

Bénévol'Action

DANS CE NUMÉRO

DOSSIER : Les <i>baby boomers</i> en kaléidoscope	2
Reconnaître	13
Savoir-faire	16
En libr@irie	24
L'Agenda	26



Ne manquez pas :

- Un portrait élaboré de l'engagement social des aînés québécois
Page 2
- On en parle beaucoup mais, s'engage-t-on vraiment plus par les temps qui courent ? Des chiffres pour en témoigner ...
Page 6
- Aînés, certainement, mais pas inactifs, au contraire ! Plusieurs gestes en témoignent
Page 10 et plus ...
- Prix Hommage bénévolat-Québec: une invitation à remercier dignement les bénévoles
Page 15

SPÉCIAL du 5 DÉCEMBRE, Journée internationale des bénévoles Regard sur la nouvelle vie des *baby boomers*

Les bénévoles: le maillon central de l'entraide

Mot de la présidente

Nos concitoyens apportent une contribution importante à la société en offrant de leur temps afin d'améliorer la qualité de vie des gens de leur milieu.

Selon les données de 2007, plus de 34 % de la population québécoise de 15 ans et plus œuvrent au sein de groupes sociaux. Selon ce même sondage, ces personnes font don annuellement de plus de 308 millions d'heures et ce, tout-à-fait gratuitement.

La **Journée internationale des bénévoles**, célébrée le 5 décembre de chaque année, est reconnue officiellement par les Nations Unies comme une occasion de rendre hommage aux bénévoles du monde entier pour leur dévouement et leur contribution à la société.

S'ils n'étaient pas là, que deviendrions-nous sans leur compassion, leur passion ?

Je veux joindre ma voix pour offrir toute ma reconnaissance et mes remerciements aux personnes qui s'investissent gratuitement au nom du mieux-être de leur collectivité.

Les bénévoles sont des entraîneurs sportifs, ils défendent des causes qui leur tiennent à cœur, ils recueillent de l'argent, ils aident des personnes dans le besoin, ils soutiennent les arts et la culture, ils travaillent à la protection de l'environnement, ils fournissent des services éducatifs, et bien plus encore.

L'action bénévole est une dimension importante de notre société et les activités bénévoles reflètent la diversité des intérêts et des motivations de nos concitoyens et de nos concitoyennes. Il est heureux de constater que de plus en plus de groupes, d'organisations, d'insti-

tutions saisissent cette opportunité qui prépare en quelque sorte la Semaine de l'action bénévole.

Alors que l'actualité nous rapporte au quotidien les

petites et les grandes misères de ce monde, ne manquons pas de souligner les gestes de bonne volonté, d'aide et d'encouragement de la part de celles et ceux qui choisissent de

ne pas baisser les bras.
Encore une fois : *Merci !*

Bonne Journée internationale des bénévoles

Risë Proulx





Les gens engagés

Dossier

Regard sur la nouvelle vie des baby boomers

Le 7 décembre prochain à Montréal, la FCABQ présentera à guichet fermé un colloque sur les pratiques gagnantes en gestion de bénévoles aînés. Préparer *aujourd'hui* l'action bénévole *de demain* résume bien le défi que le secteur bénévole entend relever dans un futur immédiat, au moment où se vivent concrètement les prédictions émises depuis au moins une décennie sur les signes de vieillissement de nos sociétés occidentales.

Il nous a donc semblé plus que jamais pertinent de remettre au goût du jour un dossier paru précédemment dans les pages du *Bénévol'Action*, un dossier qui brosse un large portrait en chiffres, en témoignages et en pratiques diverses sur l'état de notre société à travers le prisme de l'action bénévole par et pour les aînés québécois.

Nous vous invitons à vous plonger dans la (re) lecture des pages qui suivent en attendant la publication des actes du colloque du 7 décembre 2010 dans le prochain numéro de notre magazine.

L'engagement social des retraités Une richesse inestimable

Par
Barbra Tremblay, Centre
d'action bénévole Bellechasse
- Lévis - Lotbinière
et
Pierre Riley, FCABQ

La présentation qui suit se veut un outil de réflexion pour ceux et celles qui se préoccupent de l'avenir des organismes bénévoles et du tissu social de notre communauté. Bien qu'elle offre un portrait assez juste des bénévoles actuels, elle n'offre toutefois pas de réponses bien précises sur les transformations que vit actuellement le monde de l'action bénévole.

Elle souhaite plutôt soulever des questions quant aux défis que devront relever les organismes sans but lucratif. Elle offre également, sans prétention, quelques pistes de solutions qui interpellent la

nouvelle génération de retraités très différente de celle qui l'a précédée.

Un bref historique de l'action bénévole

Longtemps le bénévolat a donné l'image d'une activité réservée presque exclusivement aux femmes issues de la bourgeoisie. Elles étaient désignées sous le vocable de « dames patronnesses », (in)dépendantes de fortune et héritières de beaucoup de temps libre, candidates parfaites, selon les critères d'une certaine époque, pour s'occuper d'œuvres destinées « à venir en aide aux pauvres ». Les seules, d'ailleurs, considérées comme acceptables pour le genre féminin, aux yeux de la société et des autorités du moment.

Aujourd'hui, nous réalisons mieux la portée sociale de l'action bénévole qui s'avère bien plus large que l'idée que nous nous en faisons auparavant.

De plus, elle interpelle dorénavant des gens de toutes les catégories sociales et de tous les groupes d'âges.

Que se soit afin de défendre des droits, d'aider une personne en perte d'autonomie à demeurer le plus longtemps possible dans son milieu familial, de réclamer de meilleures conditions de vie au nom d'une collectivité, de fournir de l'aide aux devoirs auprès des écoliers, de répondre à des besoins de base dans une situation d'urgence ou de faire profiter un organisme à but non lucratif de son expertise professionnelle, les occasions pour donner un coup de main sont nombreuses et les causes sociales à soutenir ne manquent pas.

Le portrait actuel de l'action bénévole

Le bénévolat et ses mythes

(Suite page 3)



... Une richesse inestimable

(Suite de la page 2)

En 2005, lorsqu'est parue l'Enquête canadienne de 2004 sur le don, le bénévolat et la participation, nous avons soudainement pris connaissance d'une foule de renseignements.

L'enquête révèle que le taux de bénévolat au Québec pour la population âgée de 15 ans et plus se situe à 34 %. Ces personnes donnent en moyenne 146 heures par année.

L'enquête révèle aussi que le taux de participation des jeunes de 15 à 24 ans est de 45 % et que ces derniers donnent en moyenne 104 heures de bénévolat par année.

Un peu de mythologie

Alors qu'on affirme souvent que les jeunes ne s'engagent pas, voilà un autre mythe qui mérite d'être remis en question.

Les secteurs d'engagement des jeunes rejoignent leurs préoccupations, ils s'investissent donc davantage dans les organisations répondant à leurs besoins, organismes en lien avec la famille (garderies, écoles), l'environnement, la culture et les loisirs.

L'étude démontre par contre que le taux de participation bénévole des personnes de 65 ans et plus est de seulement 21 %, le taux le plus bas parmi les strates d'âges.

Toutefois, ce sont elles qui consacrent le plus grand nombre d'heures par année, soit 266. Leur investissement est assidu et la base de bien des organismes. Ces bénévoles sont disponibles, très loyaux et attachés aux causes qu'ils épousent.

Le bénévolat signifie pour eux de repousser les limites physiques, se garder en forme. Ils ont besoin d'être actifs, de lutter contre l'effet de l'âge. Ils embarquent facilement quand il y a un groupe. Ils ne veulent pas ouvrir la route. Ils aiment le concret, détestent le placotage, et les discussions sans fin.

Bref, ce sont des bénévoles généreux de leur temps et peu exigeants en matière de support et d'encadrement mais très centré sur la tâche et les résultats à atteindre.

Et où se situent les baby-boomers de 55 à 64 ans dans ce tableau ? Ils ont le taux de participation le plus élevé, soit 31 % de cette cohorte. De plus, ils consacrent en moyenne 190 heures par année à l'action bénévole.

Tout un mythe, donc, de prétendre que les baby-boomers ne participent pas à la vie communautaire.

Poursuivons un peu plus loin dans l'énumération de ces mythes.

Les femmes s'engagent plus que les

hommes dans des gestes bénévoles ? Eh bien non ! Selon les sondages de 1997, 2000 et 2004, les hommes étaient tout aussi susceptibles que les femmes de faire du bénévolat.

Même que les bénévoles masculins ont donné plus d'heures que leurs pendantes féminines. Cependant, il faut souligner que les femmes et les hommes ne choisissent pas les mêmes types de causes ou d'activités.



Les hommes sont plus susceptibles de réaliser leur bénévolat au sein de comités de travail, de conseils d'administration et dans le domaine du sport et du loisir, alors que les femmes optent principalement pour des organismes axés sur la

« Le bénévolat signifie pour eux de repousser les limites physiques, se garder en forme. Ils ont besoin d'être actifs, de lutter contre l'effet de l'âge. »

santé et les services sociaux et des organismes de sports et loisirs à caractère plus féminin comme, par exemple, les musées ou les activités liées au patinage artistique.

