

# S'ENGAGER À LA RETRAITE ?

## UNE ÉTUDE SUR LA PARTICIPATION SOCIALE DES RETRAITÉS DES HAUTS-DE- FRANCE

*Recherche-action réalisée par Nora Charkaoui,  
Morgane Mouillié-Chauvet, Aurélie Wilquin et  
Marie-Amélie Yoka-Posso dans le cadre du  
Master 2 Intervention et Développement Social*

# SOMMAIRE

Introduction.....	4
Echantillon.....	6
Des retraités ayant répondu à l'enquête de l'ORVA.....	7
Des retraités issus de toutes CSP.....	8
Des retraités seuls et en couple.....	8
Des retraités de 59 à 76 ans.....	9
Des retraités de toute la région.....	9
Analyses et résultats.....	10
Partie 1 : Comment la participation sociale s'inscrit dans la trajectoire de vie des retraités ?.....	11
Le passage à la retraite : une volonté de continuité.....	12
Le passage à la retraite : un moment pour se réinventer.....	15
La pénibilité durant la vie professionnelle : facteur d'une retraite désengagée.....	18
Partie 2 : Comment la participation sociale s'inscrit dans les modes de vie des retraités ?.....	21
Les retraités qui ne participent pas.....	22
Les retraités qui participent informellement.....	25
Les retraités qui participent formellement.....	26
Une typologie.....	27
Partie 3 : Quelles évolutions dans la trajectoire de participation sociale des retraités ?.....	35
Les éléments susceptibles d'influencer la trajectoire de participation sociale.....	35

Les motifs de réduction de l'engagement ou du désengagement.....	37
Quelques profils illustratifs.....	46
Préconisations.....	48
Levier 1 : Accompagner les différentes transitions à la retraite.....	49
Des retraités qui ne préparent pas leur retraite.....	49
Des attentes diversifiées.....	50
Levier 2 : Développer les actions de communication et revoir l'organisation des structures.....	51
Une méconnaissance des lieux de participation sociale formelle.....	51
Une crainte de l'engagement.....	52
Une méconnaissance de la diversité de l'offre.....	53
Levier 3 : Favoriser l'intégration des nouveaux bénévoles dans les structures.....	54
Un manque de formation.....	54
Des difficultés liées à la mobilité.....	54
Un manque d'intégration des retraités à leur arrivée.....	55
L'importance du bouche-à-oreille.....	55
Levier 4 : Développer la gouvernance dans les structures.....	56
Levier 5 : Repenser la place de la participation sociale informelle.....	57
Une pratique répandue.....	57
Tenir compte des projets des retraités.....	58
Une pratique importante de l'aide.....	59

# INTRODUCTION

La CARSAT (la Caisse d'Assurance Retraite et de la Santé Au Travail) Hauts-de-France présente un intérêt particulier pour le bénévolat des publics retraités, une activité qui favoriserait la création et le maintien de liens sociaux durant cette période charnière qui fait sortir l'individu du système productif et qui peut tendre à réduire ses contacts avec l'extérieur. Ayant pour but de soutenir le bénévolat des personnes retraitées et de construire des plans d'actions à cet effet, la CARSAT a formé un partenariat avec l'URIOPSS (l'Union Régionale Interfédérale des Œuvres et organismes Privés Sanitaires et Sociaux) Hauts-de-France pour tenter d'appréhender et de comprendre les pratiques de bénévolat des publics à travers deux études. C'est dans cette lignée que l'ORVA (l'Observatoire Régional de la Vie Associative) a réalisé une étude quantitative relative à l'engagement des retraités des Hauts-de-France, et ce à partir d'un questionnaire diffusé en ligne, qui a récolté 13 365 réponses uniques et valides. Cette première étude a permis d'obtenir un premier aperçu complet du bénévolat des retraités des Hauts-De-France.

L'étude qualitative exposée dans ce rapport vient alors préciser ces réponses et apporter de l'individualité et de la diversité aux profils de retraités établis par l'ORVA. L'intérêt de la méthode qualitative repose sur des entretiens semi-directifs qui permettent aux enquêtés de se raconter assez librement et, dans le cadre de ce travail, de mieux comprendre leurs motivations et leurs parcours. Ce deuxième volet de l'étude a donc pour objectif d'expliquer l'engagement, mais surtout le non engagement, des retraités des Hauts-de-France, ainsi que de replacer ces pratiques dans leur vie à la retraite. Un souhait exprimé par les commanditaires fut également de découvrir si l'engagement est réellement une source d'épanouissement pour les retraités.

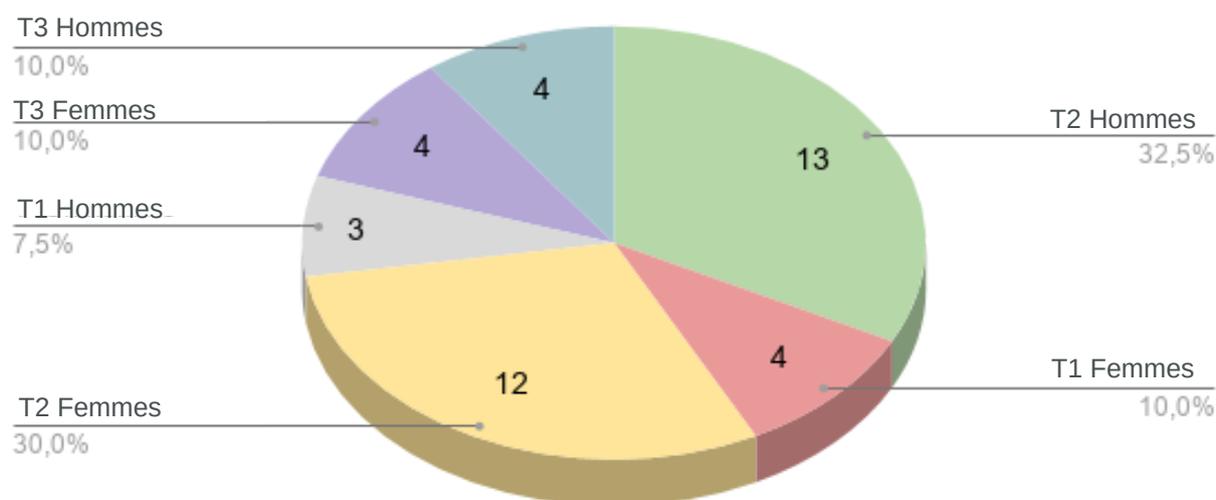
Afin d'offrir une visibilité la plus globale possible et d'expliquer le plus justement les pratiques de bénévolat des personnes à la retraite, la notion de "participation sociale" a été choisie pour cette étude. En effet, elle apparaît moins limitante, mais surtout plus susceptible de décrire les pratiques des retraités.

Ce travail permettra notamment d'expliquer l'influence que peuvent avoir les activités des retraités sur leur vie. Ainsi, il s'agira non seulement de comprendre cette influence et la manière dont les activités peuvent modeler la vie des retraités, mais également la manière dont leur vie peut influencer leurs pratiques. Par ailleurs, ces pratiques ne se limitent pas au bénévolat réalisé au sein de structures associatives : l'étude qualitative intègre également les pratiques d'aide à autrui plus informelles. Ainsi, la participation sociale a été considérée sous l'angle de l'aide apportée à autrui de manière gratuite, qu'il s'agisse de formes de participation sociale formelles, donc cadrées, structurées et organisées ; ou de formes informelles et plus libres, comme les solidarités de proximité ou encore l'aidance.

L'étude qualitative a pour objectif de compléter et d'approfondir le premier travail effectué par l'ORVA ; c'est pour cela qu'elle a pour point de départ la typologie de l'étude quantitative et plus précisément les trois premiers types, à savoir les "éloignés de l'engagement", les "intéressés à l'engagement" ainsi que les "néo-engagés". L'échantillon sera détaillé dans la première partie de ce rapport. La deuxième partie exposera les résultats de l'étude qualitative et la dernière et troisième partie proposera des préconisations en lien avec ces derniers.

# ECHANTILLON

## DES RETRAITÉS AYANT RÉPONDU À L'ENQUÊTE DE L'ORVA

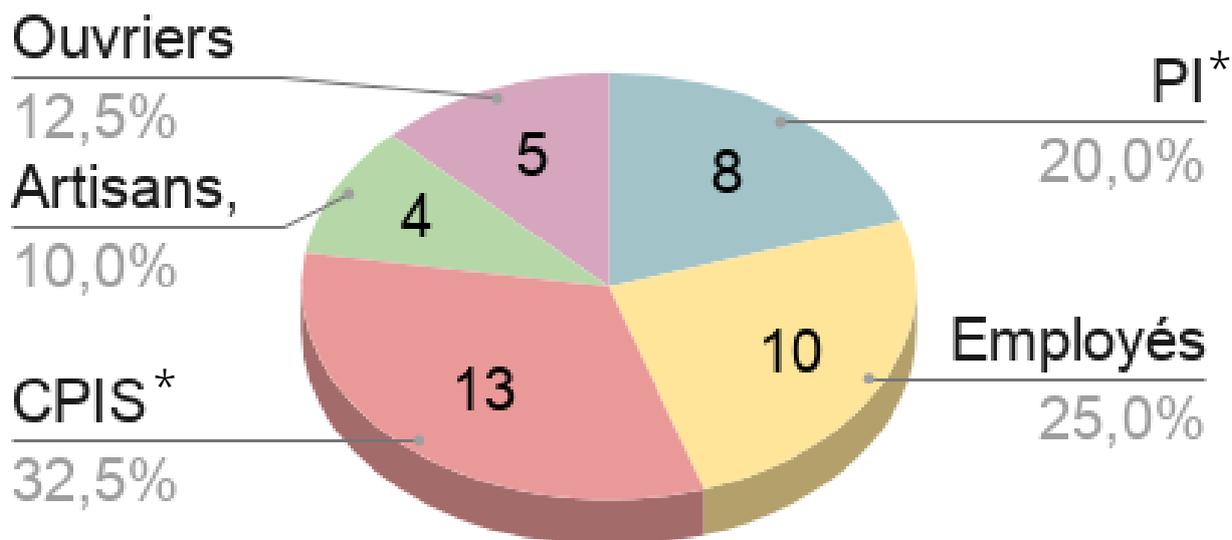


L'étude qualitative complète et approfondit l'étude quantitative de l'ORVA, en se concentrant notamment sur les trois premiers types dégagés par la typologie de l'ORVA, à savoir :

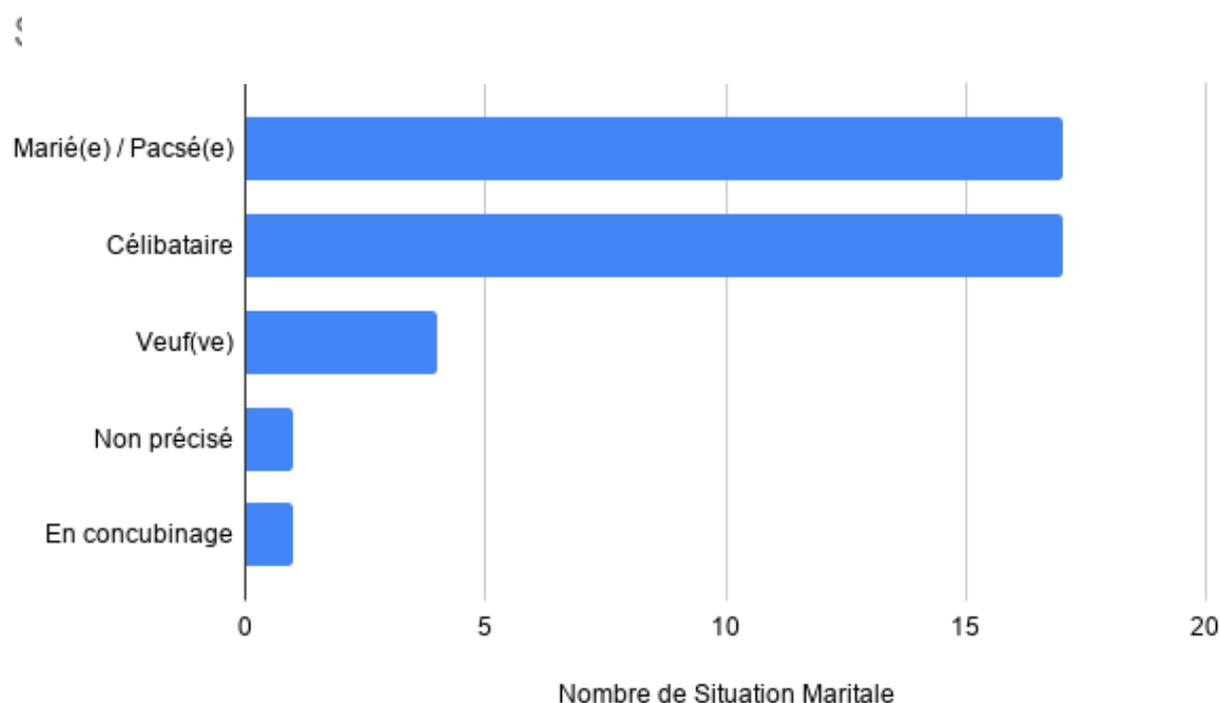
- les type 1 (T1) : "les éloigné.e.s de l'engagement"
- les type 2 (T2) : "les intéressé.e.s à l'engagement"
- les types 3 (T3) : "les néo-engagé.e.s"

La répartition de l'échantillon est paritaire. Nous avons fait le choix d'interroger en majorité des retraités appartenant au T2 car ils sont le cœur de notre étude, la finalité étant de favoriser les actions de participation sociale. Il s'agira ainsi de découvrir quels sont leurs freins et quels leviers peuvent être mis en place pour les encourager à sauter le pas. Des retraités appartenant au T3 ont également été interrogés : ces retraités se sont engagés à la retraite et il est important de leur donner la parole afin de savoir ce qui les a justement poussés à devenir bénévoles. Enfin, les T1 sont des individus qui ne sont pas ou plus intéressés par l'engagement : il fallait donc les interroger sur les motifs de leur désintérêt tranché pour les activités bénévoles.

