leur plein gré et, pour la plupart d'entre eux contre aucune rémunération, du temps, de l'argent et de l'énergie pour se mettre au service des autres et d'organisations. L'éventail des activités bénévoles s'étend des engagements dans les associations sportives, les clubs de hobbies et de loisirs au travail non rémunéré dans le domaine social, sanitaire ou culturel, en passant par l'exercice volontaire de fonctions politiques ou l'entraide de voisinage. Cette diversité d'activités montre qu'il serait très difficile de se passer du bénévolat dans la société sans sacrifier en même temps des pans entiers de la qualité de la vie publique.

### **De nombreux retraités font aujourd'hui du bénévolat formel dans une organisation ou informel dans leur entourage. En a-t-il toujours été ainsi ?**

Nous observons les signes d'un recul au niveau de l'engagement dans des associations et des heures investies dans l'entraide de voisinage. Cette tendance se révèle moins marquée chez les aînés que parmi les personnes plus jeunes. L'engagement des personnes âgées est resté assez stable en comparaison.



**Markus Freitag**, né en 1968, est professeur ordinaire et directeur à l'Institut de sciences politiques de l'Université de Berne. Il a signé de nombreux articles consacrés à la société civile en Suisse (« Das soziale Kapital der Schweiz », NZZ-libro, Zurich) et dirige la réalisation scientifique de l'Observatoire du bénévolat en Suisse.

### **Dans quels domaines les bénévoles s'engagent-ils le plus souvent et volontiers, hier et aujourd'hui ?**

Les associations sportives attirent la plus grande partie de bénévoles au sein de la population. Viennent ensuite les associations culturelles, les clubs de hobbies et de loisirs ainsi que les organisations ecclésiastiques. Un peu plus de 50 % indiquent aussi soigner et aider des personnes âgées, handicapées ou des enfants dans le cadre de l'entraide de voisinage.

### **Quelle influence la numérisation exerce-t-elle sur le bénévolat ?**

Selon notre enquête, un quart de la population résidente en Suisse s'engage au moins d'une manière en ligne comme bénévole. En général, un engagement bénévole sur Internet ne demande que peu de coordination. A titre d'exemple, on peut citer la création et l'animation de groupes sur Facebook, la mise à jour des sites Web d'associations ou d'organisations ou la préparation d'informations, la mise à disposition d'expertises ou le conseil par Internet. Les dons ou le financement participatif pour un projet lancé en ligne ou une action en font aussi partie.

### **A quoi faudrait-il faire attention, du point de vue de la recherche, dans la collaboration avec des bénévoles âgés ?**

Les bénévoles âgés ne veulent pas non plus offrir une disponibilité illimitée et souhaitent des activités temporaires et sous forme de projets. Ils peuvent alors y apporter une contribution importante grâce à leur expérience et partager leur réseau de contacts.

### **Comment des organisations comme Pro Senectute peuvent-elles s'attacher les services de bénévoles ?**

En proposant des plages horaires souples, des missions temporaires, un réel droit de codécision et un soutien professionnel au sein de l'organisation. Une demande directe venant des organisations lorsqu'elles ont besoin de renfort peut aussi se révéler fructueuse.

### **Quel est le rôle joué par le bénévolat dans une perspective économique ?**

En extrapolant les chiffres à la population résidente âgée de plus de 15 ans en Suisse, les quelque 700 millions d'heures d'activités (formelles et informelles) non rémunérées accomplies en 2014 représentent une valeur de 35 milliards de francs suisses, en comptant 50 francs par heure de travail. Cela correspond à environ 5,5 % du produit intérieur brut total.

### **Votre pronostic pour conclure: à quoi ressemblera le bénévolat dans 20 ans ?**

Il y aura davantage d'activités sous forme de projets, d'une durée limitée et assorties d'incitations précises. Les bénévoles désintéressés pendant une vie entière deviendront de plus en plus rares.



L'Observatoire du bénévolat en Suisse est un projet de sondage censé répondre aux besoins d'informations fiables et complètes sur l'engagement bénévole des personnes âgées de plus de 15 ans résidant en Suisse; il n'existe que dans quelques rares pays sous une forme comparable. C'est la Société suisse d'utilité publique (SSUP) qui a lancé le projet il y a dix ans en collaboration avec le Pour-cent culturel Migros. L'Office fédéral de la statistique joue un rôle consultatif, tandis que l'Institut de sciences politiques de l'Université de Berne assure le suivi scientifique de l'Observatoire du bénévolat. Après 2007 et 2010, c'est la troisième fois que l'Observatoire du bénévolat, avec des entretiens menés auprès de plus de 5700 personnes, analyse l'ampleur de l'engagement bénévole, les caractéristiques, les motifs et la capacité fondamentale à mobiliser des bénévoles en Suisse.