Mais qui sont donc les baby-boomers ?

Les baby-boomers ont beaucoup

(Suite page 4)



... Une richesse inestimable

(Suite de la page 3)

reçu. Dans la perspective du don, cela conduit généralement à se sentir très reconnaissant envers les autres, envers la société.

Mais les baby-boomers sont aussi plus individualistes que la génération qui les a précédés. Ils défendent l'idée que la volonté personnelle permet généralement d'arriver à ses fins. C'est une idée qui fait d'eux des bénévoles dévoués mais avec certaines exigences à l'égard des gens qu'ils soutiennent.

En fait, ils semblent avoir d'avantages un intérêt marqué pour les grandes causes qui fait appel à leurs compétences.

Les baby-boomers, sûrs d'eux quand il s'agit de définir la bonne gestion, risquent aussi d'influencer significativement la tendance à demander des comptes beaucoup plus précis aux organismes communautaires et bénévoles et à accentuer la pression sur leur contrôle : une tendance plutôt néfaste à l'égard de l'esprit du don nécessaire à l'action bénévole.

Les baby-boomers forment une cohorte plutôt centrée sur elle-même, mais aussi sur les questions du développement de soi, de l'individualité. Ils sont plus sensibles aux causes et activités ponctuelles et spécifiques.

Ils préfèrent clairement savoir exactement à quoi vont servir

leurs dons, leur temps bénévole. Ils aiment être mêlés aux dossiers de A à Z. Ils sont sceptiques de nature. Ils se méfient des trucs de marketing et n'aiment pas les phrases creuses, les vagues promesses. Ils aiment le ton juste.

Ils ne seront pas particulièrement enclins à s'engager au sein d'un organisme qui leur demande beaucoup de temps, ou qui ne semble pas comprendre et respecter leurs contraintes de temps. Les organismes doivent donc s'ajuster aux horaires des baby-boomers et traiter avec respect et professionnalisme la ressource temps de leurs bénévoles.

Les baby-boomers vont se reconnaître dans une association qui affirme haut et fort ses principes et ses valeurs. C'est, au minimum, une bonne façon de capter leur attention.

Les baby-boomers ne croient pas spontanément aux anciennes façons de faire et ils s'en méfient même. Ils ont l'ivresse de l'actuel, du nouveau, la foi en ce qui surgit plutôt qu'en ce qui est, le plaisir de n'avoir ni horizon, ni barrières autres que celles qui leur sont propres.

Ils aiment les causes progressistes, celles parmi lesquelles leur engagement va faire une différence, va changer le monde. Ils sont aussi consommateurs d'activités qui peuvent se fai-

re à la maison ou en famille.

Changer les approches

Il faudrait imaginer des façons de faire participer les baby-boomers à partir de leurs résidences. Pourquoi ne pas tabler sur l'engouement des baby-boomers face aux nouvelles technologies ?

Par exemples : faire développer le site Internet de l'organisme à partir de la maison, utiliser l'appel conférence pour tenir les réunions du conseil d'administration ou d'un comité de travail, évitant ainsi les déplacements.

Les baby-boomers aiment être rassurés sur la qualité de vie de la société, il faut donc leur offrir une cause dont les objectifs combinent à la

« Les baby-boomers, sûrs d'eux quand il s'agit de définir la bonne gestion, risquent aussi d'influencer significativement la tendance à demander des comptes beaucoup plus précis aux organismes communautaires et bénévoles et à accentuer la pression sur

fois un désir de planifier l'avenir et l'occasion de contribuer concrètement à l'avancement collectif.

Quels avantages pour les retraités à s'investir bénévolement ? Avec l'arrivée prévue à la retraite d'une vague de baby-boomers, beaucoup d'organisations espèrent pouvoir bénéficier de leurs compétences au bénéfice de

(Suite page 5)



... Une richesse inestimable

(Suite de la page 4)

leur cause. Le savoir-faire et l'énergie de ces bénévoles sont sans conteste inestimables pour notre société et pour les organismes qui travaillent à l'amélioration de la qualité de vie de la collectivité.

L'engagement citoyen n'a toutefois pas d'avantages que pour les organismes communautaires. En fait, presque toutes les recherches tirent la même conclusion : le bénévolat est une activité qui contribue à la santé d'une personne et peut répondre à certains besoins.¹

Les retraités déjà très engagés dans leur milieu l'affirment clairement : « Je fais de bénévolat parce que j'aime ça ! ». Ils ont du plaisir à s'investir bénévolement et retirent autant qu'ils donnent.

En somme, lorsque nous arrivons à coordonner nos efforts en partageant avec la collectivité l'expérience et le savoir-faire acquis par les retraités, nous offrons à ces derniers des occasions de maintenir des liens sociaux, de développer de nouvelles compétences et d'avoir une meilleure compréhension des besoins de leur collectivité.

De plus, le bénévolat offre une belle transition entre le marché du travail et la retraite.

Les bénévoles, des modèles aussi ?

Un nombre important de travaux de recherche donne du poids à la théorie du développement des valeurs liées au bénévolat.² En effet, bien des recherches ont prouvé qu'un jeune qui côtoie un ou des adultes qui s'investissent bénévolement dans la collectivité sera attiré éventuellement à l'âge adulte par l'engagement citoyen.

Ainsi, 39 % des enfants de bénévoles seraient bénévoles eux-mêmes, comparativement à 20 % seulement de ceux dont les parents ne faisaient aucune forme de bénévolat.³

Il est indéniable que ces modèles (parents, grands-parents, enseignants, ...) favoriseraient l'adoption d'attitudes pro-sociales chez l'enfant. Ils leur permettraient de prendre conscience de leurs responsabilités à l'égard la collectivité de manière positive et avoir une lecture plus juste de ce qui s'y passe (par exemple, la pauvreté dans certains quartiers).

Les jeunes sont de plus en plus ouverts sur le monde mais souvent, au détriment de leur propre milieu.

Les aînés ont donc un rôle à jouer auprès de la relève bénévole en partageant avec leurs petits-enfants leurs expériences comme bénévoles.

Malheureusement et bien souvent, les grands-parents discutent très peu de leur engagement social, des passions

qui les animent et des causes qu'ils épousent.

Pourquoi ne pas permettre à leur famille de « bénévolat » avec eux lors d'une occasion spéciale, par exemple ?

L'incidence d'expériences bénévoles vécues en bas âge est très significative. Selon les rapports de recherche sur les bénévoles essentiels (2006), 42 % des jeunes qui ont vécu des expériences bénévoles sont plus enclins à vouloir s'engager à nouveau, en comparaison à seulement 24 % de ceux qui n'en ont pas vécues.

Notes de bas-de-page

1. Optimiser l'investissement communautaire; l'art de concevoir un pro-

« Les aînés ont donc un rôle à jouer auprès de la relève bénévole en partageant avec leurs petits-enfants leurs expériences comme bénévoles. »

gramme fructueux de bénévolat à l'intention des retraités, Annette Hegel pour Bénévoles Canada, 2006

2. Institut de la statistique du Québec (2004). Répartition des populations actives par groupe d'âge, moyennes annuelles, Québec, 1976 à 2004. www.stat.gouv.qc.ca

3. Les bénévoles essentiels analyse des valeurs, attitudes et comportements à la base du bénévolat au Canada, Rapport de recherche, Imagerie Canada 2006



Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation 2007

Croissance modeste de l'engagement social

Par Statistique Canada

De nouvelles données rendues publiques en juin 2009 sur la plus vaste étude canadienne sur le don et le bénévolat mettent en lumière l'aide que certains groupes de la population offrent aux autres et à leurs collectivités.

Les résultats de l'Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation 2007 (ECDBP) présentent un portrait des activités qui font partie intégrante du tissu social canadien et qui nous permettent de comprendre comment et pourquoi les Canadiens contribuent à leurs collectivités au moyen de dons, de bénévolat ou d'aide directe.

Même si les taux de don, de bénévolat et d'entraide n'ont à peu près pas changé depuis l'enquête de 2004, la valeur totale et l'importance des dons, ainsi que le nombre total d'heures de bénévolat ont connu une croissance modeste. Des variations ont également été observées à l'échelle des provinces et des territoires.

L'ECDBP est l'étude la plus complète des contributions des Canadiens en temps et en argent au profit des organismes sans but lucratif, des organismes de bienfaisance et des uns et des autres.

Réalisée en 1997, 2000, 2004 et 2007 à partir d'un échantillon aléa-

toire de Canadiens, cette enquête a porté sur les points suivants :

- les modalités de leurs dons d'argent et d'autres ressources aux organismes de bienfaisance et aux organismes sans but lucratif;
- les modalités de leur bénévolat au service d'organismes de bienfaisance et d'organismes bénévoles et communautaires, ainsi qu'au service direct d'autres personnes;
- les modalités de leur participation aux organismes dont ils deviennent membres.

Dans les pages suivantes, nous vous présentons quelques-uns des tableaux de cette enquête. Vous pouvez consulter le document complet sur le site Internet de la FCABQ.



