

Engagement et rôle social des seniors en Suisse romande. Entre reconnaissance et méconnaissance.

Recherche exploratoire

Rapport de recherche financée par la Fondation Leenaards suite à son appel à projets « Qualité de vie 65+ » 2019

Avril 2021

Jérôme Heim	Docteur en Sciences humaines et sociales, adjoint scientifique à l'Institut du management des villes et du territoire, Haute école de gestion Arc – HES-SO // University of Applied Sciences and Arts Western Switzerland
Patrick Ischer	Docteur en Sciences humaines et sociales, adjoint scientifique à l'Institut du management des villes et du territoire, Haute école de gestion Arc – HES-SO // University of Applied Sciences and Arts Western Switzerland
Pierre-Yves Moret	Professeur HES assistant, chercheur à l'Institut de la communication et du marketing expérientiel, Haute école de gestion Arc – HES-SO // University of Applied Sciences and Arts Western Switzerland
Michael Perret	Professeur HES associé, chercheur à l'Institut de la communication et du marketing expérientiel, Haute école de gestion Arc – HES-SO // University of Applied Sciences and Arts Western Switzerland

HEG – Haute école de gestion Arc // HES-SO
Espace de l'Europe 21 – 2000 Neuchâtel
T +41 32 930 20 20 – gestion@he-arc.ch

Remerciements

L'équipe de recherche tient à remercier la Fondation Leenaards pour avoir soutenu et financé cette étude exploratoire, notamment M. Erwin Zimmermann, Président du Jury de l'appel à projets de recherche 2019, ainsi que M^{me} Delphine Sordat-Fornerod, cheffe de projets, et M^{me} Adrienne Prudente, responsable de communication, pour l'accueil et le suivi du projet.

Nous formulons une reconnaissance particulière et chaleureuse à l'égard de chacune des personnes rencontrées pour nos entretiens et qui sont au cœur de la recherche : les femmes et les hommes retraité-e-s ayant accepté de répondre à nos questions, partageant leur vécu et leurs réflexions et ayant dû pour certaines s'adapter aux contraintes posées par la pandémie de coronavirus. Merci également à Chantal pour avoir généreusement témoigné accompagnée de sa petite-fille dans le film promotionnel réalisé par M. David Maye et M^{me} Aurélie Mertenat de Terrain Vague, que nous saluons aussi.

Notre gratitude va également à nos interlocutrices et interlocuteurs des organisations concernées par notre recherche et qui nous ont renseignés¹. Nous remercions encore M^{mes} Elsa Wüthrich et Nancy Arnoux qui ont aidé à la transcription des entretiens, tout comme M^{me} Corinna Weiss en plus de sa relecture attentive, ainsi que M^{me} Julie Perret pour les précieuses informations. Enfin, nous remercions M. le professeur Francesco Termine, responsable Ra&D à la Haute école de gestion Arc de Neuchâtel ainsi que M^{me} Maude Passannante-Luginbühl, secrétaire SAS (Ra&D).

¹ Notre rapport respectant l'anonymat des personnes et des organisations, nous ne pouvons les nommer ici.

Préambule

La présente étude a été réalisée grâce au soutien de Fondation Leenaards suite à son appel à projets de recherche « Qualité de vie 65+ » lancé en 2019, intitulé « Engagement et rôle social des seniors de Suisse romande ». L'étude a été menée par les quatre signataires dans le cadre de leurs travaux de recherche au sein de la Haute école de gestion Arc à Neuchâtel (HEG Arc), institution membre de la Haute école supérieure de Suisse occidentale (HES-SO). Le présent rapport est rédigé à l'attention de la Fondation Leenaards et rend compte des principaux résultats récoltés, de la démarche suivie et de la valorisation envisagée.

Table des matières

Remerciements	I
Préambule	II
Table des matières	III
Résumé	1
Introduction	4
Chapitre 1 : Cadre théorique, conceptuel et méthodologique	8
Cadre théorique et conceptuel	8
<i>La participation</i>	8
<i>L'engagement</i>	9
<i>La reconnaissance</i>	10
<i>Les indicateurs de mesure du bien-être et de la qualité de vie</i>	13
Objectifs de recherche	15
Mention méthodologique	16
Chapitre 2 : analyse par contexte	18
Contexte 1 : Organisation sanitaire	18
<i>Présentation des informateurs/trices</i>	19
Formation et parcours professionnels/biographiques	19
Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social	21
<i>Prendre part sur conseil médical</i>	22
Des changements trop importants.....	23
<i>Du partage en apport</i>	24
Contribuer au développement de l'activité	24
<i>Une participation appréciée</i>	25
Contexte 2 : activité sportive	26
<i>Présentation des informateurs/trices</i>	27
Formation et parcours professionnels/biographiques	27
Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social	29
<i>Du bénévolat en faveur d'autrui</i>	30
<i>Plus que de la marche à pied</i>	31
<i>Le plaisir des participants comme reconnaissance</i>	32
Contexte 3 : Association culturelle	33
<i>Présentation des informateurs/trices</i>	34
Formation et parcours professionnels/biographiques	34

Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social	35
<i>Une sollicitation intéressée et honorifique</i>	37
Se sentir irremplaçable.....	39
<i>Toute part n'est pas égale</i>	39
Contribuer au développement culturel du territoire	41
<i>Un accès privilégié à la culture</i>	42
Contexte 4 : proches aidants	44
<i>Présentation des informateurs/trices</i>	44
Formation et parcours biographiques/professionnels.....	44
Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social	46
<i>Un choix contraint</i>	48
<i>Un investissement quotidien</i>	50
Un apport parfois difficile à faire accepter.....	51
Partage du <i>care</i> et aide publique	51
<i>La satisfaction d'améliorer le vécu des gens</i>	53
Chapitre 3 : Convergences et différences dans la participation des seniors	55
Prendre part	55
<i>Socialisation au bénévolat et au care</i>	56
<i>Avoir du temps à consacrer</i>	57
<i>Motivations sociales</i>	58
<i>Agir pour les autres, pour le bien commun ou penser à soi</i>	58
L'exigence de pouvoir apporter sa part	60
Le bénéfice d'une contribution utile et reconnue	62
<i>Remerciements et contreparties</i>	64
Limitations et raisons d'arrêter la participation	65
<i>La liberté de ne pas ou de ne plus prendre part</i>	65
<i>Une contribution mal considérée et des tâches rébarbatives</i>	67
<i>Recevoir une part insuffisante</i>	68
Chapitre 4 : Bien-être et passage à la retraite	69
Le passage à la retraite comme étape	69
<i>Le passage à la retraite comme possibilité de participer</i>	70
<i>Le passage à la retraite comme besoin de participer</i>	71
<i>La retraite comme possibilité de se concentrer sur la participation</i>	73
L'articulation entre le bien-être et la participation lorsque débute la retraite	74
<i>Bien-être et santé à la retraite</i>	74

<i>Maintenir et privilégier une activité et des liens sociaux</i>	75
<i>Parcours, conditions socio-économiques et entourage</i>	76
Se positionner face au discours sur la retraite active	76
<i>Besoin de ne pas s’oublier</i>	79
<i>D’où ces paroles sont-elles perçues ?</i>	80
Conclusion – Reconnaissance et méconnaissance	83
<i>Rappel d’un parcours de la reconnaissance</i>	83
<i>La reconnaissance par la méconnaissance</i>	86
<i>Valorisation et développements</i>	89
Bibliographie	92
Annexe 1 – Guide d’entretien	a
Annexe 2 – Présentation synthétique et données sociodémographiques des informatrices et informateurs	i

Résumé

Ce rapport rend compte de la recherche exploratoire menée d'octobre 2019 à avril 2021 par une équipe de recherche de la Haute école de gestion Arc (HES-SO) et financée par la Fondation Leenaards suite à son appel à projets 2019 « Qualité de vie 65+ ». Cette recherche s'intéresse à l'engagement et au rôle social des seniors du point de vue des questions de la participation et de la reconnaissance. Il apparaît en effet convenu depuis de nombreuses années de considérer que l'engagement et le rôle social de cette catégorie de la population méritent d'être valorisés, d'une part pour que cet engagement et ce rôle social soient vus, reconnus, d'autre part au sens d'une incitation, pour qu'ils soient renforcés. Des rapports intergouvernementaux (Nations Unies, 2003) ou nationaux (Conseil fédéral, 2007) encouragent la participation active des personnes âgées à la société. Ils insistent sur le fait que ces dernières jouent un rôle primordial au sein de la famille et de la communauté, et que leur participation aux activités sociales, économiques, culturelles, sportives, récréatives et bénévoles contribue également à l'amélioration de leurs conditions de vie et à leur bien-être personnel. Ainsi, les seniors se voient recommander de rester actif et s'engager bénévolement pour « bien vieillir », au profit de soi-même, d'autrui et de l'environnement social et économique.

Cette étude interroge les dynamiques de participation telles qu'elles sont vécues par les personnes concernées – en l'occurrence les seniors – en regard de ce discours d'incitation à la participation et du point de vue de la notion centrale de reconnaissance. Il s'agit ainsi de comprendre dans quelle mesure cette notion de reconnaissance personnelle et sociale intervient dans les choix plus ou moins libres de participer à des activités bénévoles et de proche aidance. Partant, la recherche vise à dégager des observations pour alimenter quelques connaissances sur la question et, en même temps, à garder en mémoire l'indépassable méconnaissance en jeu. Car s'intéresser aux enjeux d'une catégorie de la population par ce que peuvent en témoigner des personnes qui y sont rattachées met naturellement en évidence l'importance des situations et des parcours individuels. À travers une approche qualitative, nous avons mené des entretiens avec vingt personnes vivant dans le canton de Neuchâtel et engagées dans quatre différentes situations de participation qui représentent autant de contextes d'observations : les rencontres d'un groupe de pairs mises en place par une institution sanitaire de prise en charge médico-sociale, les activités sportives de randonnée proposées par une organisation de services destinés aux personnes âgées, les activités au sein de comités de trois associations culturelles et enfin la proche aidance.

Ces quatre contextes comprennent des activités différentes et mobilisent des personnes dont les parcours biographiques et professionnels, ainsi que les situations socio-économiques, convergent en partie. Mais c'est surtout dans l'expérience de la participation que ces contextes se distinguent les uns des autres. Cette expérience peut se décomposer en trois dimensions selon le modèle proposé par Joëlle Zask (2011), et par lequel modèle nous traitons la question de la reconnaissance dans la dynamique de participation pour les personnes rencontrées :

1. **Prendre part** désigne une certaine qualité de l'association d'individus qui s'assemblent librement afin de poursuivre un but commun, soit parce qu'ils prennent plaisir à la compagnie des uns et des autres, soit parce qu'ils veulent éviter d'être seuls. Prendre part

renvoie notamment aux conditions d'accès des individus pour intégrer un groupe. Il est observé que le degré de liberté d'engagement bénévole s'amenuise dans les activités de proche aidance qui relèvent davantage d'une obligation morale de s'occuper d'un·e parent·e ou un·e ami·e. Toutefois, mis à part les participant·e·s des rencontres de l'organisation sanitaire qui se considèrent davantage comme des bénéficiaires d'une prestation, la plupart des autres informateurs et informatrices font référence à la dimension réciprocaire de leur participation : ces personnes prennent volontiers part, pour autant qu'elles en retirent une contrepartie (voir ci-après). De surcroît, elles évoquent explicitement ou laissent entendre la nécessité de s'investir pour autrui ou pour le bien commun dans une société à laquelle on appartient.

2. **Apporter une part** désigne la contribution personnelle d'un individu au groupe auquel il est affilié, participant à le faire évoluer dans son organisation et ses buts, le faisant par conséquent vivre. Si la contribution de chaque participant·e varie en importance et en intensité selon les contextes observés, la possibilité d'influencer directement la teneur de l'activité bénévole est une exigence des personnes rencontrées. Cet apport personnel est parfois fondamental dans les cas où il rend l'activité possible (notamment par la participation à la recherche de financement) ou contribue à son développement (à l'instar de la création de nouvelles activités au sein de l'organisation sanitaire). Les proches aidant·e·s, pour leur part, visent l'amélioration du vécu d'un·e parent·e, mais peuvent se confronter à de solides résistances.
3. **Bénéficiaire d'une part** désigne ce que l'individu reçoit en retour de sa participation, autant au niveau des remerciements et contreparties éventuelles (cadeaux, attentions, etc.), que dans les possibilités d'individuation et de développement de ses capacités (Sen, 2002), lesquelles possibilités forment la véritable reconnaissance au sens de Honneth (2000). C'est précisément en se découvrant capable d'apporter sa contribution personnelle au groupe, à son organisation, à ses buts et à ses activités qu'un individu peut construire une estime de soi. Les remerciements et autres contreparties sont certes indispensables au fonctionnement de ces activités bénévoles et de proche aidance, parce qu'elles témoignent de la gratitude envers un don de soi des participant·e·s. Toutefois, c'est lorsqu'elles constatent que leur contribution a été utile à un proche, à une organisation et, par extension, au bien commun, que ces personnes éprouvent la plus grande satisfaction quant à leur engagement.

Pour Zask, un déséquilibre entre ces trois dimensions de la participation peut conduire les personnes qui en font l'expérience à vouloir se désengager, ce que révèle également cette recherche. D'une part, qu'elles se sentent contraintes de participer ou qu'elles aient l'impression de ne pas pouvoir se retirer diminue leur prédisposition au volontariat. D'autre part, que leur contribution soit limitée ou peu considérée par celles et ceux à qui elle est destinée peut donner aux volontaires le sentiment d'une inanité de leur action. Enfin, que leur engagement et leur apport n'entraîne effectivement ni remerciement ni, surtout, les résultats escomptés pour autrui ou l'organisation ne participe pas à leur estime de soi. Or, si le volontariat qui caractérise l'ensemble des activités bénévoles permet à chacun·e de se sentir (relativement) libre de se désengager lorsqu'il ou elle fait l'expérience de ce déséquilibre, il en

est tout autre pour les proches aidant·e·s qui n'ont pas réellement le choix de ne plus soutenir leur parent·e ou ami·e.

Les dynamiques de participation d'une personne senior peuvent également dépendre de la manière dont elle envisage le bien-être à la retraite et son entrée dans le statut de retraité·e, ce qui est lié à ses capacités, son parcours personnel et sa situation socio-économique. Le passage à la retraite représente en soi une étape de vie qui influe fortement sur ces trois dimensions de la participation. Les sentiments de satisfaction ou d'insatisfaction liés aux activités d'avant la retraite peuvent ainsi jouer un rôle dans la satisfaction ou l'insatisfaction des activités possibles ou choisies lorsqu'on accède au statut de retraité·e. Nous repérons trois cas de figure quant au passage à la retraite et ce que cela implique en termes de participation :

- Le premier cas de figure concerne les personnes qui ont pu prendre une retraite avec une forme d'autonomie et de façon graduelle, qui portent un regard satisfait sur leur parcours professionnel, qui sont plutôt en bonne santé et avec un statut socio-économique considéré comme étant correct ou confortable. Elles expriment un sentiment positif devant leur passage à la retraite, y voyant la possibilité de s'engager dans d'autres choses que le travail, et s'adonner au bénévolat.
- Dans le deuxième cas de figure, nous trouvons des personnes pour qui le passage à la retraite a marqué une étape importante, avec appréhension voire de façon brutale. Cela a pu influencer les attentes ou le besoin de s'engager.
- Le troisième cas de figure concerne les personnes actives dans la proche aidance et pour qui le passage à la retraite a pu leur permettre de se concentrer plus directement sur leur engagement bénévole.

Si ces différentes manières de vivre sa retraite influent sur la vision de ce qu'est une retraite réussie, de façon générale, les seniors s'accordent à dire que vivre une bonne retraite dépend de la santé, de maintenir des activités et favoriser les relations sociales notamment en s'engageant dans des formes bénévoles de participation. Ces éléments se retrouvent dans le discours d'incitation à la participation des seniors. Un discours que les seniors reçoivent favorablement, quels que soient les contextes et le rapport au passage à la retraite, aussi bien pour ce que cela apporte à la personne concernée qu'en terme de solidarité et d'aide à autrui. Des réserves s'expriment par contre quant à la dimension économique du bénévolat pour la société, lorsque ces incitations sont perçues comme relevant d'une obligation et lorsque la participation risque de ne plus permettre de penser à soi.

Si nous montrons que la reconnaissance se joue dans une articulation équilibrée des trois dimensions de la participation telles que proposées par Zask, nous devons reconnaître qu'il s'agit au final moins de déterminer les conditions de participation idéales pour les seniors et établir ainsi la recette pour cet équilibre, que de mettre cet équilibre en lumière et d'interroger en même temps la manière pour la communauté qu'évoque Zask d'y prêter attention. Il est donc opportun de s'intéresser toujours à nouveau aux demandes et aux attentes de participation des seniors. Il l'est tout autant de s'intéresser aux participations concrètes et individuelles de ces personnes, en lien avec leurs attentes et leurs conditions de possibilité.

Introduction

Cette recherche s'intéresse à l'engagement et au rôle social des seniors² du point de vue des questions de la participation et de la reconnaissance. Il apparaît en effet convenu depuis de nombreuses années de considérer que l'engagement et le rôle social des seniors méritent d'être valorisés, d'une part pour que cet engagement et ce rôle social soient vus, reconnus, mais aussi valorisés au sens d'un encouragement, d'une promotion.

C'est en ce sens que les représentant·e·s des gouvernements réunis lors de la deuxième Assemblée mondiale sur le vieillissement à Madrid en 2002 ont conjointement rédigé une déclaration politique et un plan d'action international sur le vieillissement (Nations Unies, 2003). Ce document traite notamment de la participation active des personnes âgées à la société et insiste sur le fait que ces dernières jouent un rôle primordial au sein de la famille et de la communauté. La contribution des seniors permet ainsi non seulement de préparer la nouvelle génération de travailleurs/euses, mais aussi de favoriser « la participation des personnes âgées aux activités sociales, économiques, culturelles, sportives, récréatives et bénévoles [qui] contribue également à l'amélioration de leurs conditions de vie et à leur bien-être personnel » (Nations Unies, 2003, p. 14).

