

## La place des seniors dans le bénévolat

On sait que les seniors jouent un rôle très important dans le bénévolat, notamment en qualité d'élus aux seins des associations, bénéficiant de l'expérience qu'ils ont accumulée et, en principe, d'une disponibilité importante. Cette place n'est toutefois pas si évidente et le passage à une retraite active se joue dans un processus de remaniement identitaire, plus ou moins facile, en fonction de 3 facteurs clés : les conditions de la transition travail/retraite, la gestion de la dernière partie de carrière professionnelle et les ressources identitaires accumulées et mobilisables.

### Niveau d'engagement des seniors

#### 1- L'engagement des seniors par rapport à l'ensemble de la population

L'étude France Bénévolat-IFOP-Crédit Mutuel de 2013 compte **12,7 millions de bénévoles dans une structure associative** soit 24 % de la population de plus de 15 ans (40% si on intègre toutes les formes de bénévolat) <sup>(1)</sup>.

**On note que 36% des plus de 65 ans sont bénévoles dans une association.**

Tranches d'âges	Estimation globale du bénévolat associatif	Pourcentage de la génération
Ensemble de la population (de 15 ans et plus)	12 700 000	24,6%
15/35 ans	3 300 000	21,0%
35/64 ans	5 500 000	21,8%
Plus de 65 ans	3 900 000	36,6%

Source : Etude France Bénévolat-IFOP-Crédit Mutuel de 2013

Ainsi, **trois bénévoles sur dix ont plus de 65 ans**. Donc contrairement aux idées reçues, **les seniors ne sont guère surreprésentés dans le bénévolat associatif**.

Deux facteurs peuvent expliquer l'« effet loupe » qui tendrait à faire croire qu'il n'y a que des seniors dans les associations :

- Plus de 50% des responsables associatifs sont des retraités (nécessité de disponibilité de temps pour des responsabilités de plus en plus lourdes et complexes).
- Les bénévoles « très réguliers » sont souvent des retraités (environ 2 000 000 bénévoles qui constituent en quelque sorte le squelette des associations).

<sup>1</sup> L'enquête de 2013 compte 20,9 millions de bénévoles dont 12,7 millions dans une association, 4,2 millions dans une autre organisation (syndicale, politique ou religieuse) et 9,7 millions dans un bénévolat direct de proximité hors famille ou structure associative. Source : Etude France Bénévolat-IFOP-Crédit Mutuel de 2013 à consulter sur [www.francebenevolat.org/documents](http://www.francebenevolat.org/documents)

## 2- Le taux d'engagement des seniors progresse moins vite

Tranches d'âges	Estimation globale du bénévolat associatif en 2013	Progression de 2010 à 2013
Ensemble de la population (de 15 ans et plus)	12 700 000	+12%
15/35 ans	3 300 000	+32%
35/64 ans	5 500 000	+10%
Plus de 65 ans	3 900 000	+ 5%

Sources : Etude France Bénévolat-IFOP-Crédit Mutuel de 2010 et 2013

Deux enquêtes similaires effectuées en 2010 et 2013<sup>2</sup> permettent de montrer que **globalement le bénévolat associatif est en forte progression (+12%)**. A noter que c'est pour **la tranche d'âge des plus de 65 ans que la progression est la plus faible** (seulement 5%).

Nous pouvons avancer trois hypothèses pour expliquer cette faible progression :

- il est plus difficile de progresser quand le taux est déjà élevé (loi des rendements décroissants) ;
- l'impact du durcissement des conditions de départ à la retraite ;
- la concurrence avec la solidarité familiale et/ou la nécessité de compenser la faiblesse des pensions avec des « petits boulots ».

Ce résultat doit interpeller l'ensemble du secteur associatif. France Bénévolat, avec ses partenaires sur l'engagement des seniors, réfléchit aux méthodes de promotion du bénévolat qui doivent être adaptées à cette tranche d'âge.

## La spécificité des retraités

### 1 – Un besoin d'utilité sociale

Dans toutes les enquêtes menées auprès de retraités, **la grande majorité des interviewés exprime le besoin d'avoir des activités socialement reconnues, de « servir à quelque chose »**. C'est même souvent le choix et la mise en œuvre de ces nouvelles activités, au sein d'un nouvel équilibre de vie, qui marquent la fin du « deuil social » du travail rémunéré.

Ce réinvestissement est d'autant plus facile que la personne s'est constitué dans son parcours de vie un capital de lien social, en dehors même des relations professionnelles. Faut de l'avoir fait suffisamment avant le départ, c'est tout un retissage qui est à refaire.