En 2007, les Québécois ont consacré 384,7 millions d'heures à l'action bénévole, une augmentation importante. En effet, selon l'Enquête de 2004, les Québécois avaient consacré 308,6 millions d'heures à l'action bénévole. Nous pouvons aussi remarquer que 12 % de la population assurent 78 % de toutes les heures de bénévolat.



Les données sur l'engagement social au Canada : un portrait à jour

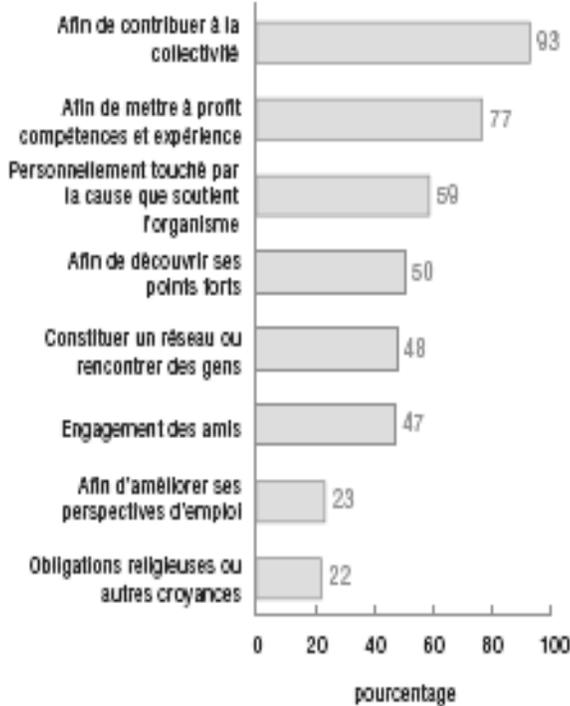
Canadiens dévoués, Canadiens engagés						
Tableau A.3.11 Taux de bénévolat et répartition des heures de bénévolat, selon les caractéristiques personnelles et économiques, population âgée de 15 ans et plus, Québec, 2007						
	Taux de bénévolat	Moyenne des heures annuelles de bénévolat ¹	Médiane des heures annuelles de bénévolat ¹	Nombre total d'heures annuelles de bénévolat	Répartition de la population	Pourcentage des heures totales de bénévolat
	pourcentage	heures	heures	millions	pourcentage	pourcentage
Total	37,2	162	49	384,7	100,0	100,0
Âge						
15 à 24	48,1	116	33	53,9	15,2	14,0
25 à 34	34,0	127	30 ^E	45,6	16,5	11,9
35 à 44	42,8	162	46	76,6	17,4	19,9
45 à 54	40,0	148	51	73,5	19,5	19,1
55 à 64	31,2	205	65	62,1	15,2	16,1
65 et plus	26,4	268	120 ^E	73,0	16,2	19,0
Sexe						
Hommes	37,7	173	52	204,6	49,2	53,2
Femmes	36,7	152	45	180,1	50,8	46,8

Canadiens dévoués, Canadiens engagés						
Tableau D.11 Taux de bénévolat et répartition des heures de bénévolat, selon les caractéristiques personnelles et économiques, population âgée de 15 ans et plus, Québec, 2004						
	Taux de bénévolat	Moyenne des heures annuelles de bénévolat ¹	Médiane des heures annuelles de bénévolat ¹	Nombre total d'heures annuelles de bénévolat	Répartition de la population	Pourcentage des heures totales de bénévolat
	Pourcentage	heures	heures	Millions	Pourcentage	Pourcentage
Total	34	146	52	308,6	100	100
Âge						
15 à 24	45	104	40	44,6	15	14
25 à 34	29	105	41 ^E	31,3	16	10
35 à 44	41	108	50	52,6	19	17
45 à 54	35	176	65 ^E	74,7	19	24
55 à 64	31	190	68	52,5	14	17
65 et plus	21	266	120	52,8	15	17
Sexe						
Hommes	33	156	56	157,4	49	51
Femmes	35	137	52	151,2	51	49



... Les données sur l'engagement social au Canada : un portrait à jour

Raisons motivant l'action bénévole¹, bénévoles âgés de 15 ans et plus, Canada, 2007



1. On a demandé aux bénévoles d'indiquer les raisons de leur engagement au sein de l'organisme pour lequel ils avaient consacré le plus de temps.

Source : Statistique Canada, *Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*

Répartition des activités bénévoles, bénévoles âgés de 15 ans et plus, Canada, 2007



Source : Statistique Canada, *Enquête canadienne sur le don, le bénévolat et la participation, 2007*.



Des travaux sur les données spécifiques au Québec à partir de ces mêmes tableaux sont présentement en cours. À suivre ...



Les services de maintien à domicile du CAB de St-Hyacinthe Une équipe de bénévoles aguerris au cœur de la mission

Par **Denise St-Pierre**
 Coordonnatrice des services de
 maintien à domicile,
 Centre de Bénévolat de
 St-Hyacinthe

Voulant partager avec vous
 notre expérience des ser-
 vices de maintien à domicile, je ne
 pouvais pas dissocier les bénévoles
 et les usagers. Nous pouvons
 avoir les plus beaux projets du
 monde, si nous ne sommes pas
 entourés d'une équipe de bénévo-
 les, nous ne pourrions accomplir
 notre mission.

Chez-nous, nous sommes choyés
 puisqu'aux services de maintien à
 domicile, plus d'une cinquantaine
 de bénévoles don-
 nent de leur temps
 sur une base régu-
 lière et cela, de-
 puis des années. Ils
 ont su saisir l'es-
 sence de notre
 mission.

Ils sont la crédibili-
 té de l'organisme
 sur le terrain. Ils
 ont une capacité
 d'adaptation au
 changement et
 savent se faire rassurant pour faci-
 liter l'intégration de ces person-
 nes. L'assurance, l'ouverture, le
 respect du rythme des aînés et
 l'écoute sont les grandes qualités
 de cette équipe.



**Voici l'équipe des bénévoles aux
 repas communautaires. Avec ces
 beaux sourires, rien d'étonnant à
 ce qu'ils aient conquis les**

personnes âgées.

Leur savoir, leur expérience sur le
 terrain et leur opinion permet à l'or-
 ganisme de développer et d'adapter
 les services aux besoins de nos conci-
 toyens âgés.

C'est grâce à leur implication et leur
 dévouement que nous obtenons nos
 lettres de noblesse.

Quand on atteint un certain âge, diffé-
 rents événements nous empêchent de
 faire des activités et nous isolent. Que
 ce soit la santé, la perte d'un conjoint,
 l'effritement du réseau d'amis ou que
 les enfants soient éloignés, ... On se
 retrouve seul. Quoi de mieux que de
 partager un bon repas entre amis
 pour retrouver l'appétit.

Ces activités sont organisées en fonc-
 tion de l'auto-

Que ce soit au programme Pair, à
 Info-Stop Plus, à l'accompagnement-
 transport, à l'assistance-formulaires
 comme aux repas communautaires,
 c'est le même climat qui règne dans
 chacun des services de maintien à
 domicile, nous en faisons notre mar-
 que de commerce.

Le Centre est vraiment privilégié
 d'avoir une telle équipe de bénévol-
 les. Les usagers nous témoignent
 régulièrement leur reconnaissance
 soit par un appel téléphonique ou
 par un mot de remerciement.

Leur accueil si chaleureux, lorsqu'on
 se déplace à leur domicile, nous dé-
 montre leur appréciation envers les
 services qu'ils reçoivent. Voilà ce qui
 nous motive quotidiennement dans
 notre travail.

**« Leur savoir, leur expérience sur le terrain et leur
 opinion permet à l'organisme de développer et
 d'adapter les services aux besoins de nos concitoyens
 âgés. »**



Information: 450.773.4966



L'action bénévole et le bénévole en action Quand faire du bien nous fait du bien

Par **Marie-Soleil Mariage**
 Coordonnatrice des services
 aux individus au
 Centre d'Action Bénévole
 Aide 23

Lorsque l'on a sollicité notre aide pour écrire des textes parlant de l'action bénévole auprès des aînés, j'ai tout de suite été interpellée par le sujet. Oui, parce que je travaille comme plusieurs d'entre vous auprès de ces personnes, mais aussi parce que j'avais envie de partager avec vous un témoignage extraordinaire sur le sujet.

Je me demandais de quelle façon l'action bénévole pouvait se vivre et s'il y avait une différence entre l'action bénévole et le bénévole en action. N'avant pas de personne âgée dans mon entourage, je connaissais très peu ce groupe d'âge et ce qu'il vivait.

J'ai découvert à travers cette expérience un monde tout à fait extraordinaire ! Laissez moi vous raconter mes découvertes.

Briser l'isolement dans le plaisir et la découverte

Au CAB Aide 23 situé dans l'arrondissement de Beauport en banlieue de Québec, nous offrons à nos concitoyens âgés et isolés en légère perte d'autonomie des dîners-rencontres hebdomadaires. Le but premier de cette activité

vise à briser l'isolement en offrant un endroit agréable où l'on peut socialiser, et ce, malgré la diminution de certaines capacités.