Dans une étude mondiale sur la santé et le vieillissement, l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) observe également que les raisons pour lesquelles les personnes retraitées s'engagent dans des activités bénévoles sont plurielles, « mais le désir d'aider, une expérience précédente de bénévolat, avoir travaillé mais être à la retraite, devenir un aidant familial, vivre une dégradation de son état de santé, ou le décès d'un conjoint constituent des facteurs importants. » (OMS, 2016, p. 218). Quant à Oberlé (2014), qui s'est intéressée à la place des seniors dans la société allemande, elle remarque que « si l'engagement dans des structures confessionnelles reste important, les seniors interviennent très souvent au service de plus jeunes : encadrement sportif, aide scolaire, lecture dans les jardins d'enfants, parrainage d'étudiants étrangers... » (Oberlé, 2014, p. 93) Ce phénomène – que les spécialistes nomment la générativité – peut être interprété comme un souci de l'autre et de la communauté : les seniors seraient en effet de plus en plus motivés à participer à l'élaboration de la société. Ce qui conduit l'auteur à ajouter : « Ce sentiment de responsabilité citoyenne, conjugué à l'intensification de l'engagement des seniors, pourrait être déterminant pour l'émergence de nouvelles formes d'entraide au sein d'une "care community" [...]. » (Oberlé, 2014, p. 93)

Si ces questions sont devenues largement thématiques, c'est notamment dû au fait que la génération des baby-boomers est entrée dans l'âge de la retraite dans des conditions de santé physique et psychique que n'ont pas connues les cohortes précédentes, avec des capacités inédites à s'engager socialement et publiquement (Martinson & Minkler, 2006).

Ces considérations valent naturellement également pour la Suisse, pays où l'espérance de vie est l'une des plus élevées au monde (Kohli, 2017) et où le nombre d'activités, de causes et

² Nous utilisons le terme senior conformément à l'appel à projet 2019 de la Fondation Leenaards, pour désigner « principalement [des] personnes âgées de 65 à 85 ans, vivant à leur domicile » et « qui sont suffisamment en bonne santé pour participer à la vie sociale. » (Leenaards, 2019, p. 3)

d'associations dans lesquelles les personnes retraitées s'engagent est très important (Lamprecht, Fischer & Stamm, 2020, pp. 47-48). La participation est chez nous aussi considérée comme « un élément central du vieillissement actif », qui « concerne tous les âges », de laquelle « les personnes physiquement diminuées ou tributaires de soins ne sont pas exclues et peuvent également apporter, dans la mesure de leurs possibilités, une contribution à leur famille ou à la collectivité, et rester les acteurs de leurs existences » (Conseil fédéral, 2007, p. 38) ; ce sont d'ailleurs les personnes retraitées elles-mêmes qui s'engagent au sein des différentes associations représentant leurs intérêts dans l'espace public³. Un engagement participatif et militant qui a des effets concrets et durables sur les questions de politiques sociale et économique concernant les personnes âgées (Lambelet, 2014).

Ainsi, les seniors se voient recommander de rester actif et de s'engager bénévolement pour « bien vieillir », au profit de soi-même, d'autrui et de l'environnement social et économique. Cela peut être considéré comme relevant d'un discours généralisé car ces différentes incitations à participer se retrouvent aussi bien dans des milieux associatifs engagés auprès des personnes âgées que dans des milieux politiques et économiques, tout comme dans les champs de la recherche, dont la sociologie. Il s'en trouve naturellement un large écho dans la sphère publique et médiatique, et si ce discours n'y forme pas « *a priori* un ensemble cohérent », pour paraphraser Dirlewanger (2018, p. 17), ces recommandations sont très fréquentes. Parallèlement, sur le plan politique, bien que en soi l'idée d'une retraite active et du bien-être qui en dépend ne constitue pas un discours au sens d'un manifeste déterminé et uniformisé, le recours à la notion de discours n'est pas exagéré, car, comme le montre Marion Repetti, la vieillesse fait l'objet d'une pensée d'État, où peuvent dominer certaines représentations relevant d'une *doxa*⁴ au sens de Bourdieu (Repetti, 2018, pp. 28-29). En tant que thématique présentée comme une catégorie d'action publique dans le champ politique, les recommandations à la participation des seniors relèvent par conséquent d'un discours. Pour une illustration récente, mentionnons le conseiller fédéral Alain Berset en charge du Département de la santé, qui le rappelait encore en février 2020 en ouvrant la conférence sur le vieillissement actif et la santé de la nouvelle stratégie Santé2030 du Conseil fédéral⁵. L'un des quatre défis de cette nouvelle stratégie touche le vieillissement de la population et l'augmentation des coûts de la santé que cela représente : « Le Conseil fédéral met notamment l'accent sur la santé des personnes âgées [et où] "vieillir en bonne santé" est l'un des quatre objectifs ». Le conseiller fédéral y avait alors affirmé : « Si nous arrivons à prolonger la vie en bonne santé, nous avons beaucoup à y gagner. Car les gens augmentent leur qualité de vie et notre système sanitaire s'en trouve déchargé. » (OFSP, 2020)

³ Mentionnons L'Association suisse des Aînés (ASA) ; l'Association des vieillards, invalides, veuves et orphelins (AVIVO) ; la Fédération suisse des Associations des Retraités et de l'entraide en Suisse (VASOS / FARES) ; la Fédération Suisse des Retraités (FSR) ; le Conseil suisse des aînés (CSA) ; Pro Senectute.

⁴ Pour Bourdieu, la *doxa* se définit comme « un fonds d'évidences partagées par tous qui assure, dans les limites d'un univers social, un consensus primordial sur le sens du monde, un ensemble de lieux communs (au sens large), tacitement acceptés, qui rendent possibles la confrontation, le dialogue, voire le conflit (...). (Bourdieu, 1997, p. 151).

⁵ Le calendrier de cette stratégie s'est vu depuis bousculé par la pandémie de SARS-CoV-2.

Les incitations à la participation, qui constituent ce discours répété et pourtant diffus, sont aussi parfois qualifiées d'injonctions, pour le caractère impératif qui peut leur être attribué, ce que plusieurs auteurs ont relevé et appelé à questionner (Collinet & Delalandre, 2014 ; Puijalon & Trincaz, 2014 ; Repetti, 2018 ; Timonen, 2016), tout comme les associations actives auprès des personnes âgées (Dubois, 2012).

Dans notre recherche, nous visons à interroger les dynamiques de participation telles qu'elles sont vécues par les personnes concernées, en l'occurrence les seniors, devant ce discours d'incitation à la participation et du point de vue de la notion centrale de reconnaissance. Il s'agit ainsi de comprendre dans quelle mesure la notion de reconnaissance personnelle et sociale intervient dans les choix plus ou moins libres de participer à des activités bénévoles et de proche aidance⁶.

Notre recherche relève d'une approche exploratoire inscrite dans une démarche qualitative, dans laquelle nous avons préparé et mené des entretiens avec vingt personnes relevant de la catégorie des seniors et vivant dans le canton de Neuchâtel. Il s'agit de onze femmes et neuf hommes âgés entre 64 et 75 ans, bénéficiant du statut de retraité·e et chacun·e engagé·e respectivement dans quatre différentes situations de participation qui représentent autant de contextes : au sein d'un groupe de pairs d'une institution sanitaire de prise en charge médico-sociale active dans le domaine de la santé publique, dans le cadre d'une activité sportive proposée par une organisation de services destinés aux personnes âgées, au sein d'une association culturelle et enfant en tant que proche aidant·e. Pour des questions de respect de la confidentialité et de cohérence avec la démarche scientifique, nous ne nommons pas les organisations dans lesquelles ces personnes s'engagent et nous anonymisons les données personnelles de nos informatrices et informateurs en les présentant sous des prénoms d'emprunt.

Ce rapport se structure en quatre parties centrales, suivies d'une conclusion intégrant des remarques et des recommandations.

Le premier chapitre décrit le cadre théorique et méthodologique sur lequel notre recherche se fonde. Tout d'abord, il problématise la question de la participation des seniors, notamment telle qu'elle se présente dans des discours sur le vieillissement actif, avant de définir les notions de participation, d'engagement et de reconnaissance. Nous présentons particulièrement le modèle de Joëlle Zask (2011) que nous convoquons pour penser la participation selon trois dimensions – prendre part, apporter une part et recevoir une part. Les indicateurs de mesure du bien-être et de qualité de vie sont également décrits dans la perspective d'y corrélérer la participation.

Nous poursuivons dans le deuxième chapitre par la présentation successive des quatre contextes de recherches et des activités qui s'y déroulent. Pour chacun d'entre eux, nous décrivons les personnes qui y participent en se concentrant sur leur parcours biographique et

⁶ Si l'appellation « proche aidance » est relativement peu répandue dans les publications en Suisse romande, elle est plus courante dans le monde francophone québécois. Nous y recourons pour désigner la diversité des activités d'aide et de soins apportées par une personne à autrui à titre bénévole et dans un contexte informel en raison d'un besoin personnel, de problèmes de santé ou de difficultés psychiques.

professionnel, la manière dont ils ont vécu le passage à la retraite et leur situation socio-économique. Nous relevons les observations spécifiques vis-à-vis de leur participation dans des activités bénévoles ou de proche aide à travers le triptyque de Zask : comment ils et elles en viennent à prendre part à l'activité, comment ils et elles contribuent personnellement à celle-ci et qu'est-ce qu'ils et elles en retirent ?

Le chapitre trois entend réunir les convergences et les différences entre les quatre contextes et les personnes qui y participent, en regard du modèle de la participation de Zask. Dans un premier temps, la partie « Prendre part » permet de dégager les raisons communes ou au contraire différentes évoquées par les participant·e·s pour s'engager dans l'activité bénévole ou de proche aide. Dans un deuxième temps, la partie intitulée « L'exigence de pouvoir apporter une part » détaille les similitudes et les divergences dans la manière d'être engagé dans l'activité. Dans un troisième temps, la partie « Le bénéfice d'une contribution utile et reconnue » présente les gains qu'apporte l'activité aux participant·e·s. Enfin, le chapitre se termine par la description des contraintes et limitations dans la conduite des activités, lesquelles pouvant être des raisons de mettre un terme à la participation.

Dans le quatrième chapitre, nous dégagons plus particulièrement les éléments liés à la notion de bien-être à la retraite, et la corrélation entre ce bien-être et la participation à des activités bénévoles ou de proche aide. Ces observations sont mises en regard avec le discours sur le vieillissement actif tels qu'il est véhiculé par l'OMS (2002, 2016), le Conseil fédéral (2007) ou le *think tank* Avenir suisse (Cosandey, 2015).

La conclusion du rapport synthétise les résultats tout en abordant leurs limites et formule des pistes de réflexion.

Il faut ici mentionner le contexte particulier de la pandémie de SARS-CoV-2 dans lequel notre calendrier de recherche s'est trouvé, et comment cela a influé sur la tenue des entretiens et le contenu des renseignements reçus⁷. Nous avons mené 20 entretiens entre le 15 janvier et le 4 juin 2020. Or, si les premiers entretiens se sont déroulés comme prévu en face-à-face entre le chercheur et la personne interrogée, au vu de la situation, de l'âge de nos interlocutrices et interlocuteurs ainsi que des incertitudes et inquiétudes que suscitait alors la COVID-19, nous avons dû annuler et repousser certains entretiens prévus en face-à-face et les organiser à distance. Heureusement, cela n'a apparemment pas influé sur la qualité des échanges et les renseignements fournis. Bien que le calendrier des rencontres se soit trouvé bousculé, pour des questions de cohérence, nous n'avons pas modifié le guide d'entretien en cours et n'avons donc pas intégré de questions directement liées au coronavirus. La thématique est naturellement apparue dans les entretiens, mais elle reste en filigrane de notre étude, qui n'apporte pas d'observation spécifique à ce sujet.

⁷ En Suisse, devant la croissance alors rapide du nombre de cas et du nombre de décès, en particulier en Suisse romande, le Conseil fédéral et les gouvernements cantonaux ont annoncé le 13 mars 2020 la fermeture des établissements d'enseignements obligatoires et post-obligatoires. Le 15 mars, plusieurs cantons dont Neuchâtel décrètent l'état d'urgence, ce que fera le Conseil fédéral le jour suivant pour tout le pays, impliquant entre autres la fermeture des lieux publics (Van der Schueren & Rudaz, 2020).

Chapitre 1 : Cadre théorique, conceptuel et méthodologique

Cadre théorique et conceptuel

Afin d'établir l'analyse de l'engagement des seniors dans la vie sociale et politique, nous définissons dans un premier temps ce que nous entendons par la participation, l'engagement et la reconnaissance. Il est fréquent que les deux premiers termes soient confondus ou employés comme synonymes. Or, nous entendons expliquer comment nous les comprenons, sans chercher à arrêter une distinction une fois pour toutes. Puis, dans un deuxième temps, nous présentons les indicateurs de mesure du bien-être et de la qualité de vie.

La participation

Dans la perspective d'étudier la participation des seniors à des activités bénévoles ou de proche aide, nous utilisons l'approche de la philosophe Joëlle Zask⁸ (2011). Selon elle, la participation ne saurait se réduire à la réalisation d'une tâche définie et imposée par d'autres. Au contraire, la participation à une activité devrait être idéalement *volontaire*, au sens où les personnes ont la liberté de s'engager et de se retirer de cette implication, *tangible*, au sens où la contribution des personnes modifie effectivement le cours et la nature de l'activité comme du groupe qui l'organise, et *reconnues*, au sens où le groupe les authentifie et en tient compte (Zask, 2011, p. 11). A des fins heuristiques, Zask décompose par conséquent la participation en trois types d'expérience : prendre part, apporter une part (contribuer) et bénéficier d'une part. Plus précisément, voici comment ce triptyque peut être exposé :

- **Prendre part** désigne une certaine qualité de l'association d'individus qui s'assemblent librement afin de poursuivre un but commun, soit parce qu'ils prennent plaisir à la compagnie des uns et des autres, soit encore parce qu'ils veulent éviter d'être seuls. Dans cette perspective, prendre part signifie qu'un individu combine ses forces à celles des autres de manière temporaire et optionnelle. Enfin, prendre part renvoie aux conditions d'accès des individus pour intégrer un groupe, conditions qui méritent d'être interrogées.
- **Apporter une part** désigne la contribution personnelle d'un individu au groupe auquel il est affilié, le faisant évoluer dans son organisation et ses buts, le faisant par conséquent vivre.
- **Bénéficier d'une part** désigne ce que l'individu reçoit en retour de sa participation, autant au niveau des remerciements et contreparties éventuelles, que dans les possibilités d'individuation et de développement de ses capacités (Sen, 2010), lesquelles possibilités forment la véritable reconnaissance au sens de Honneth (2000). C'est précisément en se découvrant capable d'apporter sa contribution personnelle au

⁸ Relevons que Zask propose par son livre une réflexion au croisement de la philosophie, de la sociologie, de la science politique et de l'esthétique.

groupe, à son organisation, à ses buts et à ses activités qu'un individu peut construire une estime de soi.

Selon Zask, c'est la coprésence des trois modes de participation qui assure d'une part l'enrichissement et l'évolution du groupe et de son fonctionnement et, d'autre part, les meilleures conditions de développement personnel pour l'individu. Cependant, elle insiste sur le fait que la présence égale des trois dimensions est relativement rare et que leur articulation relève d'un équilibre fragile. Ainsi, si l'une de ces trois dimensions vient à manquer, leur désunion consécutive est la source de déséquilibres, comme indiqué ci-dessous :

- **Prendre part + bénéficier d'une part** : Les individus qui bénéficient des ressources communes sans contribuer sont souvent taxés de « profiteurs », « voleurs » ou « exploités » ;
- **Prendre part + apporter une part** : Certains individus contribuent mais ne reçoivent rien, que ce soit en termes de ressources communes (les « exploités ») ou en termes de reconnaissance (les personnes méprisées, rejetées, jugées « superflues », etc.) ;
- D'autres individus ne prennent part à aucune forme de vie sociale, ce sont les « laissés-pour-compte », les « exclus », les « désaffiliés », les marginaux. Certain·e·s, enfin, sont tellement privé·e·s d'opportunités de prendre part qu'ils/elles ne peuvent plus apporter la moindre part que ce soit, comme les gens profondément isolés.

Un tel modèle permet d'interroger la participation des seniors en trois « temps », ou selon trois composantes, et d'obtenir de précieuses informations sur les conditions d'accès aux groupes dans lesquels elles/ils s'intègrent, sur leurs contributions et les bénéfices retirés. À ce titre, il s'agit de veiller aux objets de la participation, car si la participation sociale des personnes âgées est largement considérée comme positive pour la personne, sa santé et sa qualité de vie, le type d'engagement est également à prendre en considération, par exemple pour ce qui relève du niveau de stress induit et des effets sur cette même qualité de vie (Onyx & Warburton, 2002).

Ce que le modèle de Zask suggère quant à la notion de groupe et notamment en termes d'inclusion et d'exclusion demande et permet de définir plus précisément les notions d'engagement, de la participation qui en découle, et de reconnaissance.

L'engagement

Dans la mesure où l'engagement et la participation sont des termes utilisés de façon équivoque aussi bien dans la littérature, dans le discours public que dans les propos de nos informatrices et informateurs, il convient d'indiquer en quoi ils peuvent se confondre. Un débat distingue l'engagement de la participation par le fait qu'il est possible de participer à une situation sans s'y engager, l'inverse n'étant pas possible⁹. On peut retenir de l'engagement qu'il implique parfois une notion d'obligation, d'acte délibéré ou encore de promesse (Luneau, 2013). Le don – au sens de Marcel Mauss – est donc une composante intrinsèque de l'engagement, puisque ce dernier implique un échange qui a pour dessein la création du lien

⁹ Une approche notamment proposée par Pecqueux (2014) et Goffman (1987).

social. De même, l'engagement varie en intensité (on peut être sous-engagé ou sur-engagé) et dans le temps (une personne s'engage comme elle se désengage). Ce faisant, il est possible de distinguer le fait de « s'engager » – pour quelque chose, envers quelqu'un – et le fait d'« être engagé-e » – dans quelque chose, avec quelqu'un (Luneau, 2013).

- **S'engager** : La description des trois composantes de la participation a permis de dégager, ci-dessus, les conditions de réalisation et les contraintes qui y sont liées. Ici, la réflexion porte davantage sur la compréhension des raisons conduisant les individus à s'engager ou non dans des activités (bénévoles). Mazeaud et Talpin (2010) proposent pour ce faire quatre idéaux-types de motifs de justification de l'engagement : la contribution au bien commun, l'intérêt personnel, l'enrichissement cognitif et la recherche de la sociabilité.

Cette conception de s'engager – pour quelque chose, envers quelqu'un – peut être reliée avec la dimension de « prendre part » chez Zask (2011).

- **Être engagé-e** : Cette dimension invite à réfléchir aux effets réciproques produits par la situation (ou l'activité) et ses participant-e-s. D'un côté, l'engagement des individus dans des activités (bénévoles) peut être compris comme un processus d'apprentissage des règles à respecter pour y participer. On dira que la situation influence l'engagement de ses participant-e-s. D'un autre côté, les actions des personnes engagées dans une activité peuvent la questionner ou la redéfinir. On dira dès lors que l'engagement des participant-e-s peut influencer la situation.

Il est ici possible de relier l'interinfluence de la situation et de l'engagement de ses participant-e-s avec le diptyque « apporter une part » et « bénéficier d'une part » du modèle de Zask (2011), tout du moins lorsque ces conditions sont remplies.

