

REMERCIEMENTS

SOUTIENS



Etat de Vaud, Service
des assurances sociales
et de l'hébergement
(SASH)



IKEA, Aubonne



konsept,
agence de communication

CO-CONCEPTEUR DU PROJET

- konsept, agence de communication

PARTENAIRES DU PROJET

- Art Factory Graphics, réalisation publicitaire
- Terry H. Schreyer, conception publicitaire
- Laure Bonnevie, Histoire de mots, communication rédactionnelle

UN MERCI TOUT PARTICULIER

- Aux experts des sept domaines:
Sandro Cattacin, Alexandre Cavin, Brigitte Knobel, Stéphane Montangero,
Patricia Naegeli, Thierry Pellet, Patrice Schaub, Véronique Wettstein.
- Aux bénévoles pour leur témoignage et leur soutien:
Marie-Chantal Collaud, Aurélie Comte, Jean-Michel Eggen,
Véronique Eggimann, Hélène Lim, Ginette Murith, Régis Niederoest.

AINSI QU'À TOUTES CELLES ET CEUX QUI, D'UNE MANIÈRE OU D'UNE AUTRE,
ONT JOINT LEURS FORCES ET LEURS IDÉES POUR FAIRE VIVRE CE PROJET.

L'APPART ^{mag}

L'EXPO VÉRITÉ

SUR LE BÉNÉVOLAT

CLICHÉS & VÉRITÉS p. 2

DOSSIER: LES DOMAINES
DU BÉNÉVOLAT p. 4 à 17

INFOS p. 18 à 22

L'APPART p. 23

CLICHÉS & VÉRITÉS

Reliez le cliché et sa vérité.

« Il n'y a que les personnes retraitées ou inactives qui peuvent faire du bénévolat, car il faut avoir beaucoup de temps libre! »

1

« Le bénévolat c'est ringard et l'on y exerce des activités désuètes! »

2

« Le bénévolat c'est utopique, idéaliste, ça ne sert à rien! »

3

« On donne mais on ne reçoit rien en échange, le bénévolat ne rapporte rien! »

4

« Le bénévolat, ce n'est pas sérieux! »

5

« Dans le bénévolat, on donne la main et on nous prend le bras! »

6

« Les bénévoles volent des emplois salariés! »

7

« A notre époque, les gens ne s'engagent plus! »

8

« Le bénévolat, c'est uniquement pour se racheter une bonne image! »

9

A

Au sein de la société, le bénévolat permet de détecter de nouveaux besoins et d'en couvrir certains qui ne sont pris en charge ni par l'Etat, ni par le secteur privé. Au sein d'une organisation à but non lucratif, la place et le rôle des bénévoles et des salariés sont complémentaires.

B

Les organisations sont encouragées à mettre en place un accord de collaboration avec les bénévoles. Les attentes de chacun sont entendues, des horaires sont mis en place et un cahier des charges est établi. Il en résulte ainsi un cadre de travail clair.

C

Selon l'Office fédéral de la statistique, le bénévole type en Suisse est: actif professionnellement, a une vie de famille et est âgé de 40 à 54 ans.

D

Les Suisses s'engagent considérablement. Actuellement, une personne sur cinq exerce au moins une activité de bénévolat organisé. Cela représente 1,5 million de personnes. Il en est de même pour la catégorie du travail bénévole informel qui compte 1,3 million de personnes. Au total, 2,8 millions de Suisses sont donc impliqués bénévolement.

E

L'Office fédéral de la statistique (OFS) estime à 700 millions le total des heures de travail bénévole (organisé et informel) par an. « C'est presque autant que le volume annuel de travail rémunéré de tout le secteur de la santé et des activités sociales (706 millions d'heures en 2006) ». (Office fédéral de la statistique [OFS], 2012) Ce chiffre démontre l'importance de l'engagement bénévole des citoyens suisses pour le bon fonctionnement de notre société et nous indique que le travail bénévole complète le travail rémunéré.

F

Les trois types d'organisations les plus prisés par les bénévoles sont: les organisations sportives, les organisations culturelles puis celles des défenses d'intérêt (par ex: association de défense des droits citoyens).

G

Les organisations qui sollicitent des bénévoles sont vivement encouragées à délivrer des attestations de bénévolat. Par ailleurs, les organisations de coordination du bénévolat s'engagent quotidiennement pour valoriser l'engagement bénévole auprès des instances politiques et économiques. Cela permet également de mettre en évidence les expériences, les aptitudes et les compétences du bénévole.

H

Plus de 80% des bénévoles exercent une activité bénévole par plaisir; 74% considèrent leur engagement comme une bonne possibilité de faire bouger les choses avec d'autres personnes, 69% souhaitent aider autrui et 61% invoquent comme motivation importante le fait de côtoyer d'autres personnes. (Office fédéral de la statistique [OFS], 2012) Nous constatons que les bénévoles mettent en avant bien d'autres motivations que l'image qu'ils renvoient.

I

Une activité bénévole vous apportera un nouveau réseau, de nouvelles compétences et expériences ainsi qu'un sentiment d'utilité.

ÉDITO

de Latha Heiniger, Secrétaire générale

Bienvenue dans l'Appart de l'Association Bénévolat-Vaud, centre de compétences pour la vie associative! Quatre pièces, quatre ambiances pour un voyage unique au cœur du bénévolat.