## DES RETRAITÉS ISSUS DE TOUTES CATÉGORIES SOCIOPROFESSIONNELLES

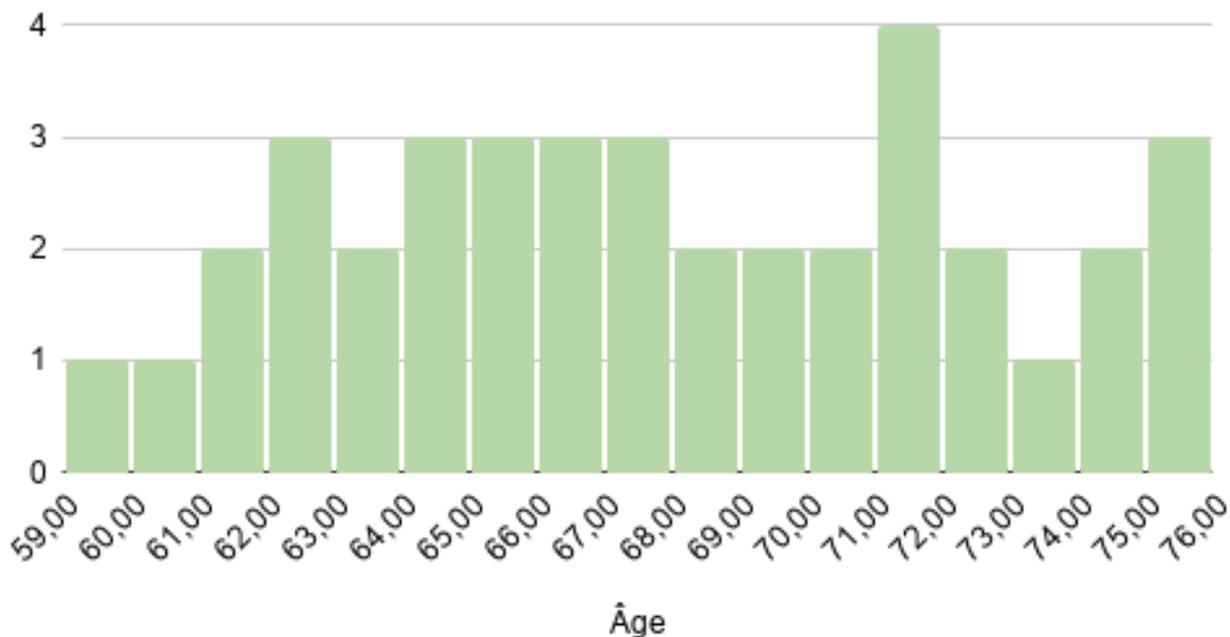


## DES RETRAITÉS SEULS ET EN COUPLE



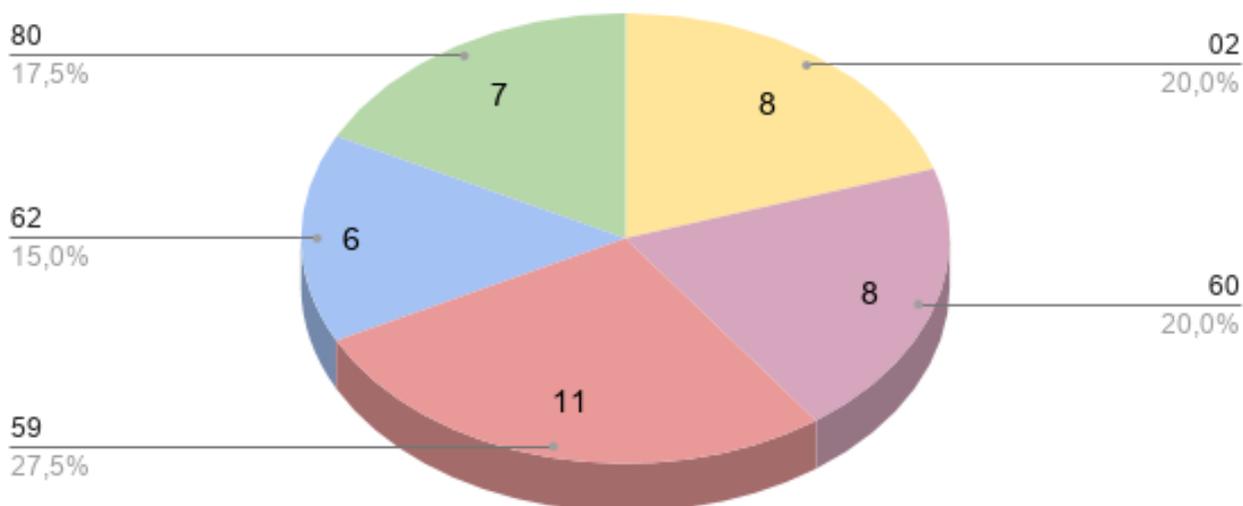
\*CPIS : Cadres et professions intellectuelles supérieures / PI : Professions intermédiaires

## DES RETRAITÉS DE 59 À 76 ANS



Anne Dufresne, responsable logement au sein de l'association Les Petits Frères des Pauvres, nous a parlé de son expérience : au-delà de 75 ans, un individu qui n'est pas bénévole a peu de chances de le devenir, et un individu qui l'est le restera sans doute jusqu'à ce que son avancée en âge ou son état de santé ne lui permettent plus. Afin de proposer des plans d'actions les plus efficaces possibles, nous avons donc décidé de nous limiter à des entretiens avec des retraités qui ont autour de 75 ans.

## DES RETRAITÉS DE TOUTE LA RÉGION



# **ANALYSES ET RÉSULTATS**

# PARTIE 1

## COMMENT LA PARTICIPATION SOCIALE S'INCRIT DANS LA TRAJECTOIRE DE VIE DES RETRAITÉS ?

L'une des hypothèses de départ s'attachait à inscrire la pratique ou l'absence de pratique de participation sociale, qu'elle soit formelle ou informelle, dans la vie des retraités interrogés. À la lumière des lectures sociologiques réalisées en amont de la phase d'entretiens, il a notamment semblé nécessaire d'interroger la transition que représente la retraite afin de vérifier si la vie professionnelle antérieure peut influencer la vie à la retraite. L'étude de la trajectoire de vie des individus interrogés comprend les quelques années précédant la retraite, le vécu de la fin de carrière, les représentations que les retraités se faisaient de la retraite, la manière dont ils l'ont préparé (s'ils l'ont préparé) et leurs occupations au début de la retraite. Finalement, l'étude de la trajectoire s'intéresse plus particulièrement à la façon dont l'individu vit la transition vie active et vie à la retraite.

Dans le but de comprendre cette transition ainsi que les pratiques qui prennent place à la retraite, un indicateur en plus de la catégorie socioprofessionnelle a été révélateur. Il peut prendre des valeurs opposées : celui du sentiment d'épanouissement durant la vie professionnelle, ou au contraire celui du sentiment de pénibilité durant la vie professionnelle. Le sentiment d'épanouissement peut être lié à une satisfaction quant à sa vie professionnelle, que ce soit au niveau du travail accompli, de la reconnaissance de l'individu dans son environnement professionnel, de son entourage professionnel, des responsabilités ou encore de la marge de manœuvre dont ils disposaient. Le sentiment de pénibilité peut lui faire suite à une vie professionnelle contraignante, à une charge mentale ou physique importante, à des tâches répétitives, à un cadre professionnel strict ne laissant que peu de marge de manœuvre ou encore à une absence d'autonomie. Le rapport des retraités à leur vie professionnelle a été interrogé, et nous nous sommes reposées sur le ressenti général dont ils nous faisaient part individuellement afin d'évaluer l'impact qu'il a pu avoir sur leur vie à la retraite, mais surtout sur leurs pratiques de participation sociale. Ainsi, nous avons pu percevoir trois types de passage à la retraite : une transition marquée par un manque pour la vie professionnelle et donc par une volonté de continuité ; une autre qui se définit par une rupture avec la vie professionnelle antérieure et qui annonce une renaissance à la retraite ; et enfin une transition qui se caractérise par un désengagement de la vie sociale, qu'il soit choisi ou subi.

## LE PASSAGE À LA RETRAITE : UNE VOLONTÉ DE CONTINUITÉ

Pour commencer, nous avons pu remarquer un sentiment d'épanouissement durant la vie professionnelle plus marqué chez les retraités issus de catégories socioprofessionnelles plus favorisées. Ces derniers ont vécu une vie professionnelle qui favoriserait une volonté de rester actif et de continuer à avoir une influence et une emprise sur leur environnement proche et plus généralement sur la vie de la société. Les retraités interrogés qui suivent cette logique ont tous subi la retraite, souvent parce qu'ils ne voulaient pas mettre fin à leur activité professionnelle, comme Larry, ancien ingénieur dans l'énergie nucléaire, qui a 71 ans et qui est retraité depuis un an : il parle de sa retraite comme d'un « passage forcé », « une voie unique » qu'il n'aurait pas empruntée si on lui avait laissé le choix, se sentant encore trop jeune pour arrêter. De plus, la retraite n'a pas été préparée, en tout cas sur le plan psychologique, car ces retraités avaient généralement du mal à se projeter et à accepter cette transition. Ils semblaient tous se réaliser grâce au travail, et ils disent avoir voulu continuer le plus longtemps possible.

Ces individus s'inscrivent dans une logique de continuité au passage à la retraite. En effet, nous n'observons pas de redéfinition de leur rôle social au moment de cette transition : ils ne rompent pas avec leur vie professionnelle, contrairement à la majorité des retraités, et on observe par exemple un réinvestissement des compétences acquises et utilisées avant la retraite autour de nouvelles activités ou d'activités similaires. Ceci peut notamment être lié à un manque ressenti pour leur ancienne vie professionnelle. Bien que ces retraités suivent tous une logique de continuité, leurs pratiques de participation sociale ne s'inscrivent pas dans leur vie de la même manière. Quand certains choisissent de réinvestir leurs expériences et compétences professionnelles dans une nouvelle activité professionnelle ou dans un projet en lien avec leur ancien emploi, d'autres les réinvestissent dans le bénévolat.

### ◦ **La continuité projet**

Les retraités représentent un groupe d'individus hétérogène, et tous ne suivent pas le même mode de vie à la retraite. Certains choisissent en effet de vivre une retraite plus productive que d'autres, et ce sont ces personnes qui nous intéressent ici. Dans notre échantillon, ces personnes sont toutes issues des catégories socioprofessionnelles favorisées, et notamment de la catégorie des cadres et professions intellectuelles supérieures. On observe de plus une tendance fortement masculine. Ces retraités nous ont tous fait part d'un épanouissement concernant leur ancienne vie professionnelle, et c'est précisément ce facteur qui les conduit aujourd'hui à sinvestir, ou plutôt à se

réinvestir, dans une forme d'activité directement liée à leur vie professionnelle, que ce soit un projet de retraite ou une activité professionnelle similaire à celle exercée avant la retraite. Ces activités semblent positives pour ces individus, puisqu'elles sont choisies et qu'elles sont la réponse à une retraite non désirée, faisant elle-même suite à des conditions de travail assez favorables au maintien d'une activité professionnelle ou d'une activité au rythme professionnel. Un rejet de la période de la retraite peut être présent, comme chez Karl, ancien chef d'une entreprise industrielle de 64 ans, qui répond ne pas être intéressé par ce mot lorsque nous lui demandons ce que représentait la retraite pour lui, et ce avant le passage à la retraite. Il ajoute qu'au-delà de la retraite, c'est aussi le fait d'être associé au groupe des retraités qui lui fait peur.

En plus de rejeter l'idée de la retraite, il rejette les personnes de son âge : « J'ai aucun lien avec ma génération, les gens qui vieillissent j'aime pas leur compagnie ». Il ne s'assimile donc pas au groupe des retraités, celui qui est stéréotypé, celui des retraités "avec une canne". Ce sentiment de non-appartenance au groupe d'individus des retraités est récurrent chez les personnes interrogées qui entrent dans une logique de continuité avec la vie professionnelle antérieure. Chez eux, l'âge subjectif, c'est-à-dire l'âge qu'une personne se donne, est bien inférieur à leur âge chronologique, ce qui ne peut que conditionner l'entrée en retraite et leur mode de vie à la retraite. Au contraire, les personnes qui ont été usées physiquement et mentalement par leur travail ont quant à elles un âge subjectif proche, voire supérieur à leur âge chronologique, et ces dernières aspirent plutôt à une retraite moins active.

Chez Karl, nous observons en effet une "une espèce de continuité", comme il la définit, puisqu'il continue de diriger une entreprise. Cette décision est venue à lui au bout de six mois de retraite, temps qu'il lui a fallu pour "comprendre, ou rien comprendre". Il dit avoir été "un peu sonné" par le passage à la retraite. L'exemple de Karl illustre bien cette tendance chez les retraités aujourd'hui, qui souhaitent de plus en plus continuer une forme d'activité à la retraite. Chez ces retraités, les pertes du statut professionnel et de toutes les composantes de la vie professionnelle entraînées par le passage à la retraite sont vécues comme violentes et la retraite peut véritablement représenter une "mort sociale". Ils refusent ce passage, et ils essaient rapidement de combler ces pertes avec des activités de substitution. Il peut donc s'agir d'une activité professionnelle, comme Karl, ou de projets directement liés à l'activité professionnelle exercée avant la retraite. C'est par exemple le cas de Flore, 69 ans, qui était responsable éditoriale dans une maison d'édition avant sa retraite, mais qui a également pu créer des entreprises pour des éditeurs. Flore parle quant à elle de soumission au passage à la retraite.

En effet, la maison d'édition dans laquelle elle travaillait étant sur le point de fermer ses portes pour cause de mauvaise gestion, elle s'est retrouvée à la retraite parce qu'elle avait atteint l'âge légal depuis plusieurs années et qu'elle n'avait donc pas le droit au chômage : "Pendant quatre mois, j'ai fait de la résistance parce que tous les postes équivalents étaient à Paris et que je ne voulais pas retourner à Paris. Résultat : j'ai dû me soumettre et partir en retraite". Elle précise également qu'elle aurait préféré travailler "jusqu'à sa mort", volonté partagée par de nombreux retraités qui s'inscrivent dans cette logique de continuité. Cette notion de soumission exprimée par Flore apparaît de nombreuses fois dans son entretien, et elle est assez représentative de la manière dont ces retraités définissent la retraite. Ces retraités restent actifs et sont les parfaits exemples du vieillissement actif, notion qui s'est beaucoup développée depuis la fin des années 1990 et qui prend de plus en plus d'importance. Contrairement à Karl, Flore n'a pas repris d'activité professionnelle, ce qui ne l'empêche pas de réinvestir ses compétences professionnelles autour de différents projets, comme l'accompagnement de jeunes créateurs d'entreprise ou la création de partenariats dans le cadre de l'édition de livres. Dans le cas des retraités qui poursuivent une forme d'activité professionnelle, la participation est plus informelle, c'est-à-dire qu'elle se caractérise en majorité par des solidarités de proximité, et ce par manque de temps. Néanmoins, ils restent intéressés par l'engagement et ils font d'ailleurs partie du type 2 de la typologie de l'ORVA, à savoir "les intéressés à l'engagement".

#### ◦ **La continuité bénévolat**

D'autres retraités s'inscrivant toujours dans une logique de continuité au passage à la retraite, choisissent cette fois de mettre leurs expériences et compétences professionnelles au profit d'associations. Ils participent donc formellement, et font partie du type 3 de la typologie de l'ORVA, à savoir "les néo-engagés". Pour rappel, ces personnes n'ont jamais participé formellement avant la retraite et ont sauté le pas pendant cette période. Comme les retraités qui décident de continuer une activité professionnelle ou de se consacrer à un projet en lien avec leur ancienne activité, les retraités qui s'investissent dans le bénévolat cherchent à combler la perte de statut qui s'opère au passage à la retraite. Les activités bénévoles choisies mettent en avant leur désir de retrouver des responsabilités et les fonctions exercées antérieurement, ce que l'étude quantitative de l'ORVA avait mis en lumière chez les hommes retraités "engagés expérimentés" et "hyperactifs de l'engagement". Edmond, retraité de 71 ans qui a fait carrière dans la grande distribution, s'est investi dans une association d'aide alimentaire au début de sa retraite, où il a des responsabilités importantes et où il fait parfois jouer son ancien réseau, notamment au niveau des relations avec les grandes surfaces qui peuvent être donatrices. Sa vie professionnelle était de plus très prenante : "C'est un métier très prenant, très intéressant (...)

j'ai pris mon pied dans mon métier, ça été quelque chose d'assez intense et je me suis beaucoup investi là-dedans. J'étais hyperactif".

