

05 juillet 2022



# SENIORS ET BÉNÉVOLAT

L'engagement à tout âge !



Vous voulez devenir bénévole...  
Mais qu'implique un tel engagement ?

Quand arrivera ma retraite, le bénévolat !  
Que signifie vivre une « vieillesse active » ?

Pour comprendre ce sujet, nous avons écouté  
ce que vous, seniors, aviez à nous en raconter !

## 1. Bénévolat à tout âge

### **Vous participez à des activités bénévoles... Pourquoi avoir fait le choix de cet engagement ?**

Voilà la question que nous avons posée à une dizaine de participants de notre table de discussion virtuelle, Âgora. La thématique de ce mois de mai : l'engagement bénévole. Sur base des échanges que nous avons eu ensemble pendant une heure de discussion, nous proposons une analyse exploratoire du sujet. Il ne s'agira pas tant de vous donner une réponse clé-en-main que d'apporter des éléments additionnels afin de susciter le débat et d'appeler à la réflexion critique.

À écouter les participants, le bénévolat se pratiquerait à tout âge : les aînés ne sont pas moins volontaires ni moins engagés que les plus jeunes – bien au contraire... Et si certains rencontrent des obstacles limitant leur participation aux activités, ils ne sont pas les derniers à « écouter », à « se dévouer » et à « donner » pour reprendre quelques-unes des principales valeurs qui les animent. Voilà qui nous offre à voir une représentation positive de l'avancée en âge !

#### CHIFFRE-CLÉ



#### LES SENIORS SONT-ILS DAVANTAGE ENGAGÉS ?

Une étude réalisée avec des chiffres collectés en 2019, avant la pandémie, indique que « **près d'un volontaire belge sur trois a plus de 60 ans** ». À en croire ce chiffre, la catégorie des aînés se distinguerait nettement des autres tranches d'âge par leur nombre important de bénévoles... Mais en fait, toute proportion gardée, seuls **7.2 % des seniors belges** font du volontariat, contre 7.9 % pour l'ensemble de la population. Notons en revanche que leur implication serait la plus intense : **249 heures par an** pour une moyenne nationale de 200 ! Ils sont donc ceux qui se rendent le plus disponibles...

Retenons finalement que de telles statistiques ne nous donnent pas d'information suffisante pour confirmer l'idée, pourtant très répandue, d'un engagement bénévole plus fort chez les seniors. Nous approfondirons cette conclusion dans la suite de l'analyse.

*Il faut travailler plus longtemps !* Une telle idée alimente bon nombre de débats, notamment en France lors de la campagne présidentielle, sur l'âge du départ à la retraite. Car la vieillesse reste perçue comme une charge pour la collectivité : la dépendance et la maladie seraient une charge pour les proches qui doivent supporter, parfois seuls, tout le poids de l'aide ; l'inactivité et l'assistantat seraient une charge pour les actifs qui doivent financer les retraites de leurs aînés. L'évolution démographique actuelle – le vieillissement de notre population – renforce la crainte de ne plus pouvoir assumer ces charges. Que cette inquiétude soit justifiée ou non n'est pas le propos ici : elle existe. Et son existence participe à véhiculer des images négatives et des discours âgistes. À les entendre, les personnes âgées seraient socialement inutiles...

Depuis quelques décennies, pour faire face à aux défis que pose cet alarmant constat<sup>1</sup>, les politiques publiques ont développé un nouvel idéal normatif : le « **vieillessement actif**<sup>2</sup> ». Évidemment, les activités dans lesquelles s'engagent les aînés ne se limitent pas à l'emploi et elles ne s'apprécient pas seulement en fonction de leur rentabilité économique ou de leur productivité. D'autres formes de participation citoyenne sont valorisées, car elles répondent à toute une série de « besoins sociaux<sup>3</sup> ». Ainsi, sans grande surprise, le bénévolat constitue une composante de ce vieillissement actif au sein duquel les seniors sont invités à s'investir<sup>4</sup>. Les activités bénévoles sont mêmes encouragées à tout âge, le nombre de volontaires étant considéré par certains comme « une mesure de la bonne santé d'une société<sup>5</sup> ».