« Entrez et faites comme chez vous! »

Cette exposition vous donne une image de l'engagement bénévole comme jamais vous ne l'avez imaginé. Le cliché de la dame patronnesse ou de la personne retraitée qui a tout son temps est mis au placard. Nous tordons également le cou à quelques idées reçues pour vous conduire à la découverte du bénévolat d'aujourd'hui, sous toutes ses formes et sous toutes ses coutures. •

SOMMAIRE

CLICHÉS & VÉRITÉS

ÉDITO

DOSSIER

► LES DOMAINES DU BÉNÉVOLAT

- domaine culturel
- domaine santé et social
- domaine environnemental
- domaine politique et droits civiques
- domaine coopération et développement
- domaine sportif
- domaine religions et spiritualité

INFOS

- une association c'est...
- l'entraide autogérée et bénévolat et entreprises
- qui est Bénévolat-Vaud?

LOCATION DE L'APPART

REMERCIEMENTS

IMPRESSUM

Journal L'APPART MAG

Bénévolat-Vaud
Centre de compétences pour la vie associative
Avenue Ruchonnet 1
1003 Lausanne
Tél. 021 313 24 00
Fax 021 313 24 09
info@benevolat-vaud.ch
www.benevolat-vaud.ch

RÉDACTRICES RESPONSABLES Angèle Emery et Latha Heiniger

CRÉDITS PHOTO iStockphoto, Shutterstock

GRAPHISME konsept, Place Bel-Air 2, 1003 Lausanne

IMPRESSION PCL Presses Centrales SA, Case postale 137, Av. de Longemalle 9, 1020 Renens

TIRAGE 15 000 exemplaires

DOMAINE CULTUREL

Ici, il ne s'agit ni de culture des peuples ni d'agriculture, mais de toutes les activités qui touchent aux arts. **Théâtres, festivals, musées, maisons de quartier,** l'ensemble des lieux qui proposent une programmation culturelle font partie de ce domaine.

Et comme vous l'avez sans doute déjà expérimenté, la culture nous procure plaisir et émotions. Elle est également un moyen de se questionner sur la société et de découvrir d'autres points de vue.

Les bénévoles qui œuvrent dans ce domaine enrichissent le lieu culturel en apportant un regard neuf au sein d'une équipe professionnelle spécialisée. La plupart du temps, ce type d'engagement est ponctuel, ce qui facilite le renouvellement des bénévoles et génère ainsi un dynamisme et un enrichissement mutuel permanents. Pour les bénévoles qui s'y engagent, il est souvent gratifiant de participer à un projet collectif et, par la même occasion, de profiter de l'offre culturelle du lieu.

LE TÉMOIGNAGE DE LA BÉNÉVOLE

« Être bénévole à la Lanterne Magique est un vrai plaisir car je suis passionnée de cinéma et cette activité ne me prend pas trop de temps dans le mois. »

Enfant, j'ai moi-même bénéficié de la Lanterne Magique et j'en garde de formidables souvenirs.

M'y engager m'a donc semblé naturel et cela me permet ainsi de concilier mon intérêt pour la culture et mon envie de me rendre utile. »

Bruna, 28 ans, bénévole au club de cinéma la Lanterne Magique

Il est possible de s'investir dans différents aspects de l'organisation d'une manifestation en assumant des tâches de logistique ou d'animations telles qu'accompagner un groupe lors d'une visite au musée, animer un atelier de création de marionnettes ou s'occuper de la billetterie lors d'un concert.

Envie de découvrir l'envers du décor ?

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- accueillir et renseigner les visiteurs dans des espaces d'exposition culturelle;
- aider à la construction de décors de théâtre;
- relire et corriger des ouvrages romans en cours d'édition pour la bibliothèque numérique;
- aider une association dans ses recherches de subventions auprès des villes, cantons, institutions privées;
- accueillir, orienter et informer le public lors d'un festival;
- accompagner et encadrer des enfants durant les projections de films.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- Espace Ergasia, La Paternelle, Bourlapapey, Nolosé, Visions du Réel, La Lanterne Magique.

L'EXPERTE DU DOMAINE

« D'une manière générale, le bénévolat est grandement présent dans le domaine culturel. Le succès du Paléo Festival Nyon est intimement lié au bénévolat et à la fidélité des collaborateurs. L'expérience qu'ils ont acquise et les aptitudes qu'ils ont développées sont inestimables et nous nous efforçons de maintenir un niveau élevé de compétences, par exemple en proposant des formations. De plus, en veillant à un bon équilibre entre salariés et bénévoles en termes de responsabilités et de prise de décision, ainsi qu'en soignant l'information, nous parvenons à entretenir une excellente motivation.

« Dans le domaine culturel, il n'y a aucun profil type. La bonne volonté et l'engagement sont les seules compétences essentielles. »

Le bénévole apporte sa contribution au succès d'un événement de grande envergure, ce qui lui procure généralement une grande satisfaction. Il acquiert des compétences qui lui sont souvent utiles dans sa vie professionnelle. La possibilité d'assister à plusieurs dizaines de concerts est évidemment un élément de motivation et de satisfaction. »

Véronique Wettstein, responsable des bénévoles du Paléo Festival

DOMAINE SANTÉ ET SOCIAL

L'engagement bénévole dans le domaine santé-social **contribue à détecter les problèmes sociaux en proposant des réponses innovantes pour améliorer le bien-être des populations** les plus « fragiles ».

Par son ancrage historique dans le développement des sociétés dites modernes, ce domaine offre une diversité et une multitude d'activités bénévoles.