Mentionnons ici que la moyenne d'âge de ce groupe se situe aux alentours de quatre-vingts ans ! Ces personnes peuvent se joindre à nos groupes malgré leur perte d'autonomie, ce qui n'est pas possible à l'intérieur de tous les groupes. Les participants ont même l'opportunité d'obtenir un transport bénévole sécuritaire pour s'y rendre.

Durant ces dîners, les participants ont l'occasion d'explorer diverses choses, de participer à des jeux, d'écouter des conférences, se joindre à des sorties et tout cela adapté à leur réalité.

L'action bénévole ...

La condition préalable pour adhérer au groupe de dîners-rencontres consiste à se soumettre à une évaluation à domicile. Étant responsable de ce volet au CAB Aide 23, c'est ainsi que j'ai rencontré Mme Mariette Nicolas, à la demande de sa belle-fille, Claudia Albert.

Madame Nicolas se trouvait très bien dans le confort du foyer qu'elle partageait avec son fils et sa conjointe. Elle n'avait pas envie de se joindre au groupe de dîners-rencontres. La peur du changement et de l'inconnu la rendait très anxieuse. De plus, « ça fait

longtemps qu'elle n'est pas sortie », comme l'indiquait Mme Albert.

J'ai donc invité madame Nicolas à venir nous rencontrer une fois, « juste pour essayer ». Elle accepta à contrecœur, mais accepta tout de même. Afin de rendre l'activité attrayante, la famille de madame l'avait bien préparée. Il était certain que pour eux, leur mère avait besoin de sortir de la maison et de rencontrer des gens de son âge.

Madame est donc passée chez la coiffeuse et a enfilé ses plus beaux vêtements. Elle brillait comme un sou neuf à son arrivé à son premier dîner-rencontre. De l'extérieur, tout était parfait mais à l'intérieur, c'était bien différent.

Lors du premier dîner-rencontre, madame ne voulait pas rester. Elle pleurait, tant elle ne voulait pas être

« Je me demandais de quelle façon l'action bénévole pouvait se vivre et s'il y avait une différence entre l'action bénévole et le bénévole en action. »

là; elle voulait retourner chez elle. Mais elle s'est dit : « Si je m'en vais, je ne sortirai jamais ». De plus, elle avoue que les bénévoles du dîner ont été très accueillantes pour elle, « on nous embrasse et envoie donc ! ».

Mais le plus grand des réconforts, elle l'a obtenu des autres participants

(Suite page 11)



... Quand faire du bien nous fait du bien

(Suite de la page 10)



Mme Oliva Gagnon, bénévole (à gauche) et Mme Mariette Nicolas, participante, ont développé une très grande complicité.

qui l'ont soutenue par des mots d'encouragement et de réconfort. Finalement, tout s'est bien déroulé. La semaine suivante, Mme Nicolas est revenue en affichant un peu plus d'entrain. Petit à petit, elle a pris contact avec les autres participants et les bénévoles.

Aujourd'hui, elle est une participante très active au sein du groupe et chaque semaine, elle attend avec joie la journée de cette rencontre. Même qu'elle avoue s'ennuyer des autres participants durant la semaine.

Sa famille est très heureuse et sent leur mère épanouie; elle a repris goût à la vie. « Depuis que ma belle-mère va aux dîners-rencontres, nous discutons beaucoup plus, elle a plein de choses à raconter et nous trouvons cela bien intéressant ».

Pour les participants aux dîners-rencontres, l'action bénévole prend ici tout son sens puisque

c'est grâce au travail dévoué des bénévoles qu'ils peuvent bénéficier chaque semaine d'une belle journée d'activités. L'action bénévole rapporte à tout le monde, en premier lieu à Mme Nicolas.

Mais elle n'est pas la seule puisque les effets positifs se répercutent même sur sa famille qui côtoie dorénavant une dame âgée épanouie et heureuse. Les béné-

voles qui font une différence dans la vie de madame ont le sentiment d'être très utiles auprès des participants.

Bénévole en action !

Bien sûr il y a les participants, mais au cœur de toutes ces activités formidables, il y a bien sûr des bénévoles dévoués.

Je me suis aussi entretenue avec Mme Oliva Gagnon, bénévole aux dîners-rencontres depuis bientôt treize ans.

Un beau lien s'est créé entre elle et Mme Nicolas au fil des dîners-rencontres. Madame Gagnon est une femme énergétique et très généreuse. Bien que les deux femmes aient sensiblement le même âge, l'action bénévole se vit différemment pour chacune d'elles.

Bien sûr, leur capacité physique respective joue un grand rôle mais, au-

delà de cela, chacune y trouve quelque chose d'extrêmement valorisant. Mme Gagnon est très généreuse de son temps et c'est avec un grand plaisir qu'elle participe chaque semaine à l'activité.

Elle admet ressentir une grande satisfaction personnelle à réaliser cette activité; ce qui est, selon elle, plus difficile en vieillissant. Lorsque je lui ai parlé de l'hésitation de certains participants, elle raconte : « On a assisté à de véritables miracles, des personnes qui sont venues à reculons, comme Mme Nicolas. Elle n'est pas la seule, plusieurs personnes âgées sont dans la même situation. Cela nous fait plaisir quand les participants reviennent ».

Comme bénévole, Mme Gagnon dit en retirer d'énormes bénéfices. Elle

« Depuis que ma belle-mère va aux dîners-rencontres, nous discutons beaucoup plus, elle a plein de choses à raconter et nous trouvons cela bien intéressant ».

adore parler avec ces personnes, « ce sont de véritables sages, on partage plein de choses et cela peut nous aider dans les moments de découragement ! » Madame Gagnon encourage ceux et celles qui hésiteraient à participer à ce genre de rencontre :

(Suite page 12)



Accompagnement à la marche et Viactive Marcher pour vieillir en santé

Par **Danielle Branchaud**
Coordonnatrice

Le Centre d'action bénévole de la région de Shawinigan a mis sur pied un nouveau programme pour le maintien à domicile *Accompagnement à la marche et Viactive*.

Accompagnement à la marche, c'est : une personne autonome qui donne la possibilité à une autre personne moins autonome de sortir de chez elle en toute sécurité, tout simplement pour faire le tour de son quartier ou marcher plus ou moins longtemps, selon sa capacité. Adhérer à *Accompagnement à la marche*, c'est prendre l'air au

moins une fois par semaine, se faire de nouveaux amis et améliorer sa condition physique.

Pour vieillir en santé et demeurer autonome, il existe un moyen efficace : bouger. Par le programme VIACTIVE, les participant(e)s se réunissent au Centre d'action bénévole une fois par semaine, afin de maintenir et améliorer la forme physique et jouir d'une meilleure qualité de vie.

Le comité *Accompagnement à la marche et Viactive* est bien en place et bien structuré. En lien avec le CLSC local, une technicienne en réadaptation phy-



sique offre la formation aux nouveaux bénévoles. Cette formation est suivie d'une autre rencontre afin de leur présenter le Guide du bénévole et signer le formulaire d'engagement du CAB.

Grâce à une subvention du programme Nouveaux Horizons, nous avons pu démarrer *Accompagnement à la marche et Viactive* et avons réalisé une vidéo qui sert d'outil promotionnel auprès des groupes d'aînés.

Cette vidéo est utilisée également pour recruter des bénévoles ou encore, faire connaître le service aux bénéficiaires. Notre vidéo témoigne de manière éloquente du service *Accompagnement à la marche et Viactive*. On peut y entendre des témoignages de bénéficiaires et de bénévoles. ■

... Quand faire du bien nous fait du bien

(Suite de la page 11)

« N'hésitez pas, c'est l'occasion pour vous de faire des rencontres intéressantes et plaisantes, de partager et d'échanger dans le plaisir et l'amitié, un accueil chaleureux vous attend ! ».

Ce groupe, qui se veut tout d'abord un groupe de socialisation, se révèle également un groupe de soutien très important pour plusieurs personnes âgées. Bien sûr, l'action bénévole se vit différemment chez Mme Gagnon et Mme Nicolas mais finalement, on peut affirmer que l'action bénévole n'a pas qu'un seul visage. Et peu im-

porte la forme qu'il prend, les répercussions positives de l'engagement bénévole de nos concitoyens auprès des aînés sont immenses.

En travaillant dans ce domaine, nous sommes personnellement interpellés à agir alors que, de nos jours, plusieurs personnes âgées sont très isolées. L'action bénévole est véritablement bénéfique pour elles.

Qu'elles soient participantes ou bénévoles, ces personnes éprouvent le besoin de se dépasser, tout comme nous, les plus jeunes. Aidons-les à poursuivre leur évolution personnelle malgré leur âge car, l'âge véritable n'est-il pas l'âge de son cœur ? ■

Des questions sur Viactive?
819.539.8844



Des questions sur les dîners-rencontres ?