La reconnaissance

Traiter de la participation et de l'engagement demande de recourir à la notion de reconnaissance, que nous considérons selon les approches de Honneth (2000) et Ricœur (2004) notamment. La théorie de la reconnaissance de Honneth permet de conjuguer ce qui relève des « relations affectives », « des relations juridiques » et « des relations économiques » pour les individus entre eux et avec la société (Voirol, 2015, p. 9). Elle nous permet par conséquent de traiter des questions de l'engagement et de la participation en regard de ses apports personnels et sociétaux.

La perspective de Honneth distingue trois formes de reconnaissance, qui impliquent en résumé que « les êtres humains [ont] besoin de confiance en soi que leur apportent les relations de reconnaissance d'amour, [...] de respect de soi que leur garantit la reconnaissance juridique [et] doivent faire l'expérience d'une estime sociale [...]. » (Heim, 2014, p. 49) Cette estime sociale se construit particulièrement lorsque l'individu met librement en œuvre ses capacités pour satisfaire les besoins d'autrui, d'une organisation ou d'une référence idéalisée de la société, par exemple désignée sous la notion de « bien commun » ou d'« intérêt général ». C'est donc autour de cette reconnaissance que se joue la question par exemple de la valorisation de l'investissement des personnes retraitées.

Une forme de reconnaissance souvent thématifiée à propos de l'engagement social des seniors est la question de la reconnaissance économique (Reimat, 2002), qui relève notamment du rapport entre les coûts et les bénéfices d'une participation bénévole. Sur un plan individuel, ce rapport coûts-bénéfices d'un engagement bénévole est considéré comme positif, et la population des personnes âgées semble être celle qui retire un bénéfice particulièrement grand en comparaison des autres générations (Van Willigen, 2000).

Sur un plan collectif, il est admis que l'engagement des seniors représente un investissement conséquent en termes économiques (Aeschbach, Habersaat & Hanhart, 1999 ; Baudet & Heim, 2018 ; Van Willigen, 2000), bien que souvent non-chiffré (Handy & Mook, 2011). La question de savoir s'il faudrait le rétribuer d'une manière ou d'une autre fait par contre l'objet de débat (Conseil fédéral, 2007). De plus, les milieux économiques eux-mêmes s'interrogent devant le vieillissement de la population et ce que cela demande comme adaptation en termes de solidarité intergénérationnelle (Cosandey, 2014). Ces milieux plaident pour un encouragement à la participation sous forme de maintien en emploi des travailleurs/euses âgé-e-s, alors que « la fidélisation des seniors se pratique déjà, bien que de manière non systématique » (Cosandey, 2015, p. 3). Si leur argument principal relève de dynamiques économiques pour pallier le risque d'une absence de main d'œuvre pour le marché du travail et d'un financement insuffisant des institutions de prévoyance, c'est l'intérêt des aîné-e-s qui est mis en avant, avec en filigrane ici aussi la notion de qualité de vie, de façon contrastée :

Garder un pied dans le monde du travail confère du sens, un statut social et des contacts. Par ailleurs, les travailleurs âgés veulent aussi préserver du temps pour leur vie privée, que ce soit pour s'occuper de leurs petits-enfants ou des proches dans la nécessité, ou tout simplement entrer en douceur dans leur troisième partie de vie. (Cosandey, 2015, p. 3)

Devant ces observations, nous devons considérer dans notre recherche les difficultés posées à la participation et aux discours qui la valorisent, aux incitations et aux freins à l'engagement volontaire (Warburton, Paynter & Petriwskyj, 2007). Ainsi, si la participation est encouragée par les milieux de promotion de la santé (Kessler, Schäffler, Züger & Rudolf von Rohr, 2017), la maladie et la pauvreté sont des freins à la participation et à l'engagement (Ehrler & Guggisberg, 2018). Certaines recherches ont exploré les pistes d'inclusion à la participation, dans une démarche de reconnaissance active de la part de la collectivité. Ainsi, Martinson et Minkler (2006) suggèrent que l'État devrait intervenir en ce cas, pour ne laisser aucune personne âgée incapable de participer. Il faudra d'ailleurs encore savoir appliquer la prudence nécessaire devant la notion même de « vieillir en bonne santé » (OMS, 2016, p. 32).

D'autre part et conjointement, la valorisation actuelle de l'âge de la retraite et de l'engagement des seniors demande à considérer certaines de ses conséquences. En effet, qu'ils soient fondés sur des arguments sociétaux, économiques, de santé individuelle ou publique, il apparaît judicieux d'interroger les discours de promotion du bénévolat chez les retraités dans leur dimension normative potentielle (Martinson & Minkler, 2006). Cette mise en valeur sociale, économique et symbolique semble en effet porter un discrédit sur le 4^e âge et sur ce qui lui est associé, à savoir la maladie, l'infirmité, l'incapacité de se mobiliser et la perte

d'autonomie (Amrhein, 2013 ; OMS, 2016), avec les risques de discrimination que cela comporte (Kiefer, 2017).

Ainsi, en plus de nous permettre de lire les dynamiques d'engagement des personnes retraitées, la théorie de la lutte pour la reconnaissance de Honneth nous offre également de quoi interroger les situations dans lesquelles des individus ne s'engagent pas, par volonté ou incapacité (pauvreté, maladie). Si nous ne traitons pas directement de cela et n'avons pas mené d'entretien avec des personnes dans ce cas de figure, il est intéressant de garder cette réalité en tête. Cela permet d'interroger certaines réalités de la vieillesse devant cette idée de la non-reconnaissance pour Honneth, où l'individu ou son groupe peuvent se voir retirer « la capacité à disposer librement de [leur] corps », se trouver socialement « structurellement exclu de certains droits » ou jugé négativement quant à leur « valeur sociale. » (Heim, 2014, pp. 51-53)

Sur la base d'une étude portant sur l'investissement associatif dans la commune de Val-de-Travers, Baudet et Heim (2018) rendent compte du fait que :

Loin d'une conception utilitariste de l'être humain postulant la recherche du profit personnel, [les] résultats montrent à quel point l'engagement pour un projet en commun, profitant à soi et à autrui, apporte une satisfaction morale, un « enrichissement personnel » et un « bien-être du simple "don de soi." » (Baudet et Heim, 2018, p. 32)

Dans la mesure où lesdits résultats rendent compte du fait que les personnes inscrites dans une activité associative éprouvent une vive satisfaction personnelle à défendre un intérêt collectif, les auteurs affirment que la mobilisation pour le bien commun est une véritable source de plaisir et contribue de fait largement au développement personnel des individus. Ceci dit, il convient d'interroger la manière dont ce bien-être peut être évalué et appréhendé.

La compréhension de la reconnaissance par Ricœur (2004) nous permettra d'interroger cette notion de reconnaissance, pour envisager dans quelle mesure elle doit se regagner par le rétablissement d'un lien humain qui nécessite une lutte (Thévenot, 2007). Dans la lecture historique qu'il fait de l'acceptation philosophique de la reconnaissance, Ricœur effectue un parcours en partant de l'idée d'une reconnaissance comme identification et distinction, pour continuer avec la reconnaissance comme identité puis aboutir à l'idée d'une reconnaissance mutuelle, où « c'est bien notre identité la plus authentique, celle qui nous fait être ce que nous sommes, qui demande à être reconnue. » (Ricœur, 2004, p. 43) Par son parcours, il ne propose pas de dépasser la reconnaissance-identification pour proposer une interprétation, il propose de prendre en compte ces différents temps de la reconnaissance et d'entendre l'interrogation persistante que cela pose à l'idée de méconnaissance. Reconnaissance et méconnaissance sont donc à ses yeux à considérer sous l'angle d'une dialectique, où « la méconnaissance se trouve incorporée à la dynamique de la reconnaissance. » (Ricœur, 2004, p. 395) Dans le sillage de cette réflexion, nous ne visons pas à résoudre la reconnaissance ou éclairer une méconnaissance sur la participation active des seniors, mais plutôt à situer cette participation dans la dialectique reconnaissance-méconnaissance.

Les indicateurs de mesure du bien-être et de la qualité de vie

Si le PIB permet de mesurer la production économique et la richesse d'un pays, de plus en plus de spécialistes s'accordent pour relever les limites de cet indicateur. Le PIB ne considère ainsi pas les activités hors marché (travail domestique et bénévolat) et ne tient pas compte des facteurs non économiques qui peuvent influencer sur le bien-être de la population (qualité de l'environnement naturel et culturel, qualité des relations sociales, conditions de travail, etc.) (Cornilleau, 2006). Par ailleurs, la progression du niveau de vie – mesurée via le PIB – n'est pas systématiquement corrélée avec le bonheur déclaré des individus (Clément, 2009). Ce constat est largement partagé par Stiglitz, Sen et Fitoussi qui écrivent, dans leur célèbre *Rapport de la Commission sur la mesure des performances économiques et du progrès social*, « [qu']il est temps que nos systèmes statistiques mettent davantage l'accent sur la mesure du bien-être de la population que sur celle de la production économique [...] » (Stiglitz, Sen & Fitoussi, 2009, p. 13).

Or, mesurer des phénomènes aussi complexes que le bien-être et la qualité de vie¹⁰ demande de s'appuyer sur des indicateurs fiables et pertinents, capables d'établir des comparaisons entre les pays. Pour ce faire, la Commission susmentionnée insiste tout d'abord sur la nécessité de cerner la notion de bien-être en recourant à une définition pluridimensionnelle (individuel, collectif, subjectif, objectif). Cette démarche de mesure de la qualité de vie mobilise trois approches conceptuelles : celle basée sur la notion de *bien-être subjectif* (tradition utilitariste), celle ancrée dans la notion de *capabilités* (Sen, 2010) (qui stipule que la vie d'une personne est considérée comme une combinaison de fonctionnement et de la liberté dont elle dispose pour faire un choix) et celle qui repose sur la notion de bien-être économique et sur la théorie des *allocations équitables*. Cette dernière n'étant pas directement opératoire pour notre projet, nous suggérons de nous concentrer sur les deux premières et d'apporter des éléments de compréhension aux dimensions objectives.

La dimension subjective demande d'examiner les déclarations et les perceptions des personnes elles-mêmes, car ce sont elles qui sont les mieux à même de juger de leur propre situation et de savoir ce qu'elles considèrent comme important dans la vie. Pour comprendre cela, deux principales approches ont été adoptées¹¹. La première se focalise sur la satisfaction à l'égard de la vie dans son ensemble et demande aux individus de porter un jugement évaluatif sur la manière dont ils pensent avoir réussi leur vie. La seconde est centrée sur les affects et les émotions, et s'intéresse à la présence de sentiments positifs (bonheur, joie, plaisir, fierté, respect, etc.) et l'absence d'émotions négatives (souffrance, inquiétude, colère, tristesse, etc.) Elle implique donc de mesurer des expériences gratifiantes (ou non) vécues par les individus et ce, à un moment particulier.

Il est ensuite indispensable d'examiner les conditions de possibilités de cet accès au bien-être. Forsé et Parodi (2014) rappellent ainsi qu'Amartya Sen, dans son ouvrage *L'idée de justice* (2010), relie le bien-être au pouvoir d'être ou de faire des individus – ce qu'il nomme les capabilités, ce qui le conduit à affirmer qu'il est indispensable de prendre en compte la liberté

¹⁰ Pour un tour d'horizon des approches qui ont tenté de mesurer le bien-être subjectif, voir Zeidan (2012).

¹¹ Nous nous appuyons ici sur la synthèse proposée par Forsé et Parodi (2014).

réelle dont jouissent les individus de mener à bien le projet de vie qu'ils ont choisi en fonction de leur préférence. Il s'agit, en d'autres termes, de s'intéresser à ce qu'un individu peut faire ou peut être avec les ressources détenues. Comme le souligne également Clément : « Dans l'approche de Sen, la situation des individus n'est pas évaluée par le résultat effectivement atteint en termes de réalisations mais par l'ensemble de choix accessible à l'individu que Sen désigne sous le terme de *capabilités*. Les *réalisations* représentent le choix effectif tandis que les *capabilités* décrivent les différentes combinaisons de réalisations accessibles à une personne avec les ressources dont elle dispose [...]. » (Clément, 2009, p. 72) En ce sens, poursuit l'auteur, la définition du bien-être individuel ne se limite pas au bonheur ressenti ou à la satisfaction procurées par les réalisations – qui font écho aux préférences et aux goûts des individus, car « certaines réalisations disposent d'une valeur intrinsèque de sorte qu'elles rentrent légitimement dans la composition du bien-être ; leur participation à la qualité de vie des individus fait l'objet d'un consensus : être correctement nourri, être en bonne santé, par exemple. » (Clément, 2009, p. 72)

Se limiter à une évaluation du bien-être subjectif est également problématique en ce sens que « l'utilisation d'une mesure subjective du bien-être individuel pose problème en raison de la possibilité d'adaptation des individus, selon laquelle une personne va se satisfaire de ce qu'elle obtient à la place de chercher à obtenir ce qui la satisfait. » (Clément, 2009, p. 63) De plus, les comparaisons entre des indices subjectifs est particulièrement délicate au regard de « l'incommensurabilité des conceptions du bien-être des individus. » (Clément, 2009, 65) C'est pourquoi les critiques de ce modèle suggèrent d'introduire des mesures plus objectives des conditions de vie. À ce propos, Forsé et Parodi (2014) stipulent qu'il existe plusieurs déterminants de la satisfaction, qu'ils regroupent en trois catégories : les ressources de l'individu (sur le plan financier et sur celui de la santé physique et mentale), les aspects liés au travail (emploi, qualité de vie et réussite professionnelle, sentiment de reconnaissance) et les dimensions relatives à la vie sociale et sentimentale (couple, famille, enfants, ami-e-s, engagement associatif). Aussi, concluent-ils leur article en écrivant que, pour se montrer satisfait à l'égard de la vie, il faut, au niveau individuel, « être en bonne santé, avoir suffisamment d'argent, de bonnes conditions de travail où l'on se sent progresser, une vie affective et sociale riche et pleine. » (Forsé & Parodi, 2014, p. 385) Clément estime pour sa part que :

[L]a situation d'un individu dans un état social peut être mesurée, par exemple, à partir des ressources, des biens détenus – dans la filiation des biens premiers de Rawls – ou encore à partir d'indicateurs « objectifs » de la qualité de vie tels que l'espérance de vie, le niveau de nutrition, le niveau de qualifications, dans la filiation de Sen. (Clément, 2009, p. 71)

Stiglitz, Sen et Fitoussi évoquent pour leur part les caractéristiques objectives suivantes¹² : les conditions de vie matérielles (revenu, consommation et richesse), la santé, l'éducation, les

¹² Si ces dimensions objectives du bien-être peuvent faire l'objet d'un jugement de valeur, les auteurs rappellent qu'il existe toutefois un « consensus sur le fait que la qualité de la vie dépend de la santé et de l'éducation, des conditions de vie quotidienne (dont le droit à un emploi et à un logement décent), de la participation au

activités personnelles (travail, loisir, etc.), la participation à la vie politique, l'environnement, l'insécurité (économique et physique) et les liens sociaux¹³.

Dans une autre perspective, l'Organisation de coopération et de développement économiques (OCDE) s'appuie sur cinq familles d'indicateurs pour réaliser son « Panorama de la Société » (2005) : 1) Les indicateurs de contexte généraux (revenu des ménages, taux de fécondité, migrations¹⁴, etc.) ; 2) Les indicateurs liés à l'autonomie (emploi, chômage, niveau de formation, âge de départ en retraite, etc.) ; 3) Les indicateurs liés à l'équité (pauvreté relative, inégalités des revenus, pauvreté des enfants, revenus des personnes âgées, etc.) ; 4) Les indicateurs liés à la santé (espérance de vie, mortalité infantile, etc.) ; et 5) Les indicateurs liés à la cohésion sociale (bien-être subjectif, isolement social, participation à la vie associative, naissances chez les adolescentes, usage de stupéfiants et décès en résultant, suicides). Par ailleurs, il est mentionné que la participation à la vie associative, au même titre que les contacts avec d'autres personnes dans le cadre d'activité socialisantes sont « deux dimensions importantes du degré d'intégration et de participation à la vie sociale des individus. » (OCDE, 2005, p. 20)

Objectifs de recherche

Sur la base de ces éléments théoriques et conceptuels, l'objectif de ce projet est d'établir une analyse de l'engagement associatif des seniors, en tenant compte du profil sociodémographique (sexe, âge, formation suivie, profession exercée, etc.) des personnes qui participent, plus ou moins assidument, aux activités bénévoles et de proche aide, et de mesurer les impacts sur la qualité de vie de ceux-ci. Pour ce faire, nous proposons d'observer quatre contextes différents, tant du point de vue du type de participation, que de celui du profil des participants. Ces quatre contextes, par ailleurs situés dans le canton de Neuchâtel¹⁵ et précisément décrits dans le chapitre 2, sont les suivants :

- 1) L'engagement individuel au sein d'un groupe de pairs, en l'occurrence des personnes qui animent ou participent à des rencontres pour des seniors ayant des problèmes de santé ;
- 2) L'engagement actif et associatif dans un milieu sportif, en l'occurrence des moniteurs/trices seniors de randonnées destinées aux 65 ans et plus ;

processus politique, de l'environnement social et naturel des personnes et des facteurs qui définissent leur sécurité personnelle et économiques » (Stiglitz, Sen & Fitoussi, 2009, p. 15).

¹³ S'agissant des liens sociaux, les auteurs notent qu'ils contribuent à l'amélioration de la qualité de vie, d'autant plus qu'ils procurent des avantages non négligeables en matière de santé et lorsqu'il s'agit de trouver un emploi.

¹⁴ Signalons que ces différents indicateurs peuvent varier d'une publication à l'autre. Ainsi, le taux de suicide est affilé à la santé dans le document paru en 2016.

¹⁵ Le dossier de candidature décrivait l'espace BEJUNE comme cadre prévu pour les contextes de participation, cela se justifiant par l'inscription de la Haute école de gestion Arc sur ces trois cantons et la connaissance des réseaux interpersonnels et institutionnels des co-requérants du projet. Bien que cela n'ait pas été délibéré, il se trouve que toutes les personnes avec qui nous avons mené des entretiens résident dans le canton de Neuchâtel, et que les organisations concernées par 3 de ces contextes sont enracinées dans ce même canton – bien que l'une de ces organisations ait une dimension supra-cantonale et que les lieux d'activités et d'engagement de nos informatrices et informateurs puissent être situés en-dehors des frontières cantonales neuchâteloises.

- 3) La participation active et associative dans trois milieux culturels (deux associations rattachées à des musées d'art et une qui organise des conférences) ;
- 4) La proche aidance, soit des personnes qui consacrent du temps à leurs proches pour les accompagner et les aider à accomplir des tâches du quotidien ;

Cette diversité de contextes nous permettra d'identifier ce qui relève d'une participation et de répondre aux questions de recherche suivantes :

- Quels facteurs internes et externes ont incité les seniors à s'engager pour autrui ?
- En quoi l'engagement social contribue à la reconnaissance et au bien-être des seniors ?
- Comment le discours de l'engagement social est-il perçu par les seniors ?
- Quelles similitudes et quels contrastes peut-on observer entre les différentes situations de participation et les différents contextes ?