Il existe de nombreuses possibilités de s'engager. Par exemple, vous pouvez tenir compagnie à des personnes âgées qui se sentent seules, enseigner le français à des femmes migrantes ou participer à des camps de vacances pour des jeunes. Mais toutes ont un point commun: le contact humain.

Ce type d'engagement requiert certaines compétences telles que faire preuve d'empathie, avoir de la facilité à créer du lien et une capacité d'écoute. Par la proximité de la relation que vous tissez avec les personnes aidées, votre action aura un impact

direct sur elles et leur environnement. L'échange, le partage et la bienveillance sont des valeurs fondamentales pour vous.

Alors, prêt pour l'entraide ?

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- aide à la distribution de repas et de denrées alimentaires;
- accueil des personnes démunies dans un centre de soins et d'hygiène;
- garde d'enfants dans un lieu d'accueil pour les personnes migrantes;
- écoute au téléphone des personnes nécessitant un soutien;
- animation d'ateliers de français écrit ou oral pour les migrants.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- Fondation Mère Sofia - la Soupe Populaire, Fondation Point d'Eau, Appartenances, Graap-Fondation, Association Français en Jeu.

LE TÉMOIGNAGE DE LA BÉNÉVOLE

« Dans mon métier, je commence à travailler tôt le matin et j'ai donc du temps libre l'après-midi. Je voulais donner une partie de ce temps, j'avais envie d'en profiter pour aider les autres. [...] L'idée de faire du bénévolat m'est également apparue comme une occasion de voir du monde et de créer de nouvelles relations. La lecture me plaît beaucoup et cela m'a dirigée vers ce domaine.

Il y a bien sûr le plaisir de rendre service à autrui et de se sentir utile. Mais il y a aussi le plaisir de lire à haute voix, de partager une histoire, de la rendre vivante, d'en discuter... Avec la dame à qui je fais la lecture actuellement, nous finissons toujours par boire un café et discuter. Elle me raconte sa vie, je lui raconte la mienne, un lien fort se tisse petit à petit, c'est une grande richesse. Cette dame a bientôt 90 ans, elle a vécu à une époque que je n'ai pas connue, elle a toute une expérience de vie dont je peux profiter et qu'il est intéressant de découvrir au fil des rencontres.

C'est parfois difficile d'être témoin de la solitude des gens et de voir combien il peut être dur pour eux de devenir dépendants des autres. On aimerait pouvoir faire plus. Mais dans l'ensemble, je retire de l'expérience du bénévolat beaucoup plus d'éléments positifs que je n'éprouve de difficultés. »

Aurélié, 32 ans, lectrice bénévole à Pro Senectute

L'EXPERT-E DU DOMAINE

« En Suisse romande, le bénévolat dans le domaine social a, généralement, une fonction plutôt marginale en complétant l'offre de prestations que les professionnels du domaine n'arrivent pas à délivrer. [...] Une modernisation de sa gestion par ces professionnels serait utile pour renforcer l'engagement et améliorer la qualité des prestations en général.

[...] Le bénévole dans le social n'est pas seulement une aide pour réaliser des tâches autrement délaissées, mais un atout pour promouvoir des services sociaux à qualité humaine et un soutien à l'innovation sociale par un regard externe, une compétence unique à valoriser.

À la différence de ce qu'il se passe en Suisse alémanique, l'Etat cantonal et/ou communal occupe une position forte en Suisse romande, ce qui affaiblit, comparativement aux endroits où l'Etat est plus en retrait, la capacité d'innovation sociale dans ce domaine. [...] C'est pourquoi le politique ou le pouvoir ne doivent en aucun cas guider le contenu de l'innovation ex ante (avant l'action), mais doivent en revanche bel et bien donner accès aux espaces qui permettent son émergence et soutenir formellement et/ou financièrement les balbutiements plus ou moins expérimentaux, initiés par des tiers.¹ »

Sandro Cattacin et Patricia Naegeli, Université de Genève, Département de sociologie

¹ Voir aussi Cattacin, Sandro and Patricia Naegeli (2014), "Städtische Innovationsregime," *Forschungsjournal soziale Bewegungen* 27(2): 42-49.

Retrouvez l'intégralité de cette interview sur www.benevolat-vaud.ch

DOMAINE ENVIRONNEMENTAL

Aujourd'hui, nous prenons de plus en plus conscience que les ressources de notre planète sont limitées. Chacun, à sa manière, a un rôle à jouer dans la sauvegarde de notre environnement, par exemple en adoptant des gestes responsables au quotidien. **Si vous êtes particulièrement sensible aux questions environnementales, vous pouvez aussi vous investir dans des projets à plus grande échelle.**

En effet, il existe de nombreuses organisations qui militent pour la sauvegarde des espèces, la protection de la nature ou encore la qualité de l'eau et de l'air. Certaines œuvrent au niveau local, tandis que d'autres mettent en place des projets d'ampleur internationale. Ainsi, vous pouvez aussi bien être actif dans la protection du microcosme de la rivière de votre région que dans le combat contre la surpêche en eaux internationales.

Alors, si vous êtes sensible au sort des espèces animales ou à la protection de nos

ressources naturelles, et que vous souhaitez militer pour un futur plus respectueux de l'environnement, vous pouvez vous engager bénévolement dans ce secteur. De plus, vous y apprendrez à sensibiliser les autres, voire à organiser des actions.

La fibre écologique, ça se cultive !