Marie-Soleil Mariage
Coordonnatrice des services
aux individus
Centre d'action bénévole
Aide 23
418.663.0995





Reconnaître

La 14^e édition du Prix Hommage bénévolat-Québec
« Les bénévoles méritent notre reconnaissance. »

D'après un communiqué du
**Ministère de l'Emploi et de la
 Solidarité sociale**

La ministre de l'Emploi et de la Solidarité sociale, M^{me} Julie Boulet, a profité de la Semaine de la solidarité pour lancer la période de mise en candidature de la quatorzième édition du prix Hommage bénévolat-Québec, qui se terminera le 13 décembre 2010.

« Le Québec ne pourrait se passer de cette richesse que représentent les bénévoles. Ils sont à la base d'une grande diversité de services : visites de personnes malades, diffusion d'informations locales dans les médias communautaires, animation de maisons de jeunes et de centres communautaires, de sports et de loisirs, etc.

Toutes ces activités sont rendues possibles grâce à l'engagement de ces personnes dévouées pour leur communauté. Apportant réconfort et améliorant la qualité de vie de leurs concitoyennes et concitoyens, ils véhiculent l'esprit d'entraide et de solidarité.

Ces personnes d'exception travaillent bien souvent dans l'ombre. Il est maintenant temps de les mettre en lumière et de souligner leur apport exceptionnel à l'épanouissement et au développement de notre société », a souligné la ministre.

Trois catégories et deux prix distinctifs pour honorer les per-

sonnes bénévoles

Quarante lauréates et lauréats seront honorés dans trois catégories : « Jeune bénévole – prix Claude-Masson », qui souligne l'engagement bénévole de personnes âgées de 14 à 30 ans, « Bénévole », qui rend hommage à des personnes de 31 ans et plus, et « Organisme », qui vise à reconnaître l'action des organismes sans but lucratif.

De plus, deux prix distinctifs seront remis, un premier en communications et un second en culture afin de souligner les cinquante ans du ministère de la Culture, des Communications et de la Condition féminine.

Les régions au cœur de l'action bénévole

Cette année encore, les collaborateurs de longue date du prix Hommage bénévolat-Québec, soit la Fédération des centres d'action bénévole du Québec (FCABQ) Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) et se mobilisent pour faire rayonner le prix et l'action bénévole dans toutes les régions du Québec. Ce prix permet de mieux faire connaître les réalisations des bénévoles et des organismes qui consacrent, jour après jour, temps et énergie au développement de leur communauté.

C'est au cours d'une cérémonie qui se déroulera le 13 avril prochain au Château Laurier à Québec que M^{me} Boulet aura le

privilege de remettre les prix Hommage bénévolat-Québec et de féliciter personnellement les lauréates et lauréats.

« Les bénévoles méritent toute notre reconnaissance. Prenons quelques minutes et disons-leur "Merci!" », a conclu M^{me} Boulet.

« Ces personnes d'exception travaillent bien souvent dans l'ombre. Il est maintenant temps de les mettre en lumière et de souligner leur apport exceptionnel à l'épanouissement et au développement de notre société » (...) La ministre Julie Boulet



Les personnes intéressées ont jusqu'au **13 décembre 2010** pour soumettre une candidature. Pour obtenir plus de renseignements, elles peuvent visiter le site www.disluimerci.qc.ca ou communiquer avec le Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales au **1 800 577-2844**.

Il est également possible de se procurer des formulaires aux bureaux de **Services Québec**, du RABQ et de la FCABQ.



Le salaire d'un bénévole: la reconnaissance

Par **Pierre Riley**
Directeur général, FCABQ

Bien des gens estiment que le meilleur moyen de témoigner leur reconnaissance aux bénévoles est d'organiser une fête à leur intention ou un événement de nature similaire durant la Semaine de l'action bénévole. Pourtant, la SAB n'est pas le seul moment afin de remercier vos bénévoles.

Afin de reconnaître plus efficacement les efforts déployés par les bénévoles engagés au sein de votre organisme, il vous faut d'abord comprendre ce qui motive les gens à faire du bénévolat. Un programme bien géré contribuera de diverses manières à l'efficacité de l'action de l'organisme.

La productivité

Les bénévoles à qui l'on confie des tâches significatives trouveront leurs efforts gratifiants. Cela leur profitera personnellement alors que de son côté, l'organisme bénéficiera d'une utilisation optimale de ses précieuses ressources.

La rétention

En tentant d'identifier et de satisfaire les besoins individuels de chacun et en témoignant une reconnaissance qui vient combler ces besoins, vous êtes plus susceptible d'encourager vos bénévoles à poursuivre leur engagement au sein de votre organisme.

Au moral

Lorsque votre organisme démontre qu'il se soucie de ses bénévoles en leur confiant des tâches appropriées et en valorisant leurs efforts, il accroît la satisfaction personnelle que les bénévoles retirent de leur travail ainsi que leur volonté de participer.

Les programmes de reconnaissance voués à l'échec sont ceux qui :

- Fondent la récompense sur ce que valorise le gestionnaire et non pas le bénévole ;
- Prennent pour acquis que certaines récompenses conviennent à tout le monde, sans égard à l'individualité de chacun ;
- Sont administrés de manière inconséquente ;
- Sont extérieurs au bénévole, sans rapport avec le travail ou le bénévole lui-même ;
- Offrent des récompenses, qu'elles soient ou non méritées ;
- Prennent pour acquis que la mission de l'organisme constitue une justification en soi, sans qu'il soit nécessaire de reconnaître ou de souligner le travail du bénévole ;
- Offrent des récompenses et une reconnaissance démesurées.

- pensé de manière appropriée ;
- Reconnait les contributions de longue date ou les efforts exceptionnels à maintes occasions ;
- Offrent des récompenses pouvant être partagées par des équipes de bénévoles ou qui s'adressent à l'ensemble de l'organisme.

Le salaire d'un bénévole est l'assurance d'être reconnu comme un partenaire à part entière et respecté au sein de l'organisme. Aussi, la reconnaissance doit-elle faire partie intégrante du processus de gestion et veiller à ce que les bénévoles se sentent valorisés au sein de l'organisme pour lequel ils œuvrent.

Un programme de reconnaissance efficace et bien ciblé peut soutenir un organisme à bien des égards. S'il est bien géré, le programme motivera les bénévoles en comblant leurs besoins individuels, tout en appuyant les objectifs fixés par l'organisme. ■



« Afin de reconnaître plus efficacement les efforts déployés par les bénévoles engagés au sein de votre organisme, il vous faut d'abord comprendre ce qui motive les gens à faire du bénévolat. »



Les programmes de reconnaissance couronnés de succès sont ceux qui :

- Fondent la récompense sur l'appréciation de chaque bénévole comme une personne unique, et qui satisfont les besoins individuels ;
- Se fondent sur le travail ou les tâches du bénévole ;
- Découlent de politiques conséquentes qui inspirent confiance dans le fait que l'effort sera récom-

Besoin d'idées afin de renouveler les pratiques de reconnaissance de votre organisme ?

Poursuivez votre lecture en nous visitant en janvier 2011 à www.fcabq.org : La reconnaissance des bénévoles - Les éléments d'un programme





DIS-LUI MERCI!

JEUNE BÉNÉVOLE – Prix Claude-Masson

Prix distinctif en communications

BÉNÉVOLE

Prix distinctif en culture

ORGANISME

Vous connaissez une personne extraordinaire qui donne de son temps bénévolement?

Dites-lui « Merci! » en proposant sa candidature au

PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC,

l'une des plus hautes distinctions en matière d'action bénévole au Québec.

POUR OBTENIR PLUS DE RENSEIGNEMENTS OU POUR PROPOSER UNE CANDIDATURE :

www.disluimerci.qc.ca

Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales

1 800 577-2844

sacais@mess.gouv.qc.ca

Avec la collaboration de :





Savoir-faire

Le 7 décembre prochain à Montréal

Un colloque sur les pratiques gagnantes en gestion de bénévoles âgés

Par la Fédération des centres d'action bénévole du Québec

La Fédération des centres d'action bénévole du Québec s'apprête à présenter à guichet fermé un colloque centré sur les pratiques gagnantes en matière de gestion de bénévoles âgés.

Pourquoi un tel colloque ?

En cette période fertile en nouvelles de toutes sortes concernant le vieillissement de la population, le départ massif à la retraite des *baby boomers*, les préoccupations sur les conditions de vie à venir pour les sociétés occidentales en déficit de jeunesse en comparaison avec les pays dits « de la nouvelle économie », la question sur la pertinence de tenir un tel événement semble superflue.

C'est ainsi que la FCABQ s'est récemment donné comme mandat de mieux répondre aux nouveaux défis que pose notre société en pleine permutation.

L'un de ces défis sera de savoir faire face aux effets que cause

le vieillissement de la population sur l'action bénévole pratiquée dans les secteurs de la santé et des services sociaux.

Dès lors, les organisations bénévoles doivent se questionner sur leurs pratiques dans le but de les ajuster en tenant compte de nouveaux profils, non seulement des personnes aidées de plus en plus âgées mais aussi, à la nouvelle vague de bénévoles toujours en mouvance. Ceci, tout en assurant la transmission des savoir-faire entre les bénévoles expérimentés et les nouveaux.