L'Observatoire du bénévolat 2016 (ISBN 978-3-03777-166-2) est disponible en librairie ou aux éditions Seismo [www.seismoverlag.ch](http://www.seismoverlag.ch), uniquement en allemand.

# Egayer la vie des seniors

**Depuis quatre ans, Rösli Kern s'investit comme bénévole pour Pro Senectute St-Gall. Sa mission au service de visite et au « café du dimanche » donne du baume au cœur des personnes âgées. L'expérience de Mme Kern montre que le bénévolat est enrichissant d'un côté comme de l'autre.**

*Michelle Sandmeier, communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse*

Rösli Kern cherchait un nouveau défi après son départ à la retraite. « J'ai travaillé toute ma vie. Pour moi, il me paraissait évident de continuer d'exercer une activité permettant d'aider les autres. » Rösli Kern a commencé à donner de son temps en tant qu'aide ménagère. Des douleurs au genou l'ont toutefois petit à petit empêchée de poursuivre sa mission. Elle a alors décidé d'égayer le quotidien de personnes âgées en leur offrant sa compagnie.

Au service de visite, Rösli Kern tient chaque semaine compagnie à deux dames âgées. Au programme : partie de jass ou promenade. L'une de ces deux dames souffrant d'une démence sévère, Mme Kern n'est autorisée à passer du temps avec elle que grâce à son diplôme d'aide-soignante en gériatrie et à son expérience professionnelle avec des personnes atteintes de cette maladie. Normalement, le service de visite n'est pas destiné à ces personnes. Rösli Kern est ravie : « C'est un plaisir de pouvoir continuer à mettre à profit mon expérience professionnelle. Lors de mes visites, j'essaie de me mettre à la place de l'autre et de comprendre ses préoccupations. » La seconde femme âgée apprécie tout particulièrement les discussions. Au parc, elles observent et passent en revue les fleurs et les arbres. « En automne surtout, avec toutes ces feuilles colorées, je savoure chaque instant passé à l'extérieur », explique Rösli Kern.

Outre ses deux visites par semaine, elle organise une fois par mois un « café du dimanche » à St-Gall. Très apprécié, ce rendez-vous convivial réunit entre 15 et 18 personnes, essentiellement des femmes de 70 ans et plus. Rösli Kern partage cet enthousiasme : « Les gens souhaitent venir parler de leurs soucis et de leurs expériences. C'est bien de pouvoir faire plaisir aux autres simplement en les écoutant. »

Dans la collaboration avec Pro Senectute, Rösli apprécie particulièrement les rencontres entre bénévoles : autour d'une part de gâteau et d'un café, des bénévoles de tous les domaines discutent, font part de leurs réflexions et de leurs expériences. On se connaît et on aime entendre les récits d'interventions de ses pairs. « Ces rencontres offrent un cadre idéal pour parler et pour écouter les autres. »

**Rösli Kern** a 68 ans et habite dans le canton de St-Gall. Elle a commencé son parcours professionnel dans la restauration. Après son mariage, elle a exploité une ferme pendant 25 ans avec son mari. Lors d'une brève mission dans le restaurant d'un EMS, Rösli Kern a découvert sa passion pour le métier d'aide-soignante en gériatrie, qu'elle n'a alors plus cessé d'exercer. Cette retraitée vivant seule travaille depuis 2012 en tant que bénévole auprès de Pro Senectute.

