

Bulletin



A votre Santé • Bulletin d'information

Sommaire

P1 Edito

P2-5

- ▶ Ce qui nous pousse à nous engager
- ▶ Ce que nous apporte notre engagement

P6-7

- ▶ Bénévole ou militant ?
- ▶ Bénévolat et contraintes
- ▶ Le point de vue d'une personne salariée

P8

- ▶ Témoignage
- ▶ Il était une fois

P9-10

- ▶ 3 questions à...

P11-12

- ▶ Professionnels / bénévoles
- ▶ Activus bénévoles
- ▶ Textes de légendes

A votre Santé

Bulletin d'information édité par la
Maison Associative de la Santé

Directeur de la
publication : Huguette Le Gall

Rédaction : Cathy Simonet

Tirage : 1000 exemplaires

Parution trimestrielle
ISSN/1140.9762.

Conception graphique :
Page'In - 02 99 32 08 09

Impression : Imprimerie du Rimon
02 99 53 85 54

Dépôt : 4^{ème} trimestre 2013

Le bénévolat : une aventure humaine

Edito

La vitalité associative de Rennes n'est plus à démontrer puisqu'on y compte environ **5600 associations**, soit 17 pour 1000 habitants. Un chiffre bien supérieur aux moyennes régionale et nationale.

Chaque année, il se crée autour de 340 associations à Rennes sur des domaines très variés.

La grande majorité des structures associatives fonctionne uniquement sur la base du bénévolat et, si près de 1000 associations sont employeuses, elles n'en demeurent pas moins, pour la plupart, aidées par des bénévoles. Aussi **1 rennais de plus de 15 ans sur 4 est bénévole dans au moins une association**.

Quelles que soient ses motivations (se sentir utile, défendre une cause, participer à un projet, une activité...) être bénévole est un acte volontaire et un engagement citoyen. C'est donner un peu (ou beaucoup) de soi : du temps, des compétences, des idées...

Chacun peut apporter quelque chose, à la mesure de ses possibilités et de ses capacités.

C'est parce que l'implication sociale dans la cité constitue un ferment de la cohésion sociale et du vivre ensemble que la Ville développe une politique associative volontariste à l'écoute des partenaires indispensables que sont les associations, acteurs de terrain en lien quotidien avec la population.

En appuyant la création de la **Maison Associative de la Santé** en 1986, la Ville voulait soutenir le dynamisme des associations d'usagers, de malades, de famille. Son ampleur actuelle et la pluralité de ses actions témoignent aujourd'hui de la nécessité de s'appuyer sur l'innovation et l'engagement citoyen au profit d'un mieux vivre ensemble.

*Didier Le Bougeant – Adjoint au Maire –
Délégué à la Santé et à la Vie Associative*

Le bénévolat : une chaîne de solidarité citoyenne ; j'ai reçu, je désire donner à mon tour. C'est être disponible pour l'autre qui s'exprime, qui demande de l'aide sans se laisser envahir par sa propre histoire, par sa propre souffrance.

Les formations et les groupes de relecture proposés par les associations nous permettent d'accueillir la personne, de l'écouter, de la soutenir, parfois de lui donner des

orientations pour la résolution de ses difficultés.

Le bénévolat, c'est faire un bout de chemin avec l'autre.

Depuis longtemps, des hommes et des femmes se sont engagés : continuer leur engagement, c'est répondre présent, aujourd'hui à l'élan de la solidarité sociale.

Huguette Le Gall, Présidente

Ce qui nous pousse à nous engager

Hélyette Lelièvre, Représentante des usagers à la conférence sanitaire du secteur 5



« J'ai réfléchi avec des amis sur ce mot ENGAGEMENT. Spontanément, certains d'entre nous ont répondu « moi je ne suis rien, je ne fais rien ! ». Je trouve cela fort dommageable que certains aient cette sous-estime d'eux-mêmes ! Alors qu'à mon sens chacun fait ce qu'il peut avec ses connaissances. Ce qui m'amène à ma propre réflexion sur l'engagement. Trois mots me viennent spontanément à l'esprit : investir, responsabilité, fidélité ».

Françoise Lacheron, Présidente Jonathan Pierres Vivantes



« S'engager selon moi, c'est poser un acte de responsabilité dans la durée, vis à vis d'une relation, d'un mouvement ou d'une action collective, qui me sollicite personnellement et auquel j'ai envie de prendre part car cela a du sens pour moi. Au moment où je m'engage, je le ressens comme juste. C'est comme un appel. Je ne sais pas comment cela va évoluer, quelle en sera sa durée, je m'engage à faire de mon mieux avec ce que je suis, dans le présent ».