C'est pourquoi la FCABQ a entrepris une recherche/action sur le sujet.

Les objectifs

On y procédera notamment au dévoilement des résultats de la recherche/action sur l'identification et la promotion de bonnes pratiques de gestion (recrutement, reconnaissance, rétention) des bénévoles âgés œuvrant dans les secteurs de la santé et des services sociaux, principalement auprès des âgés.

On espère également permettre aux participants d'alimenter la réflexion sur les pratiques gagnantes des bénévoles, entre autres auprès des âgés, en lien avec les 3R (recrutement, reconnaissance, rétention).

On veut par ailleurs cibler des engagements précis que les organismes pourront adopter dans chacun de leur réseau et insérer dans leur plan d'action respectif.

Enfin, la FCABQ souhaite faire en sorte que ce colloque soit le début d'une réflexion et de travaux dans les organismes concernant la

L'un de ces défis sera de savoir faire face aux effets que cause le vieillissement de la population sur l'action bénévole pratiquée dans les secteurs de la santé et des services sociaux.

relève bénévole, l'élaboration et la réalisation d'un plan d'action dans ce sens et la mise en place de pratiques gagnantes.

Les actes du colloque du 7 décembre 2010 seront publiés au cours du mois de février 2011.



Une vaste étude pour découvrir et comprendre leurs attentes

Les besoins en ressourcement et en formation chez les bénévoles engagés auprès des aînés

Le point de vue des bénévoles

Nous vous présentons ici la première partie de la synthèse d'une vaste étude réalisée par le **Centre Berthiaume-Du Tremblay**, responsable des Rendez-vous annuels destinés aux bénévoles engagés auprès des aînés. Chaque année depuis 1997, les RVA offrent à travers le Québec des journées de ressourcement et de formation aux personnes se dévouant auprès des aînés.

Comme son titre l'indique, cette étude s'inscrit dans une optique d'amélioration de la programmation des Rendez-vous annuels. Si vous souhaitez découvrir, comprendre les attentes des bénévoles en matière de soutien à leur engagement, jetez un œil attentif à ce qui suit.

Dans ce numéro : Présentation de l'étude et premiers résultats sur l'engagement auprès des aînés

Cette consultation s'intéressant aux bénévoles œuvrant auprès des aînés et à leurs besoins en matière de ressourcement et de formation, a été menée en 2007 et s'inscrit dans une optique d'amélioration du programme Les Rendez-vous annuels (RVA).

Au terme d'une décennie d'activité, on peut affirmer que le programme se porte bien, mais l'organisation est consciente que nul n'est à l'abri d'erreurs de programmation ou tout simplement de l'essoufflement de la formule.

La démarche s'appuyait aussi sur différents éléments de contextes sociaux changeants dont notamment : le vieillissement de la population, la transformation des pratiques des bénévoles, la complexité accrue des sens donnés à l'action bénévole de même que l'offre de plus en plus présente et diversifiée de formation dans les milieux bénévoles.

LES OBJECTIFS SPÉCIFIQUES DE LA RECHERCHE

Plus spécifiquement la recherche visait à :

- mieux connaître certaines caractéristiques des utilisateurs des RVA;
- mieux connaître les contextes d'intervention bénévole des participants aux RVA, de leurs possibilités et de leurs limites;
- identifier des facteurs contraignants ou facilitants en regard de la participation à la formule des RVA;
- obtenir des connaissances sur le point de vue des participants des RVA, notamment sur les différentes composantes des activités (thèmes, formules, format, effets sur les milieux).

LA MÉTHODOLOGIE

Au cours du printemps 2007, nous avons tenu 7 groupes de discussion dans les villes de Montréal (2), Lévis, Rivière-du-Loup, Sherbrooke, Jonquière et Sept-Îles. Cinquante-six personnes bénévoles ont été rencontrées.

Elles exercent toutes dans des contextes organisés. Les caractéris-

« Au terme d'une décennie d'activité, on peut affirmer que le programme se porte bien, mais l'organisation est consciente que nul n'est à l'abri d'erreurs de programmation ou tout simplement de l'essoufflement de la formule.

tiques des participants tiennent compte de la diversité de milieux géographiques, d'organismes bénévoles, de sexes et d'âges propres à la population visée par l'enquête.

La première partie des entretiens portait sur l'expérience des bénévoles et la seconde portait sur les besoins en ressourcement et en

(Suite page 18)



... Étude sur les attentes en formation des bénévoles auprès des aînés

(Suite de la page 17)

formation. Pour mieux connaître les caractéristiques des participants, ceux-ci ont été invités à compléter une fiche signalétique (âge, fonction, scolarité, sexe, milieu, etc.).

Les entretiens ont été enregistrés puis retranscrits pour être ensuite codés et analysés à partir des principales dimensions d'analyse retenues lors du devis soit :

- les caractéristiques individuelles des bénévoles;
- l'expérience bénévole des participants;
- l'environnement de pratique des bénévoles;
- l'expérience de ressourcement et de formation des bénévoles.

LES RÉSULTATS

I. L'EXPÉRIENCE BÉNÉVOLE AUPRÈS DES AÎNÉS

I.1 Leurs caractéristiques

Les bénévoles engagés auprès des aînés sont surtout des femmes et souvent des personnes aînées elles-mêmes. Des personnes qui vieillissent!

Elles exercent leurs activités principalement dans les organismes offrant des services aux personnes aînées vulnérables ou dans les organismes d'entraide : centres d'action bénévole, centres communautaires pour aînés, popotes roulan-

tes, OSBL d'habitation, organismes d'accompagnement en fin de vie.

Les lieux d'intervention sont variés, mais nous observons un lien entre le sexe, la scolarité, la profession et le type de fonction bénévole. Ainsi, nous remarquons davantage d'hommes dans des fonctions d'administration, de coordination ou de transport.

Par ailleurs, nous trouvons principalement des personnes scolarisées dans les organismes d'accompagnement en fin de vie et plusieurs anciens enseignants ou éducateurs dans des fonctions de services aux aînés (visites, téléphones d'amitié, accompagnement). Les niveaux d'engagement s'accordent avec les disponibilités des bénévoles et leur motivation. L'état de santé physique peut constituer un frein important.

L'examen plus attentif fait apparaître 3 grands types de bénévoles. Les plus nombreux (31 sur 56) sont les traditionnels qui valorisent les pratiques établies, souvent dans des milieux ruraux; les innovateurs (15 sur 56) sont souvent des *baby-boomers* mus par la recherche de sens à la vie, préoccupés du renouvellement des pratiques, des nouveaux besoins, attirés par les tâches complexes, près des pratiques professionnelles.

Enfin, les leaders (10 sur 56) sont souvent des administrateurs préoccupés par la pérennité des organisations, par le recrutement et la rétention des

bénévoles et aussi par des enjeux régionaux ou nationaux.

I.2 Leurs motivations, leurs conceptions du bénévolat

On reconnaît, chez les bénévoles rencontrés, les mêmes raisons habituellement énoncées en matière d'engagement bénévole : sentiment d'utilité, participation sociale, volonté de mettre à profit son expérience et ses compétences, apprentissages, croissance personnelle, moyen de défenses contre les sentiments négatifs, reconnaissance, etc.

On trouve toutefois des distinctions selon les types d'organismes.

- Les bénévoles engagés dans des centres communautaires pour aînés, des centres d'action bénévole, des OSBL d'habitation ou des organismes de sports et lo-

« Les bénévoles engagés auprès des aînés sont surtout des femmes et souvent des personnes aînées elles-mêmes. Des personnes qui vieillissent ! »

sirs sont davantage motivés par la sociabilité, l'appartenance, les apprentissages et le plaisir.

- Les bénévoles engagés dans des hôpitaux, des organismes de soins palliatifs, de transport et des popotes roulantes sont davantage motivés par l'altruisme, la croissance personnelle, la recherche de sens, la spiritualité.

(Suite page 19)



... Étude sur les attentes en formation des bénévoles auprès des aînés

(Suite de la page 18)

Tous saisissent et assument le caractère non contraignant du bénévolat.

Il apparaît par ailleurs que le statut de bénévole et l'identité qui s'y rattache, va de pair avec la conception qui est véhiculée par l'organisation. Là où les organisations sont fortement intégratives, le sentiment d'identité bénévole semble plus fort.

On remarque que certains bénévoles, parmi les innovateurs et les leaders, se questionnent même sur l'idée d'identifier leurs propres activités à du bénévolat. Ainsi, si certains se réclament de l'action communautaire, d'autres en viennent à penser que leur activité est si professionnelle qu'elle s'apparente à du travail rémunéré « sans reconnaissance financière ».

1.3 Leurs constats sur les tendances sociales, les contextes sociaux

Les principaux constats sur l'évolution des milieux où œuvrent les bénévoles se portent sur :

- le vieillissement des bénévoles eux-mêmes et des personnes bénéficiant des services;
- l'arrivée des jeunes bénévoles;
- les nouveaux contextes familiaux;

- les besoins des nouveaux bénévoles;
- la professionnalisation des pratiques;
- le choc des valeurs.