# Des chercheurs bénévoles

**Le centre de compétence interdisciplinaire sur la vieillesse de la Haute école des sciences appliquées de Saint-Gall (IKOA-FHS) explore de nouvelles voies dans le domaine de la recherche. Son approche participative consiste à intégrer des seniors. Premier du genre en Suisse, ce « groupe de recherche participative » repose entièrement sur le bénévolat.**

*Sabrina Hinder, responsable communication d'entreprise, Pro Senectute Suisse*

Les trois seniors du groupe de recherche participent à toutes les phases du projet d'étude. Quel sujet pourrait être intéressant? Comment formuler les questions? Et quelle méthode d'analyse appliquer? Sabina Misoch, directrice de l'IKOA, explique : « Nous ne voulons pas faire des recherches sur les seniors, mais avec eux. Ils doivent décider eux-mêmes des thèmes qui les intéressent. A l'IKOA, nous fournissons uniquement le cadre. »

Ce cadre consiste par exemple à former les seniors aux techniques d'entretien. Au-delà de la théorie, il s'agit d'encourager les nouveaux chercheurs à interroger sans crainte des personnes inconnues. Pour tous les seniors participants, ce rôle de sondeur est nouveau. L'une des membres du groupe souhaite savoir comment elle doit réagir si l'émotion gagne son interlocuteur pendant l'entretien. Un autre demande comment faire pour se montrer crédible en tant que chercheur de la FHS. Les participants mettent immédiatement en pratique ce qu'ils ont appris en s'interrogeant mutuellement. L'expérience convainc même les plus sceptiques, qui gagnent ainsi en assurance.

L'un des avantages de la recherche participative est que la distance sociale est moindre: le fait que les sondeurs et les sondés appartiennent à la même tranche d'âge promet de meilleurs résultats. « Etre du même âge et/ou du même sexe influe largement sur l'ouverture de la personne sondée et représente donc une grande chance », déclare Sabina Misoch. Il est également important d'inclure le groupe cible dès la phase de conception de l'étude. Par exemple, l'un des chercheurs seniors de St-Gall, qui a déménagé récemment, a pu faire profiter le groupe de son expérience, car la recherche porte sur le logement des personnes âgées. »

Pour la Haute école spécialisée de St-Gall, ce projet n'est qu'un début. L'établissement vise à instaurer une relation à long terme entre les chercheurs académiques et les chercheurs non professionnels. Un deuxième groupe de recherche a déjà été mis sur pied, dans la région du lac de Constance. Ce groupe a lui aussi choisi un thème passionnant, celui de l'intégration sociale des personnes âgées.



La sociologue **Sabina Misoch** dirige le centre de compétence interdisciplinaire sur la vieillesse (IKOA) de la Haute école des sciences appliquées de Saint-Gall. L'IKOA est spécialisé dans la recherche et le développement de solutions pratiques liées à l'âge et au vieillissement. Ce centre met en évidence les défis posés par l'évolution démographique à la société, aux institutions et aux individus. L'équipe pluridisciplinaire de l'IKOA se penche sur les thèmes suivants: technologie et médias, personne, diversité et santé, ainsi qu'évolution et changement (p.ex. des valeurs) des personnes du 3<sup>e</sup> et du 4<sup>e</sup> âge (à partir respectivement d'environ 60 ans et 80 ans).

### « Vivre, c'est changer »

**Carnets de route 65+** est un cycle d'ateliers en groupe proposé aux jeunes retraités par Pro Senectute Vaud. Un voyage pour revenir sur son parcours et pour choisir son nouveau projet de vie.

*Propos recueillis par le magazine générations, Martine Bernier, journaliste RP*

Préparer sa retraite, c'est bien. Mais ce n'est qu'une fois que celle-ci a vraiment commencé qu'il est possible de prendre la mesure du changement en cours. C'est donc aux jeunes retraités de 60 à 70 ans, seuls ou en couple, que Pro Senectute Vaud a choisi de proposer une expérience novatrice: *Carnets de route 65+*. Ces ateliers, constitués de six étapes de trois heures chacune, sont envisagés comme les six destinations d'un voyage, comme l'explique Karine Tassin, responsable de l'unité Formation et accompagnement: « Nous le voyons comme un cheminement où nous allons franchir ensemble une phase après l'autre. Les ateliers ne sont pas un endroit où les participants vont simplement prendre des renseignements. Il y aura une réflexion, un investissement personnel de la part de chacun. Et chacun recevra un carnet de route qu'il élaborera avec ce qui aura du sens à ses yeux. »

Les thèmes des étapes prévues devraient permettre de se questionner sur ce cap qu'est la retraite et sur les multiples façons de l'envisager. S'interroger sur l'avancée en âge, sur son parcours, sur les transitions, les ressources et les stratégies mobilisées pour mieux vivre les changements, se fixer un cap, faire des choix ou redonner du sens à sa vie ne sont que quelques grandes lignes des thèmes visités. Pour préparer ces ateliers, Karine Tassin a œuvré sur le concept pendant un an avec des seniors. Puis elle a créé un groupe de travail interdisciplinaire composé de spécialistes dont une psychologue en gérontologie et l'un des directeurs associés de la Fondation Balthazar spécialisé en développement professionnel.