Vous voulez participer à une activité en tant que bénévole ? Pourquoi pas... Il n'y a pas d'âge pour s'engager ! Mais avant de se lancer, il vaut toujours mieux savoir dans quoi on s'embarque. Voici quelques informations à avoir en tête...

Envie d'en savoir plus ?

Vous pourrez retrouver toutes les infos pratiques et légales sur La Plateforme francophone du Volontariat :

[www.levolontariat.be](http://www.levolontariat.be)

Toute action citoyenne, même lorsqu'elle relève d'un engagement volontaire pour les autres (au sens de don de soi, de généreux) de la part de ceux qui s'y adonnent, ne consistera pas forcément en une activité de volontariat. En Belgique, le statut des bénévoles (ou volontaires, voir encadré ci-dessous) est encadré par la loi. Elle date de 2005, mais les dernières modifications ont été adoptées en 2019.

La présence de ce cadre légal a quelque chose de rassurant, puisque celui-ci permet de limiter les abus (comme le travail caché, par exemple) et d'assurer un accompagnement adapté des bénévoles. Pour autant, la formalisation de ces activités pourrait rendre plus difficile l'apparition d'actes spontanés, ponctuels et conduire à des situations parfois étranges et saugrenues.

Sans aller jusqu'à parler de contrat comme ce serait le cas pour une entreprise, cette réglementation consiste en une série de droits et de devoirs auxquels sera sujet le bénévole actif dans une organisation. Cette dernière devra notamment l'informer sur les défraiements, les assurances ou encore son devoir de discrétion.

Les prépensionnés, pour prendre un exemple, ne peuvent pas s'adonner librement à une activité de bénévolat sans avoir, au préalable, déclaré celle-ci à leur organisme de paiement : ils doivent ainsi suivre les mêmes règles que les demandeurs d'emploi indemnisés, au risque de perdre une partie de leurs allocations... Mieux vaut donc se tenir régulièrement au courant !

### Volontariat, bénévolat...

#### Quel mot devrions-nous utiliser ?

En Belgique, les activités visées par la loi de 2005 pour encadrer le travail non rémunéré sont désignées sous le nom de **volontariat**. Cela consiste « en une activité qui ne fait l'objet d'aucune rétribution, obligation ou recherche d'un profit personnel, et qui s'exerce en dehors du cadre familial ou privé, à travers une organisation ou association ». Toutefois, les deux termes sont employés comme des synonymes qui se substituent couramment l'un à l'autre.

De manière générale, s'appuyer sur cette définition du volontariat ne permet pas de saisir toutes les activités citoyennes dans lesquelles s'engagent les seniors au quotidien.

Selon cette définition, on compterait en 2019 735.000 volontaires belges, soit **7.9 %** de la population de plus de quinze ans. L'étude nous révèle qu'une acceptation plus large du volontariat, prenant également en considération les activités informelles, mais toujours exercées à l'extérieur du ménage (pas les aidants proches, par exemple), nous conduit au chiffre de 9.2 %<sup>6</sup>.

Prenons l'exemple de l'une de nos participante qui, résidant dans un habitat groupé, se définit comme une volontaire : elle a des responsabilités, elle aide aux tâches de la vie en communauté. Mais tous les habitats groupés entrent-ils pour autant dans le cadre fixé par la loi sur le volontariat ? Si nous voulons prendre en compte les multiples formes d'engagement des aînés, il serait alors peut-être plus juste de parler plus généralement de **participation sociale**.

« Je trouve que s'occuper d'un parent malade ou dépendant, même si ce n'est pas à travers une association, c'est aussi une sorte de bénévolat... »

## 2. Bénévolat au grand âge

## VOTRE TÉMOIGNAGE

*« Je faisais déjà du bénévolat, mais au moment où je suis entrée à la retraite, il y avait tout de même un grand vide. Le matin, je me levais en me demandant ce que j'allais faire de ma journée. Il fallait que je me bouge. C'est comme cela que j'ai commencé.*

*Quand les jeunes me demandent de les accompagner à l'accrobranche, je ne fais plus l'activité évidemment ! Mais d'être avec eux, je reçois beaucoup, c'est très riche. On n'est plus malade quand on travaille comme ça. Enfin, travaille... »*

Ce lapsus donne au témoignage toute sa force. En qualifiant ses activités bénévoles de travail, cette dame conforte l'idée – reprise par bon nombre des participants de notre Âgora – que devenir volontaire « permet de faciliter la transition entre l'emploi à plein temps et la retraite pour des personnes qui cessent leur activité professionnelle en ayant encore des capacités, des compétences et une bonne santé<sup>7</sup>. » Cela nous renvoie aussi à la statistique présentée à la première page : les aînés disposeraient – en théorie ! – de plus de temps pour s'investir que le reste de la population.