Mention méthodologique

Afin de répondre à ces objectifs, nous adoptons une démarche qualitative servie par des entretiens individuels semi-directifs, approfondis et compréhensifs (Kaufmann, 1996) qui ont été conduits avec vingt personnes, soit cinq par contexte. C'est ainsi grâce à cet outil de collecte que nous avons laissé à nos interlocuteurs/trices une grande latitude pour s'exprimer librement et partager leurs expériences en matière de participation. Le guide d'entretien¹⁶ a été conçu sur la base de la littérature et en nous inspirant de certaines questions posées dans le cadre d'enquêtes quantitatives portant sur les problématiques de bien-être et de qualité de vie (par exemple la *World Values Survey*). Ce guide est organisé selon les thèmes généraux suivants :

- 1) Description de l'engagement bénévole actuel et des autres formes d'engagement (description de l'activité, place occupée par l'activité parmi d'autres)
- 2) Prendre part (degré de volontariat ou de contrainte dans l'engagement, socialisation à la participation bénévole ou au care, place de l'activité par rapport au passage à la retraite, limitations à prendre part, liberté de ne plus prendre part)
- 3) Apporter une part (degré d'apport personnel ou, au contraire, accomplissement d'une tâche définie par d'autres)
- 4) Recevoir une part (bénéfices retirés de l'engagement, conditions de possibilités offertes par l'institution)
- 5) Bien-être et qualité de vie (ingrédient pour vivre « une bonne retraite », conformité à l'injonction participative faite aux seniors, parcours biographique et professionnelle, satisfaction au regard de la vie)
- 6) Questions sociodémographiques (âge, formation, profession, situation maritale et familiale, capitaux culturels, économiques et social)

¹⁶ Le guide d'entretien complet figure en annexe de ce rapport.

Puisque nous souhaitons inscrire l'engagement des seniors dans leur parcours biographique et ainsi considérer ce phénomène dans la durée, la méthode retenue s'apparente également à celle des récits de vie. C'est en effet la dimension diachronique qui nous a particulièrement intéressée, dimension qui permet « de saisir les logiques d'action dans leur développement biographique, et les configurations de rapports sociaux dans leur développement historique » (Bertaux, 2005 [1997], p. 13). Pour ce faire, nous avons invité nos informateurs/trices à nous raconter « comment les choses se sont passées » et à nous décrire les événements et les situations qu'ils/elles ont vécus en lien avec la thématique étudiée. Le mérite de ce procédé est qu'il donne du relief aux entretiens et propose une vue d'ensemble des parcours biographiques. Couplées aux autres questions que nous avons posées, elles nous ont permis d'obtenir des récits denses et de mettre ainsi certains propos en perspective.

Les neuf hommes et les onze femmes qui nous ont accordé de leur temps pour réaliser les entretiens ont été sélectionné·e·s en lien avec les quatre contextes susmentionnés et recruté·e·s soit via les responsables des associations et institutions, soit via les réseaux interpersonnels des chercheurs¹⁷. Le parcours professionnel et biographique, la situation économique, les activités de loisirs, les autres engagements bénévoles et le réseau social de chacune de ces personnes sont détaillés dans le chapitre 2¹⁸.

La récolte de données s'est déroulée entre le 15 janvier et le 4 juin 2020. Concrètement, quinze entretiens ont été réalisés en face-à-face, que ce soit au domicile des informateurs/trices ou dans une salle de réunion de la Haute école de gestion Arc à Neuchâtel. En raison de la situation sanitaire liée à la pandémie de SARS-CoV-2, les cinq autres ont dû être conduites à distance (par téléphone ou visioconférence). Les discussions ont duré entre 55 et 120 minutes.

Après une retranscription intégrale de tous les entretiens, nous avons procédé à un codage thématique à l'aide du logiciel NVivo 12 Plus (QSR International Pty Ltd., 2018), ce qui nous a permis d'adopter un processus itératif et de réaliser à une analyse approfondie des propos tenus. Nous avons de surcroît été à même d'opérer des analyses à la fois longitudinales (afin de saisir au mieux la trajectoire biographique de nos informateurs/trices) et horizontales (en vue de relever les différentes formes sous lesquelles un même thème peut émerger d'une personne à l'autre (Blanchet et Gotman, 2014 [1992])).

¹⁷ Relevons que nous avons souhaité avoir une forme de parité entre femmes et hommes, bien que notre étude ne visait pas à traiter en soi la question du genre et que nous ne l'abordons pas clairement dans ce rapport.

¹⁸ Une synthèse est également proposée dans le tableau *Présentation synthétique et données sociodémographiques des informateurs/trices* qui figure en l'annexe.

Chapitre 2 : analyse par contexte

Contexte 1 : Organisation sanitaire

L'organisation sanitaire qui a constitué l'un des contextes de l'enquête organise de multiples activités – encadrées par une équipe professionnelle (physiothérapeutes, animateurs socioculturels, travailleurs sociaux, etc.) – dans deux communes neuchâteloises. Avant de les détailler, signalons que cette équipe est soutenue par quelques participant·e·s (dont deux qui ont pris part à la présente étude) qui gèrent certains aspects administratifs et coordonnent ou organisent des sorties, tandis que les autres bénéficient simplement des activités. Cette distinction est importante, car elle permet de différencier des degrés d'engagement et de participation de la part des informateurs/trices, éléments qui sont pris en compte dans l'interprétation et l'analyse des résultats qui sont présentés plus loin.

Premièrement, l'organisation propose à ses membres, deux fois par semaine, des rencontres aux cours desquelles une dizaine de participant·e·s pratiquent de la gym douce puis disposent d'un moment d'échange autour de leur vie quotidienne ou de leurs problèmes de santé. Deux fois par mois, ils et elles ont en outre la possibilité de partager un repas préalablement préparé par leurs soins. Au même rythme, et selon la météo, ces personnes vont ensemble se balader ou restent à l'intérieur pour jouer. Un deuxième groupe réunit environ quatre fois par année une quarantaine de personnes qui souffrent d'une pathologie particulière et qui peuvent échanger leurs expériences et leurs bonnes pratiques. Géré par Jean-Marc¹⁹ (67 ans) et Robert (68 ans), ce groupe est indépendant, mais soutenu financièrement par l'organisation²⁰. Il a en outre une forte dimension sociale puisque ces personnes partagent également ponctuellement des moments conviviaux et informels (repas au restaurant, pique-niques, grillades, sorties au cinéma ou au théâtre, etc.) Les deux coordinateurs s'accordent en effet pour souligner l'importance des liens qui sont créés dans ce cadre, importance à laquelle les responsables sont d'ailleurs attentifs : « les responsables de l'organisation se rendent bien compte aussi que beaucoup des patients sont seuls et voilà, il y a des recherches de contact, il y a un rôle social très important. » (Robert, coordinateur d'activités, 68 ans) Troisièmement, suite à un exposé donné par un spécialiste qui a vanté les mérites du *nordic walking*, l'organisation a demandé à Jean-Marc de mettre en place et de développer cette activité. Dans ce dessein, dix *coachs* (quatre retraités et six encore professionnellement actifs/ves) ont été formé·e·s pour devenir des moniteurs/trices officiel·le·s qui encadrent donc collectivement les sorties. L'initiative a suscité un vif intérêt, puisqu'elle draine chaque semaine plus de soixante participant·e·s²¹. Ces derniers/ères sont pour la plupart de retraité·e·s qui viennent non

¹⁹ Par respect de la confidentialité, tous les noms de nos informateurs et informatrices ont été remplacés par des pseudonymes.

²⁰ La cotisation annuelle s'élève à CHF 10.- par année pour les membres.

²¹ Les membres de l'organisation paient CHF 10.- par année pour participer à cette activité. Les personnes qui les accompagnent paient CHF 36.- par année.

seulement pour marcher, mais également pour créer des amitiés. Un autre groupe rassemble une quinzaine de personnes qui participent à quelques sorties annuelles²² (visite du Musée de l'Alimentarium, d'une distillerie, etc.) Il est cinquièmement offert des cours d'informatiques pour les jeunes retraités (mis en place par Jean-Marc).

Chacune et chacun est libre de prendre part à ces différentes occupations. Une des informatrices est par exemple particulièrement assidue et passe ainsi une trentaine d'heures mensuellement avec celles et ceux qu'elle considère comme sa deuxième famille. Au-delà de l'aspect sanitaire, c'est donc à nouveau à une mission sociale que répond cette organisation. « Heureusement que j'accorde passablement de temps à [l'organisation sanitaire], parce que je n'ai rien d'autre, je n'ai personne d'autre... je suis seule. » (Véronique, participante aux rencontres, 68 ans)

Présentation des informateurs/trices

Formation et parcours professionnels/biographiques

Jean-Marc (coordinateur d'activités, 67 ans) considère son parcours professionnel comme particulièrement atypique. Après son apprentissage d'électricien sur automobile, il a cumulé des emplois très diversifiés : installateur de tachygraphes, régleur de paraboles, policier, responsable des transports et des télécommunications dans un hôpital, directeur d'exploitation dans une société de transports publics, puis gérant d'une franchise de commerce de lingerie. Il porte un regard éminemment positif sur ce parcours (« à refaire demain, sans changer une virgule », illustre-t-il) et déclare avoir toujours su saisir les opportunités qui lui étaient offertes afin d'éviter une routine et de lui permettre de découvrir de nouveaux horizons. C'est notamment pour ces raisons que son passage à la retraite n'a pas été évident : du jour au lendemain, il a dû faire le deuil des responsabilités qui l'incombaient et il a été contraint de composer avec un fort sentiment d'inutilité. C'est d'ailleurs ce qui l'a motivé à s'engager assidument dans des activités bénévoles.

Robert (coordinateur d'activités, 68 ans) est également titulaire d'un certificat fédéral de capacités de mécanicien de précision sur machines. Après avoir travaillé dix ans dans ce domaine, il a réorienté sa carrière et est devenu conseiller en assurances. En raison des exigences toujours plus élevées de ses employeurs et des revenus revus à la baisse – ce qui a largement impacté sa satisfaction, il n'a que très peu hésité lorsqu'il lui a été proposé de prendre une retraite anticipée (passage qu'il a d'ailleurs vécu « magnifiquement bien »). Il continue toutefois à gérer le portefeuille d'une quarantaine de clients. Cette activité, qu'il réalise « librement et sans contraintes », lui permet non seulement de compléter sa rente, mais également de conserver des contacts avec des personnes qu'il apprécie. De manière général, c'est d'ailleurs ce contact humain qui lui a toujours procuré de la satisfaction durant son parcours. Il se décrit en outre comme « un homme heureux ».

Fiorella (participante aux rencontres, 64 ans) n'a pas suivi de formation post-obligatoire, car ses parents défendaient l'idée que les femmes ne devaient pas être éduquées. Elle a eu un enfant relativement jeune, dont elle a dû s'occuper seule (ce qui n'empêche pas que celui-ci lui

²² Ce groupe est réservé aux membres de l'organisation, qui paient CHF 40.- par an et participent financièrement (et symboliquement) aux frais inhérents à la sortie.

a « apporté beaucoup de bonheur »). Afin d'assurer leur subsistance, elle a été contrainte de composer avec une trajectoire professionnelle quelque peu chaotique et d'accepter tous les emplois qui lui étaient proposés : « Si je perdais un job ou je lâchais un job, je prenais ce qui venait... j'ai dû travailler pour me nourrir. » Elle a terminé sa carrière professionnelle en touchant l'assurance chômage, puis l'aide sociale, avant de recevoir une rente AVS juste suffisante grâce aux prestations complémentaires. Outre les sérieux problèmes de santé qu'elle a rencontrés depuis son passage à la retraite et qui la tourmentent, le regard qu'elle porte sur sa vie professionnelle est spécialement négatif, au point qu'elle évalue à trois le nombre d'années qu'elle juge satisfaisantes :

Alors, on va dire que j'ai trois ans dans cette vie professionnelle, trois ans, vous m'entendez bien, ne notez pas 15 ans, qu'à l'âge de 62 ans de satisfaction professionnelle et personnelle, trois ans. Le reste, c'est par la force des choses, voilà. [...] Il n'y a jamais eu l'épanouissement souhaité au travail.

Véronique (participante aux rencontres, 68 ans) a d'abord suivi une formation de téléphoniste, métier qu'elle a exercé quelques années. Suite à la modernisation de la profession, elle a déménagé dans un autre canton et s'est reconvertie dans le dessin technique. Elle a ensuite travaillé comme employée de bureau, puis comme documentaliste (pendant 25 ans). Entre 60 et 62 ans et en raison de problèmes de santé, elle a diminué son taux d'emploi à 50% (compensé par une rente invalidité). Si son parcours professionnel lui a procuré beaucoup de satisfaction, le regard qu'elle porte sur les dix dernières années est moins positif. En effet, durant cette période, elle a dû s'occuper de son mari atteint d'une maladie dégénérative. Ce rôle de proche aidante l'a particulièrement épuisé et c'est à ce moment que sa santé s'est particulièrement détériorée, au point qu'elle a dû être hospitalisée. Dès que son époux a été admis dans un EMS, elle a pu se reposer et récupérer ; mais elle a toutefois rapidement été en profonde discorde avec sa belle-fille, ce qui a de nouveau engendré énormément de soucis. Au regard de ces différentes épreuves, Véronique n'a pas vécu sereinement son passage à la retraite.

Finalement, Laura (participante aux rencontres, 75 ans) n'a jamais obtenu de diplôme. Elle a travaillé pendant 38 ans dans une grande surface, où elle a exercé plusieurs activités (emballeuse, magasinière, nettoyeuse, etc.) Elle déclare avoir toujours éprouvé beaucoup de plaisir au cours de sa vie professionnelle :

Je ne regrette rien. J'ai aimé mon travail... même si c'était très dur, lourd et tout. J'allais à cinq heures pour nettoyer les camions, les charger, faire les commandes. Mais tout ça pour moi, c'était du bonheur. On rigolait avec les chauffeurs. [...] J'étais toujours satisfaite au travail et j'y allais toujours avec le sourire.

Cette manière d'envisager les choses est d'ailleurs également vraie pour l'ensemble de son parcours biographique. En effet, en dépit des graves problèmes de santé qu'elle a rencontrés, elle insiste sur le fait qu'elle est « toujours contente » et qu'il faut savoir « attendre que le train passe lorsqu'on rencontre des difficultés ». Aussi, et quand bien même son médecin l'a forcée à mettre un terme à son activité professionnelle il y a 15 ans, elle ne se considère toujours pas comme une retraitée et elle attend toujours de retourner travailler.

Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social

Le rapport à l'argent étant éminemment subjectif, il a été demandé aux informateurs/trices de faire correspondre leur situation financière à l'une des trois catégories suivantes : confortable, correcte ou difficile. Cette manière de procéder a l'avantage de saisir au mieux certains décalages qui peuvent émerger au regard des socialisations et des représentations des uns et des autres. Ainsi, une personne peut estimer que sa situation économique est correcte, en déclarant un revenu mensuel pour le ménage de CHF 7'100 et en étant propriétaire de deux résidences (principale et secondaire), alors qu'une autre peut la juger tout à fait confortable en annonçant un revenu mensuel de CHF 4'600 pour le couple. De même, certains affirment qu'ils doivent prendre garde à leurs dépenses s'ils veulent continuer d'aller skier tous les week-ends hivernaux. Ces contrastes doivent évidemment être considérés afin d'éviter les interprétations abusives.

Les informateurs/trices qui participent aux activités proposées par l'organisation sanitaire sont ceux qui, en comparaison des autres personnes qui ont participé à l'étude, se montrent les moins satisfaits de leur situation économique. En effet, si les deux hommes estiment que cette dernière est confortable, deux femmes la jugent correcte, et une confie qu'elle rencontre parfois de sérieuses difficultés :

Je bénéficie des prestations complémentaires, qui prennent en charge les 10% de la franchise [quote-part] de la caisse maladie, mais je suis un peu dans une situation ric-rac parce que les remboursements ont de la peine à venir [...] Vous savez, avec 2'500 francs par mois, heu, quand il faut payer le loyer, ce n'est pas évident, évident. C'est juste, juste. Je n'ai pas de dettes autrement, ça devrait jouer, mais il y a eu tous ces retards qui fait que moi, ça m'a grillé mon budget pas mal et maintenant, j'essaie de récupérer comme je peux. C'est pour ça que je ne sors pas, j'économise, quoi ! (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans)

De manière générale, cette activité semble donc regrouper des individus qui affichent des revenus relativement modestes, ce que vient confirmer cette informatrice qui est d'avis qu'elle ne peut pas se plaindre de sa condition (CHF 4'500.-/mois), notamment au regard des personnes qu'elle a l'occasion de côtoyer dans le cadre de ladite activité.

Considérant leurs loisirs, certains apprécient surtout les activités en extérieur (marche, navigation, etc.) et d'autres préfèrent rester à la maison pour tricoter, faire des mots-croisés, jouer sur l'ordinateur, regarder la télévision ou lire. L'un d'entre eux part également régulièrement en camping-car, activité qu'il apprécie d'autant plus qu'elle lui permet de rencontrer d'autres voyageurs²³. De manière générale, ces personnes ne vont que très peu au cinéma, et encore moins visiter des musées ou écouter des concerts.