En somme, les bénévoles observent avec lucidité les phénomènes qui nous interpellent tous. Ils nous invitent plus particulièrement à être attentifs et accueillants face à l'arrivée de jeunes bénévoles y voyant une forme de solution à la problématique liée au vieillissement et au manque de relève : un souffle nouveau.

Comme tous les citoyens engagés, les bénévoles sont au fait des débats qui animent la société. Ils se questionnent donc, avec leurs pairs, sur les valeurs à adopter, comme organisation, dans l'espace public.

- Comment aménager les nouvelles formes liées à l'organisation des familles, à l'autonomie des personnes, au respect des différences ?

- Comment préserver l'esprit du bénévolat tout en y intégrant les façons de fonctionner et parfois, certaines valeurs propres à l'univers du travail ?
- Comment respecter les bénévoles dans la diversité de leurs pratiques et leurs propres appellations ?

Crédits

Agent de liaison
Denis Nantel
Centre Berthiaume-Du Tremblay

Comité de suivi

Lynda Binhas
Comité sectoriel de main-d'œuvre, économie sociale, action communautaire

Robert Chabot
Les Préretraités Horizon

Carole Deschamps
Association québécoise des centres communautaires pour aînés

Réjean Dionne
Regroupement des popotes roulantes et autres services alimentaires bénévoles

Myrtha Laflamme
La Maison d'un Nouvel Élan

Marguerite Morin
Le Théâtre Fleury de Montréal;

Denis Nantel
Centre Berthiaume-Du Tremblay;

Dans le prochain numéro du *Bénévol'Action*

2e partie : Les difficultés des bénévoles et les facteurs contraignants

Pierre Riley
Fédération des centres d'action bénévole du Québec

Recherche et rédaction
Marie-Noëlle Ducharme
professionnelle de recherche

Mise en page et révision linguistique
Sylvia Dorta et Dominique Cartier
Centre Berthiaume-Du Tremblay
Réalisé avec l'appui financier du programme fédéral *Nouveaux Horizons pour les aînés*



« Du cœur à l'action pour les aînés du Québec » Maintenir un mode de vie sain chez les personnes âgées

Par **Sylvie Lavallée**
Centre d'action bénévole de
Valleyfield

Le projet « Du cœur à l'action pour les aînés du Québec », dont le Centre d'action bénévole de Valleyfield est promoteur depuis un an, arrive à échéance à la fin du mois d'avril prochain.

Par le biais de cette initiative, le Centre d'action bénévole a contribué à l'adoption et au maintien de mode de vie sain chez les personnes âgées, en encourageant la pratique d'activités physiques dans un contexte agréable et ainsi briser l'isolement.

Un nouveau type de bénévolat

C'est une nouvelle activité, un nouveau type de bénévolat. Nous avons mis en place un programme d'activités physiques *Viactive* double action, dans huit résidences de personnes âgées (qui ne comptent pas d'animateur en loisir) et des HLM.

Les bénévoles du Centre ont reçu une formation pour animer ce programme. Trois sessions de formation de deux jours ont été tenues dans le cadre de ce projet. Mme Anne-Renée Hert, kinésiologue et agente de projets de la FADOQ - Région Rive-Sud/Suroît a animé ces sessions en juillet, octobre et février derniers.

En effet, 18 bénévoles ont été re-

crutés et ont franchi les étapes de filtrage ainsi que huit personnes déjà bénévoles au Centre se sont réorientées vers ce nouveau type de bénévolat (pour un total de 26 bénévoles). De ce nombre, 10 bénévoles ne sont plus disponibles ou se sont rendus à l'évidence que ce bénévolat ne leur convenait pas. Actuellement, 16 bénévoles sont engagés dans ce programme.

Des effets positifs à tous les niveaux

J'ai fait le tour des neuf résidences et de HLM inscrits afin de réaliser un sondage auprès des participantes (en majeures parties des femmes). Voici quelques commentaires tirés des questionnaires complétés.



« Par le biais de cette initiative, le Centre d'action bénévole a contribué à l'adoption et au maintien de mode de vie sain chez les personnes âgées, en encourageant la pratique d'activités physiques dans un contexte agréable et ainsi briser l'isolement. »

À la question « Avez-vous commencé à faire d'autres activités dans votre vie? », les réponses fournies témoignent du début d'une nouvelle attitude face à l'exercice physique par les personnes âgées : « Je fais des exercices dans le bain »; « Je prends l'ascenseur avec la marchette au lieu de rester à l'étage »; « J'ai fait le programme PIED » (Programme intégré d'équilibre dynamique); « J'ai fait du progrès, je ne pouvais pas lever la jambe

avant ».

À la question « En participant au programme *Viactive*, avez-vous créé des liens ou fait de nouvelles connaissances? », on constate que ce programme facilite la prise de contacts avec ses congénères : « J'ai maintenant un petit groupe de nouvelles connaissances »; « Je me suis fait de nouvelles compagnes ».

Autres effets positifs constatés : : « J'aime bien ça, plus je fais d'exercices, mieux je suis ». « Ça me fait sortir de ma chambre ». « Je pense moins à mes problèmes ».

Des bénéfices pour les bénévoles aussi

Voici des constatations de bénévoles ayant participé à la rencontre bilan du mois de mars : « On ne fait pas que donner, on va chercher, on apprend »; « Ça démontre qu'on est utile et que l'on peut remettre à la société ce que l'on a reçu ».

Certaines personnes considèrent que cette forme de bénévolat

(Suite page 21)



Bénévol'Action - Spécial 5 décembre 2010

Semaine de l'action bénévole 2011 La nouvelle campagne dévoilée en janvier

Du 10 au 16 avril 2011, on souligne l'importance du geste pour notre société.

La FCABQ dévoilera en janvier prochain le nouveau visuel de la prochaine campagne promotionnelle. Bien entendu, le point fort de cette campagne demeure la Semaine de l'action bénévole qui se déroulera, en 2011, **du 10 au 16 avril**.

Le dépliant des outils promotionnels sera en même temps rendu disponible, en version papier et également via le site Internet de l'organisation. C'est là également que les organismes, les médias et le public pourront se tenir informés des activités présentées par la FCABQ et les centres d'action bénévole à travers le Québec.

Le dépliant du nouveau matériel promotionnel disponible bientôt

Les centres d'action bénévole membres de la FCABQ sont les distributeurs officiels du matériel promotionnel sur leur territoire respectif.

Dès la deuxième semaine du mois de janvier, il sera possible de se procurer le dépliant 2011 de la nouvelle campagne promotionnelle par le truchement de l'un des 113 CABs membres de la FCABQ.

La FCABQ pourra répondre également aux organismes et instances qui ne comptent pas de centre d'action bénévole dans leur secteur.



Trouver le CAB de son secteur / Demander ou télécharger le dépliant 2011 :

**www.fcabq.org
1 800 715.7515**

... Maintenir un mode de vie sain ...

(Suite de la page 20)

a répondu davantage à un besoin de se retrouver lors d'une période de transition.

Actuellement, plus de 140 personnes âgées sont inscrites pour participer aux activités physiques animées par des bénévoles du CAB de Valleyfield.

Faire de l'exercice contribue au maintien de la santé, de l'autonomie et du dynamisme autant chez les aînés que chez les bénévoles.



**Sylvie Lavallée
450.373.2111**



DIS-LUI MERCI!
EN PROPOSANT SA CANDIDATURE AU PRIX
HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC
www.disluimerci.qc.ca

PRIX HOMMAGE
BÉNÉVOLAT-
QUÉBEC 2011



Perdre son autonomie

Un nouveau guide électronique d'information gouvernementale

D'après un communiqué de Services Québec

La perte d'autonomie, qu'elle soit causée par le travail, un handicap, une maladie, un accident ou le vieillissement, peut toucher une personne à tout âge et à tout moment.

Pour simplifier les démarches des citoyens, de leurs proches et des aidants en de telles circonstances, Services Québec annonce la mise en ligne d'un nouveau guide d'information gouvernementale :

Perdre son autonomie.

Ce guide électronique, produit avec la collaboration d'une vingtaine de ministères et d'organismes gouvernementaux, offre de l'information sur des programmes, des services et des outils pour venir en aide aux personnes aux prises avec une situation de perte d'autonomie.

Facile à consulter, il présente de nombreux renseignements pour effectuer des démarches en lien avec les rentes et les indemnités, les programmes d'aide en santé et en habitation, les services d'aide à domicile et de soutien à la famille, les régimes de protection, les possibilités d'hébergement, le soutien pour le transport, les programmes de réadaptation et d'intégration au travail ainsi que les mesures fiscales en vigueur.

Les services et les formulaires en ligne sont aussi clairement mis en évidence pour en faciliter l'accès.

Services Québec a choisi de faire un guide d'information propre à la perte d'autonomie parce qu'il s'agit d'un événement de vie jugé complexe, qui requiert le recours à plusieurs services gouvernementaux et qui soulève beaucoup de questions de la part des citoyens.