L'implication des retraités dans des activités socialement utiles a donc un double effet positif :

- pour eux, par le maintien ou le retissage de liens sociaux, cela contribue à développer ce que les institutions de retraite appellent désormais « **la prévention sociale globale** » ;
- pour la collectivité, par les effets de la solidarité, et tout particulièrement de la solidarité intergénérationnelle, au travers du bénévolat associatif.

Quand les bénévoles témoignent, on retrouve très souvent l'idée que « donner du temps aux autres, c'est recevoir en retour ». **Les bénévoles redécouvrent, souvent sans le savoir, le concept « du don et du contre don » très ancré dans toutes les civilisations traditionnelles et très bien mis**

<sup>2</sup> Sources : Etude France Bénévolat-IFOP-Crédit Mutuel de 2010 et 2013, à consulter sur [www.francebenevolat.org/documents](http://www.francebenevolat.org/documents)

**en exergue par l'anthropologue Marcel Mauss<sup>3</sup>.** On voit bien ainsi qu'il n'y a aucune raison d'opposer « le don pour les autres » et le « don pour soi ».

Sur un registre plus collectif, **il est clair que la reconnaissance de la place des retraités dans la Société passe par la reconnaissance de leur utilité sociale.**

## 2 – Le bénévolat, un moyen pour « bien vieillir » ?

Si le bénévolat est une activité utile à la société, l'expérience de France Bénévolat montre qu'il l'est aussi pour le bénévole lui-même. Faire du bénévolat permet à un retraité de se sentir utile mais aussi 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. Sur ce sujet nous pouvons citer un passage de la note du Centre d'Analyse Stratégique<sup>4</sup> :

« 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 mis 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<sup>5</sup>) 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<sup>6</sup>. »

Le bénévolat est donc un moyen de lutter contre l'isolement des personnes âgées. C'est ainsi que France Bénévolat a conclu en 2012 un partenariat avec la CNAV pour mener des actions communes de promotion du bénévolat auprès des seniors et pour développer des actions de solidarités auprès des personnes âgées isolées physiquement et socialement.

## Un contexte en pleine évolution

Compte tenu de l'évolution démographique globale et du poids grandissant « des seniors » dans la population totale, **l'enjeu que représentent le maintien, voire la progression, des seniors dans le bénévolat est considérable.** En effet ces deniers peuvent être une réponse aux besoins illimités des associations en matière de besoins de personnes engagées dans le bénévolat associatif.

### 1- Les enjeux collectifs :

Nous allons connaître, dans les 50 ans à venir, des bouleversements démographiques jamais connus dans l'histoire de l'humanité, autour de la conjonction d'au moins quatre phénomènes :

- a) Le maintien d'un départ important des « baby boomers » à la retraite, des années actuelles jusqu' à environ 2015 : ceci va entraîner une augmentation importante du nombre des jeunes retraités, a priori en pleine forme physique ;
- b) Le besoin de reconnaissance sociale d'un groupe qui va représenter de l'ordre du tiers de la population totale ;
- c) Un rééquilibrage entre la population active et la population inactive, puisque nous allons progressivement vers un ratio un pour un, avec évidemment des tensions sur les systèmes de protection sociale, tant de retraites que d'assurance maladie ;

<sup>3</sup> « Essai sur le don » Marcel Mauss (1923)

<sup>4</sup> Note du CAS n°241 – septembre 2011 : « Développer, accompagner et valoriser le bénévolat »

<sup>5</sup> Bruder É. (2010), « L'influence du bénévolat sur la santé des bénévoles », Cerphi.

<sup>6</sup> A contrario, la promulgation contrainte de soins à une personne dépendante aurait plutôt des effets négatifs sur la santé des aidants familiaux.

- d) Une augmentation importante du nombre des personnes très âgées. Les 75 + sont aujourd'hui 5 millions, ils seront 10 millions en 2035<sup>7</sup>. De plus en plus de familles vont être composées de quatre générations, parfois cinq. Conséquences : le développement des dispositifs de maintien à domicile, la nécessité de trouver des formes de solidarité et de coopération intergénérationnelles qui ne soient pas « qu'imposées » (au sens des impôts), la nécessité de repenser l'urbanisme, l'aménagement des logements, les transports...

Dans ce contexte, il convient, du point de vue de France Bénévolat, **de dire clairement aux nouveaux retraités que la Société a besoin d'eux**, qu'ils ne sont pas que des consommateurs passifs payés par le travail des autres et qu'ils peuvent être la clé de voûte du « vivre ensemble » !