Comme la plupart des retraités qui s'inscrivent dans une logique de continuité, la retraite n'a pas été préparée, et c'est après l'avoir vécue quelques mois qu'il s'est rendu compte de la nécessité de retrouver une activité : "Après une grande période d'activité, j'éprouvais le besoin de reprendre quelque chose, de reprendre des activités, et c'est là que je me suis mis dans la vie active, mais du côté du bénévolat".

Pour que le retraité s'investisse dans le bénévolat, et donc dans une forme de participation formelle, à la retraite, il faut tout de même qu'il y ait un intérêt existant, comme ce fut le cas pour Edmond, mais également pour bien d'autres de nos enquêtés. Généralement, ces retraités participaient informellement avant la retraite ou avaient une forme de participation formelle plus ou moins importante. Les participations informelles se caractérisaient surtout par des solidarités de proximité, et ces retraités disent aimer aider les gens.

## **LE PASSAGE À LA RETRAITE : UN MOMENT POUR SE RÉINVENTER**

Certains retraités peuvent s'inscrire dans une logique d'activité à la retraite. Pour rappel, ces personnes utilisent le temps de la retraite pour s'investir dans des activités qu'ils n'avaient pas le temps d'effectuer lors de leur vie professionnelle, que ce soit à cause de l'emploi qu'ils occupaient ou à cause de leur vie familiale. Ces activités permettent aux retraités de continuer à participer à la vie de la société et d'atteindre une forme de satisfaction ou d'épanouissement à la retraite. De plus, ces retraités opéreraient une certaine rupture avec leur vie professionnelle : contrairement aux retraités qui s'inscrivent dans une logique de continuité et qui vivent leur retraite en fonction de la vie antérieure à celle-ci, les retraités s'inscrivant dans une logique d'activité restructurent leur statut autour de nouvelles activités, et c'est le cas pour les enquêtés suivant ce modèle. En effet, on observe chez eux une renaissance à la retraite, que ce soit autour d'un projet lorsque la retraite a été préparée, ou autour de nouvelles activités survenant quelque temps après le passage à la retraite, lorsque cette dernière n'a pas été préparée. Ainsi, le passage à la retraite peut représenter une occasion de se réinventer. Nous observons par ailleurs des différences en fonction de l'indicateur de satisfaction de la vie professionnelle que nous avons présenté précédemment.

### ◦ **La renaissance projet**

Le début de la retraite ou le temps de la retraite peut être réservé à un nouveau projet. Ce projet n'a pas de lien avec les activités exercées lors de la vie professionnelle, et c'est pour cela que l'on définit cette retraite de retraite renaissance. Les retraités peuvent tout d'abord restructurer leur identité autour d'un projet. Ils sont issus de tous types de catégories socioprofessionnelles et ils étaient généralement épanouis durant leur vie professionnelle. Satisfaits de leurs conditions de travail et de leurs conditions de vie, ils ont choisi de complètement renouveler leur statut à la retraite, contrairement aux retraités qui choisissent la continuité. Cette rupture avec la vie antérieure est réfléchie et préparée : ces retraités préparent donc leur retraite et le projet qui rythmera cette période. Mario, 72 ans et ancien ingénieur, s'est par exemple consacré à la rénovation d'un manoir appartenant à sa belle-famille. Sa fin de carrière a été marquée par une déception pour l'entreprise dans laquelle il travaillait. Bien qu'il ait été très épanoui durant sa vie professionnelle, le passage à la retraite fut plus compliqué, car l'entreprise faisait faillite et qu'elle l'a poussé à partir à la retraite. Il dit d'ailleurs qu'il a eu « le sentiment de devenir inutile » à ce moment-là, et sa fin de carrière fut presque une bataille fatale : « Je me suis dit, voilà, ça sert à rien de te battre, tu vas attendre ton heure et tu vas partir en retraite ». Il était clair que sa retraite serait consacrée à la rénovation du manoir familial, puisque c'est un projet qu'il avait réfléchi et préparé bien avant la prise de retraite. Plus généralement, la retraite devait être consacrée à « faire tout ce [qu'il n'avait] pas eu le temps de faire ».

C'est également le cas de Charles, 67 ans, qui était délégué médical dans l'industrie pharmaceutique. Il dit être satisfait de sa vie professionnelle, mais ajoute tout de même : « Je travaillais beaucoup, je n'avais pas beaucoup de temps pour réfléchir. J'avais pas beaucoup de temps pour faire des choses quoi. C'était stressant. Pas ennuyant, pas ennuyeux, mais stressant. Et frénétique. À l'époque je m'étais dit si je peux, je vais faire autre chose. Je voulais faire autre chose à l'époque, je voulais quitter. Je voulais m'en aller pour faire ça, pour faire de la sophrologie ou autre chose dans ces métiers alternatifs. Un métier de soutien quoi. J'avais déjà pensé à ça. ». Il a donc entrepris une formation de sophrologue, dont il a validé le diplôme au bout d'un an. Il est alors devenu auto-entrepreneur et a commencé à se déplacer à domicile pour exercer son activité. Il a également commencé des études de latin en parallèle. La retraite lui a donc permis de se consacrer pleinement à des activités pour lesquelles il n'avait pas le temps, comme pour Mario.

Ces retraités étaient satisfaits de leur vie professionnelle et la rupture qui s'opère à la retraite n'a pas réellement de lien avec le vécu de cette dernière. C'est plutôt la volonté de se consacrer à autre chose qui entre en jeu pour eux,

puisqu'ils admettent tous avoir eu l'envie d'occuper leur temps avec des activités pour lesquelles ils n'avaient pas le temps. Contrairement aux retraités que nous venons de décrire et pour lesquels la retraite et les projets en retraite étaient réfléchis et pensés, certains retraités opèrent une rupture avec la vie professionnelle parce qu'ils n'ont pas été satisfaits par celle-ci.

#### ◦ **La renaissance activités**

D'autres retraités s'inscrivent dans une logique d'activité après un certain temps. Chez ces retraités qui définissent leur ancienne vie professionnelle comme pénible, une grande fatigue voire une usure est souvent exprimée. Le passage à la retraite peut être vécu comme un soulagement, et une période de flottement après la prise de retraite est observée. La rupture avec la vie professionnelle se fait « naturellement ». Ces retraités ont donc plutôt tendance à s'occuper grâce à de nouvelles activités, qu'ils n'avaient, encore une fois, pas le temps de réaliser avant la prise de retraite.

Ceux qui choisissent d'occuper leur temps avec de nouvelles activités peuvent également choisir de participer formellement, et donc de commencer une activité bénévole. Nous retrouvons ces retraités dans le troisième type de l'ORVA, les « néo-engagés », que nous avons déjà présenté.

Ces personnes entrent d'abord généralement dans une période de flottement, où ils se redécouvrent et apprécient le temps retrouvé, avant de s'investir dans les activités en question. Marianne, ancienne assistante sociale de 72 ans, explique que sa vie professionnelle l'a usée et qu'il lui a fallu quelques mois avant de se retrouver et d'apprécier sa retraite. Elle dit d'ailleurs clairement qu'elle avait besoin de se reconstruire, et que c'est la retraite qui le lui a permis : « J'avais envie d'arrêter. Donc pour moi la retraite a été un soulagement d'arrêter ce travail. Et ça m'a donné du temps libre qui m'a fait plaisir (...) c'était un moment attendu ». Sa retraite n'a pas été préparée, comme pour la plupart des personnes s'inscrivant dans une logique d'activité, mais chez lesquelles on peut observer une rupture avec la vie antérieure à la retraite : « J'ai pas tellement prévu ce que j'allais faire, ça s'est fait un peu naturellement, et après j'ai saisi les opportunités de la ville ». Elle est très vite devenue bénévole au sein d'une association luttant contre l'isolement des personnes âgées, ce qui lui a permis de retrouver du contact, elle qui vit seule : « Au début, j'ai participé, et le contact avec les autres m'a permis de retrouver ma personne. Et assez vite je suis devenue bénévole. ». De manière générale, les personnes comme Marianne ont plus de chances de devenir bénévoles que les personnes ayant préparé leur retraite, comme Mario, et qui dédient cette période à des activités bien définies et choisies avant la retraite. En effet, la période de flottement vécue chez les personnes ne l'ayant pas préparée offre la possibilité de s'informer, de « tâtonner » et de découvrir de nouvelles choses, dont les activités de participation formelle.

## **LA PÉNIBILITÉ DURANT LA VIE PROFESSIONNELLE : FACTEUR D'UNE RETRAITE DÉSENGAGÉE**

Enfin, d'autres retraités ayant également vécu une vie professionnelle pénible, choisissent plutôt de se désengager et de ne participer que très peu, voire pas du tout, à la vie de la société. Ce qui, dans les propos de nos enquêtés, était assimilé à une vie professionnelle « pénible » sur le plan physique et/ou moral était la mention d'un non-épanouissement, d'un sentiment d'épuisement, d'un décalage entre les valeurs personnelles et celles de l'entreprise, des difficultés face à des tâches jugées difficiles, un manque de reconnaissance ou encore un manque de marge de manœuvre sont autant d'éléments, non exhaustifs, qui caractérisent la pénibilité. Vers la fin de la carrière professionnelle, cette pénibilité peut engendrer un désengagement, choisi ou subi : ces retraités se désengagent de la vie sociale, que ce soit par choix ou par contrainte.

### ◦ **Désengagement choisi**

Lorsque le désengagement est choisi, les personnes sont issues de toutes catégories socioprofessionnelles et ce sont majoritairement des hommes.

Chez les cadres, cette pénibilité est exprimée majoritairement au moment de la fin de carrière, à savoir les mois ou semaines ayant précédé l'entrée à la retraite. Il a ainsi été souligné un accroissement des responsabilités et tâches à effectuer dans un rythme effréné où les délais de traitement sont raccourcis, sans aménagement de temps pour les employés d'un âge avancé. Pour certains, nous avons pu relever un décalage entre les valeurs professionnelles initiales (ce pour quoi ils ont choisi ce métier) et les nouvelles orientations données par les supérieurs hiérarchiques de l'entreprise. Ayant eu des fins de carrières difficiles, ces personnes auront tendance à refuser des contraintes similaires au début de la retraite. Ainsi, Fernand, (61 ans, ancien enseignant dans un centre de formation professionnelle), confie que : « les cinq dernières années ont été épouvantables parce qu'on a été rattaché. On était d'abord départemental, on était ensuite régional et puis on a fini international, on a été intégré dans une grosse structure avec des objectifs qui correspondaient plus du tout à la façon dont moi j'estimais que je devais exercer mon métier donc... C'est vrai que les cinq dernières années, tout a été fait pour me faire partir et donc ça s'est plutôt mal terminé. ». Il ajoute, au sujet de l'engagement formel : « Je veux plus m'engager comme je l'ai fait par le passé par exemple dans mon club de billard, j'ai été sollicité pour faire partie du bureau et j'ai dit non non non non. Je veux bien filer un coup de main quand y en a besoin mais je veux plus de contraintes. »

Aux côtés de l'usure physique, certains enquêtés parlent d'une fatigue morale, d'un « ras le bol » survenu après une perte de sens concernant les tâches à effectuer jugées répétitives. Contrairement aux cadres qui ont eux bénéficié

d'une certaine souplesse organisationnelle et de plus d'autonomie vis-à-vis des horaires, les individus des catégories socioprofessionnelles moins favorisées, en plus d'avoir des tâches parfois physiquement éprouvantes, n'ont pas pratiqué d'activités en dehors du travail, au risque d'empiéter sur le temps de repos.

Les retraités qui sont désengagés par choix refusent ainsi de retrouver les contraintes vécues durant l'ancienne vie professionnelle et la retraite est alors perçue comme une sorte de libération. Par exemple, Damien, retraité de 68 ans qui travaillait dans le support client, dit avoir voulu « tout exploser » avant le passage à la retraite. Aujourd'hui inactif, il adopte un mode de vie sans contraintes ni participations formelles.

### ◦ **Le désengagement subi**

Lorsque le désengagement est subi, il s'agit de femmes issues de catégories socioprofessionnelles moins favorisées, présentant souvent des vulnérabilités et des fragilités comme un ou plusieurs problèmes de santé, de l'isolement ou encore une précarité économique.

Les femmes sont plus nombreuses que les hommes à exprimer une pénibilité liée à leur ancienne vie professionnelle. Cela peut être expliqué dû au fait que ces dernières ont parfois un « double travail », en référence à une répartition genrée des tâches domestiques. En effet, indépendamment de la CSP, les femmes ont tendance à jouer un rôle central dans l'organisation familiale. Les propos de Mila, ancienne assistante commerciale, 67 ans vont dans le sens de cette idée : « Je jonglais et entre les conduites à l'école, les animations diverses, les sports d'hiver, et on a passé des heures de conduite dans tout ça après j'ai suivi les études, alors le travail était assez prenant quand même (...) après les enfants grandissant il a fallu trouver pour ma fille du travail, peut-être prendre son indépendance. Mon fils a fait des études d'ingénieur après c'était lui trouver des écoles, trouver le logement (...) j'avais des passions mais je ne les faisais pas ».

De plus, certaines enquêtées soulignent des problèmes de santé qui, vers la fin de carrière, se sont accrus. Les tâches de travail ont été jugées répétitives et éprouvantes sur le plan physique, ce qui a augmenté les risques d'apparition d'accidents de travail ou de problèmes de santé pouvant aller jusqu'à invalider partiellement l'individu. Nous reprenons ainsi le cas de Dorine, 62 ans, nouvelle retraitée. Ses horaires de travail, du lundi au samedi, étaient assez conséquents. Vers la fin de sa carrière, elle a ressenti une fatigue à la fois physique et morale. Cette ancienne préparatrice de commande, nous dit : « J'étais préparatrice de commande et je travaillais du lundi au samedi. Bon ça m'arrangeait un peu parce que ça m'évitait d'être toute seule le week-end. Donc j'avais que le dimanche comme repos, et le dimanche j'avais beaucoup à faire parce que je me préparais mes plats que je congelais (...) j'ai eu quelques soucis de dos en plus, c'est ça qui

m'a poussé à prendre ma retraite en plus. ».