La retraite a pendant longtemps été associée à une forme de « mort sociale<sup>8</sup> » : c'est la période où nous commencerions à nous retirer de la vie active. Mais il serait toutefois absurde de soutenir que tous les seniors souscrivent à l'idée d'une retraite méritée mais néanmoins passive, encore moins à seulement soixante-cinq ans ! Il n'est d'ailleurs plus rare de voir certains d'entre eux s'indigner des *vieux* qui se laissent aller, qui ne font plus aucun effort pour s'activer... Car comme nous l'avions formulé dans une précédente analyse Âgo, il ne s'agit plus seulement de vieillir, mais surtout de **bien vieillir** !

Ainsi, le « vieillissement actif » est progressivement devenu un référentiel qui va au-delà de la sphère des politiques publiques pour marquer en profondeur nos représentations sociales et culturelles<sup>9</sup>. La transformation de notre imaginaire collectif contrebalance les stéréotypes négatifs d'une vieillesse passive que nous mentionnions dans l'introduction de l'analyse. S'observe alors l'émergence d'une « figure sociale alternative » : le senior jeune et actif<sup>10</sup>.

La « retraite participative<sup>11</sup> », voire engagée, s'inscrit donc dans une logique de vieillissement actif. Là se trouverait la clé pour bien vieillir. Le bénévolat constituerait un support à l'**épreuve** que représente pour certains ce passage<sup>12</sup>. Comme le formule une dame avec simplicité : « Le bénévolat, ça maintient jeune. » Participer à des activités bénévoles, dans un accord gagnant-gagnant, relève d'une double « importance vitale<sup>13</sup> », à la fois pour la société et pour les volontaires. S'ils agissent de manière tout à fait désintéressée, ces derniers tireront néanmoins des bénéfices personnels de leur propre engagement citoyen : sentiment d'utilité, développement de compétences, renforcement du réseau de connaissance, ...

« J'étais une femme très active, mais je le suis moins depuis que j'ai eu un accident et que j'ai déménagé dans une autre province. Je recherche des activités bénévoles, car ici je n'ai plus grand-chose à faire... »

« D'un point de vue personnel, je pourrais vous dire que j'ai énormément de plaisir à faire du bénévolat, et tant pis pour ceux qui ne veulent pas s'y lancer. Ils y viendront bien un jour... »

## 3. Bénévolat et Covid-19

« Moi, j'ai nonante et plus, je suis tout seul car mon épouse est décédée. Cette période n'a donc pas été très agréable.

*J'avais un groupe, mais avec le Covid nous ne pouvions plus nous réunir ni faire d'excursion : tout est tombé à l'eau. Maintenant, il n'y a plus rien, j'attends et j'attends encore... Certains d'entre eux ont la frousse, il faut dire que nous appartenons à une tranche d'âge assez élevée. »*

VOTRE TÉMOIGNAGE

Il serait bien difficile d'évoquer le volontariat en 2022 sans faire un point sur la crise sanitaire. Tout le monde admettra certainement que la gestion politique de celle-ci aura été en même temps « un puissant révélateur du mode de gestion de la vieillesse<sup>14</sup> ». La manière dont ont été dangeusement liés âge et Covid-19<sup>15</sup> a conduit à prendre des mesures parfois disproportionnées sinon discriminantes, car basées sur la seule date de naissance des individus.