Le guide *Perdre son autonomie* s'inscrit dans la démarche poursuivie par Services Québec, visant à simplifier et faciliter l'accès à l'information gouvernementale pour les citoyens.

Il s'ajoute aux 19 autres guides électroniques déjà en ligne dans l'espace Citoyens du Portail gouvernemental de services, accessibles à l'adresse:



www.servicesquebec.gouv.qc.ca



Bénévol'Action - Spécial 5 décembre 2010

La 24^e édition de la *Semaine l'Amitié n'a pas d'âge* **Jeunes et aînés, ensemble**

Par **Donathile Nahaniyo**,
agente de liaison et de dévelop-
pement, Association L'Amitié n'a
pas d'âge

Pour la 24^e année, l'Associa-
tion *l'amitié n'a pas d'âge* vous invi-
te à participer à la **Semaine l'a-
mitié n'a pas d'âge** qui se tien-
dra du 22 au 28 mai 2011, sous le
thème : *Jeunes et aînés, cultivons
ensemble nos perles intergénération-
nelles*.

Cet événement a pour but de per-
mettre aux organismes souhaitant
développer des projets intergéné-
rationnels de présenter des activi-
tés où jeunes et moins jeunes ont
l'occasion de partager ensemble
leurs savoirs et leurs valeurs.

Nous profiterons du lancement de
la Semaine l'amitié n'a pas d'âge
pour rendre hommage aux inter-
venants et aux bénévoles impli-
qués dans les projets.

À cette occasion, vous courez la
chance de recevoir un des prix
Méritas en plus de faire partie
d'un véritable réseau voué à la
promotion de l'intergénération.
Par ailleurs, votre projet sera ins-
crit dans le répertoire annuel de
l'Association.

Pour faciliter la tâche au comité
de sélection, nous encourageons
les groupes qui présentent des
projets à se conformer aux critè-
res qui apparaissent sur le

formulaire d'inscription.

Dès que vous nous aurez retourné
le formulaire dûment complété,
nous vous ferons parvenir une invi-
tation au lancement de la Semaine,
événement festif qui réunit les jeu-
nes et les moins jeunes dans une
célébration du rapprochement des
générations.

■

**Cet événement a pour but de permettre aux
organismes souhaitant développer des projets
intergénérationnels de présenter des activités où
jeunes et moins jeunes ont l'occasion de partager
ensemble leurs savoirs et leurs valeurs.**



Le formulaire de participation à la
Semaine est disponible auprès de
Donathile Nahaniyo :

514-382-0310, poste 125 ou
dnahaniyo@amitieage.org





En libr@irie

Le bénévolat : Entre le cœur et la raison

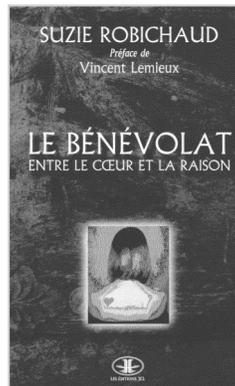
Par **Susie Robichaud**
*Docteur en Science politique et
professeur au Département des
sciences humaines à l'Université du
Québec à Chicoutimi*

Les cadres sociaux et leur bouleversement récent révèlent que les usages de ce phénomène ne s'effectuent pas toujours en dehors de la logique des intérêts, notamment ceux de l'État contemporain.

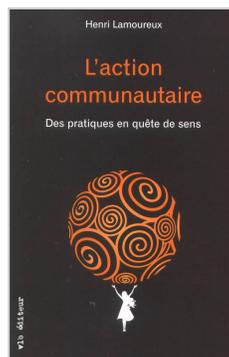
Sonne toute, une même préoccupation s'impose en toile de fond de l'action bénévole : les appels du cœur ne sont pas toujours compatibles avec les réponses de la raison, voire de la rationalité moderne.

« Contrairement à beaucoup de pieux bavardages sur le bénévolat, on trouvera dans ce livre le résultat d'un travail savant et perspicace, écrit par une personne modeste, mais remarquable par son empathie. »

Vincent Lemieux



**CAB membre de la FCABQ : et
17, 95 \$
Non-membre :
19, 95
(En sus : taxes et frais d'envoi)
Pour commander :
[www.fcabq.org/Boutique en ligne/
Librairie](http://www.fcabq.org/Boutique en ligne/ Librairie)**



**CAB membre de la FCABQ :
18, 50 \$
Non-membre :
22, 95 \$
(En sus : taxes et frais d'envoi)
Pour commander :
[www.fcabq.org/Boutique en ligne/
Librairie](http://www.fcabq.org/Boutique en ligne/ Librairie)**

L'action communautaire : Des pratiques en quête de sens

Par **Henri Lamoureux**
*Romancier, essayiste, auteur dédié à
l'enseignement universitaire en éthique
sociale et en action communautaire*

Nées de la contestation de l'injustice et de l'appropriation du pouvoir par une minorité, les pratiques d'action communautaire sont l'expression de la volonté des individus et des collectivités d'assumer pleinement leur responsabilité quant au développement de leur milieu. Visant tant l'émancipation des personnes que l'affirmation de la souveraineté du citoyen sur le plan de la vie démocratique, elles se démarquent des activités institutionnalisées et ont conduit à d'importantes innovations sociales.

Ces pratiques connaissent aujourd'hui une mutation majeure. Les activistes sociaux d'hier deviennent, pour plusieurs, d'aimables gestionnaires de partenariats publics et les organismes communautaires se transforment en une fonction publique parallèle au détriment de milliers de salariés travaillant dans des conditions nettement inférieures à celles des employés de l'état.

Après *Le citoyen responsable* et *Les dérives de la démocratie*, cet essai d'Henri Lamoureux se veut une réflexion critique mais solidaire sur l'évolution des pratiques d'action communautaire.





Pour vous guider vers
la bonne ressource

Contactez-nous
fcabq.org

514.843.6312 • 1.800.715.7515

fcabq
FÉDÉRATION DES CENTRES
D'ACTION BÉNÉVOLE DU QUÉBEC





FÉDÉRATION
DES CENTRES
D'ACTION BÉNÉVOLE
DU QUÉBEC

1557, avenue Papineau
Montréal, QC
H2K 4H7

Téléphone : 514.843.6312 / 1 800 715.7515
Télécopie : 514.843.6485
Messagerie : info@fcabq.org

Retrouvez-nous sur la toile !
www.fcabq.org

Bénévol'Action

Spécial 5 décembre 2011

| Collaborateurs à ce numéro |

| Centre Berthiaume-Du-Tremblay | Danielle Branchaud, *Centre d'action bénévole de la région de Shawinigan* | Sylvie Lavallée, *Centre d'action bénévole de Valleyfield* | Marie-Soleil Mariage, *Centre d'action bénévole Aide 23* | Donathile Nahaniyo, *Association l'Amitié n'a pas d'âge* | Lise Proteau, *FCABQ* | Pierre Riley, *FCABQ* | Denise St-Pierre, *Centre de Bénévolat de Saint-Hyacinthe* | Prix Hommage Bénévolat-Québec, *Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux Initiatives* | Services Québec | Statistique Canada | Barbra Tremblay, *Centre d'action bénévole Bellechasse-Lévis-Lotbinière* |

| Responsables de la publication |
Pierre Riley | Patricia Morin

| Conception | Rédaction | Réalisation |
Patricia Morin

| Droits d'auteur |
Nous encourageons la diffusion du contenu du *Bénévol'Action*, à la seule condition d'en citer la source.

Prochain numéro
Les actes du Colloque du 7 décembre 2010

L'Agenda



Le 5 décembre JOURNÉE INTERNATIONALE DES BÉNÉVOLES

Décrétée en 1985, les Nations Unies invitent ainsi chaque pays de la planète à célébrer une journée dans le but de reconnaître l'apport incalculable des bénévoles dans l'amélioration des conditions de vie et en général, de la démocratie dans le monde entier.

Le 7 décembre COLLOQUE SUR LES PRATIQUES GAGNANTES

À l'Hôtel Gouverneur Montréal Place Dupuis.
La FCABQ accueillera 170 gestionnaires, administrateurs et coordonnateurs de services afin de **préparer aujourd'hui l'action bénévole de demain.**

Dès maintenant !
PRIX HOMMAGE BÉNÉVOLAT-QUÉBEC
Période des mises en candidature de la 14^e édition
jusqu'au 13 décembre 2010
Toute l'information sur www.disluimerci.qc.ca

Du 10 au 16 avril 2011
SEMAINE DE L'ACTION BÉNÉVOLE
Dévoilement du visuel et du slogan de la prochaine campagne promotionnelle sur l'action bénévole;

Dévoilement des nouveaux articles de reconnaissance et de promotion / Bon de commande sur
www.fcabq.org :
Janvier 2011

Du 22 au 28 mai 2011
Semaine L'Amitié n'a pas d'âge, 24^e édition
Invitation spéciale aux organismes de jeunes et d'ânés qui démarrent des projets ou poursuivent des activités.
Toute l'information sur www.amitieage.org