Annick David Gilles, Présidente de SOS Amitié région de Rennes depuis avril 2012.



« J'ai accepté la présidence après avoir observé durant l'année précédente les différentes tâches liées à la fonction, même si c'était une approche externe, cela m'a donné des repères. Je savais aussi que je pouvais compter sur les personnes engagées dans les différentes commissions et sur les membres du CA.

D'autre part, quatre années passées au sein de l'association, la participation à des rencontres aux niveaux régional et national me permettaient de mieux saisir le cadre de l'engagement.

Une fois élue, fini les interrogations, il faut agir ! »

Hélyette Lelièvre

Dans mon engagement bénévole, il y a une joie de la rencontre avec TOI, avec VOUS, avec EUX.



« J'ai commencé le bénévolat, j'avais 15 ans ! Je faisais de l'entraide scolaire. Je dirais que chez moi, le bénévolat c'est inné, aider et écouter les autres »

Angeline Leprince,
Trésorière
AAPEDYS35

« C'est une belle expérience humaine dans laquelle j'ai eu la chance d'entrer même si j'avais souhaité de tout mon être ne jamais vivre les circonstances qui m'y ont amenée ».

Françoise Lacheron,
Présidente
Jonathan Pierres
Vivantes

Ange Bidan, Président France Acouphènes



« Parmi les motifs qui peuvent inciter à se lancer dans le bénévolat, on peut citer par exemple :

Envie de donner du temps,
Comblant un vide,
Avoir des responsabilités,
Envie de partager, d'aider,
Proposer ses capacités et compétences.

L'important est de trouver une situation d'équilibre, comme le fléau d'une balance, entre l'intérêt retiré dans le bénévolat et la contrainte liée à cette activité, notamment par rapport au temps avec les limites que l'on veut bien se donner ».

Jacques Alix, Fédération addiction



« L'engagement associatif, a été pour moi très très jeune, à 16 ans, comme moniteur de gym et très vite ça m'a plu ! L'équipe des jeunes tournait à plein pot, on avait des résultats, ce qui a déterminé mon orientation professionnelle d'éducateur.

Le bénévolat : je trouve que lorsqu'on est très vite pris dans un engrenage tel que moi j'ai eu la sensation de l'être, on ne peut plus reculer. Le bénévolat, ce n'est pas la notion de pouvoir mais la notion de dépasser ses limites ».

Notre engagement bénévole

C'est la concertation, faire avec et non pas à la place

Le plaisir de la rencontre

Le partage, l'écoute

Le temps, la disponibilité

La découverte, l'échange

L'enrichissement personnel

Le besoin de se battre pour une cause à laquelle on croit

Le désir de faire évoluer les mentalités, les idées reçues

Savoir se remettre en cause

Il y a aussi, hélas, les échecs mais la possibilité de se relever et de rebondir

**Patricia Le Pilouer –
Jean-Philippe Baroni,
Rétina France**

Christiane Grégoire, membre de France Acouphènes

« LA RENCONTRE à la Maison Associative de la Santé restera dans ma mémoire à jamais, l'aide trouvée à FRANCE ACOUPHENES a changé beaucoup de choses pour moi. Rencontrer à une permanence quelqu'un qui sait, qui connaît, qui ne va pas juger, mais qui va soutenir l'autre pour lui donner la force de continuer le chemin...La maladie n'est pas toujours facile et ceux que l'on rencontre aux permanences le savent mais quoi de plus généreux que de donner du temps pour l'autre qui souffre et qui est mal dans sa peau, un mot peut tout changer...Pouvoir avoir un lieu de rencontre régulier n'est pas si évident à mettre en place, il faut de l'énergie et surtout parvenir coûte que coûte à faire une permanence régulière pour que les gens puissent venir et revenir....Les sourires et les remerciements sont nombreux pour chacun de nous....Cette rencontre m'a donnée envie à moi aussi de me lancer dans l'aventure, donner ce que moi j'avais reçu et faire de même pour les bénévoles présents dans l'association. Il existe une convivialité qui avance sans cesse. Se rendre utile à quelqu'un, quoi de mieux pour le moral...Ce n'est pas toujours facile d'aider les gens qui sont sur les rotules mais nous faisons du mieux que nous pouvons et c'est le principal... Chacun doit trouver sa place et il y en a une pour tous. Le bénévolat est une bouffée d'oxygène gratuite... »

Ce que nous apporte notre engagement

Ange Bidan, Président France Acouphènes

« En échange du temps donné et partagé, d'écoute de conseils et d'informations, le bénévole reçoit en retour le plus souvent sous une forme discrète. Si le bénévolat représente une véritable responsabilité, il en est d'autant plus valorisant. Ce retour est fait du partage d'expériences enrichissantes et de communication avec d'autres, attestant à travers cette relation aux autres une véritable utilité sociale.