Le bénévolat des seniors, nous l'avons expliqué, est à la fois utile pour la société et pour les participants eux-mêmes. Et cette participation devient encore plus indispensable en situation d'urgence. Ainsi, des répondants de notre Âgora ont raconté comment la pandémie leur

avait offert l'opportunité de prendre du recul, d'avoir du temps pour eux et de développer de nouvelles initiatives pour aider les autres : publication d'un petit journal, visio-conférence, ... Mais pour d'autres seniors, ceux qui se sont retrouvés isolés chez eux, « la cessation des activités bénévoles du fait de la pandémie a été particulièrement difficile à vivre, leur donnant l'impression de ne pas compter aux yeux de la collectivité<sup>16</sup>. » De manière quelque peu provocante, nous pourrions alors formuler l'interrogation suivante : l'engagement bénévole des seniors est-il si indispensable que cela... ?

Dès lors, nous ne pouvons qu'abonder dans le sens des volontaires qui regrettent le manque de reconnaissance sociale de leurs activités.

### Un engagement bénévole à l'épreuve de notre avancée en âge...

Nous avons probablement tous en tête des exemples d'hommes ou de femmes qui, malgré un âge exceptionnel, continuent à s'impliquer pour une cause qui les animent. Mais avec le temps, viendra un moment où il faudra peut-être arrêter de se donner corps et âme dans son rôle de bénévole. L'arrêt ne sera pas toujours brutal ni sans reprise partielle, il arrivera par la force des choses après une réduction progressive de l'intensité de son engagement : former les nouveaux arrivants, ne plus participer à toutes les réunions, laisser les hautes responsabilités aux membres montants, ...

Viellir n'est pas – ou du moins ne devrait jamais être – une raison suffisante pour ne plus pouvoir participer à des activités bénévoles. En effet, il est reconnu que le volontariat participe pleinement au bien vieillir. Mais la participation sociale des seniors semble pour autant avoir une durée limitée – sinon officielle, *de facto* par la force des choses. Qu'en sera-t-il une fois survenu le grand âge ? Des seniors pourront naturellement s'interroger : « J'aimerais aider ces jeunes étrangers à parler français ou les conduire chez le médecin... Mais on m'a dit qu'à mon âge, on ne voudrait peut-être plus de moi ! »

## 4. En guise de conclusion

Dans cette analyse exploratoire, nous avons voulu comprendre les motivations au cœur de l'engagement bénévole des seniors.

**1.** Ces derniers mettent généralement en avant des **raisons individuelles** pour expliquer leur participation à ce type d'activités : cela semble d'abord et avant tout être le fruit d'une décision personnelle, d'un choix pris en prenant à la fois compte de leurs besoins, de leurs capacités, de leurs possibilités et, évidemment, de leurs envies : donner de leur personne pour les autres. Si une telle motivation peut apparaître pour la première fois au moment de la retraite, celle-ci n'est donc pas forcément liée à l'avancée en âge : des volontaires peuvent continuer à s'engager à la retraite parce que cette activité s'inscrit dans leur parcours de vie antérieur, parce qu'ils ont grandi dans une famille où le volontariat était valorisé, ...

**2.** D'autres facteurs, contextuels cette fois, sont aussi à souligner : la pandémie a par exemple freiné les activités bénévoles ou, au contraire, a permis la création d'initiatives locales. Par ailleurs, plusieurs participants de notre Âgora ont mentionné une évolution de l'investissement des volontaires : il serait aujourd'hui bien moins intense qu'auparavant. L'argument avancé par les seniors n'explique pas l'écart de l'engagement entre les jeunes et les aînés en raison de leur différence d'âge, mais plutôt en raison du contexte actuel : notre société serait devenue individualiste. Mais comme nous l'avons vu en introduction, cette posture nostalgique, pour le bon vieux temps, reste cependant le fruit d'un ressenti qui ne se voit pas confirmer par les statistiques dont nous disposons.

« Avant, le bénévolat coulait de source. Mais depuis quelques années, je m'aperçois qu'il existe une fracture générationnelle. Il n'y a plus autant de gratification. À la fête des voisins, des jeunes nous ont demandé de les payer pour participer à l'organisation... »

### S'engager ? Oui, mais...

Des freins pourront venir entraver la motivation des seniors volontaires. Ainsi, une participante nous rappelle à juste titre que « ce n'est pas gratuit non plus, on en met de sa poche ». Ces freins ne sont pas toujours en lien avec l'âge, mais la vieillesse peut s'ajouter comme un obstacle supplémentaire à l'engagement bénévole<sup>17</sup>. La contrainte financière peut devenir plus difficile quand on compte sur sa pension. Sans oublier la fatigue, le déclin de sa santé ou encore les problèmes de mobilité.