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- ▶ participer aux nettoyages des plages du Lac Léman;
- ▶ participer à des journées de nettoyage et ramassage en montagne;
- ▶ accompagner un groupe d'enfants dans une activité à thème dans la nature;
- ▶ recenser les poissons dans une rivière;
- ▶ participer à la production de fruits; légumes et céréales bio;
- ▶ s'occuper d'animaux recueillis.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- ▶ Surfrider Foundation, Summit Foundation, Pro Natura, La Maison de la Rivière, Association des furets de Suisse, WWF

LE TÉMOIGNAGE DU BÉNÉVOLE

Je me suis engagé dans l'Association écoquartier d'abord par intérêt pour les questions sociales et le vivre ensemble dans la ville et les quartiers. Et c'est dans ce contexte de l'urbanisme durable que j'ai été sensibilisé aux questions écologiques.

Le bénévolat me donne plus de liberté d'entreprendre que le boulot normal. J'organise beaucoup de choses, d'événements, de rencontres, de mobilisations. Je suis engagé dans l'associatif depuis dix-sept ans et j'y ai appris énormément de choses: être entreprenant, motiver et rassembler des gens, être débrouillard, etc.

Parfois, je suis trop actif et trop responsable, mon problème est de dire non, de renoncer à des projets, etc. Parfois, le bénévolat est aussi trop sérieux et pas assez créatif. Parfois, c'est notre ville ou région qui n'est pas très funky, pas très avancée et qui laisse peu de liberté pour des choses différentes. Ici, on aime bien discuter, mais on n'est pas très innovants, on développe peu d'alternatives concrètes au mode de vie capitaliste, consumériste, individualiste.

Régis, 35 ans, bénévole pour l'Association écoquartier

L'EXPERT DU DOMAINE

« Depuis toujours, une part importante du travail de Pro Natura est effectuée par des bénévoles. Dans les sections, ces derniers s'occupent des réserves naturelles, dirigent des groupes Jeunes et Nature ou récoltent des signatures. Environ 1'300 personnes travaillent bénévolement pour Pro Natura dans toute la Suisse.

« Il n'y a pas de profil type pour être bénévole dans le domaine écologique. Une bonne santé est requise, et pour le reste, c'est surtout une aventure humaine! »

Les plus-values sont de servir la cause environnementale ou un Centre nature, et de donner un sens immédiat, clair et fort à son action. De plus, c'est la garantie d'évoluer dans un cadre magnifique et convivial, à l'image du Centre de Champ-Pittet. Les difficultés rencontrées sont liées au travail en extérieur, soumis aux aléas climatiques, et à une certaine dureté des tâches telles que désherber des allées par exemple... »

Thierry Pellet, directeur du Centre Pro Natura de Champ-Pittet

DOMAINE POLITIQUE ET DROITS CIVIQUES

Dans ce domaine, nous retrouvons **l'engagement politique et la défense des droits des personnes.** Dans les deux cas, il s'agit de militer pour la sauvegarde des intérêts et en faveur d'un idéal de société.

Il est possible de s'engager dans un parti politique, quel qu'il soit. La grande majorité des personnes engagées politiquement le font à titre bénévole!

Si la forme politique ne correspond pas à la manière dont vous aimeriez exprimer vos idées, il existe l'engagement syndical ou encore de multiples associations actives dans la lutte pour les droits civiques.

Ainsi, vos ambitions peuvent vous conduire à devenir conseiller communal de votre village aussi bien que défenseur des droits des femmes à l'échelle internationale.

Etre actif en politique ou s'engager pour la défense des droits civiques permet de renforcer ses convictions au contact de personnes qui partagent des valeurs communes. La principale motivation réside dans

la volonté de lutter en faveur des droits ou des opinions portées par tout un groupe, au nom de la démocratie et de la citoyenneté.

Envie de passer des idées aux actes? C'est le moment de vous engager, car ensemble, on est plus fort.

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- ▶ aide juridique;
- ▶ travail administratif;
- ▶ conseils en gestion budgétaire;
- ▶ organisation d'événements (concert de soutien, soirée de sensibilisation);
- ▶ récolte de signatures;
- ▶ traduction de documents;
- ▶ participation à des campagnes.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- ▶ Tous les partis politiques, Amnesty International, FRC – Fédération romande des consommateurs, SAJE – Service d'aide juridique aux exilé-e-s, ASLOCA, Maison de la Femme.

LE TÉMOIGNAGE DE LA BÉNÉVOLE

« C'est adolescente que j'ai pris conscience que les droits humains, tels qu'ils sont décrits dans la Déclaration universelle des droits de l'homme, étaient bafoués dans de nombreux pays. Plus tard, je me suis dit que j'avais peut-être un rôle à jouer, la possibilité de changer les choses. J'ai donc rejoint un groupe de la section suisse d'Amnesty International.

On dit que l'on n'oublie jamais le premier prisonnier d'opinion qu'on a réussi à faire libérer... et c'est vrai! C'est aussi un réel soulagement de voir que la peine de mort recule, petit à petit. Nous ne sommes ni des idéalistes un peu naïfs, ni des "sauveurs de l'humanité", mais des citoyens actifs qui militons ensemble pour un monde plus juste. J'ai toujours trouvé beaucoup de solidarité et de fraternité entre les membres d'Amnesty. Même si nous sommes tous différents, nous partageons les mêmes valeurs.