- **Le cas particulier du chômage**

Les retraités qui étaient au chômage ne vivent pas la transition à la retraite de la même manière que les autres, car souvent la retraite n'est pas vécue comme une étape marquante de leur vie. Chez eux, il peut être compliqué de se renouveler, pas de restructuration de l'identité, sorte de continuité dans l'inactivité, ce qui peut freiner l'envie de découvrir de nouvelles activités, dont les activités bénévoles.

Également cette situation peut aggraver des conditions de vie précaires, mais également susciter un sentiment d'exclusion ou de non-légitimité. L'individu aura du mal à se percevoir comme acteur social. Pour les individus dont le chômage est venu juste avant l'entrée à la retraite, il n'y a pas eu de moment transitoire à la retraite, ce qui peut freiner la participation sociale formelle. Le fait qu'il n'y ait pas de préparation de la retraite lors de la phase de transition peut empêcher une restructuration de l'identité, et en quelque sorte une continuité dans l'inactivité. Ainsi, lorsque l'on demande à Sabrina (71 ans, bibliothécaire avant une période de chômage qui a duré jusqu'à la retraite) ce que représentait la retraite et comment elle l'envisageait, elle répond : « Rien de spécial parce que j'étais au RMI, ma vie c'était la même, j'avais la même vie que j'ai maintenant sauf que je voyais un peu plus de monde ».

## **PARTIE 2**

# **COMMENT LA PARTICIPATION SOCIALE S'INCRIT DANS LES MODES DE VIE DES RETRAITÉS ?**

Cette deuxième partie d'analyse se focalise sur la participation sociale et la manière dont elle s'inscrit dans les modes de vie des retraités et nos analyses nous ont permis d'établir trois types différents. Dans un premier temps, les retraités qui participent informellement, donc hors des cadres associatifs et des structures: ils rendent des services régulièrement ou encore sont aidants. D'autres retraités participent formellement, ils sont donc par exemple bénévoles au sein d'une association ou par exemple membre d'un conseil de quartier, et enfin il y a les retraités qui ne participent pas du tout.

Cet axe d'analyse permet d'expliquer dans quelle mesure ces pratiques de participation, ou absence de pratique, sont structurées par les habitudes et les représentations de nos interrogés à la retraite.

## LES RETRAITÉS QUI NE PARTICIPENT PAS

Pour commencer, le cas des profils des retraités qui ne participent pas peut être expliqué de différentes manières. Premièrement, plusieurs de nos entretiens nous ont révélé que certains retraités vivaient et organisaient différemment leur temps en fonction des mois de l'année et plus particulièrement des saisons: par exemple, le retour des beaux jours au printemps et l'été, sont l'occasion pour beaucoup de se consacrer aux activités de rénovation de leur habitation, ou aux activités de jardinage, à l'extérieur de manière générale, ce qui représente finalement, sur une semaine, une partie importante en termes de temps. Ces retraités vont alors avoir beaucoup moins d'activités à l'automne et en hiver et dans la mesure où une participation, peu importe sa forme, suppose d'être disponible de manière régulière, ces retraités choisissent de ne pas s'investir formellement ou informellement, car ils ont en tête ces périodes durant lesquelles ils ne seront pas en mesure d'assurer leur mission. Pour illustrer ce premier point, nous pensons à Auguste, 70 ans, ancien directeur d'agence de voyages et propriétaire d'une maison d'hôte qu'il ouvre de mars à novembre, qui nous dit à propos de son activité:

« Et là j'ai une activité quasiment à plein temps, parce que les chambres d'hôtes c'est très sympathique, mais comme je fais également table d'hôtes... Bon, je reste ouvert 6 mois de l'année à peu près, l'hiver euh... L'hiver, j'en profitais pour voyager pour mon plaisir, puisque j'ai toujours beaucoup voyagé. Mais sinon pendant la période de mon ouverture, c'est-à-dire de mars à début novembre, c'est une activité quasiment à plein temps, donc c'est très très très très tonique » Cette dualité entre les périodes « occupées » et les périodes plus libres n'encourage pas la participation sociale.

D'autres retraités interrogés ne participent pas car ils ont profité de leur départ à la retraite pour augmenter leurs déplacements, que ce soit vers des destinations éloignées à l'étranger, ou de séjour plus régulier dans les résidences secondaires. A nouveau, ce type de rythme de vie est peu compatible avec la disponibilité que sous-entend la participation formelle notamment. Ces retraités ne sont au même endroit que sur de courtes périodes et ils ne peuvent donc se rendre disponibles de manière continue. Damien, 68 ans, ancien directeur d'agence de voyages et marié, trouve les mots justes pour nous en parler, puisqu'avec son épouse, ils font (hors covid) de nombreuses activités, ils partent régulièrement en voyage, parfois sur de longues périodes : « Alors c'est vrai que l'hiver on a tendance à... je peux dire à hiberner, c'est-à-dire qu'on partait au soleil. Souvent c'était sur l'Asie parce qu'on aimait bien l'Asie. » De cette façon, il explique lui-même n'être pas souvent dans sa résidence principale : « Nous la maison c'est devenu un pied-à-terre. », et donc il n'est pas disponible pour une

quelconque forme de participation. Un autre point révélé par nos analyses et qui explique également la non-participation, serait le cas des retraités qui ne participent pas car ils vivent aujourd'hui un isolement qu'ils ont choisi, ou non : ils ne ressentent pas la solitude et ne recherchent pas le lien social, que ce soit par des activités de participation ou autre, et nous présentent même leur retrait des activités sociales comme un trait spécifique à leur personnalité. C'est notamment le cas pour Yves, un de nos enquêtés âgé de 66 ans, célibataire et ancien conseiller téléphonique, qui nous dira de lui-même qu'il est un "ours solitaire".

Un autre motif qui vient empêcher et décourager la participation serait les vulnérabilités. Dans le cadre de notre travail, on a considéré comme étant une vulnérabilité premièrement le repli sur soi, nous avons remarqué que le passage à la retraite et les événements qui le ponctuent peuvent favoriser cette situation: certains retraités peuvent tomber peu à peu dans un processus de dévalorisation sociale, entraînant un repli, et de moins en moins d'initiatives dans l'environnement social. Pour illustrer ce propos, nous pensons à Jean, ancien directeur de centre social âgé de 74 ans et marié, qui a un excellent souvenir de sa vie professionnelle qu'il a trouvé très épanouissante, car stimulante, mais aujourd'hui, Monsieur vit très mal la retraite car il a l'impression de ne plus être légitime et c'est également ce que ses proches lui font sentir, que, dans la mesure où il ne travaille plus, il n'est pas légitime pour s'exprimer sur des sujets qu'il aimait aborder avant, comme la politique, la vie de la ville : « Et même à ce niveau-là c'est plus du tout comme avant quoi, la perception qu'ils ont de moi elle est plus la même quoi. Les enfants c'est "Bon papa t'es en retraite", sous entendu "c'est plus la peine de donner ton avis et de dire ce qu'il faudrait faire ou ce que t'aurais fait ou ce que t'as pu faire" ». Jean a donc une très mauvaise perception de la retraite et de son nouveau statut, qu'il envisage comme une période où l'on peut plus être acteur de ce qui nous arrive, où l'on doit être passif: « J'ai droit à mon petit café , mon petit gâteau, c'est le café et le gâteau du retraité quoi. ». De cette façon et à cause de l'image de lui qu'on lui renvoie, Jean s'est peu à peu replié sur lui-même et ne se sent plus légitime du tout pour proposer ses services ou sa contribution pour des actions extérieures.

D'autres vulnérabilités qui touchent un nombre important de nos enquêtés sont les problèmes de santé. En effet, les rendez-vous médicaux, les conséquences physiques de la maladie, mais également la nouvelle perception que l'on a de soi suite à l'annonce d'une maladie peuvent défavoriser les potentielles actions de participation de certains retraités. Pour illustrer ce propos, nous pensons à on pense à Edmond, un retraité de 71 ans, ancien dirigeant pour un grand groupe alimentaire. Dès le début de sa retraite, Edmond a cherché à devenir bénévole et c'est naturellement qu'il a choisi de réinvestir ses compétences professionnelles dans une association d'aide alimentaire.

Malheureusement, des problèmes de santé apparus récemment le contraignent à arrêter ses activités de participation : « J'occupe mon temps beaucoup pour ma santé, et puis, j'ai toujours quelques activités, mais à titre personnel, parce que je ne peux plus fréquenter les.. et m'investir de trop pour des raisons de santé ».

Un autre facteur que nous avons considéré comme une vulnérabilité est celui de la précarité économique : certains retraités ont de faibles revenus à la retraite, ce qui limite fortement les possibilités au cours de celle-ci. Certains se voient donc contraints de garder une activité rémunérée et les femmes sont davantage concernées car bien souvent elles perçoivent de plus faibles pensions, c'est par exemple le cas de Nicole, une retraitée de 68 ans, ancienne employée et aujourd'hui propriétaire d'un élevage de chiens qu'elle tient car cela lui permet « d'arrondir ses fins de mois ».

Enfin, un dernier facteur nous paraissant intéressant à souligner est lié cette fois au territoire, en particulier à la proximité des lieux de participation, plus l'individu est éloigné des lieux où se concentrent les activités comme les centres ville, plus il est difficile de s'y rendre et donc de participer de manière formelle surtout si ce dernier n'est pas motorisé. Notre échantillon compte 41 enquêtés et parmi eux, 18 sont issus de milieux ruraux. Parmi ces 18 retraités, 9 ne font rien du tout, une personne participe formellement et ils sont 8 participent formellement pour la plupart auprès de leurs voisins. En effet, les territoires ruraux favorisent les participations à « échelle humaine ». Thérèse, une retraitée de 71 ans, apporte un exemple qui illustre parfaitement ce point: elle aimerait beaucoup participer de manière formelle, mais elle vit dans un petit village qui n'offre pas de possibilité, même de participation informelle, elle dira: « J'ai une fois voulu m'engager dans une association où ils tricotaient pour la Croix-Rouge, on m'a dit "ah ben oui mais il faut venir vous chercher ça va pas être possible", alors que c'est le village d'à côté, à 5-6 km (...) moi ce qui me bloque c'est justement au niveau déplacement ».

De la même façon, l'intégration et le sentiment d'appartenance au territoire influence fortement la participation sociale, formelle comme informelle, elle est intimement liée à l'intégration dans le territoire mais aussi à la connaissance de celui-ci et à l'appréciation que chacun se fait de son voisinage. En effet, lorsque les retraités se sentent intégrés leur participation sociale est facilitée, et les retraités qui arrivent récemment dans un territoire ou qui en ont une mauvaise appréciation ont moins de chance d'inscrire la participation sociale dans leur mode de vie. Par exemple, Marjolaine, une retraitée âgée 67 ans, nous répondra lorsqu'on lui demande s'il y a des activités bénévoles autour de chez elle : "Je dois vous avouer que je ne me suis pas intéressée à la question parce que j'aime pas où je vis".

## LES RETRAITÉS QUI PARTICIPENT INFORMELLEMENT

Les analyses ont révélé un deuxième profil, celui des retraités qui participent informellement, donc qui ne sont pas engagés dans une quelconque association, mais qui participent en rendant des services ou encore en s'occupant d'un proche. Ces participations informelles s'expliquent et s'inscrivent également dans un mode de vie assez précis, et qui s'expliquent de nouveau de trois manières différentes. Dans un premier temps, le cas des aidants, qui consacrent une partie importante à s'occuper d'un de leur proche en perte d'autonomie ou malade, ou même de leurs petits-enfants. Nous avons choisi de considérer l'aidance comme une forme de participation informelle car en prenant en charge leurs proches, les aidants soulagent les soignants, ou permettent à leur enfants de travailler, et indirectement participent au bon fonctionnement de la société. L'aidance peut être considérée par la personne interrogée comme un engagement en tant que tel, qui lui prend déjà tout son temps. Pour illustrer ce propos, nous pensons à Marjolaine, notre retraitée âgée de 67 ans, célibataire et ancienne assistante clientèle, et qui a déjà été bénévole au sein d'une célèbre association, nous indique qu'aujourd'hui, elle a un rôle auprès de sa tante qui lui prend du temps, et qu'elle considère comme une forme d'engagement, elle nous dira: « Je pense qu'on peut appeler ça du bénévolat quand même ».

Nous avons également remarqué que de nombreux retraités qui ont préparé leur retraite ne s'engageaient pas de manière formelle car ils avaient un projet bien défini et demandeur en temps. Ils participent toutefois de manière informelle car leur projet est tourné vers l'autre, et répond positivement à la définition de la dimension informelle de la participation que nous avons pu définir au préalable, par exemple, Charles, 67 ans, devenu sophrologue à son passage à retraite, après une carrière de délégué médical dans l'industrie pharmaceutique. Quatre ans avant son passage à la retraite, Charles a entrepris une formation d'un an pour obtenir son diplôme de sophrologue et ainsi pouvoir s'y consacrer à la retraite, ainsi, il a réalisé de nombreuses séances de sophrologie gracieusement dans un hôpital. Ce retraité ne s'inscrit donc pas dans des actions de participation formelle, toutefois, son investissement auprès de l'autre de manière générale nous permet de considérer son projet comme se rapprochant de notre définition de la participation informelle.

Enfin, et pour finir de présenter cet axe d'analyse qui traite des retraités qui font de l'informel, nous nous intéressons aux enquêtés qui sont dans l'incapacité de participer formellement parce que trop enracinés dans les solidarités de proximité. En effet, et en particulier pour des raisons liées à leur lieu de vie, ces retraités n'ont d'autres possibilités que de participer autour de chez eux, à travers ce qu'on appelle les « solidarités de proximité ». Cette participation apparaîtra sous la forme de services rendus aux voisins, qu'ils soient plus ou

moins importants, des formes plus fréquentes en milieux ruraux: les analyses révèlent par exemple que sur 26 personnes qui participent informellement, 17 vivent en milieu rural où les associations se font plus rares et où devenir bénévole nécessite plus de moyens. De cette façon, soit le retraité n'a pas une bonne connaissance de son lieu de vie et de son voisinage et il ne participe pas, soit à l'inverse, il est assez proche de ses voisins pour participer informellement auprès d'eux, ponctuellement ou de manière régulière.

Ansi, Myriam, une de nos enquêtés âgée de 64 ans, vit dans un petit village et elle reconnaît que son lieu de vie et sa bonne entente avec son voisinage favorise grandement le fait de se rendre des services : « C'est l'entraide le petit village c'est pas la ville moi, c'est un village ». Très proche de son voisinage, elle n'hésite pas à aller vers eux en cas de besoin, et l'inverse se vérifie également.

## LES RETRAITÉS QUI PARTICIPENT FORMELLEMENT

La présentation d'un dernier profil, celui des retraités qui participent formellement vient achever pour achever le détail de cet axe d'analyse consacré aux modes de vie de nos enquêtés. Ces retraités participent donc au sein d'associations pour la plupart: ils vivent majoritairement une retraite de type "loisirs" , ils ont l'envie et le temps de se consacrer à des activités choisies, par exemple, Laure, 65 ans, avait envisagé sa retraite comme un moment lui permettant de se consacrer aux activités qui lui plaisaient et qu'elle n'avait pas le temps de réaliser durant sa vie professionnelle, elle s'est donc tournée vers le bénévolat à la retraite.