## 2 - Les enjeux individuels :

Le besoin d'être « actif » pour un retraité répond à un double enjeu, de santé mentale et de santé physique, appelé, comme on l'a vu, « **la prévention sociale globale** ».

Il est clair que le remaniement identitaire qui se produit à l'occasion de l'entrée en retraite passe par l'identification de nouvelles sources de reconnaissance sociale -moins directement liée au statut social- qui peuvent se situer, soit dans la sphère privée et familiale (la place des grands-parents notamment), soit dans la sphère publique (le bénévolat, qu'il soit associatif ou électif)... ou encore mieux dans les deux !

## L'engagement bénévole ne va pas de soi pour les seniors

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.

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 ».

Les travaux de France Bénévolat sur l'engagement bénévole des seniors<sup>8</sup> identifient au moins trois grands groupes de populations distinctes :

- **Ceux qui ont toujours plus ou moins eu l'habitude de l'engagement, même à titre occasionnel, pendant leur jeunesse et leur vie active :**

Pour ceux-là, a priori, pas de problèmes pour devenir bénévole. Soit ils s'engagent plus nettement en prenant des responsabilités dans la ou les associations dans lesquelles ils étaient déjà engagés ; soit, après l'indispensable pause de l'entrée en retraite, ils trouvent facilement les moyens de « penser aux autres, à côté du légitime penser à soi ».

- **Ceux qui vivent la retraite avec un sentiment d'inutilité sociale mais sans toujours avoir envie de s'engager :**

Cette population refuse de s'engager dans le bénévolat, soit par non-connaissance de la vie associative, soit par crainte d'être totalement « suroccupé », soit encore suite aux effets du cercle vicieux du repli sur soi du passage à la retraite. C'est pour cette population qu'un accompagnement amont, en priorité psychologique, individuel ou collectif, s'impose. Avant de parler du bénévolat, il faut d'abord une aide à la définition d'un « Projet de Vie », dans le quel **-éventuellement-** peut se situer un volet d'engagement social, au sens large du terme.

---

<sup>7</sup> INSEE 2005

<sup>8</sup> Voir « L'engagement bénévole des seniors : une implication réfléchie » : [www.francebenevolat.org/documents](http://www.francebenevolat.org/documents)

Ensuite, un conseil individualisé proposé par France Bénévolat , pour trouver la forme, le lieu et le temps d'engagement, a toute sa place.

- **Ceux qui vont s'engouffrer dans la vie associative pour compenser la peur du vide :**

S'engouffrer dans le bénévolat peut être alors un moyen de ne pas se poser de questions existentielles et pour se donner l'impression que finalement rien n'est changé. On assiste alors à de vrais échecs, dont les dégâts peuvent être considérables, tant pour les associations qui les ont accueillis que pour eux-mêmes. Pour ceux-là, il n'y a pas de solution miracle, sinon une formation / information sur la réalité et la spécificité de la vie associative et sur les comportements indispensables que l'on se doit d'avoir dans la vie associative, ainsi qu'un tutorat rapproché.

## Les besoins et enjeux des associations

Une bonne partie des préoccupations des associations réside moins dans le recrutement de « bénévoles de base » que dans le renouvellement de leurs dirigeants. Parallèlement, parmi les dirigeants associatifs, on constate une surreprésentation des hommes, par rapport aux femmes. Nous sommes donc devant une situation paradoxale, avec des associations atteintes de gérontocratie et des dirigeants disant ne pas trouver de successeurs... tout en refusant, très souvent, de déléguer leurs responsabilités.

Ainsi, on peut estimer que le maintien du dynamisme associatif, tout à fait exceptionnel dans notre pays, passe par le renouvellement des dirigeants associatifs, avec une place plus large accordée aux femmes et aux jeunes. Ainsi, une plus grande égalité dans les responsabilités associatives constitue à la fois une question de justice, mais une formidable opportunité pour le Monde Associatif, en tout état de cause une nécessité.

**La place des retraités dans la vie associative, les conditions auxquelles ils accèdent au bénévolat et leur mode de relation aux responsabilités et au pouvoir constituent donc des enjeux forts à la fois pour eux et pour la vie associative, et plus globalement pour le renforcement du lien social, puisque l'on peut considérer que la qualité et l'intensité de la coopération intergénérationnelle sont d'excellents baromètres de l'état du lien social et de la solidarité.**

Retrouvez plus d'informations sur :  
[www.francebenevolat.org/documents](http://www.francebenevolat.org/documents)  
rubrique « seniors et bénévolat »