C'est parfois usant: il y aura toujours des cas de torture, d'impunité, de discriminations, etc. Il faut donc savoir se contenter des succès de nos actions, en toute humilité, et ne pas être trop déçu lorsque cela ne fonctionne pas. La recette, c'est de ne pas se décourager. Il faut agir en espérant obtenir un résultat, mais sans avoir d'attentes. Seulement l'espoir de, peut-être, changer les choses. »

Véronique, 38 ans, militante d'Amnesty International, groupe de Nyon

L'EXPERT DU DOMAINE

« A l'origine, il y a la notion de la cité (« polis » en grec ancien), et de son organisation. Ainsi, la politique est l'art de la bonne organisation de la cité grecque. La politique est désormais comprise dans un sens plus large, à savoir l'organisation générale de la société. »

Au PS, nous parlons de militantisme. Nos militantes et militants s'engagent selon leurs disponibilités, le temps qu'elles et ils peuvent mettre à disposition, les activités souhaitées, etc. [...] Nous avons peu de moyens financiers et notre principale force, ce sont les militantes et militants, ainsi que notre capacité à nous mobiliser.

Il n'existe pas de profil type pour s'engager, nous acceptons toutes les personnes qui souhaitent offrir un peu de leur temps et militer au PS. La principale difficulté consiste à concilier cet engagement avec la vie privée et professionnelle, en raison d'un besoin croissant de disponibilité, en particulier pour les personnes qui exercent une fonction dirigeante. [...] Mais les plus-values sont innombrables. Avant tout, c'est la conviction de contribuer à faire avancer les idées auxquelles on croit. [...] A cela s'ajoutent les rencontres humaines si riches, que ce soit avec les autres membres du PS ou avec la population. »

Stéphane Montangero, Président du Parti socialiste vaudois et Député au Grand Conseil vaudois

DOMAINE COOPÉRATION ET DÉVELOPPEMENT

L'EXPERT
DU DOMAINE

Ce domaine met en avant la **solidarité et la coopération** entre les peuples. L'égalité des chances n'existe malheureusement pas et, d'un pays à l'autre, nous ne naissons pas tous avec les mêmes richesses.

Partant de ce constat, de nombreuses organisations mettent en place des projets avec des partenaires pour améliorer les conditions de vie des populations dans des pays confrontés à des difficultés.

L'engagement dans ce secteur d'activité peut prendre différentes formes. Il n'est pas obligatoire de partir à l'autre bout du monde pour aider. En effet, il est tout à fait possible de soutenir ce type de causes en restant en Suisse. Vous pouvez, par exemple, participer à la recherche de fonds ou à des tâches de secrétariat, ou encore tenir la comptabilité pour une organisation active au Népal. Mais il est aussi possible de rejoindre d'autres régions du monde afin de travailler avec les populations locales.

Cet engagement nécessite une ouverture d'esprit, de l'intérêt pour d'autres cultures, et

d'œuvrer pour plus de justice sociale et en faveur d'une amélioration des conditions de vie de tout un chacun. En retour, les bénévoles qui s'investissent dans ce domaine côtoient chaque jour de précieuses valeurs telles que l'équité, le partage et la solidarité internationale.

Et si la différence, c'était vous ?

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- ▶ soutien à des organisations locales de défense des droits humains et des populations civiles de régions en crise;
- ▶ traduction de documents;
- ▶ aide à la recherche de fonds pour une organisation;
- ▶ travail administratif, secrétariat;
- ▶ webmastering.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- ▶ TO GO TO TOGO, Medair, Association Africatilé, Fondation FAPTl, L'AAFIP.

LE TÉMOIGNAGE DE LA BÉNÉVOLE

« Je me suis naturellement tournée vers la coopération au développement pensant que j'apporterais une aide concrète à des personnes dans le besoin. Norlha vient en aide aux populations himalayennes et j'ai un intérêt pour la culture tibétaine depuis mon adolescence.

C'était une manière de découvrir ces populations et ces pays avec un regard différent de celui avec lequel on nous les présente en général, un regard plus axé sur le côté civilisation / économie / développement que culturel.

C'est un plaisir de travailler pour une chose à laquelle on croit. C'est une participation valorisante car on sait que notre travail a une utilité. »

Hélène, 31 ans, bénévole dans l'association Norlha

« Au sein de la FEDEVACO (Fédération vaudoise de coopération) comme de nombreuses ONG, le bénévolat est indispensable [...]. En effet, la majorité des ONG en Suisse travaille uniquement avec des bénévoles qui s'engagent plusieurs heures par semaine. Il en est de même dans les pays du Sud, où les partenaires des ONG suisses peuvent compter sur l'engagement fort des populations locales pour réaliser des projets de développement.

Être bénévole dans le domaine de la coopération et du développement, c'est participer, même à petite échelle, à un objectif de solidarité qui vise à faire de ce monde un monde meilleur. Mais c'est aussi l'échange, la collaboration avec des partenaires de tous horizons. Et la possibilité de valoriser l'expérience bénévole au sein d'une ONG pour en faire un objectif professionnel.

Il faut posséder des compétences humaines, et pour certains postes, des compétences techniques également. Il faut surtout un engagement fort au service de la solidarité internationale. Une expérience « de terrain », dans un projet de coopération dans un pays du Sud est un plus, voire une nécessité.

Alexandre Cavin, chargé de projets à la FEDEVACO

DOMAINE SPORTIF



Nous avons tous pratiqué une **activité sportive** à un moment ou à un autre de notre vie. Il existe une multitude de clubs sportifs dans notre quartier, ville ou village. Les petits et les grands peuvent y pratiquer des activités aussi diverses que le judo, le foot, le badminton ou la pétanque.

Ces clubs sont également des lieux privilégiés dans lesquels il est facile de rencontrer de nouvelles personnes et de tisser des liens.