On a remarqué également que bien souvent, les retraités qui font du formel, font aussi de l'informel, en rendant des services autour d'eux. Le plus souvent, lorsque l'on interroge les retraités sur le sens qu'ils mettent derrière cette participation, ils mettent en avant un désir de créer du lien social et de rester actif, c'est notamment le cas pour Jeanne, une retraitée de 69 ans, ancienne experte comptable et qui est à la retraite depuis quatre ans : « Alors je suis à la retraite depuis... 2016 ! Y a pas très longtemps hein. Donc très vite, euh, j'ai décidé que j'aurai une activité bénévole, pour occuper mon temps de retraite ».

# UNE TYPOLOGIE : PRISE EN COMPTE DE LA TRAJECTOIRE ET DES MODES DE VIE DES RETRAITÉS DANS LE CADRE DE LA PARTICIPATION SOCIALE

## Type 1 : Les retraités qui ne participent pas

- **La retraite projet**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités ayant un projet de retraite qui peut-être la rénovation d'un manoir ou le fait de commencer un élevage de chien.

En termes de trajectoire, ils s'inscrivent dans une retraite-renaissance ou continuité suivant le type d'activités qu'ils choisissent (en lien ou pas avec leur activité professionnelle antérieure).

→ Des intéressés à l'engagement de l'ORVA

→ Des hommes mariés

→ De toutes classes socioprofessionnelles

→ Ils ont un bon ressenti de la retraite et se disent satisfaits de leur mode de vie

→ Ils sont majoritairement issus de milieux ruraux

→ Malgré leur appartenance à la catégorie de l'ORVA : les intéressés à l'engagement, ils ne sont pas réellement intéressés par des activités bénévoles. Au quotidien, ils sont pris par leur projet et ne pensent pas pouvoir trouver le temps de s'investir dans une association ou de participer informellement.

Un moyen de les approcher de la participation serait de faire coïncider leur projet avec des participations formelles ou informelles.



- **La retraite refus de contrainte**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités ayant une retraite concentrée autour de loisirs qu'ils pratiquent librement et sans contrainte. En termes de trajectoire, ils s'inscrivent dans une retraite « désengagée », car ils préfèrent suivre leur biorythme, leurs envies, dans une démarche de lâcher-prise.

→ Des intéressés et des éloignés de l'engagement de l'ORVA

→ Majoritairement des hommes, jeunes retraités et seuls.

→ De toutes classes socioprofessionnelles mais avec une vie professionnelle pénible.

→ Ils ont un bon ressenti de la retraite

→ Ils sont majoritairement issus de milieux ruraux

→ Ils ne sont pas intéressés par l'engagement car ils ne veulent pas retrouver les contraintes de la vie professionnelle. Ils se disent par contre enclin à donner un coup de main et à participer si on les sollicitait.



- **La retraite contrainte**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités ayant une retraite concentrée autour d'activités biologiques avec très peu d'initiatives en dehors de la sphère domestique.

En termes de trajectoire, ils s'inscrivent dans une retraite-désengagement car ils ont été usés par leur vie professionnelle et ont aujourd'hui un mode de vie contraint par des fragilités.

→ Des intéressées et des éloignées de l'engagement de l'ORVA

→ Des femmes seules

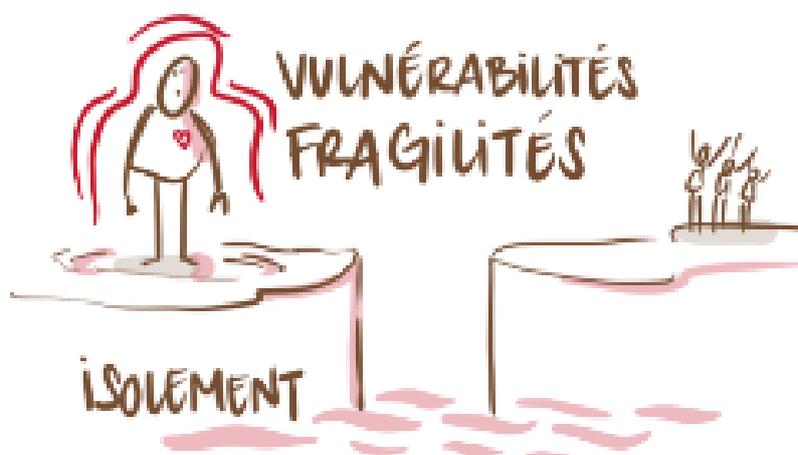
→ Issues de classes socioprofessionnelles moins favorisées avec une vie professionnelle pénible.

→ Elles ont un mauvais ressenti de la retraite et présentent des vulnérabilités et fragilités (santé, isolement, précarité économique)

→ Elles sont majoritairement issues de milieux urbains.

→ Elles sont plutôt intéressées par l'engagement mais mentionnent des blocages résultant de fragilités.

Il serait intéressant de creuser une démarche visant à aller vers eux.



## Type 2 : Les retraités qui participent informellement

- **La retraite hybride projets/participations**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités ayant un projet de retraite de la même façon que les retraités qui pratiquent une pratique retraite-projet

En termes de trajectoire, ils s'inscrivent dans une retraite renaissance ou continuité suivant le type d'activités qu'ils choisissent (en lien ou pas avec leur activité professionnelle antérieure).

- Des intéressés à l'engagement de l'ORVA
- Hommes et femmes majoritairement célibataires
- De toutes classes socioprofessionnelles
- Ils ont un bon ressenti de la retraite
- Des personnes souvent bénévoles avant la retraite
- Ils ont une bonne représentation de leur territoire

→ Malgré leur appartenance à la catégorie de l'ORVA des "intéressés à l'engagement", ils ne sont pas réellement intéressés par des activités bénévoles. Ils pratiquent déjà des participations informelles, et leurs projets à la retraite sont chronophages et les empêchent de s'investir régulièrement dans une association.



- **L'aidance**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités occupant une bonne partie de leurs semaines à venir en aide à des parents, des tantes ou leurs petits enfants.

En termes de trajectoire, ils peuvent s'inscrire dans une retraite-continuité ou renaissance mais pas dans une retraite-désengagement car ils continuent à agir sur leur environnement via leur nouveau rôle social.

→ Des intéressés et des éloignés de l'engagement de l'ORVA.

→ Majoritairement des femmes.

→ De toutes classes socioprofessionnelles.

→ Ils sont majoritairement issus de milieux ruraux

→ Ils ne sont pas intéressés par l'engagement car ils n'ont pas le temps de s'investir dans une association du fait de leur rôle en tant qu'aidant. Des préconisations seront développées précisément liées à cette situation dans la partie dédiée.



- **Les solidarités de proximité**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités pratiquant des solidarités de proximité, c'est-à-dire venant régulièrement en aide à leurs voisins. En termes de trajectoire, comme pour l'aidance, ils peuvent s'inscrire dans une retraite-continuité ou renaissance mais pas dans une retraite-désengagement car ils continuent à agir sur leur environnement via leur nouveau rôle social.

- Des intéressés à l'engagement et des néo engagés de l'ORVA
- Majoritairement des hommes mariés
- Issus de toutes classes socioprofessionnelles et qui ont eu une vie professionnelle épanouissante
- Ils ont un bon ressenti de la retraite
- Ils ont une bonne représentation de leur territoire et vivent plutôt en milieu rural
  
- Ils sont plutôt intéressés par le bénévolat et leurs blocages semblent liés à une méconnaissance des activités autour de chez eux



### Type 3 : Les retraités qui participent formellement

- **La retraite continuité bénévolat**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités ayant des activités bénévoles régulières.

En termes de trajectoire, ils s'inscrivent dans une retraite-continuité car ils réinvestissent leurs compétences professionnelles dans leurs nouvelles activités bénévoles.

→ Des intéressés à l'engagement et des néo-engagés de l'ORVA

→ Majoritairement des hommes mariés

→ De classes socioprofessionnelles favorisées qui ont eu une vie professionnelle épanouissante

→ Ils ont un bon ressenti de la retraite

→ Ils sont majoritairement issus de milieux urbains

→ Ils sont déjà bénévoles et ont une bonne représentation de leur activité. Ils se disent engagés et préfèrent ce terme à celui de participation qu'ils trouvent moins représentatif.



- **La retraite renaissance bénévolat**

En termes de mode de vie, il s'agit de retraités ayant des activités bénévoles régulières.

En termes de trajectoire, ils s'inscrivent dans une retraite-renaissance car ils restructurent leur identité autour de leurs nouvelles activités bénévoles qui rompent complètement avec leur vie professionnelle antérieure.

→ Des intéressés à l'engagement et des néo-engagés de l'ORVA

→ Majoritairement des femmes

→ De toutes classes socioprofessionnelles.

→ Ils ont un bon ressenti de la retraite

→ Ils sont majoritairement issus de milieux urbains

→ Ils sont déjà bénévoles et ont une bonne représentation de leur activité. Ils se disent engagés mais valorisent quand même la participation qui marque le début d'un processus d'investissement dans une association.



## PARTIE 3

# QUELLES ÉVOLUTIONS DANS LA TRAJECTOIRE DE PARTICIPATION SOCIALE DES RETRAITÉS ?

### LES ÉLÉMENTS SUSCEPTIBLES D'INFLUENCER LA TRAJECTOIRE DE PARTICIPATION SOCIALE

Les trajectoires de participation sociale des retraités interrogés ne sont pas toujours linéaires. En effet, de nombreux éléments peuvent influencer la participation sociale, et donc la trajectoire de participation sociale des retraités. Parmi ces éléments, on retrouve notamment l'entourage, qui peut jouer un rôle déterminant et qui peut déclencher comme entraver la participation sociale ; ou encore un événement personnel marquant survenu, à un moment de la vie du retraité, comme un handicap ou encore le fait de devenir bénéficiaire d'une association. Une interrogation a été portée sur les démarches faites par les structures associatives envers le public cible des retraités susceptibles de participer formellement et plus particulièrement sur le manque présent à ce niveau et qui peut apparaître dans le discours des retraités enquêtés.

#### ◦ **L'entourage**

Le principal facteur influençant la participation sociale est personnel, défini par le rôle de l'entourage proche, à savoir la famille, les amis ou les connaissances que l'individu fréquente. Bien que l'enquêté ait tendance à mettre en avant des motivations individuelles pour expliquer les raisons de sa participation (ou non participation) lors des entretiens, il est parfois influencé par son entourage . C'est ce qu'illustrent les propos de Louis, 74 ans , ancien ingénieur : “ J'ai été personnellement contacté par des personnes qui étaient retraités avant moi (...) qui ont créés à Dunkerque l'antenne d'une association (...) comme je les connaissais bien (...) au départ j'ai commencé un peu par amitié pour eux.”

L'entourage peut alors être reconnu comme élément déclencheur à la participation sociale :

- parce qu'il a une dimension inspirante par ses engagements
- par son rôle de vecteur d'informations, surtout lorsqu'il y a une méconnaissance en termes de possibilités, d'actions à mener localement.

- parce qu'il aide à l'intégration de l'individu dans des structures associatives lorsque ce dernier ne connaît personne.

A l'inverse, l'entourage peut entraver la participation sociale. Quelques-uns de nos enquêtés se sont retrouvés pris entre le désir de participer bénévolement et leurs contraintes familiales. Ainsi, Patricia (65 ans, Mariée, ancienne responsable logistique) explique qu'elle ne participe pas de manière formelle, car son mari ne souhaite pas qu'elle s'engage par peur d'un manque de disponibilités pour les moments qu'ils pourraient passer à deux, en dehors de son travail.

De manière globale, la situation maritale a un impact important sur le bénévolat. En effet, la majorité des personnes en couple ne se disent pas intéressées par le bénévolat. Alors que les personnes seules se disent intéressées ou déjà engagées.

#### ◦ **Un événement marquant**

Certains événements peuvent marquer une rupture dans la trajectoire de vie du retraité et agir comme déclencheur de la participation sociale dans un contexte de restructuration de l'identité du retraité autour de nouvelles activités. C'est par exemple le cas du décès de la personne avec laquelle on partage sa vie. Le veuvage, qui concerne plus les femmes que les hommes, semble pouvoir amener les retraités vers des formes de participation sociale et en particulier des formes de participation sociale formelle.

#### ◦ **Des éléments propres aux valeurs de l'individu influençant la participation sociale**

Certains enquêtés ont fait part de leur souhait de participer et de s'investir pour une cause qui leur tenait à cœur, et qui bien souvent les concerne directement. Les propos de Dominique (63 ans, 1 an de retraite, employé), illustre cela : il est bénévole au sein de l'association Perce Neige et lui même père d'un enfant déficient. A plusieurs reprises, il a souligné l'importance pour lui d'être investi dans une association qui permet de valoriser ses compétences personnelles ou alors qui fait écho à une histoire personnelle.

#### ◦ **Des éléments du côté des associations**

Enfin, d'autres facteurs pouvant être soulignés concernent le rapport aux associations. En effet, certaines critiques des retraités témoignent d'un manque d'aller vers et d'une communication à revoir. Ces éléments peuvent orienter la trajectoire de participation sociale des retraités vers une participation plus informelle voire une absence de participation. En effet, la plupart des retraités interrogés indiquent que s'ils étaient directement sollicités, ils participeraient

volontiers. C'est par exemple le cas de Raymond, retraité de 66 ans qui travaillait autrefois dans les assurances. A ce propos, il indique : "Si on a besoin de moi, donner un coup de main ponctuellement oui !"

Concernant le volet communication des associations vers les retraités, les informations sont parfois mal relayées, selon les dires de certains enquêtés qui ne sont pas toujours au fait des offres associatives et des possibilités de participation.

Toujours sur la communication, il apparaît une sorte de monopolisation ou mise en avant du domaine de l'action sociale. Cela pourrait freiner certains enquêtés qui rechercheraient d'autres types de structures proches de leur champ de compétences.

C'est ce que relève par exemple Bertrand, 64 ans ancien ingénieur:

Lorsque les enquêtrices demandent s'il a des activités bénévoles ou citoyennes, il répond: "Alors là non, non pas spécialement. [...]j'aurais voulu participer à quelque chose mais je ne sais pas dans quelle mesure parce que ...mes compétences sont dans la mécanique, Donc je ne vois pas très bien où est-ce que je peux être. Mais après peut-être que je ne connais pas "

Enfin, la volonté de rompre l'isolement, ou encore de rester actif peuvent déclencher la participation des retraités.

## **LES MOTIFS DE RÉDUCTION DE L'ENGAGEMENT OU DU DÉSENGAGEMENT**

Une trajectoire de participation sociale peut connaître tout comme une trajectoire de vie des ruptures ou des discontinuités. Nous allons donc examiner dans cette deuxième partie les motifs qui peuvent amener un retraité à réduire son engagement, ou même à se désengager d'une association ou plus largement de sa participation dans son milieu.