Le bénévolat peut aider à la réalisation de soi dans la

mesure où le bénévole prend de la distance avec lui-même, qu'il avance pour autre chose que ce que le système de travail inclut, à savoir productivité et rentabilité.

En résumé, l'entrée dans le bénévolat par une porte, celle de France Acouphènes, ne donne pas sur un mur, mais sur d'autres portes, d'autres possibles. Il contribue à construire un imaginaire et une pensée positive qui redonnent du goût et un mieux être ».

Françoise Lacheron, Présidente Jonathan Pierres Vivantes

« Mon engagement à Jonathan Pierres Vivantes s'est fait, comme pour la plupart d'entre nous, d'une manière assez naturelle. L'aide que j'y ai reçue, dans la période de ténèbres traversée après le décès de ma fille, m'a soutenue. Je venais y rencontrer des semblables avec qui je pouvais pleurer, parler d'elle, me montrer telle que j'étais : perdue. J'étais dans cette fraternité singulière de ceux que la vie a atteint de manière si cruelle que la réalité de ce qu'elle a fait de nous, s'expose en toute simplicité et humilité. Ces textes reçus, ces petites phrases entendues, ces regards tellement humains, étaient des ponts vers mon nouvel avenir.

Quand je me suis reconstruite peu à peu dans cette

autre vie qui est devenue mienne, la vie « sans Elle », il m'a semblé aller de soi qu'à mon tour j'accueille des parents ou des frères et sœurs frappés du même malheur, afin de redonner un peu de ce que j'avais reçu.

Cet engagement demeure aujourd'hui une évidence et je ne sais pas pour combien de temps encore. Il se tisse de ce qu'on y fait ensemble, de ce qu'on y partage.

C'est une histoire que je déroule avec d'autres, avec des obligations, des responsabilités partagées, de la connivence, des échanges posés avant tout sur du concret mais parfois aussi dans la profondeur, au hasard des circonstances ».

Jacques Alix, Fédération addiction

« Le bénévolat : j'en tire des satisfactions personnelles, c'est vrai ; je rencontre des gens sympas, de cultures variées. Cette dimension humaine donne du corps à l'engagement ».

Mon engagement bénévole

Du plaisir, des rires, et de l'entraide

Du partage et des échanges

La MAS et celles qui y travaillent

Des amitiés qui sont nées et beaucoup de rencontres

Virginie François, Cofesa

Marie-Madelaine Cosnard, bénévole au Bistrot mémoire

« J'ai commencé à fréquenter le bistrot mémoire comme usagère au cours des derniers mois de la maladie de mon époux atteint d'une démence fronto-temporale. Une période très difficile pour le malade qui venait d'être hospitalisé, suite à ma propre hospitalisation (fracture du col du fémur), pour nos enfants et pour moi-même qui vivais des choses difficiles au milieu de sentiments contradictoires.

Soulagée de n'avoir plus à porter une charge aussi lourde, honteuse d'être si lâchement soulagée, consciente aussi d'avoir parfois ressenti auprès de mon mari aussi bien une tendre compassion qu'une totale exaspération.

Evidemment, j'ai trouvé au bistrot mémoire un lieu d'accueil et d'écoute inconditionnels, ce qui m'a beaucoup aidée à faire un indispensable travail sur moi-même.

Ensuite, j'ai été à même d'apprécier le contenu des diverses interventions faites régulièrement au cours des séances par des professionnels de santé, des travailleurs sociaux, des psychologues, des juristes etc. En même temps, j'ai admiré la qualité du travail effectué sur place par la psychologue du bistrot mémoire et les bénévoles-maison. Bref, j'étais heureuse et assidue aux rencontres du mercredi.

Petit à petit s'est installée en moi l'idée de m'associer au travail qui était réalisé au bistrot mémoire, en compagnie de gens que j'admirais et qui m'étaient sympathiques. Une façon de rendre un peu de ce qui m'avait été offert et d'occuper utilement mes vieux jours.