« J'ai des problèmes pour marcher, je me déplace avec un déambulateur. Et dans ces conditions, c'est difficile de faire du bénévolat. Moi, je ne saurais pas... »

**3.** Une série d'explications sociologiques permettent de comprendre la décision des seniors de s'engager en tant que volontaires dans des activités bénévoles. Ces dernières s'inscrivent dans la logique incitative et préventive du bien vieillir, qui invite les seniors à vivre leur avancée en âge de manière active. Ainsi, la retraite n'est plus considérée comme une sorte de mort sociale, ou plus positivement comme un droit à avoir la paix, mais bien comme l'opportunité de s'engager dans de nouvelles activités.

Mais le vieillissement actif présente cependant le risque de se transformer en une nouvelle **« injonction participative<sup>18</sup> »**. Par ailleurs, l'accès au bénévolat reste emprunt d'inégalités sociales, marquant une distinction de privilège entre ceux qui veulent participer, ceux qui le doivent, au risque de finir exclus ou isolés, et ceux qui ne le peuvent plus en raison de leur grand âge. L'engagement bénévole ? Quelle belle idée, tant que cela reste un objectif personnel de vie et ne devient pas une « obligation morale<sup>19</sup> » à laquelle nous devrions nous plier !

## Ouvrons le débat...

- S'engager pour les autres est un acte de générosité. Donner de sa personne est très noble. De manière plus générale, le bénévolat répond à une série de besoins sociaux. D'aucuns considèrent que les bénévoles sont le signe d'une société « en bonne santé », mais cela témoigne en même temps de la déresponsabilisation de l'État : il se décharge d'une partie de ses fonctions qui sont assurées par le travail de volontaires. Considérez-vous que les bénévoles, et plus particulièrement les seniors qui s'engagent, sont suffisamment reconnus par la société ?
- À côté des bénéfices que tireront les bénévoles de leur engagement, nous avons rappelé dans cette analyse les principaux défis auxquels la participation sociale se heurte : le caractère élitiste et peu inclusif de l'idéal du « vieillissement actif », « l'obligation morale » de s'y conformer, le danger d'accroître l'exclusion de ceux qui ne peuvent, en raison de leur grand âge par exemple, suivre ce nouvel objectif de vie. En effet, certaines études pointent du doigt le risque que ne soit véhiculée une image de la retraite selon laquelle « hors du bénévolat point de salut<sup>20</sup> ! ». De votre côté, considérez-vous que devenir volontaire soit une bonne solution pour vivre sa retraite de manière épanouie ?

## Ressources utiles

Vous vous posez des questions sur vos droits et vos devoirs en matière de volontariat ?

Vous cherchez des conseils ou des informations par rapport à votre situation ?

Vous voulez vous lancer dans le bénévolat mais ne savez pas exactement par où commencer ?

Vous souhaitez simplement aller plus loin... ?

- Nous vous invitons à vous rendre sur le site de **La plateforme francophone du volontariat** : [www.levolontariat.be](http://www.levolontariat.be)

Vous souhaitez aller plus loin sur le sujet du « vieillissement actif » et du « bien vieillir » ?

Retrouvez nos dernières publications, disponibles à la demande ou sur notre site Internet !

- **Seniors et Bien Vieillir** : Une injonction contemporaine
- **Seniors, Participez !** La solution pour bien vieillir ?