### ◦ **Les motifs intrinsèques aux individus**

Dans cette partie, nous nous appliquons à rendre compte au mieux des éléments qui sont à l'origine de la réduction de l'engagement ou même du désengagement de certains de nos retraités. En effet, la participation est aussi un choix qui résulte de la prise en compte de divers facteurs, dont certains sont pleinement le fait de l'individu, comme son état de santé, ou encore son état de fatigue global et son ressenti par rapport à son âge.

#### ▪ **Les problèmes de santé**

Lorsque l'on évoque le temps de la retraite et des personnes âgées, les

problèmes de santé sont une idée prégnante qui vient à l'esprit de la majorité des individus. Et même si bien évidemment tous les retraités ne sont pas malades, l'avancée en âge favorise naturellement l'apparition de divers soucis et pathologies qui peuvent perturber le quotidien des plus âgées et ainsi, venir bouleverser leur trajectoire de participation sociale.

En effet, participer, qu'il s'agisse d'actions formelles ou informelles, suppose d'être en bonne santé, si le retraité se retrouve dans une condition physique qui ne lui permet plus d'assurer ses activités, il se voit contraint de les réduire, voire de les stopper. Il s'agit d'un motif évoqué à de nombreuses reprises pour expliquer le fait qu'ils participent moins ou plus du tout. C'est notamment le cas de Maëlle, une retraitée de 62 ans, qui a un parcours de participation très riche: elle a par exemple été bénévole dans une association d'accompagnement, d'écoute, et d'accueil de femmes prostituées à Lille, ou encore bénévole dans une salle d'art et d'essai.

Aujourd'hui, Maëlle se voit contrainte d'arrêter ses activités à cause de l'apparition d'une pathologie lourde, qui la fatigue énormément et pour laquelle elle a de nombreux rendez-vous médicaux qui lui prennent énormément de temps: « Depuis quelques années je suis en soins pour des pathologies très lourdes. Donc ma vie, elle est rythmée aussi par rapport à ça quoi (...) Le soin, ça prend beaucoup de place dans ma vie actuellement, donc du coup, je peux pas m'engager quoi. ». Même si les activités de bénévolat l'intéressent autant qu'avant, Maëlle n'est plus en mesure d'être bénévole car cela nécessite d'être disponible de manière régulière. La trajectoire de participation de cette dame a été modifiée puisqu'aujourd'hui, à défaut d'être bénévole, elle fait de l'informel au sein de son quartier en aidant ses voisins pour des tâches administratives compliquées : « Et ça m'arrive souvent, pour des démarches administratives ou simplement parce que oui, ce sont des personnes qui sont en difficulté. »

Un autre de nos enquêtés, Edmond, âgé de 71 ans, a dû lui aussi réduire puis arrêter complètement ses activités de bénévole après une hémorragie cérébrale qui lui vaut aujourd'hui beaucoup de rendez-vous médicaux et un suivi rigoureux, mais également de la fatigue : « J'ai fait une hémorragie cérébrale, c'est fatiguant en soi, c'est beaucoup de rigueur, avec des soucis complémentaires, en autres des visites médicales de suivi assez intenses.». Pour le moment, Edmond n'est pas en mesure de reprendre ses activités, mais il espère que ce sera possible un jour: « J'espère que je pourrai reprendre un jour, ce qui n'est pas forcément évident » .

Ainsi, lorsque le retraité tombe malade, bien souvent, il n'a d'autre choix que de réduire voire de stopper son engagement. Au-delà de la baisse d'énergie que cela implique, il s'agit surtout du temps que la maladie accapare, pour les rendez-vous médicaux, divers suivis et soins.

Un autre point qui constitue également un motif important des arrêts des activités des retraités serait tout naturellement leur avancée en âge, l'état de

fatigue qu'ils ressentent, l'âge subjectif qu'il se donne, la perception que les autres ont de notre âge et de notre état de fatigue influence fortement la participation.

- L'âge chronologique et l'âge subjectif

Certains retraités interrogés nous ont également fait part d'une réduction ou d'un arrêt de l'engagement qui était lié à leur âge, qu'il soit chronologique ou subjectif. Pour rappel, l'âge chronologique correspond à l'âge civil d'une personne, alors que l'âge subjectif correspond plutôt à l'âge ressenti ou l'âge que l'on se donne.

L'avancée en âge n'est pas vécue de la même manière par toutes les personnes vieillissantes, mais toutes ont conscience des changements qu'elle opère chez eux, et elle représente une expérience subjective. L'évolution la plus marquante exprimée par les retraités que nous avons interrogés est bien celle de l'âge et celle de la fatigue physique qui a lieu entre le début de leur retraite et aujourd'hui. C'est précisément ce que Mario, ancien ingénieur de 72 ans, nous livre lors de son entretien : « Alors, oui y a une évolution dans le sens où on a pris dix ans. Donc quand vous vieillissez, le problème c'est que vous allez moins vite. Parce que vous développez en vieillissant certaines pathologies, et donc c'est vrai qu'aujourd'hui je... Avant y a dix ans je pouvais aller..., Je tapais dedans, comme on dit, sans problème. Aujourd'hui je sais que si je fais ça au bout d'une heure j'suis KO et je peux rentrer et puis me mettre dans un fauteuil. Donc aujourd'hui la grande différence c'est qu'on prend un peu plus le temps ».

Comme nous l'avons exposé dans le premier chapitre de notre étude, l'âge subjectif peut-être différent, et ce surtout en fonction de la catégorie socioprofessionnelle ou de la pénibilité au travail, vécue par le retraité. A âge chronologique égal, deux personnes peuvent avoir un âge subjectif différent, avec un âge subjectif supérieur pour la personne dont la vie professionnelle n'a pas été épanouissante. L'âge qu'on nous renvoie est également important dans la construction de l'image de soi.

Jean, retraité de 74 ans qui était directeur d'un centre social se confie à ce sujet. Comme nous l'avons évoqué dans la partie des modes de vie, il parle notamment de la perception que porte son entourage à son égard, perception qui a changé et dont il souffre. Il ressent énormément que son entourage ne le regarde plus de la même manière et que ses opinions, par exemple, ne sont plus autant pris en compte : « La perception qu'il sont de moi elle est plus la même quoi, les enfants c'est "Bon papa t'es en retraite", sous entendu "c'est plus la peine de donner ton avis et de dire ce qu'il faudrait faire ou ce que t'aurais fait ou ce que t'as pu faire" (...) j'ai droit à mon petit café, mon petit gâteau. C'est le café et le gâteau du retraité quoi. ». Il dit d'ailleurs avoir eu le même ressenti lorsqu'il a commencé à participer dans des associations, où on lui a fait ressentir son âge.

Enfin, de nouvelles peurs peuvent apparaître chez certains retraités, peurs directement liées

à la vieillesse. C'est ce dont nous parle Marie, ancienne commerciale de 64 ans qui, en vieillissant, a développé des angoisses qu'elle n'avait pas auparavant. Elle nous explique plus particulièrement sa peur de plus en plus présente de conduire, elle qui connaît les routes de sa ville par cœur. Ainsi, l'âge subjectif, l'image qu'ont les retraités d'eux-mêmes, mais aussi le regard que porte leur entourage sur eux contribuent à une perte de confiance en eux et au recul de leurs activités. Dans cette même logique, l'avancée en âge a tendance à réduire les possibilités que se représentent les retraités pour leur avenir. Cette analyse nous permet d'appréhender une crispation des représentations de l'engagement au fur et à mesure de l'âge, qui ne permet pas d'envisager de nouveaux projets de vie, et donc bloquent les différentes formes de participation dans une dynamique de désengagement. Pour illustrer ce propos, nous pouvons nous appuyer sur notre entretien avec Véronique, une retraitée de 76 ans, qui lorsqu'on lui demande si elle a des projets pour l'avenir nous répond : « Ouh, ma pauvre. L'avenir ? Quel avenir ? Combien de temps vais-je encore vivre ? Vais-je vivre en étant comme je suis, c'est-à-dire à peu près capable de vous parler, à peu près capable de lire, d'écouter les nouvelles et de retenir un petit peu de bricoles ? Combien de temps ça va durer, ça? ».

Nous avons donc pu aborder dans cette partie, la façon dont l'âge chronologique et les représentations liées à l'âge peuvent mener à un désengagement des retraités. Nous allons maintenant traiter d'un événement extérieur qui justement a pu beaucoup jouer sur cette représentation : la crise de la COVID.

- La COVID : une difficulté récurrente dans le discours de nos enquêtés

La crise sanitaire que nous traversons actuellement est une nouvelle difficulté que rencontrent les retraités qui participent formellement que nous avons interrogé. Elle a tout d'abord grandement impacté leur vie et a restreint les contacts qu'ils pouvaient avoir, ce qui a pu participer à l'isolement des retraités vivant seuls, comme Marianne, 72 ans et ancienne assistante sociale. Cette dernière nous explique par exemple qu'il peut se passer des jours sans qu'elle ne parle à quelqu'un, ce qui n'arrivait jamais avant la crise, puisqu'elle se rendait très régulièrement dans l'association où elle est bénévole et responsable. Ils ont cependant réussi à se regrouper en groupe réduit de temps en temps dans la semaine, ce qui l'a beaucoup aidée.

Lorsque l'on parle de leurs activités bénévoles, les retraités nous confient tous que la crise de la Covid a freiné leur participation, et ce de manière conséquente. En effet, toutes les associations auxquelles ils avaient l'habitude d'aller pour offrir leur aide ont dû fermer leur porte, ce qui a pu rompre la trajectoire de participation sociale de nombreux d'entre eux. Certains ont même peur d'y retourner, les populations les plus âgées étant les plus vulnérables au virus. C'est le cas de Jeanne, retraitée de 69 ans qui était employée avant la retraite.

Quant à Raymond, 66 ans et ancien cadre dans une compagnie d'assurance, il explique que la pandémie lui a coupé l'envie de participer : « Avec la pandémie, on a appris à s'occuper tout seul, tutos en veux tu en voilà dans tous les domaines. On s'autogère et on a plus envie de faire partie de quoique ce soit ».

En somme, la Covid-19 a bousculé les habitudes de participation sociale formelle de tous les retraités que nous avons interrogé : quand certains attendent impatiemment de pouvoir retrouver leurs activités, d'autres ont peur de se réinvestir et se demandent même s'ils continueront leurs pratiques.

### ◦ **Le rapport des retraités désengagés aux structures associatives**

L'objectif de cette partie est de se tourner du côté des structures associatives et d'expliquer la relation qu'entretiennent les retraités interrogés avec ces dernières. Notre analyse étant spécifiquement concentrée sur les retraités désengagés ayant eu une expérience du monde associatif et qui en sont sortis pour des raisons objectives et des vécus subjectifs, il ne s'agit pas ici de donner à voir une image complète du rapport des retraités aux associations. Il s'agit donc d'analyser ce qui, dans les représentations et l'expérience des retraités, peut freiner leur participation sociale formelle. Ainsi, nous nous sommes ici concentrés sur les critiques que ce public pouvait faire à l'égard des structures associatives et ce qui, selon eux, était du ressort des associations et limitait leur volonté d'en faire partie. Nous verrons dans un premier temps comment l'organisation des structures en interne peut parfois être en décalage avec les attentes des retraités, d'abord de par leur cadre parfois strict puis à cause d'une organisation souvent déstructurée, au niveau des tâches ou des projets. Enfin, nous analyserons comment l'image de ces structures peut décourager le bénévolat.

#### ■ Un cadre strict

Dans un premier temps, nous avons pu observer que les retraités, et certaines de nos lectures pointent un cadre strict pour les associations, qui n'est pas toujours très apprécié (surtout par les retraités s'inscrivant dans un contexte de désengagement que nous avons pu évoquer dans une partie précédente). Ce cadre rigide se décline, ici, en 3 points que nous allons maintenant aborder.

D'abord, leurs attentes ne sont pas toujours en accord avec les horaires et le calendrier des associations. Certains retraités considèrent que les horaires réguliers imposés par les associations ne sont pas adaptés à leur mode de vie, ce qui freine leur possibilité de participation formelle. C'est, par exemple, le cas de Marie (retraité de 65 ans, ayant eu un travail dur et prenant) qui lors de notre entretien insiste sur le fait que « les associations ne peuvent pas demander un horaire régulier et un travail régulier, ce n'est pas possible, ce n'est pas un travail ».

Cette ambivalence du côté hybride « travail bénévole » fait écho à une professionnalisation du bénévolat sur laquelle nous reviendrons dans une prochaine sous-partie.

Elle nous permet également de toucher du doigt, le paradoxe de l'organisation associative, puisqu'un des avantages affichés du bénévolat par rapport au travail, est la possibilité de rester libre de son temps. Dans la réalité, les bénévoles signent des contrats, des conventions ou des chartes dans lesquelles ils s'engagent sur des heures de présence, de travail ainsi que sur des règles qu'ils doivent respecter. Ces contraintes sont souvent incompatibles avec les modes de vie de certains retraités que nous avons évoqués dans la partie « les retraités qui ne participent pas » du troisième chapitre.

Également, nous avons eu des remarques par rapport aux calendriers des associations (en particulier les associations sportives et culturelles) qui peuvent être calqués sur les vacances scolaires par exemple, ce qui ne correspond pas à la réalité des retraités. En effet, ils font bien souvent des voyages en dehors de ces périodes pour profiter d'une certaine accalmie, et sont ainsi disponibles pendant les vacances scolaires. C'est notamment le cas de Raymond, 61 ans, qui part régulièrement en vacances dans son mobil home et qui nous dit à ce sujet : « Et puis comme eux ils se basent sur les vacances scolaires, c'est cuit. C'est difficile d'avoir un pied dedans. ».

Par rapport à la hiérarchie et des relations internes, certains retraités ont déjà rencontré des problèmes dans leurs expériences de bénévolat antérieures notamment dues à des conflits en interne qui ont été mal gérés, et dénoncent une forme d'entre-soi et d'individualisme à l'interne, dans ces structures. C'est notamment le cas d'Arlette (59 ans, ex-cadre) qui explique avoir interrompu son engagement bénévole dans une banque alimentaire car elle ne s'entendait plus avec un autre participant. Nous avons pu également appréhender la difficile entente entre les salariés et les bénévoles au sein d'une même structure. Il peut exister une tension due au fait qu'un bénévole pourrait venir prendre la place d'un salarié. Marie (65 ans, ex-cadre) lors d'une précédente expérience a été confrontée à une tension résultant de la cohabitation bénévole-salarié. Elle explique ainsi, comment une personne salariée au sein d'une association déléguait tout son travail aux bénévoles présents comme s'ils étaient à son service. Cet exemple vient illustrer la difficulté, pour les deux profils cohabitants, de chacun trouver son rôle. A propos de cette expérience, Marie explique : « J'en ai eu une à Marcq-en-Barœul. La fille, elle est devenue blanche, je lui ai dit vous êtes la fille du président et vous prenez un gros salaire et vous voudriez que je fasse le travail à votre place, vous déconnez là. ».