Il faut ajouter à cela une importante composante de plaisir personnel, malgré les difficultés de l'entreprise.

Une fois acceptée comme bénévole et admise aux sessions de formation, j'ai vraiment été heureuse de suivre ces journées de réflexion, d'ouverture aux autres, d'autocritique et de travail sur soi, si bienvenues après avoir été vidée, en quelque sorte, par la rude épreuve toute récente. De même, j'apprécie la matinée mensuelle de "questionnement" de notre pratique de bénévoles, à la fois travail sur soi et retour à l'essentiel de notre mission : écoute inconditionnelle, recherche de la "juste distance" tant à l'égard des personnes qui fréquentent le bistrot mémoire qu'à l'égard des autres bénévoles, détachement, deuils à faire, deuil de notre perfection et de notre toute puissance ».



■ « Si j'avais un seul mot... en fait cinq ! **Cela me maintient en vie !** Il y a ces rencontres qui me permettent de rester dans la vie, et celles qui vont me permettre d'être en devenir. Comment j'aurais pu imaginer, il y a 50 ans, alors que je travaillais avec des médecins auxquels je prêtais un pouvoir, qu'en fait, aujourd'hui, je travaillerais avec eux en harmonie autour de projets. Cette dimension humaine donne du corps à l'engagement car s'engager tout seul a un intérêt limité. J'ai eu la chance d'avoir des parents qui m'ont permis de me cultiver, lire, était considéré pour certains, comme une perte de temps, mais, pas pour eux. J'ai eu la chance de faire le métier que j'aimais, de bénéficier de la formation continue. Pour moi, ce n'était pas possible de garder tout cela pour moi...

J'ai reçu, j'ai fait fructifier et je sème ce à quoi je crois, attention ce qui ne veut pas dire que c'est la vérité ! Je ne veux pas être dépendante de mes enfants pour exister et inversement, ce qui me permet de vivre ma vie, ce qui leur permet de vivre leur vie ».

Hélyette Lelièvre



« Quelle satisfaction lorsque l'on vous remercie pour avoir apporté du réconfort, un soutien, c'est valorisant »

Angeline Leprince

« Pour moi, je ne me voyais pas aller au club boulistes !
Ni jouer à la belote »

Jacques Alix

« Le risque dans certaines associations, c'est le club de copains et ce n'est pas ouvert à tout le monde ! »

Angeline Leprince

« Donner du temps demande des arrangements dans sa vie personnelle »

Angeline Leprince

Bénévole ou militant ?

Angeline Leprince, Trésorière AAPEDYS 35 (Association d'Adultes DYS et de Parents d'Enfants Dys et troubles du langage et des apprentissages)



« Je me suis engagée à AAPEDYS 35 et je dois dire que cela a été assez naturel pour moi. J'ai commencé le bénévolat, j'avais 15 ans ! Je faisais de l'entraide scolaire. Je dirais que chez moi, le bénévolat c'est inné, aider et écouter les autres. Sûrement parce que j'ai fait des rencontres qui m'ont permis d'accéder au bénévolat. J'ai également été trésorière dans une association de danse à Chateaubourg.

J'ai un esprit militant de base, je suis engagée à mon travail au comité d'entreprise, au CHSCT, mais ce ne

sont pas des actions bénévoles.

Pour moi être militant c'est défendre des idées, la veuve et l'orphelin, ce sont des actions pour défendre l'injustice c'est dans ce sens là que j'entends militant. S'il y avait une grève pour défendre quelque chose qui me tiendrait à cœur, je serais devant. Par contre, par rapport à l'engagement syndical ou politique, moi ce que j'apprécie dans le bénévolat et les associations, c'est qu'il y a une liberté d'idées, d'échanges que l'on ne retrouve pas forcément dans le militant syndicaliste où l'on doit partager systématiquement des idées, je trouve cela plus limitant que l'associatif ».

Bénévolat et contraintes

Jacques Alix, Fédération addiction

« Le bénévolat associatif c'est aussi le reflet, à certains moments, d'une micro société. Et on le sait, dans une société, il y a toujours, qu'on le veuille ou non, des luttes de pouvoir.

Dans toute association, il y a des responsables mais encore faut il qu'ils partagent avec les autres ce qui fait la richesse des responsabilités. La

personne responsable doit être formée un minima à l'écoute des autres, pour que justement chacun puisse à sa mesure, s'autoriser à donner son avis. Les gens qui ne s'autorisent pas à parler ou qui se réfugient derrière le président, moi je m'interroge... Pourquoi ils ont cette attitude là ? Je n'ai pas de réponse à apporter... ».