Les trois femmes ne participent pas à l'organisation des activités proposées, ni d'ailleurs à d'autres activités collectives ; elles n'ont de surcroît jamais été socialisées au bénévolat au

²³ Ce même informateur met d'ailleurs un point d'honneur à profiter de sa retraite comme bon lui semble. Il n'hésite ainsi pas à déclarer qu'il a refusé catégoriquement de s'occuper régulièrement de ses petits-enfants : « *Je n'ai vraiment pas voulu qu'on m'impose un jour pour m'occuper de mes petits-enfants... c'est exclu ça !* » (Jean-Marc, coordinateur d'activités, 67 ans)

cours de leur trajectoire biographique. Les deux hommes sont en revanche particulièrement investis. Après avoir découvert cette institution en tant que patient, Jean-Marc (coordinateur d'activités, 67 ans) s'est approché du directeur pour saluer le professionnalisme de l'équipe et la qualité des prestations, et en a profité pour offrir ses services. Lui qui a été membre d'associations toute sa vie et qui a toujours ressenti le besoin de « rendre service à la société » en parallèle de son emploi a ainsi été admis comme membre du comité de direction. Il est également coordinateur d'un groupe d'entraide, et il a mis en place des cours de *nordic walking* et des cours d'informatique pour les jeunes retraités ; ces différents engagements lui prennent environ quinze heures par mois. Robert (coordinateur d'activités, 68 ans) a également connu cette organisation en raison de ses problèmes de santé. D'abord simple membre d'un groupe de patients partageant la même pathologie, il lui a ensuite été demandé de coordonner le second groupe qui a été créé dans une autre commune. Il gère également les aspects administratifs et il encadre les cours de *nordic walking*, et il organise en plus quelques sorties. Outre cet investissement (qui lui demande déjà une vingtaine d'heures mensuellement), il est responsable de la buvette d'un club sportif, secrétaire d'un club de pétanque et il rend quelques services à ses parents. Il reconnaît d'ailleurs avoir toujours été engagé dans des activités bénévoles : « Pour moi, c'est quelque chose qui me paraît naturel de faire du bénévolat... de tout temps j'ai eu des activités sociales, j'ai été président de sociétés... » (Robert, coordinateur d'activités, 68 ans)

Ces cinq informateurs/trices déclarent avoir un réseau social plus ou moins solide, composé d'ami·e·s rencontré·e·s dans le cadre du travail, des loisirs ou parce qu'ils/elles vivent dans le même quartier ou le même immeuble. Ainsi, Fiorella entretient d'excellents contacts avec ses nouveaux voisins, sur lesquels elle peut éminemment compter : « On a des échanges entre voisins et quand on a besoin les uns des autres, ben j'ai vu qu'ils étaient là pour moi, donc je m'en régale. » (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans) Leur engagement dans l'organisation sanitaire ici présentée est également un moyen pour créer des liens amicaux. Cela est particulièrement vrai pour Véronique, qui avoue : « Je suis seule... enfin, j'ai mon mari qui est dans un home dans une autre ville, mais autrement je n'ai personne [...]. Les seuls amis que j'ai, ils sont dans cette organisation ! » (Véronique, participante aux rencontres, 68 ans)

Prendre part sur conseil médical

Prendre part à une activité de cette organisation sanitaire est fondamentalement lié aux problèmes de santé de la personne. Généralement, cette affiliation se fait sur conseil du médecin généraliste ou spécialiste. Le but des rencontres animées est prioritairement de permettre aux patients de partager leurs préoccupations et leur quotidien avec d'autres connaissant une situation similaire, notamment par rapport au traitement qui peut être difficile à supporter au début.

Même si l'élément déclencheur de la participation aux rencontres réside dans les problèmes de santé et les difficultés afférentes, la dimension sociale est, comme déjà signalé, tout aussi importante :

Lorsque mon médecin m'a conseillé de participer à ces rencontres, j'ai décidé tout de suite parce que j'étais motivée de voir des gens. J'aime voir les gens, même si j'avais encore mon mari à ce moment-là. [...] j'étais hyper contente de voir du monde

une fois par mois, les infirmières, les autres personnes qui avaient aussi ce problème. On s'échangeait les paroles, comment on vit avec ça, etc. On se donnait du courage. (Laura, participante aux rencontres, 75 ans)

Cette sociabilité est donc le premier bénéfice de l'activité pour les personnes qui y participent. Une femme de 68 ans confie en effet connaître la solitude depuis que son fils a déménagé dans un autre canton et que son mari a été placé en EMS. C'est au sein de ce groupe que se trouvent, selon ses propos, les seul·e·s ami·e·s qu'elle a. Elle considère ainsi que la sociabilité trouvée au sein de ce groupe de parole a contribué à son épanouissement suite à une période intense de proche aide auprès de son mari, avant que celui-ci ne rentre en EMS. Sans cette activité, elle « retomberait en dépression » (Véronique, participante aux rencontres, 68 ans). Il n'en demeure pas moins que l'intégration à ce groupe s'est avérée être une étape délicate : « Quand j'y suis allée, j'avais déjà un peu d'appréhension. Quand on ne connaît personne, ce n'est pas facile de faire le premier pas. » (Véronique, participante aux rencontres, 68 ans) Cette réticence vient parfois de la crainte d'être affiliée à un groupe et d'avoir le sentiment de ne plus pouvoir s'en extraire à sa guise :

Dans un premier temps, ça ne m'intéressait pas trop. J'avais peur parce que je ne suis pas une personne très constante. J'abandonne souvent après deux, trois mois. Alors, je me disais : "Je vais aller là-dedans et c'est dommage, car je ne vais pas continuer !" Je ne voulais pas me retrouver dans cette situation. (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans)

Néanmoins, l'encadrement par des animateurs et animatrices socioculturel·le·s contribue à créer un environnement propice à la sociabilité qui facilite l'intégration de ces personnes.

La participation est également favorisée par un prix modique d'inscription aux activités ou encore par la mise en place de solutions pour des personnes qui auraient, par exemple, de la difficulté à se déplacer, les animateurs et animatrices cherchant des moyens de les véhiculer.

Des changements trop importants

Les changements dans le fonctionnement d'une organisation peuvent remettre en question la participation de certaines personnes. L'organisation sanitaire observée s'est passablement réorganisée durant notre enquête. Un nouveau personnel d'encadrement, des nouveaux lieux d'accueil et le passage d'une situation de rencontres animées en création de foyer de jour ont passablement chamboulé plusieurs des personnes rencontrées, qui ont fait montre d'une réticence à poursuivre les rencontres :

Ça ne sera plus comme avant, il y a des changements. On était peut-être trop bien avant, vous savez, avec nos animatrices, les sorties, tout ça. On avait des bons contacts, vraiment inoubliables on peut dire. Maintenant, il y a des restrictions. On ne peut plus faire ci, on ne peut plus faire ça. Quelque part, on n'est pas très motivé à y aller quand on entend tous ces changements (Laura, participante aux rencontres, 75 ans)

Fiorella abonde en ce sens et pointe du doigt un accompagnement qui peut devenir inadéquat :

On a parfois un petit peu tendance à prendre les personnes âgées pour des enfants. [...] A mon avis, les nouveaux animateurs n'ont pas l'expérience de ce genre de groupe, en considérant que c'est un groupe d'échange. On n'est pas malade, enfin, on a une maladie, mais on n'a pas besoin de soins médicaux et je pense plutôt qu'ils ont travaillé dans les homes avec des personnes où on les lève le matin, on les lave, on leur fait à dîner, on fait la petite sieste et de temps en temps, on va faire un petit jeu de carte ou je ne sais pas, un jeu de société et puis la journée se passe. Nous, ce n'est pas ça qu'on attend, on ne va pas dépenser de l'argent pour ça. (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans)

Cette démotivation est d'autant plus grande lorsque cette évolution entraîne des coûts de participation supérieurs et parfois impossibles à assumer sans aide extérieure.

Du partage en apport

Avant les changements que nous venons de mentionner, les activités de l'organisation sanitaire permettaient la contribution des participant·e·s : « On nous proposait des choses. Généralement, tout le monde était d'accord, mais on pouvait amener des idées d'activité et les animatrices ne demandaient pas mieux. » (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans) Elles et ils pouvaient également proposer des repas qui étaient alors préparés en commun.

Même si la maladie qu'elles et ils ont en commun n'est pas forcément l'objet principal des discussions²⁴, la contribution attendue des participant·e·s consiste en particulier dans l'échange et le partage. Un des objectifs de ces rencontres est en effet de surmonter les difficultés éprouvées par la maladie et le traitement. Ce que perçoit bien Laura :

Personnellement, j'étais un peu comme une animatrice parce que moi, j'aime bien rigoler, j'aime être ouverte. Moi, je n'aime pas les gens qui se plaignent tout le temps. Il faut leur donner un peu de punch, comme on dit. Leur dire qu'il faut changer ses idées et aller de l'avant ! « Tout va bien », « tout va s'arranger », des trucs comme ça. Ce n'est pas pleurer dans son gilet, comme on dit. Malgré qu'on ait une maladie, on sait qu'elle n'est pas toujours curable, mais il ne faut pas se laisser aller, il faut vivre au jour le jour. C'est ça que j'aimais aussi. (Laura, participante aux rencontres, 75 ans)

Malgré cet apport évident au groupe, certain·e·s se voient uniquement comme des bénéficiaires de l'activité. Tout se passe comme si le fait de bénéficier dans son propre intérêt était inconciliable avec la possibilité que le groupe en retire également une part, alors que l'un et l'autre vont de pair dans une participation équilibrée (Zask, 2011, p.53).

Contribuer au développement de l'activité

Le fait d'avoir bénéficié d'une prestation peut conduire certaines personnes à vouloir s'engager davantage pour l'organisation sanitaire. « [L'institution] a changé ma vie, si vous voulez. Inconsciemment, je me suis dit à un moment donné, il faut je les aide ces gens-là, ils sont extras. Qu'est-ce que je peux faire pour eux ? » (Jean-Marc, coordinateur d'activités, 67 ans) Fort d'une expérience de chef d'entreprise, ce dernier a par conséquent développé une

²⁴ Comme le dit Fiorella : « on savait toutes de quoi on souffrait Il n'y avait pas besoin de toujours en parler, c'était entendu. »

activité sportive dont il a coordonné la formation des moniteurs, un cours d'initiation aux technologies de l'information et de la communication adressé aux participants, ainsi qu'un groupe d'entraide. Certaines de ces activités sont indépendantes de l'organisation sanitaire, mais soutenues financièrement par celle-ci. Un autre informateur – également bénéficiaire – a également participé à ce développement, notamment au niveau de la coordination et de l'animation.

Cet investissement a conduit ces personnes à être sollicitées par le directeur de l'organisation pour devenir membres du comité. Ce qu'explique Robert en ces termes :

Il m'a dit : « Ecoute, tu vas être à la retraite l'année prochaine, tu auras du temps. Est-ce que tu es d'accord de donner un petit peu de temps au comité ? » Et puis moi j'ai tout de suite accepté ce deal. J'ai été nommé au comité de direction pour représenter les patients, ce qui m'a permis de vraiment connaître l'intérieur de l'activité, plus que simplement comme client et voir ce qu'il se passe autour. (Robert, coordinateur d'activités, 68 ans)

Comme membres du comité, ces deux hommes peuvent donc apporter leur point de vue sur le fonctionnement de l'organisation et des différentes activités qu'elle mène :

Maintenant, [...] je considère que c'est mon entreprise. Je fais comme si c'était la mienne. Autant pour les dépenses, parce qu'on décide des dépenses au comité de direction, autant pour les investissements, pour les grandes lignes de l'entreprise et tout, je réfléchis comme si c'était ma boîte. [...] Je m'engage corps et âme pour cette entreprise. (Jean-Marc, coordinateur d'activités, 67 ans)

Une participation appréciée

Comme le montre l'importance de la dimension sociale déjà évoquée, le bénéfice principal des participant-e-s consiste prioritairement à rencontrer d'autres personnes et à partager avec elles les problèmes de santé qu'elles ont en commun. Les activités de loisirs proposées représentent également une part de ce bénéfice. Comme l'exprime Fiorella, « grâce à toutes ces sorties qu'on a fait, je suis allée à des endroits où je n'étais jamais allée avant » (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans). Enfin, les personnes sont remerciées pour leur participation à travers des attentions de la part des animatrices et des animateurs.

Évidemment, l'implication soutenue dans le développement des activités par certains participants les conduit à recevoir de la reconnaissance de la part des responsables de l'organisation et à y être intégrés davantage : « C'est pour ça que je pense [que le directeur] a aussi décidé de m'assimiler au personnel de [l'organisation sanitaire] et puis qu'il m'invite chaque fois qu'il en a l'occasion. » (Robert, coordinateur d'activité 68 ans)

Contexte 2 : activité sportive

L'activité sportive, qui constitue le deuxième contexte, fait partie d'une large palette d'animations et de services que propose une organisation présente dans toute la Suisse. L'activité dont il est question est la randonnée ; selon la saison, il peut s'agir de marche, de raquettes ou de ski de fond. Une personne salariée de l'institution se charge des tâches administratives (promotion, coordination, gestion des inscriptions, etc.) et ce sont des bénévoles (une douzaine dans le Canton de Neuchâtel) qui proposent, organisent et accompagnent des groupes pour des randonnées d'une journée ou de quelques jours. Pour pouvoir endosser le rôle de « moniteur/trice de randonnées », il est demandé à ces bénévoles de suivre une formation initiale de six jours, puis des cours tous les deux ans pour permettre une remise à niveau des connaissances.

Sans entrer dans les détails, voici comment cette activité sportive prend forme. Une fois par année, les moniteurs/trices se réunissent pour proposer les quelques randonnées (itinéraire, niveau de difficulté, dénivelé, durée, etc.²⁵) qu'ils/elles souhaitent organiser et accompagner, et pour remplir – en fonction de leurs disponibilités – le calendrier préalablement établi par un responsable de l'association²⁶. Dès que le programme annuel est finalisé, le/la responsable doit préparer la sortie plus en détails. Une semaine avant, il convient ainsi de procéder à une marche de reconnaissance pour se familiariser avec l'itinéraire, s'assurer que les chemins sont praticables, repérer les endroits où il sera envisageable de faire une pause, vérifier les horaires des transports publics, etc. Que la personne connaisse ou non le parcours, cette étape est d'ailleurs indispensable pour pouvoir endosser correctement le rôle de guide et engager sereinement sa propre responsabilité :

Même si c'est une marche que je connais, je vais faire cette reconnaissance, pour se la remettre en tête pour que, quand on conduit le groupe, on sache où on va. C'est important que le groupe puisse se sentir assez sûr, qu'il puisse s'appuyer sur les moniteurs. (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans)

Un rappel via WhatsApp²⁷ est ensuite envoyé à la douzaine de participant·e·s qui se sont préalablement inscrit·e·s pour confirmer le maintien ou non de la journée (en fonction des conditions météorologiques). Ces participant·e·s – d'ailleurs surtout des femmes – sont âgé·e·s entre 60 et 80 ans et choisissent les randonnées en fonction de quatre degrés de difficultés. Toutes les sorties sont accompagnées par un·e autre moniteur/trice – qui seconde le ou la responsable, y compris lors de la reconnaissance de l'itinéraire.

²⁵ Cette préparation implique notamment de consulter des cartes et de se renseigner sur Internet.

²⁶ Les sorties ont lieu une fois par semaine (mardi ou jeudi), entre avril et octobre (sauf juillet) pour la marche et entre janvier et mars pour le ski de fond et les raquettes. Elles se déroulent systématiquement dans la proche région.

²⁷ Ce sont d'ailleurs les moniteurs/trices qui ont fait cette proposition pour favoriser la participation du plus grand nombre : « Ils ont constaté qu'il y avait beaucoup moins de monde qui participait, et puis c'est vrai que les gens, même les seniors, sont très occupés aujourd'hui. Alors ils ont vu sur le programme une course qui les intéressait, mais la semaine où elle a lieu, soit ils n'y pensent plus, soit ils ont autre chose. [...] Alors c'est un bon rappel, et c'est vrai que la fréquentation est meilleure depuis qu'on a ce procédé. » (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans)

Comme signalé, l'organisation propose également quelques séjours de randonnée par année. Ces derniers durent généralement cinq jours et se déroulent en Suisse (Gstaad, Grisons, Diablerets, etc.) ou en France (Lubéron). Organisés par les moniteurs/trices de randonnées, ils attirent une vingtaine de participant·e·s. La mise en place de ces séjours est d'autant plus complexe qu'il n'est pas forcément possible de procéder à des marches de reconnaissance et qu'il faut suggérer des activités alternatives en cas de météo capricieuse. Brigitte estime ainsi à une semaine et demi le temps qu'il lui faut pour préparer une telle course :

Pour un séjour de cinq jours, je vais préparer sept activités : cinq ou six randonnées – pour qu'on ait le choix, plus ou moins longues selon la météo – et une ou deux activités de rechange s'il pleut. Pour préparer les randonnées, je vais sur des cartes, je calcule les dénivelés, le nombre de kilomètres... et je me renseigne avec les moyens de transport, parce qu'il faut que les horaires jouent. Et tout ça, je prépare à l'avance et c'est des heures et des heures... je dirais que c'est entre une semaine de travail à mi-temps et une semaine de travail à plein temps. (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans)

Le temps accordé à cet engagement bénévole peut donc être considérable. Les informateurs s'accordent d'ailleurs pour dire qu'il faut compter une vingtaine d'heure pour l'organisation d'une sortie journalière. Considérant le fait qu'ils/elles en mettent sur pied entre trois et cinq par année et qu'ils/elles accompagnent leurs pairs à la même fréquence, c'est près d'une vingtaine de jours que ces personnes consacrent généreusement à l'institution.

Présentation des informateurs/trices

Formation et parcours professionnels/biographiques

Brigitte (monitrice de randonnées, 75 ans) a d'abord effectué un apprentissage d'employée de commerce. Après avoir travaillé quelques mois comme aide-laborantine, puis comme assistante médicale, elle est partie une année en Angleterre. À son retour, elle a entamé une formation en soins infirmiers, qu'elle n'a pas terminée. Après s'être mariée et avoir donné naissance à deux enfants, elle a trouvé un poste de secrétaire dans deux services médico-sociaux différents. Moins de dix ans plus tard, elle obtient un diplôme d'assistante sociale (HES, formation en cours d'emploi). Elle continue à travailler dans ce même service encore une douzaine d'années. À 58 ans, elle quitte cette fonction pour devenir assistante sociale responsable dans un organisme qui œuvre pour la qualité de vie des seniors. À une année et demi de la retraite, elle quitte cet emploi, refusant le licenciement avec réengagement – avec un salaire moindre pour le même poste – qui lui était proposé. Deux semaines plus tard, elle est engagée dans un hôpital, où elle finit sa carrière professionnelle en diminuant progressivement son taux de travail ; ce qui lui a permis de vivre encore plus paisiblement son passage à la retraite. De manière générale, elle se dit satisfaite de ce parcours, car elle a toujours exercé des métiers de contact. S'agissant de sa vie privée, outre la pénibilité de son divorce, elle résume : « Le reste est bien allé dans ma vie... [...] Je trouve que j'ai plutôt de la chance, je me sens bien. Je suis assez contente de ce qui se passe pour moi ».

Lucia (monitrice de randonnées, 71 ans) a obtenu un Certificat fédéral de capacité de vendeuse, puis elle a géré un restaurant avec son mari. Après quelque temps, elle quitte son conjoint – qu'elle retrouvera par la suite – et cet emploi dont elle s'est profondément lassée.

Elle travaille ensuite dans une petite usine de gravure pendant trente ans, d'abord à 60% (pour pouvoir s'occuper de ses deux enfants), puis progressivement jusqu'à 100% (pendant les treize dernières années de sa carrière). Durant cette période, elle devient responsable d'un atelier, qu'elle gère comme s'il était le sien. C'est d'ailleurs cette étape qui lui a procuré le plus de satisfaction (d'autant plus qu'elle s'entendait très bien avec le patron), au point que le fait de tout arrêter du jour au lendemain pour partir à la retraite s'est avéré quelque peu difficile. Pendant l'année qui a suivi, elle a en outre relativement mal supporté de rester à la maison pour ne pas laisser seul son compagnon malade. Il n'en demeure pas moins que Lucia pose un regard tout à fait positif sur l'ensemble de son parcours.