Très souvent, ils sont gérés par des bénévoles, tant au niveau du comité que des entraîneurs. C'est aussi le cas de nombreuses manifestations sportives populaires (Marathon, Triathlon, Marcheton, etc.) qui se déroulent dans nos régions. Sans l'engagement des bénévoles, celles-ci ne pourraient tout simplement pas avoir lieu.

Compétences pointues ou coups de main logistiques... La bonne nouvelle, c'est qu'il y en a pour tous les goûts, comme entraîner une équipe de foot junior, distribuer des badges lors d'une grande manifestation d'athlétisme ou encore organiser un repas de soutien pour son club de régates. A vous de choisir!

Pour s'engager dans ce domaine, la passion du jeu ainsi qu'un attrait pour la discipline choisie sont essentiels. Evoluer bénévolement dans le sport vous permettra d'appréhender des notions aussi fondamentales que le fair-play, la combativité et la solidarité.

Car le sport, c'est d'abord l'esprit d'équipe, non?

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- ▶ accompagner des groupes lors de diverses activités sportives;
- ▶ être moniteur de ski pour des personnes en situation de handicap;
- ▶ aider à organiser des manifestations sportives;
- ▶ entraîner une équipe;
- ▶ assurer une présence dans une salle de fitness à disposition de personnes en précarité;
- ▶ assurer des tâches de comptabilité, des travaux administratifs;
- ▶ être membre de comité.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- ▶ Handisport Lausanne & Riviera, HandiCap Rando, Association Rafroball, Sport'ouverte, Défi Sportif lausannois.

LE TÉMOIGNAGE DU BÉNÉVOLE

« Lorsque je faisais du football dès l'âge de 12 ans, durant les années de junior, j'étais encadré par des personnes bénévoles qui m'ont beaucoup apporté, tant dans le sport que dans la vie de tous les jours. C'est pour cette raison que, naturellement, je me suis engagé à mon tour dans la voie du bénévolat, je voulais essayer de rendre ce que j'avais reçu. Par la suite, ce fut plus un travail administratif dans un club sportif.

Ce fut une joie de transmettre certaines valeurs et de faire progresser sportivement des jeunes, dont certains étaient en situation difficile (quartier défavorisé). Je n'ai rencontré aucune difficulté pendant mon engagement bénévole, je n'ai que de bons souvenirs.

Le seul problème, après une vingtaine d'années, c'est de trouver la relève, ce qui est de plus en plus difficile de nos jours.»

Jean-Michel, 63 ans, bénévole dans un club de foot

L'EXPERT DU DOMAINE

« Dans le milieu sportif, plus précisément dans l'organisation de manifestations sportives, les volontaires sont indispensables. [...] Les comités sont principalement constitués de personnes bénévoles. De nombreux entraîneurs et moniteurs le sont aussi. Le bénévolat est encore plus représenté dans l'organisation de manifestations sportives qui, la plupart du temps, bénéficient chacune du soutien de centaines de volontaires.»

« Le bénévolat est le cœur, l'âme, le moteur des manifestations organisées par le service des sports de la Ville de Lausanne. »

« Être volontaire sur un événement sportif permet à chacun de mettre ses compétences et son expérience au profit d'une organisation. Pour certains, la plus-value est d'ordre social. [...] C'est également l'occasion de voir les coulisses d'un événement populaire ou international et de croiser des sportifs de haut niveau.

Il n'y a pas de profil type. [...] Toutefois, le volontaire doit être disponible et ponctuel, et doit faire preuve de souplesse (il peut être amené à faire une tâche qui n'était pas prévue). »

Patrice Schaub, Responsable des manifestations sportives à la Ville de Lausanne

DOMAINE RELIGIONS ET SPIRITUALITÉ

Ce domaine recouvre aussi bien l'engagement bénévole dans des collectivités religieuses issues des grandes religions (christianisme, bouddhisme, islam, etc.) que dans des mouvements moins connus (communauté bahaïsme par exemple).

Dans tous les cas, il s'agit d'un engagement en lien avec ses propres croyances et valeurs.

Mais passons à la pratique! Etre sacristain dans une église catholique, lire un texte spirituel à une personne malade, donner l'école du dimanche après le culte protestant, ou encore animer un groupe de discussion sur le thème de la vie après la mort, voilà quelques exemples d'activités liées à ce domaine.

Cela dit, la solidarité et la fraternité étant au cœur des valeurs de ce type d'engagement, il existe également de nombreuses missions qui rejoignent d'autres domaines du bénévolat. C'est le cas des visites à domicile, de la création d'un dispensaire au Pérou ou de l'organisation de concerts de musique sacrée.

Quelles qu'elles soient, ces activités permettent de vivre sa spiritualité et de servir une cause en laquelle on croit. Avoir pour motivation la foi spirituelle et être sensible au sort des autres sont les valeurs importantes de ce domaine.

Et si votre spiritualité passait à l'action?

QUELQUES EXEMPLES D'ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

- ▶ mentorat pour l'insertion professionnelle de personnes migrantes;
- ▶ distribution des denrées alimentaires;
- ▶ préparation et service de repas;
- ▶ accompagnement des personnes hospitalisées aux cultes;
- ▶ organisation d'événements.

QUELQUES EXEMPLES D'ORGANISATIONS QUI FONT APPEL À DES BÉNÉVOLES

- ▶ Toutes les collectivités religieuses, L'Étape (centre œcuménique), Le Foyer.