Angeline Leprince, Trésorière AAPEDYS 35

Contrainte temporelle

« Pour les gens qui s'engagent bénévolement et qui prennent des responsabilités, il leur faut être très disponibles car il y a de moins en moins de personnes à s'engager, d'autant

que, pour certains d'entres-nous, il faut rajouter nos vies professionnelles. Une des difficultés du bénévolat avec engagement et responsabilité est d'allier vie professionnelle, engagement associatif et vie familiale ».

Le point de vue d'une personne salariée...

« Joli mois de mai : joli mois des AG... : Préparation des introductions, camemberts d'activité et compte de résultat en déficit, affectation en réserve de compensation et rapport d'orientation, conclusion autour de bulles en se souhaitant, pour beaucoup, des jours meilleurs ..

Derrière ces chiffres : des hommes et femmes qui ont souhaité s'investir dans un mouvement dans lequel ils se reconnaissent et pour lequel ils souhaitent contribuer à son fonctionnement.

Derrière ces hommes et ces femmes : des engagements souvent désintéressés, des parcours remarquables que je souhaite saluer.

Être bénévole, c'est d'abord s'investir pour de bonnes mais quelquefois pour de moins bonnes raisons.

C'est aussi devoir gérer, assumer sans état d'âmes des responsabilités qui n'ont rien à envier à un responsable d'entreprise.

La technicité aux techniques, la décision aux élus

J'aimais à penser que cette dualité (souvent présentée comme une richesse) avait de beaux jours... Derrière ces hommes et ces femmes, il y a des réalités bien diverses. De l'association sportive de la commune aux fédérations nationales brassant des millions : des difficultés qu'il faut camoufler, des jeux politiques qu'il faut percer, des frustrations qu'il est temps de combler, des lâchetés qu'il est lieu de cacher ... Derrière cette construction bien française du système associatif, système faussé de toutes ces réalités humaines, je dis qu'un modèle associatif est noble mais qu'il est fondamentalement biaisé dans le rapport salarié et bénévole.

L'association se construit quelquefois sur un perpétuel malentendu. Le secteur associatif est basé sur l'engagement désintéressé d'un bénévole. Cet engagement est personnel mais appelle évidemment à la question de la responsabilité et à l'engagement induit du salarié.

Ces salariés sont quelquefois en réelle difficulté quant à des décisions et face à des employeurs qui n'assument pas toujours leurs responsabilités.

Le malentendu se poursuit dans la conception même de l'engagement associatif : ces responsables bénévoles en difficulté sont quelquefois amenés à confondre ou mieux encore à comparer leur propre engagement à celui du salarié.

Le système manque dans ce cas cruellement d'honnêteté.

Il est communément admis que les associations sont quelquefois des variables d'ajustement des politiques publiques.

Que penser des salariés qui peuvent quelquefois être eux-mêmes formes de variables d'ajustement des engagements des responsables bénévoles » ?

Écrit par un salarié d'association

Recette du bénévole idéal

Exercice d'écriture

Rencontre inter associative mai 2012

Activus benevolus en part m'hum'entier

INGREDIENTS

- un bipède humain de type Homme ou Femme
- des tonnes de bon sens
- une grosse poignée de douceur
- une louchée de générosité
- un maximum de modestie
- une grande cuillère d'enthousiasme et de disponibilité

RECETTE

Prendre un grand chaudron, y mettre l'humain de type H ou F, de préférence bien tendre (grosse poignée de douceur), y ajouter une grande cuillère d'enthousiasme, de disponibilité, un soupçon de bonne humeur et un maximum de bon sens.

Mélanger le tout, sans vous arrêter, le risque de grumeaux entrainerait un dysfonctionnement du bénévole dans son rôle.

Laisser mijoter l'ensemble et refroidir.

Servir bien frais, à consommer avec (ou sans) modération !



Témoignage

Valérie RUELLAN, Présidente des Amis de la Santé



« Je suis arrivée en janvier 2005 pour la première fois aux Amis de la Santé.

Pourquoi cette association plutôt qu'une autre ? Tout simplement parce que j'avais rencontré, lors de l'une de mes hospitalisations, deux visiteurs hospitaliers qui m'avaient intriguée : ils étaient abstinents et souriants, deux états qui me semblaient incompatibles à ce moment-là de mon parcours. Il s'agissait de Bébert et de Raymond, déjà président départemental à l'époque. Lors des échanges, je me trouvais à la droite de Raymond ; à un moment, il s'est légèrement tourné vers moi et m'a dit simplement : « Toi, tu devrais militer ! ».