Denis (moniteur de randonnées, 67 ans) est au bénéfice d'un Certificat fédéral de capacité de micromécanicien. Après son apprentissage, il a travaillé plusieurs années dans le secteur horloger. Il s'est ensuite engagé comme agent d'entretien dans une compagnie de chemins de fer. Les horaires irréguliers (nuit et week-end) avec lesquels il a dû composer ne l'ont pas gêné, car cela lui a permis de passer du temps avec ses enfants. Il a du reste toujours été vivement satisfait de ses différents emplois et de sa vie familiale. Le seul regret qu'il émet est celui de ne pas avoir pu davantage s'investir dans le milieu associatif, principalement durant la seconde partie de sa vie professionnelle en raison des rythmes de travail irréguliers de son emploi. Ce sont par ailleurs ces derniers qui ont facilité son passage à la retraite (« En arrivant à un certain âge ça devient pénible de se lever à 2h00 ou de se coucher à 3h00 »).

Louise (monitrice de randonnées, 68 ans) n'a pas suivi de formation post-obligatoire. Cela ne l'a pas empêché de devenir éducatrice avec des enfants en situation de handicap affectif, fonction qu'elle a occupée pendant 8 ans. Elle a ensuite obtenu un diplôme (cursus de quelques mois dans une école privée) qui lui a permis de devenir secrétaire médicale (pendant 21 ans). Elle a beaucoup aimé ces deux emplois, car elle s'est toujours sentie reconnue pour ses compétences et parce qu'elle a évolué dans des milieux où les relations avec ses collègues (notamment les médecins) étaient « intéressantes ». Elle reconnaît également que ses enfants et la relation avec son nouveau compagnon ont largement contribué à son épanouissement. Ainsi, même si elle fait montre d'une certaine amertume à l'égard de la façon dont elle a été élevée par ses parents, elle se considère privilégiée en comparaison de certaines personnes qu'elle côtoie (« je me trouve chanceuse : je n'ai pas de problèmes médicaux, je n'ai pas de problèmes financiers, on rigole bien, je meuble mon temps d'une façon que j'aime... », illustre-t-elle). Elle a très bien vécu son passage à la retraite (à 62 ans), car il était annonciateur d'une « nouvelle vie » durant laquelle il allait être possible de pouvoir jouir pleinement de son temps libre.

Marcel (moniteur de randonnées, 64 ans) est titulaire d'un diplôme d'ingénieur en électrotechnique (HES). Il a toujours travaillé dans la recherche et le développement en microtechnique, un domaine qu'il juge motivant. Il n'a jamais connu de période de chômage (ce qui lui a procuré une grande satisfaction) et il estime être parti en pré-retraite avec « le sentiment du devoir accompli ». Le seul regret qu'il évoque est qu'il a dû choisir une voie professionnelle relativement jeune. Concernant sa vie privée, il est ravi d'avoir eu des parents attentionnés, d'avoir une bonne santé, des ami-e-s, d'avoir pu suivre une formation qui correspondait à ses envies et ses aptitudes et d'avoir pu réaliser beaucoup de voyages. Le seul

manque dont il fait part est celui d'avoir été enfant unique. Marcel a particulièrement bien préparé son passage en pré-retraite : comme son épouse devait encore travailler une année et qu'il ne se voyait pas rester toute la journée à la maison sans rien faire, il a profité de sa dernière année de travail – avec un taux diminuant progressivement – pour chercher des engagements bénévoles susceptibles de lui convenir. Ce qui s'est avéré bénéfique puisqu'il déclare : « J'étais très surpris, mais je suis très, très vite sorti du monde du travail et je suis arrivé dans le monde des pré-retraités très facilement : en quelques semaines j'étais sorti du milieu professionnel. »

Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social

Quatre de ces informateurs/trices déclarent un revenu qu'ils/elles jugent tout à fait confortable et qui leur permet de vivre décemment. L'une d'entre elle précise :

Ma situation économique est entre correcte et confortable : je peux faire face à ce dont j'ai besoin, donc c'est déjà une chance... évidemment, je ne vais pas à Dubaï toutes les années, on est d'accord [rires], mais je peux vivre bien et je peux me permettre quelques petits luxes. (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans)

S'agissant de leurs autres activités, quatre d'entre eux s'occupent – plus ou moins régulièrement – de leurs petits-enfants ; tâche, qui peut, pour certains, prendre un temps considérable :

En tant que grands-parents, on a beaucoup de travail avec nos quatre petits-enfants, parce qu'on s'en occupe entre deux jours et demi et trois jours par semaine. Mais le plus âgé à 7 ans, donc maintenant ça commence à devenir bon, ça nous laisse un peu plus de temps libre. (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans)

En termes de loisirs, ils/elles aménagent leur temps libre en regardant la télévision (parfois uniquement le soir et en hiver), en faisant des Sudokus, en suivant des cours d'aquagym, en allant écouter des concerts d'opéra ou voir des pièces de théâtre, en se baladant dans la nature, en jardinant, en faisant du sport (vélo, ski, etc.), de la peinture, ou en voyageant (l'un part régulièrement avec son camping-car). Quatre d'entre eux signalent en outre qu'ils/elles passent volontiers du temps avec leurs amis. De manière générale, force est de constater que ces personnes ne s'ennuient guère, ce qui est particulièrement vrai pour Marcel, qui dépeint ainsi une semaine type :

Alors je vais vous dire exactement comment va la semaine. Le lundi matin, c'est le fitness, plus café avec un ami. Le mardi, c'est promenade d'un chien avec un autre ami qui est aussi en pré-retraite... Le mercredi, c'est en principe la piscine – qui fait partie de l'abonnement fitness – avec le même copain que le fitness. Le jeudi, c'est la journée où on essaie de la réserver avec madame pour faire notre journée, quand même. Et le vendredi matin, c'est en principe le fitness avec le copain. Voilà... l'après-midi, c'est plutôt libre... le mardi, c'est « maman », donc je vais dîner vers elle. Mais là, je vais tout seul parce qu'on fait en même temps l'administratif. Et en principe, une fois le week-end, on voit ma mère, on fait une sortie ou quoi que ce soit. Et après, tous ces temps libres qui restent sont remplis par le bénévolat, par la Croix-Rouge une ou deux fois par semaine – ça prend déjà un après-midi. Pis la semaine est déjà bien remplie... et il faut aussi s'occuper des deux jardins... du vélo quand même un peu, et vous voyez que la semaine est vite remplie. (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans)

Hormis une informatrice qui a commencé à s'engager bénévolement lors de son passage à la retraite, les autres ont toujours été impliqués d'une manière ou d'une autre : qui dans sa paroisse, qui dans un club de foot, qui dans le comité d'une chorale, qui dans l'accompagnement administratif pour des personnes âgées, qui dans le balisage de chemins pédestres.

Ces cinq informateurs/trices ont construit un réseau social relativement vaste (entre dix et cinquante personnes) tout au long de leur vie. Ces connaissances ou ces ami·e·s ont été rencontré·e·s dans le cadre de la formation, de l'activité professionnelle, des loisirs (sport, musique, etc.), d'un engagement bénévole ou via les enfants ou parce qu'ils/elle vivent dans le même quartier. Selon la teneur du lien, ils/elles les côtoient plus ou moins régulièrement (entre une fois par semaine et une fois par année) ; s'ils/elles solliciteraient prioritairement les membres de la famille en cas de problèmes, ce sont également vers les quelques plus proches ami·e·s qu'ils/elles se tourneraient. Ceux-ci sont néanmoins, selon Marcel, peu nombreux : « Disons que si j'étais dans une situation très difficile et que j'aurais vraiment besoin d'aide, je pense qu'on peut commencer à les compter sur les doigts d'une main. » (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans)

Du bénévolat en faveur d'autrui

S'impliquer dans cette activité sportive relève généralement d'un choix de personnes qui désirent s'investir pour les autres, en l'occurrence des retraités. Cette motivation à œuvrer pour autrui peut être d'autant plus forte que l'on a joui d'une vie satisfaisante :

Comme j'ai eu la chance de travailler toute ma vie, d'avoir toujours du travail, d'avoir une bonne santé, j'ai dit : « Je pourrais quand même rendre un petit peu mon acquis pour des personnes qui ont eu moins de chance que moi ! » Et je suis arrivé à [organisation en faveur des retraités], dont j'avais entendu parler comme une association réputée, suisse, pour des personnes dans le besoin, surtout pour aider les personnes âgées, voire un peu handicapées. (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans)

Au départ, cet homme n'a en effet pas d'attentes particulières, prêt à « rendre service » dans n'importe quel domaine d'activité.

Toutefois, une motivation altruiste n'empêche en aucun cas d'agir dans un domaine pour lequel on a de l'intérêt, comme l'exprime différentes personnes rencontrées : « Le bénévolat dans le sport, ça correspond à mes attentes, parce que ça me permettait de continuer de faire du sport et de transmettre aux autres. » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans) Cette pratique apporte éventuellement un contrepoint à l'activité professionnelle passée :

J'étais ingénieur en microtechnique, j'étais toujours dans les labos, dans les salles blanches et je me suis dit : "Si une fois je suis en pré-retraite ou en retraite, je vais faire un petit peu du bénévolat actif !" Et puis j'aime la nature, alors j'ai été sollicité pour faire ces randonnées. » (Marcel, 64 ans)

Une ancienne employée de l'institution voulait quant à elle poursuivre son investissement en faveur des usagers et usagères de celle-ci, mais dans un autre registre qu'auparavant :

J'ai travaillé comme assistante sociale et j'ai été responsable du secteur social. Je me disais : "Quand je serai à la retraite, je ferai volontiers du bénévolat, mais en tous cas pas les impôts, parce que je l'ai assez fait quand je travaillais !" (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans)

Mise à part cette personne qui connaissait professionnellement l'institution, les bénévoles sont recrutés sur le conseil d'un proche, en répondant à une annonce publiée dans les journaux ou à la suite d'une séance de *speed-meeting* organisée par une association de promotion du bénévolat.

Plus que de la marche à pied

Être moniteur de randonnées ne se limite pas à marcher en groupe. Cela requiert une organisation en amont, une attention à l'autre et par conséquent de multiples compétences :

Ça ne se réduit pas à la marche, parce que la marche, je peux téléphoner à une copine et lui demander d'aller marcher. Ou j'aurais aussi pu être participante dans ces groupes. C'est l'activité en elle-même [qui m'intéresse], c'est d'organiser les marches, le fait d'accompagner un groupe, etc. (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans)

Certaines de ces compétences sont acquises lors de formations minimales obligatoires et prises en charge par l'organisation. Les connaissances transmises sont diverses : « Lire une carte très correctement, comprendre les itinéraires, évaluer la capacité de quelqu'un à faire ou ne pas faire quelque chose. Soigner urgemment quelqu'un qui est tombé, jouer l'infirmière parfois. » (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans) Cette formation est répétée tous les deux ans, ce qui est apprécié car cela « remet au point nos connaissances. Et on reçoit un petit diplôme qui dit qu'on l'a fait » (Louise, 68 ans). La formation de moniteur/trice est reconnue par l'Office fédéral du sport, ce qui est source de fierté pour les personnes qui l'ont entreprise.

Au-delà des compétences acquises expressément pour l'activité bénévole, les personnes rencontrées mettent également à profit leur savoir-être, leurs métiers et leurs connaissances. S'il n'y a pas de prérequis particuliers pour l'accompagnement de personnes âgées dans une activité sportive, une telle activité implique toutefois d'avoir un sens de l'écoute et de l'échange :

On parle des bobos de la vie, des bobos physiques, mais de belles choses aussi, d'autres choses, on peut parler de la politique ou des faits marquants qui se sont passés depuis qu'on les a vu. Quand on est accompagnants ou organisateurs, il faut avoir envie de rencontrer des gens, d'écouter des gens, parler avec des gens, il faut aimer les gens, même s'il y en a qui le font de façon plus intense que d'autres. (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans)

De manière générale, il importe de faire preuve d'ouverture aux autres et de sympathie : « Quelqu'un de très ronchon ne va pas s'inscrire comme bénévole. » (Brigitte, 75 ans)

L'apport personnel concerne également les compétences techniques provenant d'une profession d'ingénieur, laquelle facilitera la préparation des courses à l'aide d'applications sur smartphone, par exemple de cartographie. Celles-là seront partagées avec les participants. Cet apport personnel peut aussi être en lien avec des connaissances culturelles et géographiques :

Quand je prépare une course, je me pose la question : « Est-ce que ça va leur plaire ? » J'essaie de leur faire découvrir de nouveaux paysages, un monument, etc. Quand on fait une excursion, je leur parle par exemple de Pierre-à-Bot : « Est-ce que vous savez qu'il y a une pierre et que c'est le crapaud ? » On m'a dit que ça serait pas mal de faire une excursion et d'aller regarder cette pierre, alors j'organise une marche en fonction, dans la forêt des Cadolles. J'aime bien renseigner les gens sur ce que je connais. (Denis, 67 ans)

Lors de ces discussions, des propositions peuvent survenir sur des aspects tels que l'importance d'avoir des marches accessibles à toutes et à tous, l'utilité des inscriptions, etc. L'activité se nourrit ainsi de l'apport des participants. Enfin, certain·e·s monitrices et moniteurs peuvent prendre des initiatives telles qu'offrir les croissants et le café alors que ceci n'est pas prévu initialement.

Si les moniteurs et monitrices randonnées rencontrés dans le cadre de cette étude admettent être parfois préoccupés par l'organisation d'une course, c'est surtout en lien avec les aléas des conditions météorologiques. Il y a pourtant des dimensions plus pénibles à cette activité, comme par exemple les tâches administratives à remplir et la confrontation à des participants qui ne sont plus capables de suivre le groupe et le ralentissent sans forcément s'en rendre compte.

Le plaisir des participants comme reconnaissance

L'activité de préparation et d'accompagnement de randonnées fait l'objet d'un défraiement à hauteur de CHF 30.-, notamment lié aux frais de déplacement et l'utilisation de sa bureautique privée. Des remerciements sont régulièrement exprimés par les responsables de l'organisation, notamment lors d'un repas annuel et à d'autres moments plus informels. De plus, l'accès à des randonnées organisées par d'autres moniteurs ou monitrices est gratuit. Mais c'est surtout de la part des participant·e·s à l'activité que vient la reconnaissance principale : « Si on plaisante, on rigole, on passe des bons moments, on échange, on boit un verre à la fin et qu'on dit : "C'était une belle journée, ça s'est bien passé !", c'est comme ça qu'on est valorisé. » (Marcel, 64 ans) Ce sont par ailleurs des moments d'autant plus agréables que la différence entre les statuts sociaux peut être amoindrie :

Ce sont des groupes où je peux être moi-même, sans chercher à paraître ceci, à manifester dans la conversation qu'on a compris telle chose, etc. J'ai été engagée en politique et je ne me sentais pas toujours au niveau des autres interlocuteurs et ce n'est pas confortable. En randonnée, on parle de n'importe quoi, on est qui on est, et en plus l'ambiance est sympathique. (Brigitte, 75 ans)

Contexte 3 : Association culturelle

En troisième lieu, ont été considérés les engagements dans trois associations culturelles différentes.

Trois informateurs/trices sont engagé·e·s dans le comité d'une association fondée au milieu du XIX^{ème} siècle²⁸, qui est rattachée à une institution muséale. Les dix personnes impliquées dans ce comité sont (ou ont été) professionnellement actifs en tant qu'enseignant·e·s, juristes, avocat·e·s, politicien·ne·s, etc²⁹. Elles se rencontrent une dizaine de fois par année, pour des séances qui durent entre deux et trois heures (y compris l'assemblée générale annuelle) et auxquelles participe également la directrice du musée. Si cette dernière n'a pas de droit de vote, les membres n'interviennent pour leur part pas sur ses choix artistiques. Le rôle du comité est d'acheter des œuvres pour la collection (qui appartient à l'association), de veiller à son état et, le cas échéant, d'investir dans une action de restauration ou de conservation, d'offrir un éventuel soutien à la directrice, de trouver des fonds pour assurer le bon fonctionnement de l'institution (par exemple pour mettre en place des programmes de médiation culturelle), de ponctuellement développer des campagnes de soutien et de valorisation, etc. Lors des séances sont généralement traités des points relatifs au budget (puisque c'est l'association qui finance les expositions), à la présentation du programme, aux actualités et aux projets du musée, et, parfois, de l'avenir de l'institution. Ces rencontres sont également le moment où les membres peuvent proposer des idées pour attirer de nouveaux publics.

La deuxième association culturelle organise, chaque semaine, des conférences destinées au grand public, sur des thèmes culturels, politiques, sociaux, etc. Elle est supervisée par un bureau exécutif d'une douzaine de membres, qui gère les aspects financiers et administratifs. Ces membres sont choisis en fonction de l'étendue de leur réseau, qu'ils et elles sont invité·e·s à solliciter pour demander un soutien, notamment financier. Outre les séances mensuelles du bureau, le président rencontre quelques fois par semaine les cinq personnes employées par l'association pour discuter des affaires courantes, régler les éventuels problèmes, réfléchir à des propositions de conférence, etc. Il transmet ensuite toutes les informations aux membres du bureau et une synthèse lors de l'assemblée générale (qui est donc l'instance à laquelle il doit officiellement rendre des comptes). Toutes ces activités confondues lui prennent environ 10% de son temps.

La troisième association est également rattachée à une institution muséale. Dix personnes sont membres du comité, qui se réunit tous les deux mois pour évoquer les actualités du musée et faire le point sur la situation financière de l'association. Tous les deux ans, ces membres consacrent un temps considérable à l'organisation d'une biennale d'art, ce qui consiste à élaborer un budget, rechercher des sponsors, mettre en place un concours pour déterminer quel bureau de graphiste crée l'affiche, réceptionner les œuvres qui vont être sélectionnées par un jury, etc. Bien que les membres de l'association ne soient pas nécessairement des

²⁸ Cette association compte entre deux et trois cents adhérents.

²⁹ Autant de compétences qui, comme précisé plus loin, s'avèrent bénéfiques pour certaines actions entreprises ou tâches à accomplir.

spécialistes de l'histoire de l'art, deux d'entre eux/elles participent à ce jury, avec trois personnes externes (généralement des conservateurs/trices de musées d'art ou des historiens/ennes de l'art).