LE TÉMOIGNAGE DE LA BÉNÉVOLE

«Depuis quelques années, j'accompagne aux cultes les patients d'un hôpital qui ne peuvent se déplacer seuls. Je me suis engagée car le pasteur de ma paroisse m'a un jour demandé si j'étais d'accord de l'aider pour ses activités à l'hôpital. J'étais libre, alors j'ai accepté!»

Evidemment que ça représente un engagement pour l'Eglise protestante. Je me sens engagée dans ma paroisse, donc ça ne m'a pas dérangée. C'est naturel, c'est une façon de vivre ma chrétienté. Mais pour cette activité, la foi ne suffit pas. Il faut aussi pouvoir être en contact avec des personnes en grandes difficultés physique et psychique.

Ce n'est pas toujours facile de les voir en souffrance. Mais cela me plaît de venir en aide au pasteur et de faire de nouvelles rencontres, d'apporter un peu d'écoute et de soutien aux patients. Ils ont besoin de discuter, d'avoir du contact.»

Ginette, 83 ans, accompagnatrice aux cultes de personnes hospitalisées

L'EXPERTE DU DOMAINE

«Au Centre intercantonal d'information sur les croyances (CIC), nous avons défini les religions comme des ensembles de croyances, de rites, de pratiques et de règles morales qui constituent, pour leurs membres, des moyens d'entrer en relation avec des réalités suprahumaines et d'obtenir des réponses à des problèmes fondamentaux de la vie, à des questions sur l'origine du monde ou sur la finalité de l'existence.

«Le profil type? Il y a davantage de femmes. Ceci dit, les compétences varient selon le domaine. [...] La morale et l'éthique religieuse font partie des grandes motivations des bénévoles.»

En Suisse, toutes les collectivités religieuses (environ 5 700) fonctionnent avec du bénévolat. Il se pratique cependant de manière différente selon les moyens financiers des communautés religieuses. [...] Sans bénévolat, les collectivités religieuses ne fonctionneraient pas. Il est d'autant plus important que les ressources financières sont faibles. Certaines communautés, comme celles nées de la migration, ne fonctionnent qu'avec du bénévolat.»

Brigitte Knobel, sociologue au Centre intercantonal d'information sur les croyances (CIC)

UNE ASSOCIATION, C'EST...

«... l'expression de l'imagination créatrice des citoyens. C'est un lieu de renforcement du lien social, d'innovation, de formation, de participation et de transformation d'intérêts individuels en intérêts collectifs.»

Fiche technique Qu'est-ce qu'une association. (2012). Bénévolat-Vaud

A l'origine du projet, il y a un problème détecté, mais aussi une envie d'agir pour améliorer la situation. Seul, la tâche semble insurmontable. Alors, vient l'idée d'être plusieurs, de se regrouper; par intérêt, par passion, autour d'une idée. Ensemble, on est plus fort!

C'est à ce moment que le besoin de s'organiser émerge. Et si on créait une association? Mais, est-ce la bonne structure pour mener à bien notre projet?

OUI, SI SES CARACTÉRISTIQUES SONT:

► LE PROJET COLLECTIF!

Les décisions se prennent de manière participative. Les tâches sont réparties

à la mesure des compétences et du niveau de responsabilités de chaque organe qui compose la structure associative (bénévoles, salariés, membres ou membres du comité). La complémentarité des rôles et des fonctions permet à chacun de trouver sa place.

► LA RECHERCHE D'IMPACT!

Votre association a pour ambition de provoquer un changement au sein de la société, en amenant des solutions innovantes pour résoudre l'entier, ou une partie, du problème que vous avez détecté.

► LA PROXIMITÉ AVEC LE TERRAIN!

La dynamique relationnelle entretenue de manière continue avec les usagers de vos activités et les collaborations

étroites avec les partenaires de votre réseau vous permettent de répondre et d'ajuster vos solutions de manière souple et rapide.

« Ce type d'engagement est [...] un enjeu pour la société, car il fait passer d'un état de citoyenneté passive (et donc dépressive) à un état actif. Ça permet à l'humain de se rebrancher avec sa joie. Et ce processus influe sur la société. »

Alexandre Jardin, 2011

VOUS AUSSI, VOUS POUVEZ AGIR EN CRÉANT UNE ASSOCIATION. CET ENGAGEMENT EST À LA PORTÉE DE TOUS. BÉNÉVOLAT-VAUD VOUS ACCOMPAGNE DANS LA MISE EN PLACE DE VOTRE PROJET.

QUELQUES PRINCIPES ASSOCIATIFS

- être à l'écoute des besoins de la société;
- initier des changements durables au sein de la société;
- imaginer des solutions innovantes;
- valoriser la diversité des opinions à travers un but commun;
- prendre des décisions de manière participative;
- donner la parole à chacun, quels que soient son statut, sa fonction et son rôle;
- valoriser chaque contribution, individuelle et collective.

L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE

L'entraide autogérée est **une dynamique relationnelle favorisant le rapprochement de personnes qui vivent une même problématique** et qui se regroupent pour parler de leurs expériences. Elles s'engagent bénévolement pour le bon fonctionnement du groupe.

Ces groupes s'appellent « autogérés » parce qu'il ne sont **pas animés par des professionnels**, mais par les personnes concernées elles-mêmes. Ils ne sont composés que de **personnes qui sont toutes concernées par la même thématique** et qui se réunissent pour :

- ▶ apprendre les unes des autres;
- ▶ échanger sur le quotidien;
- ▶ partager des expériences et des astuces;
- ▶ se soutenir pour mieux faire face à la situation;
- ▶ sortir de l'isolement, etc.