Raymond m'a accueillie, écoutée, soutenue, a cru en moi contre tous. Il m'a toujours respectée dans mon évolution, m'a formée et m'a donnée confiance en moi.

Il m'a donné envie de redonner tout ce que j'avais reçu de lui et de l'association, de m'engager dans cette lutte en laquelle il croit tant : aider les malades et leur entourage et faire reconnaître l'importance des associations d'entraide dans le réseau de soins de la maladie alcoolique.

Je m'engage à respecter tout le travail qu'il a pu fournir en ce sens et, comme il le souhaite, à évoluer toujours et encore.

Je remercie le bureau, le conseil d'administration, qui m'ont fait confiance. C'est grâce à cet esprit d'équipe et le courage de Raymond qui lutte contre la maladie que j'ai toujours autant envie de militer. Merci à tous.

Depuis ce témoignage, Raymond nous a quittés mais nous continuons son oeuvre ».

Il était une fois

Il était une fois quatre individus qu'on appelait
Tout le monde - Quelqu'un - Chacun et Personne.

Il y avait un important travail à faire
Et on a demandé à **Tout le monde** de le faire
Tout le monde était persuadé que **Quelqu'un** le ferait

Chacun pouvait l'avoir fait
Mais ce fut **Personne** qui le fit.
Quelqu'un se fâcha car c'était le travail de **Tout le monde** !

Tout le monde pensa que **Chacun** pouvait le faire
Et **Personne** ne doutait que **Quelqu'un** le ferait
En fin de compte, **Tout le monde** fit des reproches à **Chacun** parce que **Personne** n'avait fait ce que

Quelqu'un aurait pu faire.

Moralité :

Sans vouloir engueuler **Tout le monde**,
Il serait bon que **Chacun** fasse ce qu'il doit,
sans nourrir l'espoir
que **Quelqu'un** le fera à sa place car
l'expérience montre
que Là où on attend
Quelqu'un, généralement on ne trouve
Personne !

(Auteur inconnu)



3 questions à

Raymond Houedry, Alcool Assistance



Comment êtes-vous devenu bénévole dans votre association ?

Par l'intermédiaire de mon épouse qui a connu le problème alcool, en fréquentant l'association ALCOOL ASSISTANCE d'une façon régulière et les réunions extérieures, elle s'en est sortie, aidée par des anciens malades.

Déstabilisé par son changement de comportement, à mon tour, j'ai demandé de l'aide, puis ce fut le point de départ de la création du premier groupe entourage en Ille et Vilaine en 1993.

Qu'est ce qui vous plaît dans le fait d'être bénévole ?

Le fait d'aller vers les autres, ce qui me permet des échanges enrichissants, ne plus se sentir seul, et de se rendre utile.

Aidez les autres, c'est s'aider soi-même.

Rencontrez vous des difficultés dans votre fonction de bénévole ?

Il m'arrive parfois d'en rencontrer, suite à des incompatibilités de personnes dans le groupe.

Huguette Le Gall

« Dans les raisons de l'engagement, nous rencontrons des personnes qui ont vécu dans une culture familiale de l'engagement et du bénévolat, ce qui n'était pas le cas dans ma situation. Cependant, dès l'âge de 16 ans, j'allais bénévolement aider dans une maison de retraite. Il se trouve que, lorsque j'avais 20 ans et que j'étais à l'école d'infirmières, j'ai été confortée par cette phrase d'une femme d'une quarantaine d'années en très grandes difficultés sociales et qui est morte seule d'un cancer généralisé : « si on a râté notre vie mon mari et moi, c'est parce que nous n'avons jamais trouvé quelqu'un qui nous tende la main ».



« Aider les autres, c'est s'aider soi-même »

Raymond Houedry

« Dans mon engagement, il y a la recherche de solutions pour améliorer la vie au quotidien, la vie pour le futur... »

Marie-Jo Joulain, Association INFLAM'OEIL

Je dormais
Et je rêvais
Que la vie n'était que joie.

Je m'éveillais,
et je vis
Que la vie n'était que
service ;

Je servais
Et je vis
que servir était une joie.

Tagore (Inde)

3 questions à

Anne Ballouard, Jusqu'À La Mort, Accompagner La Vie – JALMALV 35

Comment êtes-vous devenue bénévole dans votre association ?