Présentation des informateurs/trices

Formation et parcours professionnels/biographiques

Marie (membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans) a suivi une formation pédagogique. Elle n'a cependant pas pu exercer son métier d'institutrice, car elle et son mari sont partis s'installer dans un autre canton, puis en Afrique (pendant 4 ans). À leur retour, elle a dû se contenter de faire des remplacements scolaires, car elle n'a pas pu obtenir le temps partiel qu'elle souhaitait pour pouvoir s'occuper de ses enfants. Après 10 ans, elle a travaillé comme documentaliste dans une bibliothèque publique (pendant 14 ans), mais ce mandat a pris fin abruptement en raison de restrictions financières décidées par la Commune. Cet événement a marqué la fin de sa vie professionnelle et un passage quelque peu hâtif à la retraite. Si elle ne nie pas une certaine frustration, elle a néanmoins vécu celui-ci comme « une évidence ». Marie s'estime privilégiée de la vie qu'elle a pu mener, notamment du fait qu'elle avait du temps pour elle et sa famille, et qu'elle a toujours eu l'opportunité de pouvoir faire ce qu'elle avait envie de faire (aussi professionnellement). En revanche, elle ne nie pas que cette instabilité professionnelle n'a pas toujours été confortable, car elle ne lui a permis d'accéder ni à une sécurité financière, ni à « un job de projet ». De même, elle regrette avoir dû cesser une activité qui la passionnait parce qu'il n'y avait plus de financement.

Alain (président d'une organisation culturelle, 70 ans) a suivi un cursus universitaire jusqu'à l'obtention de son doctorat en sociologie. Il est ensuite parti une année aux Etats-Unis comme chercheur boursier. À son retour, il a été successivement engagé comme chercheur-enseignant, puis comme professeur. Il a en parallèle été directeur d'un institut de recherche et d'enseignement. Alain a rarement connu d'insatisfaction et avoue avoir eu beaucoup de chance dans sa vie, tant professionnelle (il s'est toujours senti « utile ») que non-professionnelle (catégorie dans laquelle il range la santé, les loisirs et le bien-être). Il n'hésite d'ailleurs pas à affirmer : « je me situerais plutôt dans la partie supérieure des gens qui sont privilégiés [en termes de bien-être et de qualité de vie]. » Le passage à la retraite l'a dans un premier temps angoissé, tant il craignait de demeurer inactif. C'est donc avec un certain soulagement qu'il a accepté les engagements bénévoles qui lui ont été proposés.

Annie (membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) a d'abord obtenu une maturité commerciale, puis un diplôme d'institutrice. Elle a pratiqué quelques années, puis a démissionné pour accompagner son mari qui terminait ses études de médecine dans une autre ville. À leur retour une année plus tard, elle n'a pas réussi à trouver de travail. Elle en a ainsi profité pour donner naissance et élever leurs deux enfants. Après quelques années, elle est devenue la secrétaire médicale de son époux et de ses collègues, à mi-temps. Annie porte un regard éminemment positif sur sa vie : « On a eu une belle vie, on a fait plein de voyages. Donc je me sens privilégiée dans la vie... j'ai eu énormément de chance. » Le seul petit regret qu'elle évoque est de ne pas avoir suivi une formation de bibliothécaire. Elle reconnaît également avoir quelque peu souffert de la période où son mari faisait ses stages à l'hôpital et qu'il n'avait que peu de temps à consacrer à sa famille. Elle a donc préféré celle qui a suivi, lorsqu'il pratiquait

dans un cabinet et qu'elle était de fait plus impliquée (en tant que sa secrétaire médicale). Annie a bien vécu son passage à la retraite, car elle y était préparée et qu'elle participait déjà à des activités bénévoles.

Martin (membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) a passé son baccalauréat à 18 ans, il est devenu notaire à 24 ans et avocat-notaire à 26 ans (« je me suis peut-être trop dépêché dans ma jeunesse », avoue-t-il). Il a évolué toute sa vie dans ce domaine, ce qui lui a permis non seulement de se sentir utile, mais également d'entretenir des contacts de confiance avec un éventail très large de profils sociaux. Lorsqu'il lui est demandé qu'est-ce qui lui a apporté de la satisfaction, Martin répond : « Je vais répondre d'une manière extraordinairement sentimentaliste, mais la plus grande satisfaction c'est d'avoir rencontré un conjoint avec qui je suis heureux. » Sans évoquer à proprement parler d'insatisfaction, il fait part d'un phénomène qu'il le préoccupe : « je n'ai pas eu de drames dans ma vie, de deuils très douloureux. J'ai perdu mes parents, mais à un âge avancé. Mais ce qui m'a taraudé, c'est ce sentiment de finitude qui est liée à ce sentiment d'inanité, de néant. » Plus concrètement, il regrette que sa fonction de notaire ait représenté une charge de travail telle qu'il n'a eu que très peu de temps pour se consacrer à ce qui l'intéressait profondément : la lecture et les beaux-arts. Son passage à la retraite, qu'il a progressivement préparé, s'est plutôt bien déroulé, car il annonçait le temps où il savait qu'il pourrait s'adonner à ses passions et à s'engager bénévolement.

Ernest (membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans) a suivi un cursus d'ingénieur agronome. Après avoir travaillé quelques années comme salarié, il a décidé de devenir indépendant en créant son propre bureau. Il a en parallèle été actif politiquement, jusqu'à assumer une charge dans un exécutif cantonal. De manière générale, Ernest est satisfait d'avoir « participé à la communauté humaine », d'avoir toujours été avide de découvertes, de connaissance (ce qu'il fait correspondre à son intérêt pour les activités culturelles). Ses insatisfactions se portent vers ce qu'il nomme le « côté sombre de l'âme humaine », qu'il illustre en évoquant la régression incarnée par certains hommes politiques ou le sort qui est réservé aux migrants qui tentent de traverser la Méditerranée. Il a très bien vécu son passage à la retraite, qu'il considère comme « une période privilégiée [durant laquelle] on peut choisir ce que l'on veut faire, sans pression continue de rendement ».

Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social

De manière générale, les personnes qui s'investissent dans une association culturelle reconnaissent que leur situation économique est (très) confortable. Si elles se comparent à leurs congénères, certaines s'estiment d'ailleurs « très privilégiées ». Seule une est d'avis que sa situation s'est nettement détériorée depuis qu'elle est à la retraite, et qu'elle doit faire « des choix très différents » (Marie, membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans).

Ainsi qu'en témoigne leur engagement, toutes et tous porte un vif intérêt pour les activités culturelles : visites d'expositions, théâtre, concerts, lecture, cinéma, spectacles, cours en auditeur libre à l'Université, etc. L'un d'entre eux s'exprime d'ailleurs en ces termes pour évoquer cet engouement :

La culture c'est un domaine qui me tient à cœur, qui m'a toujours intéressé depuis tout jeune et encore plus maintenant que j'ai plus de temps libre. C'est en tout cas un pan de ma vie qui devient de plus en plus important. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Ce même informateur poursuit en expliquant que la culture est indispensable pour développer un esprit critique et que ce dernier est un rempart imparable contre les préjugés :

Pour moi, la culture, à part le plaisir esthétique, c'est le développement de l'esprit critique. [...] Le développement de l'esprit critique, je pense que c'est d'accumuler le plus de points de vue possible, les plus divers possibles, et puis à force de pratiquer cet approfondissement des connaissances, c'est d'éliminer le plus possible de préjugés. (Martin, 66 ans)

Hormis les activités culturelles, les deux femmes sont ponctuellement sollicitées pour s'occuper de leurs petits-enfants, plusieurs apprécient la marche (voire la randonnée en montagne). Un des hommes pratique le krav-maga (sport de combat israélien qu'il a commencé à la retraite). Ce même informateur profite volontiers de sa résidence secondaire dans le Jura neuchâtelois pour faire du bucheronnage, rédiger des romans et peindre.

Ces cinq informateurs/trices cumule les engagements bénévoles depuis de nombreuses années. Les deux femmes s'investissent par exemple depuis 40 ans dans une ludothèque, à raison de plusieurs heures par semaine (soit plus que pour l'engagement ici considéré). L'une d'entre elle assure également ponctuellement des visites guidées dans un autre lieu culturel. Les trois hommes dressent pour leur part une liste conséquente d'activités auxquelles ils participent ou de comités d'associations dans lesquels ils sont actifs. Sans les dévoiler dans les détails afin de ne pas compromettre leur anonymat, mentionnons simplement des conseils d'Université, des commissions diverses et variées, des expertises et des évaluations scientifiques, des comités de librairies coopératives, de galeries d'art, de festivals de photographie, etc. Tous les trois ont d'ailleurs grandi dans des milieux où l'engagement bénévole était fortement valorisé (« j'ai vu l'exemple autour de moi, dans ma proche famille ou plus lointaine, qu'on ne rechignait jamais à accepter d'entrer dans un comité », explique ainsi Martin, 66 ans). Cette sensibilité transmise au cours de leur prime socialisation s'est par la suite renforcée durant leur parcours. De fait, bien que leur vie professionnelle particulièrement remplie ne leur a pas toujours permis de s'impliquer bénévolement³⁰, ils ont compris qu'investir du temps pour des associations permettait de préserver la vie culturelle dans leur commune ou dans leur région. Par exemple, Ernest a compris, alors qu'il était étudiant, que le bénévolat était le moyen le plus efficace de créer des événements à moindre coût :

J'avais créé un cinéclub quand j'étais étudiant, et comme on ne pouvait aller demander de l'argent à la direction, il fallait s'investir bénévolement pour que ça marche. Donc, j'ai très vite compris que pour faire des choses auxquelles je tenais et créer des événements, on ne peut pas le faire sans bénévolat. (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans)

³⁰ « L'activité professionnelle empêche le bénévolat... en tout cas pour ce qui me concerne, je l'ai vécu comme cela », explique ainsi Alain (président d'une association culturelle, 70 ans).

Qui plus est, Alain (président d'une association culturelle, 70 ans) estime que le fait de ne pas être dans la précarité a une incidence sur les activités auxquelles on peut contribuer, soit financièrement, soit en donnant de son temps (« Quand on a reçu beaucoup, on doit aussi pouvoir rendre. [...] Je trouve que ça fait partie d'une éthique minimale de participer à cela », précise-t-il).

Quatre de ces informateurs/trices déclarent avoir un réseau social relativement vaste, composé de plusieurs dizaines de personnes rencontrées à différents moments de leur vie : à l'école primaire, durant les études, au travail, dans le cadre d'un engagement bénévole (comme celui dont il est ici question) ou politique, etc. Certain·e·s côtoient leurs ami·e·s quelques fois par semaine, d'autres quelques fois par année, lors de sorties au cinéma, de séjour à l'étranger ou de repas pris chez les uns les autres. Toutes et tous estiment pouvoir compter sur ces personnes en cas de difficultés ; l'une a d'ailleurs pu constater cela lorsque son mari est tombé malade et un autre déclare avoir reçu beaucoup de visites et de soutien lorsqu'il a été confronté à des problèmes de santé. Le dernier évalue à cinq ou six le nombre d'ami·e·s avec lesquels il apprécie particulièrement passer du temps. Il les distingue du reste des « copains » en ces termes :

Ceux que je considère comme des amis, que j'ai grand plaisir à voir et où je me sens vraiment en confiance, en terrain ami, je dirais que c'est cinq ou six personnes, pas plus. Et pis les autres, je les considère comme des bons copains ou des interlocuteurs privilégiés, mais dont je pourrais me passer de la fréquentation. (Martin, 66 ans)

De son point de vue, la fréquence à laquelle il voit ces personnes n'est au demeurant pas un indicateur de la force du lien :

Ça m'est arrivé de tomber dans le piège de très bien m'entendre avec quelqu'un pis de le voir, à mon goût trop souvent, puis on a l'impression qu'on le retrouve là où on l'a laissé avec toujours le même discours, ce qui peut être un petit peu frustrant [...]. Et ces cinq, six amis, il y en a que je vois deux fois par année, et on a toujours un plaisir énorme à se voir, c'est très enrichissant, puis on se raconte plein de choses. (Martin, 66 ans)

Une sollicitation intéressée et honorifique

L'affiliation à une organisation culturelle, du moins au niveau d'un comité, se fait généralement par sollicitation. Autrement dit, on vient davantage « chercher » ces personnes, qu'elles ne cherchent à participer à ce groupe :

La plupart des activités auxquelles j'ai participé sont des activités pour lesquelles on est venu m'inviter. Il n'y a pas d'activités où on postule, où on demande. Ça ne se fait pas et ce n'est pas dans mon éthique non-plus d'aller solliciter le Conseil d'Etat pour être membre d'une commission et puis cela serait très mal vu en plus. Ce sont des choses qui doivent être construites qui doivent être le fruit d'une invitation. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Ces sollicitations sont liées aux compétences dont dispose une personne, provenant particulièrement de l'exercice d'une profession. C'est par exemple le cas des connaissances juridiques :

Comme souvent à l'époque où je pratiquais encore comme notaire, le comité de l'organisation a décidé de réviser les statuts et de mettre au clair son statut juridique vis-à-vis de la commune. Donc on m'a demandé de participer à un groupe de travail pour réviser les statuts, faire une convention avec la commune pour que les rôles soient bien distribués. Après avoir terminé ce boulot, que j'ai fait à titre gracieux, on m'a demandé d'entrer au comité. [...] Je sais très bien que si on fait appel à moi, c'est parce qu'on se dit que c'est pour pouvoir compter sur quelqu'un comme juriste qui peut les aider dans la forêt administrative. Donc je le fais très volontiers. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

C'est également son engagement dans un exécutif politique qui a permis à Ernest de rédiger des textes en faveur de la défense de l'institution culturelle à laquelle il est affilié : « J'ai rédigé des textes, car c'était plus politique. [...] Quand il y a ces conflits avec la commune, par exemple, je peux apporter mes expériences que j'ai de ma vie politique » (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans). Il arrive aussi que les personnes sollicitées occupaient des postes à responsabilités, détentrices d'un réseau social, bien utile pour la recherche de fonds :

Quand j'ai quitté [l'exécutif politique], j'ai eu plein de sollicitations. J'en ai refusé les trois-quarts et puis là, j'ai accepté, car ça paraissait ponctuel au départ, c'était la recherche d'argent pour la rénovation des locaux dans le cadre d'une commission financière. J'ai dit : « Pour ça, ok ! » et après, ils m'ont dit : « Maintenant, il faut que tu rentres au comité ! » (Ernest, 72 ans)

Ce réseau va notamment faciliter le fonctionnement de l'organisation :

Une des chances de cette institution c'est cette interconnaissance qu'il y a avec les personnes qui nous soutiennent et ça facilite beaucoup les contacts. Si je veux appeler quelqu'un je n'hésite pas une seconde à appeler et puis ça aide passablement la compréhension des problèmes et le fonctionnement de l'institution. (Alain, 70 ans)

Au-delà des compétences et du réseau social, ce sont d'autres qualités qui peuvent être recherchées chez les personnes qu'on sollicite. Alors que Marie était membre d'une organisation culturelle depuis 1993 – « j'ai toujours aimé l'art » dit-elle –, elle a été invitée à prendre part au comité dans le but de « féminiser ce milieu de mecs » et, dans une certaine mesure, de le rajeunir alors qu'elle a aujourd'hui 71 ans ! Il peut s'agir encore plus simplement de venir compléter un comité avec des personnes intéressées par le domaine :

J'étais intéressée par les musées, par les expositions, et on avait fait un voyage à New York avec le président de [l'association] et il m'avait demandé si ça me disait de venir dans le comité. Il me connaissait et il cherchait du monde pour son comité et il m'a demandé si ça m'intéressait. J'étais flattée que le président m'invite au comité. (Annie, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Cette sollicitation comporte une dimension honorifique et constitue donc le premier bénéfice de cette participation.

Se sentir irremplaçable

Dans des activités telles que celles étudiées ici, le rôle des personnes engagées n'est pas toujours aisé à remplacer. Ainsi, certaines d'entre elles qui ne veulent plus assumer une tâche – par exemple la rédaction du procès-verbal des séances du comité – se sont vus pressées de repousser cette échéance par manque de participants : « Ils n'ont pas sauté sur l'occasion pour dire : "Ah ben oui, ça fait un moment qu'on attendait ça. Voilà, on serait content de proposer quelqu'un d'autre !" » (Marie, membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans) Comme l'exprime Ernest, il faut d'ailleurs veiller à ne pas devenir irremplaçable : « J'ai toujours été partisan des mandats courts. Parce que je trouve que quand on reste trop longtemps, on s'incrute et on ne prépare pas la relève. Dans une association, je pense qu'il faut un tournus pour que ça fonctionne. » (Ernest, 72 ans) Il arrive en effet que des membres de comité ne remettent jamais en question leur participation et empêchent la transmission des tâches à une relève qu'il s'agira tôt ou tard d'accueillir :

Il faut être très vigilant au fait de pas s'incruster, parce que moi, j'ai connu, même en matière bénévole, des instances, comités ou autres, où vous avez un président ou la personne qui est l'homme fort ou la femme forte du comité, et qui ne veut pas lâcher le pouvoir et puis ça, je trouve qu'il faut faire très attention. C'est dangereux de se croire indispensable et puis ne pas sentir qu'il faut laisser la place à des forces vives, s'il y en a qui sont disponibles. (Martin, 66 ans)

Une autre personne estime en effet « avoir fait son temps » et qu'elle cesserait sa participation si de nouveaux membres étaient « trouvés ».

Si les difficultés que rencontre une institution peuvent préoccuper un participant, il importe, lorsque l'envie de cesser son engagement se fait sentir, de préparer son départ et surtout d'éviter de le faire à certains moments critiques :

J'ai senti que je devais faire la transition parce que j'étais le plus ancien de ceux qui sont vraiment actifs. Et je ne me vois pas les laisser tomber comme ça en pleine période de transition, de restructuration. [...] Je pense qu'il y a des moments où c'est plutôt moche de s'en aller, c'est un petit peu une lâcheté, et je pense que des fois, même dans le bénévolat, dans ce genre d'activité, il faut s'accrocher pour ne pas partir au mauvais moment. Il faut sentir quand, pour une raison de fatigue ou autre, on peut partir sans trop faire de dégâts. (Martin, 66 ans)

À l'exception de ces moments particuliers, les personnes rencontrées se sentent relativement libres de mettre un terme à leur participation.