Les retraités peuvent également se retrouver devant un président en place depuis longtemps, et des schémas rigides, mis en place bien antérieurement à leur arrivée qui rendent difficile leur intégration, l'expression de leur individualité et le fait de monter de nouveaux projets. On pourra pour illustrer ceci mentionner le cas de Léa (ex-cadre de 75 ans), qui lors d'une expérience associative, s'est sentie bridée dans les projets qu'elle pouvait mettre en place et s'est heurtée à un cadre rigide qui empêchait la nouveauté et le dynamisme: « Moi ce qui m'intéresse ce sont les projets. Donc tu crées des choses et j'ai cru, de façon en fait tout à fait erronée, qu'en s'inscrivant dans diverses associations à l'époque, et bien que j'allais retrouver dans le bénévolat l'esprit de conception et de construction de projets que j'avais dans mon activité professionnelle (...) On passait notre temps en réunion et il n'y avait rien qui sortait. Dès qu'on avait des idées nouvelles, c'est qu'ils avaient leurs petites habitudes, leur routine ».

Enfin, le constat d'une certaine forme de professionnalisation du bénévolat freine la participation formelle des retraités qui ne veulent pas retrouver un cadre professionnel.

L'organisation des associations pour certains se rapproche de celle du travail, d'abord de par les horaires que nous avons déjà évoqués, mais aussi au niveau du recrutement. Celui-ci, comme le dénonce Sébastien (60 ans, ex-employé), peut se faire au travers de fiches de postes et en fonction des compétences ce qui, pour lui, s'écarte des valeurs et de la philosophie des associations et induit une certaine forme de compétitivité, et donc d'exclusion. A ce titre, il est important de rappeler que toutes les associations ne sont pas à la recherche de bénévoles et que certaines ont des exigences de recrutement bien précises.

Ainsi, certains acteurs de terrain dénoncent une évolution du recrutement du « vouloir faire » vers le « savoir-faire », et des exigences de plus importantes sur le bagage et l'expérience des futurs bénévoles. Cette expérience, Sabrina, une retraitée de 71 ans ayant eu une carrière ponctuée de période de chômage et de travaux alimentaires, a pu en témoigner dans un de nos entretiens. A la question « avez-vous déjà eu des activités associatives ? », elle répond : « Non j'ai essayé, je voulais faire des choses pour aider, on m'a présenté que des travaux très durs physiquement. J'ai rencontré des gens pour faire des choses mais ça ne s'est pas fait. Ce sont des associations de grands bourgeois, comme la ville de Compiègne, comme dans la résidence où j'habite. Il y en a qui ont des revenus modestes comme moi mais nous sommes en minorité. Les autres vous regardent de haut, je ne suis pas une bourgeoise, ça se voit. Et donc dans les associations où je suis allée on n'a pas voulu de moi. On ne me l'a pas dit comme ça, on a dit qu'on avait pas besoin, qu'il y avait beaucoup de gens ».

- Une organisation déstructurée

Malgré la relative professionnalisation du travail bénévole, on constate que certaines de ces structures associatives, qui tendent cependant vers ce modèle, manquent en retour de professionnalisme. Cette contradiction est surtout visible dans leur organisation et en particulier au travers du manque de formation sur le statut de bénévole.

Cette contradiction est surtout visible dans leur organisation et en particulier au travers du manque de formation sur le statut de bénévole. C'est notamment ce qu'explique Liliane (65 ans, ex-cadre), lorsqu'elle nous confie qu'au cours d'une précédente expérience de bénévolat, elle a eu beaucoup de mal à appréhender son rôle et également ses droits en tant que bénévole.

Elle déplore que rien n'ait été fait du côté associatif pour faciliter son expérience. Elle donne l'exemple de la possibilité de se faire rembourser certains trajets dont elle n'a entendu parler que très tardivement. Ce manque d'organisation peut, dans certains cas, être rapproché d'un manque de financement qui empêche, bien souvent, les associations de mettre en place la totalité des actions qu'elles envisagent. A ce sujet, les acteurs des associations évoquent les difficultés liées à la progression des appels à projets dans la sphère associative. Dans ce cadre, ces structures, pour l'obtention de fonds, sont mises en concurrence avec d'autres associations, mais également avec des entreprises lucratives. Les méthodes d'évaluation valorisant des résultats quantitatifs (notamment financiers) désavantagent les associations qui subissent une pression à la rentabilité et à la baisse des coûts, au nom d'une injonction à la performance. Ces acteurs dénoncent également un désengagement de l'Etat, qui conduit à une instabilité encore plus importante et empêche parfois la mise en place d'actions pérennes.

- Des retraités qui ne se reconnaissent pas ou plus dans les associations

Pour ce troisième point, nous allons aborder comment la représentation depuis l'extérieure des structures associatives n'encourage pas le bénévolat. Par rapport au premier point qui concernait un fonctionnement interne, nous allons maintenant nous arrêter sur une représentation plus globalisante et qui concerne un point de vue d'ensemble sur les associations. Là-dessus nous pouvons évoquer deux choses : d'abord le fait que certains retraités ne se reconnaissent plus dans les structures associatives, notamment parce qu'ils ne partagent pas toujours leurs valeurs, ou que ces valeurs ne sont pas assez mises en avant et embrassées par tous. C'est le cas de Sébastien, ex-employé de 60 ans, qui nous a indiqué que les personnes dans les associations qu'il avait fréquentées étaient très individualistes et s'en allaient dès qu'elles avaient obtenu ce qu'elles voulaient.

Charles, ex-cadre de 67 ans, nous confie aussi qu'il ne se reconnaît pas dans les associations qui serviraient à occuper des temps vides : « Rien n'oblige à aller dans une association, si je le fais, c'est parce que j'ai un objectif (...) Ou alors je veux pas m'ennuyer aussi hein. Y'a ça aussi hein (...) mais moi j'ai pas ça. (...) donc voilà, j'en vois pas la nécessité quoi. ». Occuper son temps libre et recréer du lien social sont effectivement deux motifs particulièrement mis en avant par les bénévoles et les campagnes de soutien au bénévolat. Cependant, il est important de noter que ces motivations n'animent pas tous les retraités. Certains voudraient participer dans le but de fonder des projets, d'être utiles au plus grand nombre. Ces derniers peuvent se retrouver frustrés dans des associations qui ne correspondent pas à leurs besoins, ou par le fait de se retrouver avec des bénévoles seulement intéressés par ces aspects.

Certains retraités indiquent ne pas se retrouver dans l'image des associations qu'ils considèrent vieillissante et manquant de dynamisme. Ceci fait écho aux structures rigides que nous avons déjà évoquées, mais également à une forte proportion de bénévoles retraités et âgés. Ainsi certains ont du mal à s'imaginer membre d'une association car ils se sentent trop jeunes pour s'engager. C'est par exemple le cas de Raymond, 66 ans, jeune retraité, ex-cadre. Il dit à ce propos : « Je vais avoir 67 ans mais j'ai pas 67 ans dans ma tête, je ne me vois pas être engagé. Mais ça ne me dérangerait pas dans un futur proche d'aider des personnes très âgées. »

De plus, le fait de se retrouver seulement avec un public âgé peut renvoyer les retraités vers leur propre avancement en âge, ce qu'ils ont tendance à vouloir éviter.

Enfin, certains retraités se méfient du bien-fondé des associations. C'est le cas de Marie, 65 ans, ex-employée dans la finance, qui a déjà une expérience en tant que comptable dans une association caritative. À ce sujet, elle explique qu'elle avait pu remarquer un manque de transparence dans la gestion des comptes. Elle a ainsi évoqué le fait que plus d'argent était utilisé pour organiser des cocktails que pour réaliser des actions réellement utiles et pouvant bénéficier au plus grand nombre. Elle souligne également comment le fait que les nouveaux retraités soient familiers avec les nouvelles technologies de l'information et de la communication, leur permettent de se renseigner et d'être au courant des différents scandales pouvant ébranler le milieu associatif.

Sur un ton plus nuancé, nous pouvons souligner le fait que la recherche de fonds et la gestion des partenariats occupent un temps de plus en plus important dans les associations parfois au détriment de celui qu'elle pourrait accorder aux projets.

## QUELQUES PROFILS ILLUSTRATIFS DES TRAJECTOIRES DE PARTICIPATION SOCIALE

Cet encadré a pour objectif d'illustrer la partie précédente en donnant à voir des exemples de trajectoires de participation sociale.

### **Eléonore : 75 ans et célibataire, elle travaillait dans une agence matrimoniale**

*Entre participation sociale formelle et informelle*

Eléonore a une trajectoire de participation sociale entre formelle et informelle. Juste avant de prendre sa retraite, elle faisait partie d'une association de théâtre qui travaille avec des personnes en situation de handicap. Elle s'était liée d'amitié avec la présidente et à son départ pour cause de maladie, Eléonore n'a pas souhaité poursuivre dans cette association. Elle a ensuite pris sa retraite et s'est retrouvée un peu « *entre deux eaux* ». Elle a au début passé beaucoup de temps avec ses petits enfants. Eléonore s'inscrivait donc dans un rôle d'aidance, ce que nous caractérisons de participation informelle. Elle même à ce sujet évoque un investissement important notamment pendant les vacances scolaires. Après ce moment de flottement à son passage à la retraite, ayant pris ses marques, Eléonore s'est engagée dans une association faisant la lecture à des enfants en école primaire. Elle s'est ainsi réinscrite dans une trajectoire de participation formelle. Au bout de 5 ans dans cette association, elle a revu la personne avec laquelle elle s'entendait bien dans l'association de théâtre et a décidé de la suivre pour devenir bénévole dans le centre social dans lequel elle travaillait. Elle a alors arrêté son activité de lecture pour laquelle elle nous a exprimé une certaine lassitude : « *j'en avais un peu marre* ». En parallèle, elle a progressivement arrêté son rôle d'aidante pour ses petits enfants qui ont grandi et avec qui elle partageait moins d'activités. Ceci a renforcé sa participation formelle. Finalement, elle a dû récemment stopper ses activités de bénévole à cause de gros problèmes de santé. Elle indique qu'elle a maintenant besoin de s'occuper d'elle et qu'elle « *ne se sent plus capable dans sa tête* ». Elle mentionne également beaucoup de contraintes de rendez-vous médicaux.

Elle a cependant recommencé à participer de manière informelle en proposant par exemple à une étudiante de la loger pendant sa recherche d'appartement. Elle explique que le choix de cette participation informelle a contrario d'une participation formelle, lui a permis de bien poser ces limites entre ce qu'elle était capable de faire et de ne pas faire tout en l'aidant à créer du lien.

**Sébastien, 60 ans, célibataire, ex-employé dans une station d'épuration***De la participation sociale formelle à la participation sociale informelle*

Sébastien est passé d'une participation sociale formelle à une participation sociale informelle. Il a été président local d'une association, mais a progressivement réduit son engagement. Ex-employé dans la construction de stations d'épuration, il dit avoir souffert du carriérisme de certains de ses managers et de leur manque de considération du bien-être dans l'entreprise. Lorsqu'il a commencé à retrouver ce même cadre dans son association, il a décidé de stopper son engagement. Il dénonce en particulier l'utilisation de fiches de postes pour le recrutement, une hiérarchie qu'il qualifie de professionnelle ainsi que du reporting, sur des objectifs de distribution alimentaire par exemple.

A la retraite, il a complètement restructuré ses activités autour du bien-être en devenant autoentrepreneur. Cela a été l'occasion pour lui de proposer des animations ou des interventions de façon bénévole et ainsi de s'inscrire dans une participation informelle en lien avec ce nouveau projet de vie. L'importance qu'il accordait à faire partie d'un réseau et à aider les autres via une association, il a également pu la retrouver dans l'organisation d'un réseau de solidarité de proximité appelé SEL pour système d'entraide locale.

Ses expériences négatives de participation formelle l'ont ainsi progressivement poussé à s'orienter vers des participations informelles tout aussi importantes pour la préservation du tissu cohésif et en termes d'aide qu'il peut apporter.

**Marianne, 72 ans, célibataire, ex-employée***Participer à la retraite, se redécouvrir et se réinventer*

Marianne a commencé ses activités bénévoles à la retraite après s'être liée d'amitié avec la présidente d'une association. Elle était d'abord participante aux activités proposées puis elle est devenue bénévole et enfin présidente. Marianne explique au cours de cet entretien que cette participation formelle l'a vraiment aidée à s'épanouir à la retraite, à se redécouvrir via des activités « utiles » et un contact avec les autres.

# PRECONISATIONS

# LEVIER 1

## ACCOMPAGNER LES DIFFÉRENTES TRANSITIONS À LA RETRAITE

### DES RETRAITÉS QUI NE PRÉPARENT PAS LEUR RETRAITE

**Constat** : La majorité des retraités ne prépare pas leur retraite (absence de projection et de visibilité claire sur l'organisation à la retraite). Il peut en résulter des blocages ou pertes de repères.

Le but serait alors de prévenir un moment de "flottement" pouvant s'étendre au point de découler sur un repli sur soi ou sur un abandon de la recherche d'activités (dont bénévoles).

**Préconisation** : envisager la possibilité d'organiser des événements en partenariat avec les entreprises sur ce sujet. Cela consisterait à aider à la préparation de la retraite par le biais d'une sensibilisation à plusieurs versants dont psychologique, et une sensibilisation aux pratiques hors domicile à la retraite dont le bénévolat.

**Objectif** : Aider à la préparation de l'entrée à la retraite et évoquer les possibilités autour du bénévolat, ou autour de la possibilité de monter des associations

## DES ATTENTES DIVERSIFIÉES

**Constat 1** : Les retraités ont des attentes diverses, car il existe une pluralité d'expériences professionnelles et de représentations sur cette période de la vie.

**Préconisation** : Offrir différentes possibilités aux retraités, pour certains il faut leur permettre de réinvestir leurs compétences dans leurs futures activités (dont le bénévolat). D'autres voudront rompre complètement avec leur vie professionnelle, il s'agira donc de leur donner accès à des opportunités de formation et de reconversion (dans des associations par exemple).

**Objectif : Accompagner les transitions à la retraite en partant des attentes des futurs retraités**

**Constat 2** : Certains retraités sont dans des situations de vulnérabilité ou de fragilité et s'inscrivent dans un processus de repli sur eux-mêmes à la retraite

**Préconisation** : Être attentif aux vulnérabilités et aux fragilités lorsqu'elles sont présentes et offrir un accompagnement personnalisé aux individus concernés. Cela peut simplement se faire en redirigeant ces publics vers des institutions compétentes, ou en offrant au sein même des organisations d'accompagnement à la retraite un suivi psychologique afin d'appréhender la retraite de manière plus positive. S'ils sont dirigés vers des structures associatives compétentes, cela pourrait être une opportunité de développer leur intérêt pour le bénévolat. En effet, nous avons parfois pu observer des démarches d'anciens bénéficiaires qui s'inscrivent dans une volonté de rendre ce qu'on leur a donné et qui deviennent donc bénévoles à leur tour.