Les thèmes des groupes d'entraide autogérés **sont variés**. Cela peut être une maladie, les questions de parentalité ou de famille, un trouble alimentaire ou encore une problématique sociale telle que l'orientation sexuelle, la migration, l'emploi, etc. **EN SUISSE ROMANDE, IL EXISTE ENVIRON 500 GROUPES D'ENTRAIDE AUTOGÉRÉS.**

Bénévolat-Vaud - Info-Entraide VD, est là pour aider les personnes à **trouver un groupe existant**, mais aussi pour les accompagner dans la **création d'un nouveau groupe**, dans le canton de Vaud mais également là où aucun centre de contact n'existe.

BÉNÉVOLAT ET ENTREPRISES

OU COMMENT S'ÉPANOUIR PROFESSIONNELLEMENT ET PERSONNELLEMENT ?

Le bénévolat **franchit la porte des entreprises...** De plus en plus de démarches de promotion de l'engagement bénévole y sont menées. A la clé, de **nombreuses plus-values** pour les entreprises.

Rassembler ses collaborateurs autour d'un projet collectif, c'est **renforcer la cohésion d'équipe** et la culture d'entreprise. C'est aussi les fidéliser, développer leurs compétences et affermir leur motivation.

La rencontre avec les associations, lors de **journées de bénévolat collectif** ou par la mise à disposition de **compétences professionnelles**, permet aux collaborateurs de **découvrir le milieu associatif et ses valeurs**. C'est aussi l'occasion de s'engager dans un projet porteur de sens et de participer à sa réalisation.

Soutenir l'implication des collaborateurs est, pour les entreprises, un moyen de leur **offrir l'opportunité de s'enrichir** tant professionnellement que personnellement, notamment en **valorisant leurs compétences**, en leur permettant une bonne intégration dans leur région et en améliorant notablement leur qualité de vie.

ET SI LE BÉNÉVOLAT TROUVAIT SA PLACE DANS VOTRE ENTREPRISE ?

QUI EST BÉNÉVOLAT-VAUD?

L'Association Bénévolat-Vaud, centre de compétences pour la vie associative, est reconnue d'utilité publique et bénéficie d'une expertise de plus de vingt ans dans les secteurs **du bénévolat, de l'associatif et de l'entraide autogérée.**

Elle offre à la population, aux organisations et aux collectivités publiques **l'expertise de professionnels pour valoriser, soutenir, promouvoir et défendre** la place et le rôle de ces trois secteurs. Ceux-ci doivent être reconnus et considérés comme complémentaires aux actions menées par l'Etat et les entreprises économiques pour **renforcer le vivre ensemble.**

Les **principaux champs de compétences** de l'équipe sont:

- ▶ l'information et l'orientation;
- ▶ la mise en lien entre offres et demandes bénévoles;
- ▶ le conseil à la création et à la gestion d'associations ou de groupes d'entraide;
- ▶ la formation;
- ▶ la création et la conduite de projets de promotion.

COORDONNÉES

Bénévolat-Vaud
Avenue Ruchonnet 1 | 1003 Lausanne
021 313 24 00
info@benevolat-vaud.ch
(permanence du lundi au vendredi, de 9h00 à 13h30).

LOCATION

L'APPART S'INVITE CHEZ VOUS!

Cette exposition est conçue pour voyager aux quatre coins du canton et possède donc une structure modulaire.

Vous êtes une association, une institution, un service public, une école ou une entreprise et **vous souhaitez accueillir l'Appart chez vous?** N'hésitez plus et offrez à vos collaborateurs et visiteurs une aventure qui les mènera au cœur de l'engagement bénévole et de la vie associative vaudoise.

Pour cela, **contactez** Bénévolat-Vaud!

021 313 24 00 (permanence du lundi au vendredi de 9h00 à 13h30)

info@benevolat-vaud.ch | Toutes les informations sur www.benevolat-vaud.ch

BIBLIOGRAPHIE

- Benevol Schweiz. (2014). Récupéré de <http://www.benevol.ch/fr/infos-sur-le-benevolat/>
- Bénévolat-Vaud, centre de compétences pour la vie associative. Fiches techniques Bénévolat-Vaud. (2012). Lausanne.
- Bénévolat-Vaud, centre de compétences pour la vie associative. Mémento du bénévole. (2012). Lausanne.
- Bovay, C., Tabin, J.-P. & Campiche, R. (1994). Bénévolat: modes d'emploi. Lausanne: Réalités sociales.
- Collaud, M.-C. (2005). Comment créer et animer une association. Lausanne: Réalités sociales.
- Dossier Bénévolat. (2014). Guide. Récupéré de <http://www.dossier-benevolat.ch/index.php?id=583>
- Dhoquois, A. (2011). Bénévoles ... et vous? Paris: Autrement.
- Eurofound. (2014). Récupéré de http://www.eurofound.europa.eu/areas/qualityoflife/active_fr.htm
- Fragnière, J.-P., Mermoud, P. (1989). Le Temps des bénévoles. Sion: Cahiers du C.F.P.S
- Le Petit Robert. (2011). Paris: Dictionnaires Le Robert.
- Office fédéral de la statistique (OFS). (2008). Le travail bénévole en Suisse. Neuchâtel: OFS.
- Office fédéral de la statistique (OFS). (2011). Le Travail bénévole en Suisse: comparaisons régionales. Neuchâtel: OFS.
- Témoignages de bénévoles et d'experts, recueillis dans le cadre des différentes activités de Bénévolat-Vaud.