J'ai toujours été engagée dans des associations d'action sociale ou "politique" au sens large. Mais en 2007, venant de vivre des deuils, j'ai été touchée par la lecture d'un article de journal qui présentait l'association JALMALV et l'accompagnement de fin de vie. J'habitais alors dans le Maine et Loire. Cet article a fait écho à d'autres lectures de Marie de Hennezel notamment. J'ai suivi la formation pour devenir accompagnante bénévole à Angers. Cette formation m'a beaucoup enrichie et convaincue de poursuivre dans l'accompagnement. J'y ai fait de belles rencontres. Puis mon mari ayant été muté à Rennes, j'ai adhéré naturellement à JALMALV 35 et j'ai très vite intégré le conseil d'administration.

C'est une association où il est possible de trouver sa place dans des missions très différentes : accompagnant dans différents lieux, accompagnant de personnes en fin de vie ou de personnes en deuil, on peut être aidant dans l'organisation de l'association sans être accompagnant, être représentant d'utilisateurs, ...

Qu'est ce qui vous plaît dans le fait d'être bénévole ?

Les missions de l'association JALMALV ont du sens pour moi : sur les besoins de la société, sur les valeurs de solidarité d'une société et aussi sur mon

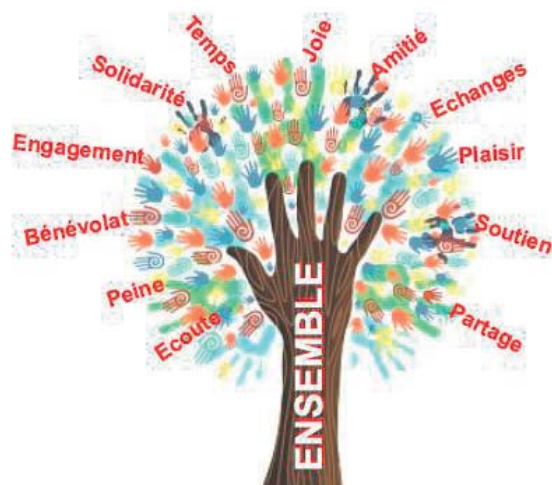
cheminement spirituel propre.

Je m'y retrouve dans les valeurs et les missions que l'association poursuit. Les personnes que j'y cotoie partagent aussi ces valeurs et cela est très agréable.

Notre partage va au-delà des situations personnelles et professionnelles de chacun. C'est un lieu d'échanges et d'écoute privilégié.

De plus l'association fait partie d'une Fédération nationale qui impulse une dynamique aux associations départementales et soutient nos actions, nous ne sommes pas isolés, il s'agit de missions reconnues et soutenues.

Il est important aussi de pouvoir suivre des formations au sein de l'association ou de la Fédération.



Rencontrez vous des difficultés dans votre fonction bénévole ?

La difficulté est de concilier bénévolat et vie active : je cours après le temps et la disponibilité.

Je rencontre cette difficulté car j'aime aussi prendre des initiatives et agir au sein du groupe donc cela nécessite encore davantage de temps.

Le maintien du lien entre les adhérents n'est pas toujours facile car il demande là encore du temps : **il est pourtant indispensable !**

COMPLEMENTARITE PROFESSIONNEL / BENEVOLE

Danielle Thiébaud, Psychologue Formatrice en ressources humaines



Les bénévoles ? Formidables et indispensables !

Tout est dit. « C'est un peu court » me répondez-vous. Et d'abord, qui l'affirme ?

Moi, en qualité de psychologue-formatrice. Depuis une dizaine d'années, j'anime des week-ends autour de la relation d'aide et de l'engagement. J'accompagne ponctuellement des associations désireuses d'aller plus loin dans la réflexion.

Soit ! « Formidable dites-vous ? ». A la générosité qui pousse à l'engagement s'ajoute une prise de conscience : lorsqu'on touche à la santé, le savoir-faire et le savoir-être sont en jeu. Les professionnels de la MAS qui offrent des formations l'ont compris.

Les bénévoles qui se forment aussi. En s'impliquant, en acceptant d'aller à la rencontre d'eux-mêmes, en se dévoilant pour mieux aider l'autre, ils font preuve de curiosité (qu'est-ce que je peux apprendre ?), d'humilité (j'ai à apprendre) et d'humanité (je dois apprendre à faire, à être).

Soit ! « Indispensables ? » A l'évidence, les bénévoles complètent l'action des professionnels. De façon moins visible, le bénévolat est porteur d'espoir. Notre société juge de la valeur d'un homme à l'aune de la rentabilité et de l'efficacité. Le bénévolat qui s'enracine dans l'altruisme et le respect redonne à chacun sa dignité.