Toute part n'est pas égale

Au-delà des compétences recherchées au moment où une personne est invitée à prendre part à un comité, d'autres contributions sont fournies par les participant·e·s, notamment au niveau des délibérations concernant l'organisation. Cet apport implique généralement une séparation entre les niveaux stratégique et opérationnel, le premier étant du ressort du comité bénévole alors que le second est réservé aux professionnel·le·s de l'organisation auquel·le·s il importe de laisser la liberté dans leurs choix (en l'occurrence artistiques). C'est du moins le point de vue d'Ernest :

Il faut toujours faire attention de différencier la part stratégique de la part opérationnelle. Le montage des expos et toute la partie artistique, ce n'est pas le rôle du comité, c'est le rôle de la directrice, mais ça, c'est pour l'ensemble des musées, il faut que ce soit elle qui décide et qui donne la ligne artistique. Une ligne artistique, elle ne se décide pas démocratiquement. (Ernest, 72 ans)

Cette séparation est toutefois nuancée par Martin, membre de la même organisation :

Ce n'est pas parce qu'on laisse la conservatrice et son équipe choisir la programmation artistique, qu'on ne peut pas, avec notre rôle stratégique, quand même donner certaines grandes lignes et puis être à l'écoute des reproches qui peuvent être faits par la population. [...] Je pense qu'on a pu aussi, par des discussions ouvertes avec la conservatrice, faire en sorte qu'elle tienne compte de certains éléments. (Martin, 66 ans)

D'autres se sentiront par contre moins à l'aise d'exprimer leur opinion :

Les choix de la directrice me paraissent tout à fait bien. Je ne me sens pas la capacité, d'expertiser ses choix. Elle est très pointue. C'est une grande pointure qu'on a maintenant au musée. Et je ne me permettrai pas de dire : « Ah ben non, ça elle ne devrait pas ou ça elle devrait ! » (Marie, 71 ans)

D'autres contextes permettent néanmoins aux membres d'un comité d'exprimer leur goût artistique, à l'instar d'événements culturels organisés non par l'institution, mais par la société de soutien à celle-ci, dans le comité de laquelle ces personnes siègent. C'est le cas d'une exposition d'art contemporain pour laquelle un jury sélectionne des œuvres candidates. Même si les points de vue du conservateur du musée et des experts sont écoutés, chacun·e peut exposer ses préférences artistiques en faveur ou en défaveur d'une œuvre : « Mais si le conservateur ne trouve pas intéressant et que nous on le trouve intéressant ça sera exposé. Et à l'inverse, s'il trouve quelque chose de bien et qu'une majorité n'aime pas, et bien on ne l'expose pas. » (Annie, 66 ans)

Formellement, les comités d'une association fonctionnent démocratiquement et chacun·e dispose d'une voix égale. Cela se reflète notamment dans les propos de Martin, qui rappelle qu'« on tire tous à la même corde au comité et on tâche tous de donner le maximum ». Néanmoins, les apports des un·e·s et des autres n'ont pas forcément la même légitimité (donc un poids égal), ceci notamment en fonction du statut de la personne. Ainsi, en est-il du contraste entre les propos de Martin et ceux de Marie. Le premier déclare en effet :

C'est quand même un atout de pouvoir apporter son expérience, en toute modestie, et puis je me rends compte qu'on m'écoute volontiers, parce que j'ai cette expérience-là. Chacun a sa profession, là il y a un ancien Conseiller d'état, il y a deux juristes, il y a des personnes qui sont du domaine de l'enseignement, donc c'est très enrichissant et puis j'ai l'impression qu'on ne m'écoute pas de façon privilégiée par rapport aux autres membres, mais que je peux donner mon opinion et puis que ça peut compter pour certaines décisions. (Martin, 66 ans)

La seconde, quant à elle, rédige le procès-verbal – tâche qu'elle juge particulièrement peu valorisante – et se rend bien compte que son apport aux délibérations est moindre et qu'elle prend moins part aux discussions qu'elle ne les écoute³¹ :

J'ai très peu de poids dans ce comité. J'entends, j'ai le même poids que les autres en principe, mais quand il s'agit de discuter des statuts et tout ça, on a laissé ce problème-là aux mains des deux juristes qu'on a dans le groupe et c'est normal, chacun son job, chacun sa spécialité. (Marie, 71 ans)

Contribuer au développement culturel du territoire

Tout en ayant été sollicitées, les personnes qui s'engagent dans le secteur culturel sont plusieurs à mentionner l'importance que revêtent, à leurs yeux, la culture et les arts en général pour la société dans laquelle elles vivent. Les organisations auxquelles elles prennent part contribuent ainsi à « ouvrir le monde et le penser », selon les mots d'Alain. En s'investissant pour le secteur culturel, ces personnes cherchent donc à œuvrer pour le bien commun :

Les activités culturelles sont pour moi un fondement de la société, un équilibre de la société, qui expliquent beaucoup de choses. Pour moi, ce n'est pas élitaire. C'est l'explication de la vie, ça fait partie de l'équilibre à la fois de la société, mais aussi des individus et puis, contrairement à ce que l'on dit et ce que l'on pense, tout le monde utilise régulièrement de la culture, je dirais même quotidiennement, même ceux qui disent que la culture ne sert à rien. Pour moi, c'est un fondement essentiel de l'humanité, de la connaissance, du savoir et je pense qu'on peut mettre la culture partout. (Ernest, 72 ans)

Or, l'offre culturelle peut être plus difficile à maintenir dans certains territoires et repose donc prioritairement sur le bénévolat associatif :

Je me disais qu'il fallait absolument qu'on maintienne dans la région cette vie culturelle à laquelle je tiens. Moi, pouvoir sortir, aller au concert, aller voir des expositions, je sais très bien que je pourrais, maintenant que j'ai plus de temps, me contenter d'aller à Bâle, à la Fondation Beyeler, à Berne, à Lausanne ou même à l'étranger, mais je trouve qu'il ne faut pas qu'une région comme la nôtre devienne exsangue du point de vue culturel, donc pour moi c'était, je ne veux pas employer un grand mot, mais une sorte de mission à laquelle j'avais à cœur de participer. (Martin, 66 ans)

La diminution du mécénat de la part des milieux économiques en faveur de la culture nécessite d'effectuer des recherches de fonds auprès d'instances tierces, ce à quoi s'emploient notamment les membres de comités d'associations culturelles.

Le succès de l'institution culturelle et des activités qu'elle mène est donc la reconnaissance espérée en priorité :

Pour ce qui me concerne personnellement, j'en retire une autosatisfaction indiscutable quand ça va bien, comme pour toutes choses. Que l'institution fonctionne bien, qu'il y ait une vie culturelle de qualité, que la renommée subsiste,

³¹ Il y aurait ici des réflexions à formuler quant aux différences de genre et les enjeux de participation et de reconnaissance qui y sont liés. Nous ne les traitons cependant pas en tant que tel dans ce rapport.

qu'il y ait du monde aux conférences, etc. [...] Alors ce n'est pas moi seul qui oriente, mais je participe à cette orientation. Oui, je pense que la fierté, c'est un terme un peu excessif, néanmoins c'est peut-être le terme qui convient bien. Je suis heureux de participer à quelque chose qui marche. En tout cas j'y contribue collectivement. (Alain, 70 ans)

En effet, si le comité de l'organisation œuvre au niveau stratégique, le mérite de la réussite revient davantage aux professionnels :

Je considère qu'il a un grand succès ce musée, il a un succès international, mais ce n'est pas grâce au comité, c'est grâce à la directrice qui a un réseau international et qui crée des expositions ici et qu'elle vend à Moscou, à New-York ou à Shanghai, dernièrement. Donc, évidemment que ça valorise les membres du comité. (Ernest, 72 ans)

La venue du public est ainsi un gage de succès et source de reconnaissance :

C'est gratifiant de faire partie d'une institution et de voir qu'on a un public qui vient, qui a du plaisir, qui revient, qui en parle autour de lui, et puis de rencontrer des gens qui aiment découvrir, qui aiment la culture. (Martin, 66 ans)

Ceci est d'autant plus important lorsque ces personnes ne sont pas originaires de la région : « On est flatté quand on voit que les gens viennent de loin, de Paris par exemple, et ils visitent la région. Le musée amène aussi des nuitées, des repas, etc. Et ça, il faut toujours le rappeler au politique. » (Marie, 71 ans) En effet, face à ces enjeux de préservation de l'offre culturelle, l'engagement associatif peut parfois devenir un combat politique de valorisation d'une organisation. Car si les institutions culturelles étudiées ici bénéficient d'un soutien des autorités communales, ce n'est toutefois pas le cas de la part de toutes les factions politiques. Par conséquent, le soutien attendu des collectivités publiques est principalement de défendre l'institution face aux volontés d'en réduire les moyens financiers.

Un accès privilégié à la culture

Si l'investissement de chacun – rédaction du procès-verbal, comptabilité, recherche de fonds, etc. – est en général reconnu par les autres membres du comité, il n'entraîne pas outre mesure des remerciements appuyés, sauf lors d'assemblées générales ou autres moments formels lors desquels le bénévolat est salué. Comme le dit Annie, les responsables de l'organisation « mettent beaucoup en avant le fait que sans bénévoles, ça ne tournerait pas ». Ces remerciements peuvent donner lieu à des repas ou événements qui sont également des rites de célébrations de l'organisation et du groupe de bénévoles qui s'investit en faveur de celle-ci. Ils sont le fait de la présidente ou du président de l'association, un·e professionnel·le de l'organisation (par exemple la directrice ou le directeur) ou encore un·e élu·e à l'exécutif de la commune partenaire. De manière plus générale, ce sont les membres de l'association et le public qui sont reconnaissants du travail du comité.

Cette contribution permet également de « voir de l'autre côté du miroir » selon l'expression d'une personne rencontrée, c'est-à-dire de comprendre ce que représente réellement l'organisation et la gestion d'une institution culturelle :

On a le plaisir d'une part d'y avoir contribué, puis d'autre part d'être au cœur même de ces programmations. Les spectateurs, ils peuvent avoir une visite guidée, mais nous, on a une longueur d'avance sur les visiteurs, parce qu'on a assisté à toute la maturation de la programmation. (Martin, 66 ans)

Outre des repas et autres événements courants d'une organisation, la contrepartie vis-à-vis d'un investissement dans le domaine culturel se traduit souvent par un accès privilégié à des offres culturelles. Il peut s'agir de visites guidées d'ateliers d'artistes, de musées ou autres éléments du patrimoine, des rencontres avec des créateurs, des entrées à un festival, de la participation à des jurys de sélection pour des expositions ou concours, etc. :

Comme la directrice a un réseau international important, elle connaît tout le monde, on est allé plusieurs fois à Photo Paris, on est allé à Amsterdam, dans d'autres villes où il y a de grandes expositions et on a le privilège d'avoir des entrées et des visites commentées grâce à la directrice. (Ernest, 71 ans)

Ces possibilités favorisent la motivation à s'engager en faveur de l'organisation, tout en n'étant pas prioritaires face à l'envie de contribuer au développement de l'offre culturelle régionale. Même si ces activités extraordinaires sont mises en place par le comité, les participants prennent généralement part aux frais d'organisation.

La participation à un comité d'une organisation culturelle est également l'occasion de rencontrer des acteurs/trices d'un domaine avec lequel on n'était pas forcément familier :

Honnêtement, ça n'a pas été une motivation de départ. Mais ça a été une gratification. J'ai beaucoup aimé, comme notaire, rencontrer tout l'éventail social. J'ai rencontré beaucoup de monde, mais dans un travail comme celui que j'ai au comité, c'est un tout autre monde, c'est des artistes, c'est des gens qui ont des préoccupations qui sont différentes et pour moi, ça a été un enrichissement très clair de diversifier mes rapports, mes relations humaines. (Martin, 66 ans)

Pour Alain, ces rencontres sont « sans doute le principal argument qui m'a incité à entrer dans cette association-là ». Mais ce sont aussi les échanges avec le public qui sont sources de satisfaction face au plaisir que ces personnes ressentent.

Contexte 4 : proches aidants

Le dernier contexte est celui de la proche aidance. Les cinq personnes rencontrées n'étant toutefois pas engagées dans une association ou groupe, ce n'est pas le fonctionnement d'une institution qui va être brièvement décrit ci-après, mais les tâches que remplissent ces proches aidant·e·s, ainsi que le degré d'investissement temporel que les unes et les autres accordent à ces activités.

Sylvianne s'est occupée de son mari malade pendant 20 ans (avant qu'il soit admis dans un EMS) et de sa petite-fille (dont les parents sont toxicomanes), qu'elle a beaucoup gardé quand elle était plus jeune (« Maintenant elle se libère gentiment, puisqu'elle a 16 ans »). Durant les dernières années, Sylvianne a consacré près de 100% de son temps à cette double assistance. Elle passait ainsi ses journées à conduire son mari à des rendez-vous médicaux, à l'aider à se (dé)vêtir et à faire sa toilette (jusqu'à ce que cela devienne ingérable et que des professionnel·le·s interviennent), à assumer les tâches administratives (auparavant réalisées par celui-ci) et à le surveiller de manière permanente (du fait qu'il était atteint de démence). À quoi venait s'ajouter le temps passé avec sa petite-fille (aide aux devoirs, jeux, repas, etc.)

Suzanne s'occupe pour sa part d'une amie de sa tante décédée qui est âgée de 90 ans (entre cinq et dix heures par semaine). Elle l'accompagne faire ses courses ou pour ses rendez-vous médicaux, elle lui fait ses paiements et elle va manger une fois toutes les deux semaines au restaurant avec elle. Suzanne entretient également une relation fréquente avec une autre amie de sa tante alors qu'elle réside en EMS. Ces deux femmes sont conviées aux réjouissances familiales, notamment à Noël.

Sandro a quant à lui commencé à s'occuper de son oncle alors que celui-ci avait 92 ans. Durant deux ans et à raison d'environ trois fois par semaine, il lui a « rendu des services », tels que : le relever lorsqu'il était tombé, faire des commissions, effectuer quelques démarches administratives (notamment médicales), entretenir son jardin. Comme le souligne Sandro, c'est également une présence qui était attendue de son oncle et de sa compagne : « C'était aussi des stratégies pour avoir de la visite, donc ce n'était pas tellement le service requis qui était important, mais c'était la présence je pense ». À partir du moment où sa santé s'est considérablement dégradée, Sandro a sollicité l'aide de son épouse Pilar (également informatrice dans le cadre de cette étude). Outre quelques courses, cette dernière a surtout passé du temps à prêter une oreille et à remonter le moral de ces deux aîné·e·s.

Finalement, Reymond a pris soin de sa mère pendant plusieurs années. Concrètement, il lui faisait ses courses, venait à son secours lorsqu'elle chutait, gérait ses affaires médicales, financières et immobilières, l'invitait à manger, l'emmenait en promenade ou lui tenait simplement compagnie. Il estime le temps consacré à cette proche aidance à environ cinq heures par semaine. Il a également épaulé son épouse lorsqu'elle s'est occupée de sa grand-tante.

Présentation des informateurs/trices

Formation et parcours biographiques/professionnels

Sylvianne (proche aidante, 73 ans) a suivi une formation pédagogique, puis a enseigné dans une école primaire à mi-temps jusqu'à 60 ans, moment où elle a pris une retraite anticipée. Ce

retrait de la vie professionnelle a correspondu au moment où elle a dû pleinement endosser son rôle de proche aidante et ainsi de s'occuper à la fois de son mari malade et de sa petite-fille (dont les parents sont toxicomanes), raisons pour lesquelles ce passage ne reflète pas une période particulièrement paisible. Il n'en demeure pas moins qu'elle n'a jamais regretté d'avoir arrêté de travailler. Elle porte un regard parfois mitigé sur son parcours, notamment compte tenu des problèmes de santé de ses proches. Face à la toxicomanie de son fils, elle n'a toutefois jamais ressenti de culpabilité, consciente qu'elle avait agi au mieux à son égard. Elle reconnaît par ailleurs avoir de la chance de pouvoir « vivre le moment présent » et de ne pas penser à certaines situations, qu'elle qualifie de « terribles et épouvantables ». Elle se souvient en revanche avec beaucoup de joie d'un voyage de six mois qu'elle a réalisé avec son mari avant qu'ils aient des enfants (« une expérience extraordinaire »). Elle ne nie pas que ce séjour l'ait endurcie, ce qui a pu s'avérer bénéfique au vu des épreuves qu'elle a par la suite vécues. Parmi les autres éléments positifs, Sylvianne mentionne son métier, la reconnaissance de ses élèves, les activités en nature et, surtout, l'amitié.

Suzanne (proche aidante, 68 ans) est détentrice d'un CFC d'employée de commerce. Peu de temps après son apprentissage, elle s'est mariée et est allée travailler comme secrétaire dans le commerce tenu par son époux (avec qui elle a eu deux enfants). Elle a conservé cet emploi pendant 45 ans, soit jusqu'au moment où elle a pris une retraite qu'elle considère comme une grande plage de temps libre tout à fait appréciable. En dépit de quelques soucis financiers – qu'elle considère comme inhérents au statut d'indépendant – elle déclare avoir eu jusqu'ici une vie tout à fait satisfaisante, notamment grâce à ses enfants et ses petits-enfants (« J'ai des enfants extraordinaires, des petits-enfants extraordinaires, qu'est-ce que vous voulez de plus ? »). Le seul regret qu'elle émet est de ne pas avoir suivi une formation de comptable.

Sandro (proche aidant, 67 ans) a obtenu une licence universitaire, avant de suivre une formation pédagogique. Il a ensuite passé sa vie à enseigner à temps partiel dans une école secondaire (avec des élèves entre 12 et 15 ans). Il avoue avoir toujours eu des horaires « exceptionnels » qui lui ont permis de prendre du temps pour lui et de ne jamais s'épuiser. Il porte d'ailleurs un regard tout à fait positif sur sa carrière. De même, le sport, la musique, les voyages et la vie de famille ont largement contribué à son bonheur. Sandro ne cite, qui plus est, aucun élément qui aurait pu contrarier cette satisfaction et s'estime également chanceux de n'être confronté à aucun gêne financière. Hormis quelques sentiments de culpabilité, le passage à une retraite anticipée qu'il a prise à 60 ans s'est très bien déroulé, d'autant plus qu'il reconnaît ne pas avoir « changé complètement de vie ».

Pilar³² (proche aidante, 68 ans) a commencé par être animatrice dans son pays natal. Son travail consistait alors à se rendre dans des classes pour dispenser des cours de théâtre. Arrivée en Suisse à 21 ans, elle a travaillé comme serveuse, puis comme animatrice avec des enfants, et comme gérante d'un accueil préscolaire. Elle a ensuite mis sa carrière entre parenthèses pour élever ses trois enfants, tout en faisant quelques remplacements dans des écoles. Plus tard, elle a suivi une formation orientée dans l'animation avec des personnes âgées. S'en est suivi un long remplacement dans un centre d'apprentissages destinés à des enfants souffrant

³² Cette informatrice est l'épouse de Sandro, l'informatrice présenté ci-avant.

de difficultés scolaires. À 51 ans, dès qu'elle a pu stabiliser sa situation dans cette institution, elle a suivi un cursus en cours d'emploi pour devenir éducatrice spécialisée (niveau HES). De manière générale, Pilar estime avoir « réussi sa vie », que ce soit au niveau familial ou professionnel (« J'ai vécu une belle époque, parce que je n'avais pas de formation et j'ai quand même toujours pu trouver un boulot qui me convenait, j'ai pu faire beaucoup de choses intéressantes qui m'ont nourri et m'ont permis de vivre [...] », résume-t-elle). En termes d'insatisfaction, elle mentionne les désagréments du quotidien qui n'ont toutefois pas tendance à se cristalliser. Son passage à la retraite a été vécu relativement péniblement, car il marquait selon elle une perte de statut et de sociabilité ; le temps passé avec son époux et ses petits-enfants lui a cependant permis d'accepter cette nouvelle situation.

Raymond (proche aidant, 68 ans) a tout d'abord suivi une formation pédagogique. