Bénévolat à la retraite : une bonne idée ?

17/04/2023

En 2022, 1 personne sur 4 âgée de 65 ans et plus, est bénévole dans une association*. À la retraite, vous disposez de plus de temps pour réaliser vos projets et faire de nouvelles activités. Le bénévolat permet de rester actif, de rencontrer de nouvelles personnes et de transmettre ses compétences. Y avez-vous pensé ?

*Source: Baromètre France Bénévolat / IFOP 2022

Pourquoi faire du bénévolat à la retraite ?

S'engager en tant que bénévole dans une association permet de :

- partager et transmettre ses compétences ;
- acquérir de l'expérience ;
- rencontrer de nouvelles personnes ;
- se sentir utile socialement ;
- s'enrichir humainement (estime de soi, sentiment d'appartenance…).

Les séniors apportent une expérience souvent très utile dans les associations, en offrant leur connaissance, expérience et expertise à des personnes plus jeunes.

À noter : L'engagement bénévole vous permet d'acquérir des droits à la formation grâce auCompte engagement citoyen (CEC). Si vous êtes retraité, vous pouvez utiliser ce compte pour suivre une formation en lien avec les compétences nécessaires dans votre rôle bénévole (comptabilité, numérique, etc.).

Quelles missions pour les retraités bénévoles ?

Les missions sont aussi variées que les associations elles-mêmes :

- Comptabilité (gestion de la trésorerie, recherche de financements…) ;
- Communication (affichage, recrutement, graphisme, gestion des réseaux sociaux…) ;
- Animation d'ateliers (bricolage, activités artistiques…) ;
- Organisation d'événements ;
- Interventions pour sensibiliser/partager son expérience (sécurité routière, drogues, parcours de vie…) ;
- Maraudes et accompagnement de personnes dans le besoin ;
- Accueil, lorsque l'association propose des permanences ;
- Livraison et conduite, pour les associations de collectes alimentaires par exemple ;
- Etc.

Vous pouvez vous engager **ponctuellement ou de façon régulière**. Les associations s'adaptent généralement à vos envies, vos compétences et vos disponibilités.

Astuce : Vous pouvez demander un passeport bénévole à France Bénévole (ou à votre association) pour garder une trace de l'ensemble de vos expériences bénévoles. Ce document valorise votre expérience et est reconnu par des organismes publics (Pôle emploi, ministère de l'Éducation nationale, Agence nationale pour la formation professionnelle des adultes…).

Comment trouver une association ?

Pour trouver une association, rendez-vous dans votre mairie ou bien dans l'éventuelle maison des associations de votre quartier. Vous pouvez également trouver l'annuaire des associations de votre ville ou village sur Internet.

Il existe de nombreux sites internet qui recensent les associations en recherche de bénévoles, et leurs missions :

- Associations.gouv.fr
- Jeveuxaider.gouv.fr
- France Bénévolat
- Tous bénévoles
- …

Quelles sont les associations qui recrutent spécifiquement des

retraités ?

Certaines associations recrutent quasi-exclusivement des retraités. C'est le cas, par exemple, de :

- L'Association nationale des retraités (ANR), qui permet de maintenir un lien social, de défendre les intérêts des retraités, de s'entraider, de s'informer et de se prémunir ;
- L'association Entreprises-Collectivités territoriales-Insertion (ECTI) ou l'Organisation de la Transmission d'Expériences et de Compétences Intergénérationnelle (OTECI), qui permettent aux retraités de partager et de transmettre leurs compétences dans le cadre du bénévolat de compétences ;
- L'Association Générale des Intervenants Retraités (Agir), qui permet aux retraités de s'engager pour accompagner les populations en difficulté ;
- L'Entente des générations pour l'emploi et l'entreprise (Egee), qui soutient les jeunes, les demandeurs d'emploi et les entrepreneurs.

Vous trouverez encore d'autres associations en utilisant les sites mentionnés plus haut, qui recensent les associations existantes.

Le bénévolat permet une transition en douceur entre la fin de votre carrière professionnelle et le début de votre retraite. C'est une bonne idée si vous souhaitez rester actif, rencontrer de nouvelles personnes et rejoindre des projets qui vous tiennent à cœur.

Pour vous engager sereinement dans une association, il est important de vous assurer que vous ne serez pas vous-même dans le besoin lors de votre passage à la retraite.

© Copyright La retraite en clair 2019 Accessibilité partiellement conforme