Je persiste donc dans mon appréciation élogieuse des bénévoles et des professionnels de la Maison Associative de la Santé et je signe ».

Jacques Alix, Fédération addiction

« La complémentarité professionnel/bénévole est nécessaire. Qu'est ce qu'on pourrait faire ensemble pour aider la personne ? Le sujet est au centre et il ne faut surtout pas rentrer en rivalité. La formation

des bénévoles est importante. Le bénévole doit se former pour être convaincant, mais il faut qu'il ait un certain recul sur sa maladie pour en parler et surtout pour pouvoir aider les autres ».

Angeline Leprince, Trésorière AAPEDYS 35

« C'est souvent les associations qui font avancer les choses avec les professionnels de santé puisque c'est le domaine qui nous concerne. Pour ne pas que l'association s'épuise, c'est qu'elle ait un travail en collaboration avec les professionnels pour faire avancer le « chmilblique » auprès des professionnels, le fait d'avoir une écoute avec l'hôpital, etc... ça

je pense que c'est primordial.

C'est un bon moyen pour que l'association se fasse connaître ».



Activus bénévoles : une espèce en voie de disparition

Le bénévole (activus bénévolus) est un mammifère bipède que l'on rencontre surtout dans les associations où il peut se réunir avec ses congénères. Les bénévoles se rassemblent à un mystérieux signal appelé "convocation".

On les rencontre aussi en petits groupes dans divers endroits, quelquefois tard le soir, l'œil hagard, le cheveu en bataille et le teint blafard, discutant ferme de la meilleure façon d'animer une manifestation ou de faire des recettes supplémentaires pour boucler le budget.

L'ennemi héréditaire du bénévole est le "yaqua" (nom populaire) dont les origines n'ont pu être à ce jour déterminées. Le "yaqua" est aussi un mammifère bipède, mais il se caractérise surtout par un cerveau très petit qui ne lui permet de connaître que deux mots 'y'a qu'à' ce qui explique son nom.

Le « yaqua », bien abrité dans la cité anonyme, attend. Il attend le moment où le bénévole fera une erreur, un oubli pour bondir et lancer son venin qui atteindra son adversaire et provoquera chez celui-ci une maladie très grave : « le découragement ».

Les premiers symptômes de cette implacable maladie sont

visibles rapidement : Absence de plus en plus fréquente aux réunions, intérêt croissant pour son jardin, sourire attendri devant une canne à pêche et attrait de plus en plus vif qu'exerce un bon fauteuil et la télévision sur le sujet atteint.

Les bénévoles décimés par le découragement risquent de disparaître, et il n'est pas impossible que, dans quelques années, on rencontre cette espèce uniquement dans les zoos où, comme tous ces malheureux animaux enfermés, ils n'arrivent plus à se reproduire.

Les « yaqua » avec leurs petits cerveaux et leurs grandes langues viendront leur lancer des cacahuètes pour tromper leur ennui, ils se rappelleront avec nostalgie du passé pas si lointain où le bénévole abondait et où on pouvait le traquer sans contrainte.

N.B. Toute ressemblance avec des personnes existantes ou ayant existé ne serait évidemment que pure coïncidence.

Texte trouvé dans un bulletin municipal alsacien

Un jour, dit la légende, il y eut un immense incendie de forêt. Tous les animaux terrifiés, atterrés, observaient impuissants le désastre. Seul le petit colibri s'activait, allant chercher quelques gouttes avec son bec pour les jeter sur le feu. Après un moment, le tatou, agacé par cette agitation dérisoire, lui dit : « Colibri ! Tu n'es pas fou ?

Ce n'est pas avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu ! »

Et le colibri lui répondit : « Je le sais, mais je fais ma part. »

Cette légende amérindienne est souvent racontée par Pierre Rabhi – Agriculteur, écrivain et penseur d'origine algérienne.

DECLINAISON DES YAKA

Parfois il arrive que certains bénévoles aient beaucoup d'idées, mais ont plus de difficultés à les mettre en œuvre face aux YAKA...

YAKA
YANAPA
YAVEKA
YFODRA
YAPUKA
YRESKA
YAKAPA
YORAKA
YZONKA
YFOCON
YFOLEFERFER
YNOUFON ...

« Etre bénévole, c'est tisser des liens, faire des rencontres, élargir son champ relationnel au delà du cercle familial ou professionnel ».