**Objectif : Permettre l'inclusion des publics les plus vulnérables ou fragiles et lutter contre leur isolement**

## LEVIER 2

# DÉVELOPPER LES ACTIONS DE COMMUNICATION ET REVOIR L'ORGANISATION DES STRUCTURES

### UNE MÉCONNAISSANCE DES LIEUX DE PARTICIPATION SOCIALE FORMELLE

**Constat** : La grande majorité des retraités que nous avons interrogés pensent que les informations concernant les associations ou les actions de bénévolat sont mal relayées au sein de leur ville ou de leur village. Ainsi, de nombreux retraités n'ont pas conscience des opportunités que peut offrir un territoire au niveau de l'offre du bénévolat. D'ailleurs, la plupart des retraités pratiquant une forme de participation sociale formelle le font grâce à leur entourage, que ce soit des proches bénévoles qui leur ont donné envie ou qui les ont poussés vers le bénévolat, ou simplement à travers du bouche-à-oreille. De plus, les retraités s'intéressant au monde associatif ou ceux en faisant partie nous confient que l'information n'est pas facilement accessible et que c'est à l'individu d'aller la chercher. Les associations cherchent à recruter des bénévoles et pourtant, on constate un manque d'aller vers les publics cibles.

**Préconisation** : Il faudrait rendre disponible un panel d'informations sur les activités bénévoles. Les sites internet regroupant ces dernières peuvent être trop nombreux ou peu mis à jour, ce qui rend sa fonction principale, qui est d'informer les retraités sur l'offre existante, obsolète. Ainsi, une base de données commune aux structures associatives d'un même territoire serait plus intéressante : elle regrouperait les actions bénévoles, même ponctuelles, autour d'un même territoire et pourrait être mise à jour régulièrement par les associations elles-mêmes ou par la municipalité. Cela pourrait être plus efficace et cette base de données éviterait aux retraités intéressés de s'éparpiller.

**Objectif** : Offrir des informations claires et à jour sur les actions bénévoles disponibles ou sur les recrutements des associations, susciter l'intérêt des retraités pour le bénévolat sur leur territoire et les amener à participer, que ce soit ponctuellement ou pour une durée plus longue

## UNE CRAINTE DE L'ENGAGEMENT

**Constat** : La majorité des retraités ne prenant part à aucune forme de participation sociale formelle nous ont expliqué avoir peur de l'engagement et des contraintes qu'il peut amener.

Ils ont peur de se sentir prisonniers d'un système ressemblant à leur vie professionnelle et ils ne veulent surtout plus être soumis à des horaires réguliers hebdomadaires. Par ailleurs, ils n'ont pas toujours des rythmes de vie réguliers qui leur permettent un engagement hebdomadaire (avec un rythme de vie saisonnier par exemple), et il y a peut-être un décalage entre les calendriers des associations, souvent calqués sur les vacances scolaires nationales, et les emplois du temps des retraités.

**Préconisation** : Valoriser les participations ponctuelles et mettre en avant le terme de participation autant que celui d'engagement. Cela pourrait d'abord amener un public réticent à donner « des coups de main » dans un premier temps : ce public aurait alors l'occasion de mettre un pied dans le monde associatif et d'y entrer de manière plus progressive. Cela pourrait favoriser un processus de transformation de la participation ponctuelle, qui déboucherait peut-être sur un engagement à long terme.

Les missions ponctuelles pourraient être ajoutées à la base de données précédemment évoquée, avec la description de la mission et d'autres détails nécessaires tels que le lieu ou encore la durée.

**Objectif** : Amener les retraités qui ne participent pas et qui ont peur des contraintes liées à l'engagement à le faire de manière progressive, leur laisser la possibilité de "tâtonner"

## UNE MÉCONNAISSANCE DE LA DIVERSITÉ DE L'OFFRE

**Constat** : A l'évocation du bénévolat, de nombreux retraités interrogés nous ont parlé spontanément de l'association des Restos du Coeur. Nous avons pu remarquer qu'ils faisaient un lien direct entre bénévolat et actions sociales, qui prennent beaucoup de place dans le monde associatif, occultant les autres types d'actions (culturelles, sportives ou autres).

Cependant, beaucoup de retraités nous ont dit ne pas être intéressés par l'actions sociale et par l'aide aux publics vulnérables. Il y a donc un manque de représentation des associations proposant autre chose que de l'action sociale, ce qui empêche les retraités d'avoir une vision globale des types d'actions existantes : cela peut freiner leur participation sociale formelle.

**Préconisation** : Il faudrait redonner leur place aux associations qui ne font pas de l'action sociale et qui n'impliquent pas forcément de venir en aide à un public vulnérable, et ainsi mettre en valeur la pluralité des actions existantes aujourd'hui.

**Objectif** : Permettre aux retraités de découvrir de nouvelles opportunités de participation sociale et susciter l'intérêt des personnes n'étant pas attirées par l'action sociale

## LEVIER 3

# FAVORISER L'INTÉGRATION DES NOUVEAUX BÉNÉVOLES DANS LES STRUCTURES

### UN MANQUE DE FORMATION

**Constat** : Certains retraités ont souligné un manque par rapport aux offres de formations dans les structures associatives et en particulier au sujet du statut bénévole et des droits de ce dernier. Ils aimeraient également être mieux informés sur le fonctionnement de l'association, sur l'obtention et l'emploi de subventions etc.

Enfin certains retraités doutent du bien-fondé de certaines associations. Ils peuvent penser qu'elles profitent de ce manque de transparence pour ne pas œuvrer dans le sens de l'intérêt général.

**Préconisation** : Proposer de la formation ou la co-formation ouverte aux personnes inscrites à l'asso en partant de leur demande. Elles pourraient avoir pour sujet le fonctionnement des institutions, le droit des bénévoles ou tout autre sujet sur lequel les participants souhaiteraient monter en compétence. On pourrait penser à rendre ces formations accessibles à n'importe quel public pour éviter un effet huis clos et pour communiquer sur les actions de la structure au plus grand nombre.

**Objectif** : **Former et Informer les retraités au sein des associations en partant de leurs envies. Dissiper les doutes que certains retraités méfiants pourraient avoir sur le bien-fondé de la structure**

### DES DIFFICULTÉS LIÉES À LA MOBILITÉ

**Constat** : Avec l'avancée en âge et en particulier dans certains territoires, on peut voir apparaître des problèmes de mobilité. Les retraités, même s'ils ont envie de s'investir, se retrouvent dans l'incapacité de se rendre sur des lieux de participation.

**Préconisation** : On pourrait imaginer organiser un planning de roulement entre les bénévoles pour faire du covoiturage.

**Objectif** : **Faciliter les déplacements des retraités**

## UN MANQUE D'INTÉGRATION DES RETRAITÉS À LEUR ARRIVÉE

**Constat** : Certains retraités ne se sentent pas intégrés à leur arrivée dans les structures. Ils ne savent pas toujours quoi faire et ont l'impression parfois d'être un peu perdu ou de ne pas pouvoir être vraiment utile.

**Préconisation** : Il serait intéressant de proposer un système de parrainages, par des personnes déjà dans l'association. On pourrait également imaginer un parcours d'intégration qui permettra de connaître les différentes actions de la structure, un livret d'accueil du bénévole ou des événements dédiés. Dans le cas des événements et des parrainages, ceci pourrait également permettre aux retraités de créer des liens avec des participants dans l'association ce qui pourrait renforcer leur investissement.

**Objectif** : Faire en sorte que les retraités se sentent accueillis et bienvenus dans les associations

## L'IMPORTANCE DU BOUCHE-À-OREILLE

**Constat** : Les retraités n'osent pas forcément aller vers des structures qu'ils ne connaissent pas. Beaucoup des retraités interrogés disent qu'ils fonctionnent beaucoup au bouche-à-oreille et qu'ils se sont investis dans une association parce qu'ils connaissaient ou avaient rencontré quelqu'un y étant investi.

**Préconisation** : On pourrait imaginer de proposer des petites tables rondes, au sein des associations qui recrutent, des espèces d'après-midi découverte, où les retraités intéressés pourraient venir rencontrer ceux qui sont déjà bénévoles, et qui pourraient donc leur parler de l'association, de ce qu'il y font concrètement. Dans la rue, des ambassadeurs dédiés pourraient venir leur parler de leur travail et de comment le retraité pourrait être utile au sein de l'association. Enfin, des événements sur le territoire pourraient être organisés par des associations. Cela permettrait de favoriser l'intégration des retraités, en particulier des nouveaux arrivants, qui seraient alors plus enclins à participer.

**Objectif** : Permettre aux retraités de mettre un pied dans une association via une personne tierce et encourager l'intégration du retraité sur son territoire

## LEVIER 4

# DÉVELOPPER LA GOUVERNANCE DANS LES STRUCTURES

**Constat** : Chez les retraités ayant pratiqué une forme de participation sociale formelle et qui sont plus bénévoles aujourd'hui, comme chez les personnes qui le sont toujours, un discours relatif à la gouvernance des associations est récurrent. En effet, les retraités familiers avec le monde associatif ont tous remarqué le manque de marge de manœuvre dont ils ont pu disposer. Ils ont le sentiment que les prises de décision sont majoritairement descendantes et que peu de place est laissée aux opinions et aux idées des bénévoles. Les retraités peuvent alors exprimer une certaine déception quant à l'organisation très hiérarchisée et très verticale des associations, ce qui peut contribuer à l'impression d'être encore en emploi, que certains expriment.

**Préconisation** : La co-décision doit être mise en avant et le « faire ensemble » doit être valorisé. Il faudrait ainsi leur permettre une plus grande marge de manœuvre, mais surtout valoriser l'émergence des nouveaux projets et des nouvelles idées proposés par les bénévoles. Les associations doivent opter pour un fonctionnement plus participatif et les décisions devraient être plus horizontales.

Nous pouvons proposer la mise en place d'instances de co-décisions qui se tiendraient de manière régulière, ce qui démontrerait l'importance accordée aux propositions des bénévoles. De plus, une boîte à idées ou à remarques (électronique ou réelle) pourrait être créée : celle-ci permettrait de regrouper, comme son nom l'indique, toutes les idées et les remarques, positives comme négatives, des bénévoles d'une association. Afin d'encourager son utilisation, les remarques pourraient être anonymes. Des temps de paroles formalisés au sein des associations seraient ensuite organisés afin d'échanger autour des remarques et idées qui ont surgi.

**Objectif** : Permettre aux retraités bénévoles de trouver leur place au sein des structures associatives et de s'y épanouir, en plus de favoriser les échanges, mais surtout le sentiment d'être écouté et pris en compte

## LEVIER 5

# REPENSER LA PLACE DE LA PARTICIPATION SOCIALE INFORMELLE

### UNE PRATIQUE RÉPANDUE

**Constat** : La participation n'est pas que formelle: certains retraités, par choix ou par contrainte, ne participent que de manière informelle et il convient de prendre en compte, de valoriser et d'encourager ces formes de participation. Les participations informelles contribuent elles aussi au maintien des relations sociales et à la création d'un tissu cohésif fort au sein des quartiers, des groupes d'amis ou des familles pour le cas des aidants. De même, certaines participations informelles permettent tout à fait au retraité de réinvestir certaines compétences ou d'en acquérir de nouvelles et de cette façon, de se redécouvrir au temps de la retraite.

**Préconisation** : Pour cette préconisation il s'agit donc de mettre en place ou de donner de la visibilité aux actions qui faciliteraient la participation informelle entre voisins, formes souvent citées par nos enquêtés, en instaurant des systèmes encourageant les solidarités de proximité au sein des quartiers ou des villages, par exemple autour d'activités souvent évoquées par nos enquêtés (travaux dans la maison ou encore jardinage). Certaines choses existent déjà, tels que les SEL\*. Toutefois, peu de retraités les connaissent et peu de communes les mettent en place. D'autres systèmes pourraient être mis en place et s'inspirer du fonctionnement des sites tels que "Loue ton retraité" , qui propose à des particuliers de déposer une annonce pour service, et chaque retraité peut y répondre en fonction de ses compétences et de ses disponibilités.

De cette façon, une idée serait de proposer à des associations de quartiers de mettre en place leur SEL, qui inclurait des retraités, mais aussi des individus de tout âge vivant dans un même quartier/une même commune, ou un système de dépôt d'annonces pour des services auquel les retraités pourraient répondre.

**Objectif**: Favoriser les participations informelles, permettre aux retraités de créer de nouveaux liens ou d'entretenir ceux qu'ils ont déjà, mieux connaître leur quartier et les associations environnantes lorsqu'il y en a

\*Système d'échange local

## TENIR COMPTE DES PROJETS DES RETRAITÉS

**Constat** : Il existe des modèles hybrides : des participations informelles mais qui se rapprochent d'activités que peuvent mettre en place les associations. En effet, certains retraités profitent de leur passage à la retraite pour réaliser ou se réaliser à travers un projet qui leur tient à cœur et que bien souvent, ils ont préparé en amont de leur passage à la retraite.

Pour certains, ce projet est centré sur les autres, on pense par exemple à ces retraités devenus sophrologues ou autoentrepreneurs dans le domaine du bien-être après avoir suivi des formations et qui ont comme motivation principale d'aider, d'accompagner des individus en demande, de créer des liens avec eux. Ce type d'actions pourrait tout à fait trouver sa place au sein d'associations qui agissent dans un domaine similaire, comme les associations qui agissent dans les hôpitaux ou les EHPAD pour améliorer le quotidien des patients ou des résidents.

**Préconisation** : Pour cette préconisation, il s'agirait de composer autour des projets de ces retraités, communiquer avec eux sur la possibilité de mettre en valeur leur projet au sein d'une association pour que leurs compétences et leur envie de transmettre le bien-être soit profitable au plus grand nombre.

**Objectif** : Transformer certaines formes de participation informelle en actions ponctuelles formelles, valoriser les compétences et les initiatives de ces retraités formés, apporter une nouvelle ouverture, un avantage, aux associations

## UNE PRATIQUE IMPORTANTE DE L'AIDANCE

**Constat** : L'aide est une forme de participation sociale informelle à prendre en compte. En effet, de par l'investissement en temps, en énergie physique et morale qu'elle représente, l'aide doit être considérée comme une forme de participation informelle. Elle est pour certains retraités une activité à temps plein qui les empêche de s'investir plus formellement au sein d'associations par exemple, toutefois elle contribue au maintien d'une certaine forme de lien, entre l'aide et l'aide, mais aussi avec les équipes de soignants qui gravitent autour de l'aide dans certains cas.

**Préconisation** : Pour cette préconisation, il s'agit de valoriser les actions des aidants et leur permettre quand cela est possible, par exemple pour les retraités qui gardent régulièrement leurs petits-enfants, de participer pourquoi pas plus formellement. L'idée pourrait être de créer des espaces et des activités dédiées et accessibles à ce public. Nous pensons également à la mise en place d'un réseau d'aidants, qui permettrait la création de nouveaux liens, des temps d'échange, d'expression et d'entraide entre les aidants.

**Objectif**: Revaloriser l'aide, permettre aux aidants de s'investir autrement à travers des activités formelles, inclure l'aide quand cela est possible mais aussi mettre en place un espace d'expression et d'entraide pour les aidants qui en ressentent le besoin