Parmi eux, Florence Dardel, psychologue clinicienne de 72 ans, explique en quelques mots l'utilité d'une telle démarche: « Lorsque j'ai atteint l'âge de la retraite, j'étais fatiguée et assez contente de pouvoir arrêter de travailler. Mais au bout de cinq ans, je me suis dit « bon, je me suis bien reposée... qu'est-ce que je fais, maintenant? » Quand la retraite a été créée, l'espérance de vie était de 68 ans. Aujourd'hui, elle a nettement augmenté et nous nous retrouvons avec une longue période de vie disponible. Faut-il avoir peur des changements qui interviennent? Mais... vivre, c'est changer! Ces ateliers permettent de savoir où l'on a envie d'aller, de partir de soi pour mieux aller vers les autres. »



© Pro Senectute Vaud

La phase test de l'atelier, financée par la Fondation Leenaards et la Fondation Inverni-Desarzens, débutera en janvier 2017. Deux sessions sont prévues, et les inscriptions sont acceptées jusqu'à fin décembre pour la 1<sup>ère</sup> session, et fin mars pour la seconde. Cette expérience pionnière mise sur la richesse des groupes qui se formeront, et se fixe pour mission de faire en sorte que chaque participant ressorte de l'aventure avec des pistes d'action à développer et des réponses à ses attentes.

Inscriptions et renseignements :  
info@vd.prosenectute.ch ou  
Tél: 021 646 17 21  
[www.carnetsderoute65.ch](http://www.carnetsderoute65.ch)

## Écouter pour accompagner : fonder une pratique

Pierre Reboul. Lyon : Chronique Social, 2013

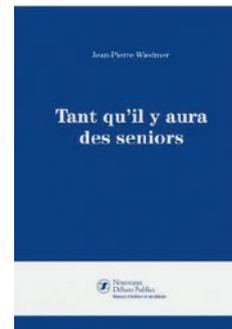
Manuel destiné aux personnes engagées dans l'écoute, cet ouvrage constitue un outil de base pour guider dans sa pratique tant le bénévole que le professionnel. Fruit d'une longue expérience de bénévolat, cet ouvrage est une « caisse à outils » adaptée à l'exercice d'une fonction nécessitant disponibilité, cohérence, travail d'équipe, déontologie, éthique, etc. Ses différentes parties comprennent de nombreux exemples permettant d'illustrer le propos. Au sein d'une association ou d'une institution, cet ouvrage sera apprécié pour servir de référence à la mise en place d'un parcours de formation.



## Tant qu'il y aura des seniors

Jean-Pierre Wiedmer. Paris : Nouveaux Débats Publics, 2013

L'allongement de la durée de la vie et le vieillissement constitue une véritable opportunité. Loin de représenter un handicap, ce mouvement démographique est porteur d'un potentiel socio-économique considérable. Il est temps de faire évoluer notre regard sur les seniors, et d'en finir avec les idées reçues. On les croit à la charge de la société, ils contribuent au contraire à financer l'économie et à nourrir la croissance, de façon directe ou indirecte. Les seniors sont performants, mobiles, flexibles et en phase avec les nouvelles technologies. Bien loin des stéréotypes, ils jouent un rôle vital pour la société.



## La solidarité ça existe... et en plus ça rapporte ! Essai

Serge Guérin. Paris : Michalon Éditeur, 2013

Face à la crise de la dépense publique et aux lourdeurs étatiques, il est devenu nécessaire de refondre notre modèle social en mettant en avant les nouveaux métiers de l'accompagnement. En s'appuyant sur la mobilisation des collectivités territoriales, le développement de l'économie circulaire, le monde associatif et l'entrepreneuriat social, Serge Guérin montre qu'une société décentralisée et solidaire est bel et bien en marche.



## Ensemble : un autre regard sur la différence

Réalisation : Catherine Harnois. Champigny : Aiguemarine C°, 2015

Le documentaire « Ensemble » témoigne d'initiatives qui participent à montrer sous un autre jour les personnes malades ou tout simplement âgées. Il met en lumière des actions bien souvent simples et de bon sens qui permettent aux personnes âgées et à leurs aidants de maintenir des liens sociaux, de continuer à s'impliquer dans leur environnement local et tout simplement de se sentir vivre!