## Références bibliographiques

- 1 Campéon, Arnaud. « Enjeux et sens de la participation sociale dans les politiques de la vieillesse ». *La santé en action*, n° 443 (2018): 14-16.
- 2 Moulaert, Thibault, Sylvie Carbonnelle, et Laurent Nisen. *Le vieillissement actif dans tous ses éclats*. Presses Universitaires de Louvain, 2014.
- 3 Dugardin, Lucie, et Amandine Tiberghien. « Le volontariat des aînés. Le point de vue de la Plateforme francophone du volontariat. » In *Le vieillissement actif dans tous ses éclats*, par Thibault Moulaert, Sylvie Carbonnelle, et Laurent Nisen, 125-36. Presses Universitaires de Louvain, 2014.
- 4 Connan Debunne, Marie-Paule. « Le volontariat, composante du "vieillissement actif" ? » *Les Politiques Sociales* 1-2, n°1 (2012): 44-54.
- 5 « Le volontariat en Belgique. Chiffres-clés 2019. » *Fondation Roi Baudouin et Université de Gand*, 2020.
- 6 « Zoom. Le volontariat en Belgique ». *Fondation Roi Baudouin*, 2020.
- 7 Casman, Marie-Thérèse. « Participation sociale et volontariat chez les seniors : éléments de réflexion ». In *Le volontariat en Wallonie et à Bruxelles*, 100-111, 2014.
- 8 Guillemard, Anne-Marie. « De la retraite mort sociale à la retraite solidaire. La retraite une mort sociale (1972) revisitée trente ans après ». *Gérontologie et société* 25/102, n° 3 (2002): 53-66.
- 9 Lefrançois, Claire. « Les chômeurs âgés face au "vieillissement actif". Une comparaison France - Royaume-Uni ». *Formation emploi* 139, n°3 (2017): 15-32.
- 10 Repetti, Marion. « Du retraité méritant au senior actif : genèse et actualité d'une figure sociale en Suisse ». *Retraite et société* 71, n° 2 (2015): 15-33.
- 11 Bickel, Jean-François. « La participation sociale, une action située entre biographie, histoire et structures ». In *Vieillesse et vieillissements. Regards sociologiques*, par Cornelia Hummel, Isabelle Mallon, et Vincent Caradec, 207-26. Presses Universitaires de Rennes, 2014.
- 12 Caradec, Vincent. « Transitions du vieillissement et épreuve du grand âge ». In *Vieillesse et vieillissements. Regards sociologiques*, par Cornelia Hummel, Isabelle Mallon, et Vincent Caradec, 273-92. Presses Universitaires de Rennes, 2014.
- 13 « Zoom. Le volontariat en Belgique ». *Fondation Roi Baudouin*, 2020.
- 14 Argoud, Dominique, et Marion Villez. « L'État, les vieux, les professionnels : la crise sanitaire, un puissant révélateur du mode de gestion de la vieillesse ». *Vie sociale* 33, n°1 (2021): 127-40.
- 15 Balard, Frédéric, et Aline Corvol. « COVID et personnes âgées : liaisons dangereuses ». *Gérontologie et Société* 42/ 162, n°2 (2020): 9-16.
- 16 Repetti, Marion, Pauline Mesnard, Farinaz Fassa, et Kelly Harrison. « Utile, mais pas indispensable ? Engagement bénévole des retraités et Covid-19 ». *Gérontologie et société* 44 / 167, n°1 (2022): 173-88.
- 17 Castonguay, Julie, Marie Beaulieu, et Andrée Sévigny. « Bébé-boumeurs bénévoles ? Les freins et les leviers de leur engagement ». *Retraite et société* 71, n°2 (2015): 127-46.
- 18 En référence à l'article de Carrel, Marion. « Injonction participative ou empowerment ? Les enjeux de la participation ». *Vie sociale* 19, n° 3 (2017): 27-34.
- 19 Dury Sarah et al., « L'engagement à la retraite vu de Flandre. Quelques enseignements des Belgian Ageing Studies ». In *Le vieillissement actif dans tous ses éclats*, par Laurent Nisen, Sylvie Carbonnelle, et Thibault Moulaert. Presses Universitaires de Louvain, 2014, p. 109-121.
- 20 Castonguay, Julie, Julie Fortier, Andrée Sévigny, Hélène Carbonneau, et Marie Beaulieu. « À la retraite, hors du bénévolat point de salut ! » In *Les vieillissements sous la loupe. Entre mythes et réalité*, par Véronique Billette, Patrik Marier, et Anne-Marie Séguin, 195-202. Presses de l'Université de Laval, 2018.



Âgo

**Rue de Livourne, 25- 1050 Bruxelles**

**Pour nous suivre :**

<https://www.ago-asbl.be/> et également sur Facebook

**Pour nous contacter :**

Téléphone : 02/ 538 10 48

Courriel : [info@ago-asbl.be](mailto:info@ago-asbl.be)

**Analyse rédigée et mise en page par : Marin Buyse**

**Avec le soutien de :**