**Prêt de médias :** Bibliothèque de Pro Senectute  
Bederstrasse 33 · 8002 Zurich  
**044 283 89 81 · [bibliothek@prosenectute.ch](mailto:bibliothek@prosenectute.ch)**  
**[www.prosenectutebibliothek.ch](http://www.prosenectutebibliothek.ch)**  
**Horaires d'ouverture :** lu, mer et ven : 9 à 16 h  
mar et jeu : 9 à 19 h

# Colloque sur la diversité dans le bénévolat

La proportion de Suisses de naissance qui s'engagent en tant que bénévoles est sensiblement supérieure à celle des personnes étrangères ou naturalisées. Une plus grande mixité d'origines parmi les bénévoles constituerait une solution idéale d'intégration et de participation et créerait des espaces de rencontre dans le cadre de l'engagement collectif.

Comment les associations et les organisations pourraient-elles faire en sorte de mieux refléter la diversité de la population suisse? Comment les organisations pourraient-elles faire pour que la diversité en matière d'origines soit davantage représentée dans leurs rangs? Comment le travail bénévole des étrangers pourrait-il être mieux intégré et reconnu?

Le réseau bénévolat s'est penché sur cette question lors de son colloque « Diversité » le 31 octobre 2016 à Berne. Cet événement a été organisé par le Conseil Suisse des Activités de Jeunesse (CSAJ) et mis sur pied par le réseau bénévolat. Le réseau bénévolat est un regroupement informel d'organisations nationales en Suisse qui comptent de nombreux bénévoles. Il encourage le dialogue sur le bénévolat et offre une plate-forme d'échange d'idées et de bonnes pratiques. Les coordinateurs/trices du travail bénévole constituent le public cible de ce colloque.

Le matin, des intervenants issus aussi bien du milieu académique que du terrain ont abordé des questions actuelles sur la diversité dans le bénévolat. L'après-midi, les participant-e-s ont eu la possibilité d'approfondir certaines questions spécifiques et de chercher ensemble des réponses dans le cadre de sept ateliers. Les thèmes des ateliers ainsi que le programme et les publications du colloque du réseau bénévolat se trouvent sur: [http://www.reseaubenevolat.ch/fr/colloque\\_2016/](http://www.reseaubenevolat.ch/fr/colloque_2016/)

### Impressum

**Edition:** Pro Senectute Suisse, Lavaterstrasse 60, case postale, 8027 Zurich, tél. 044 283 89 89, [communication@prosenectute.ch](mailto:communication@prosenectute.ch), [www.prosenectute.ch](http://www.prosenectute.ch)

**Parution:** 4 x par an

**Rédaction:** Simon Fischer, Sabrina Hinder, Michelle Sandmeier

**Textes:** Alain Huber, Lukas Niederberger, André Häring, Martine Bernier, Judith Bucher, Sabrina Hinder, Michelle Sandmeier

**Traduction:** Pro Senectute Suisse, [roestibuecke.ch](http://roestibuecke.ch)

© Pro Senectute Suisse

### Des cœurs contre la pauvreté

Avec son action de Noël, Migros s'engage contre la pauvreté en Suisse. Cette année, les recettes de la vente de cœurs en chocolat soutiendront les œuvres de bienfaisance suivantes:

- Pro Senectute
- Pro Juventute
- Secours d'hiver
- Entraide Protestante Suisse (EPER)
- Caritas

La somme récoltée dans le cadre de l'action de Noël sera répartie à parts égales entre les cinq organisations, pour les aider dans leur engagement en faveur des personnes touchées par la pauvreté. Migros ajoutera un million de francs à la somme récoltée.

Cet argent permettra à Pro Senectute d'aider les personnes âgées touchées par la pauvreté. Saviez-vous que dans un pays riche comme la Suisse, la pauvreté touche une personne âgée sur huit? Les problèmes financiers à la retraite s'expliquent par de multiples facteurs: augmentation du loyer, frais de soins ou décès du conjoint. Quelles qu'en soient les raisons, les conséquences sont les mêmes: les personnes concernées ne peuvent plus payer leur loyer, voire leur nourriture, et s'isolent. L'achat d'un cœur en chocolat aide à combattre la pauvreté en Suisse. Merci!

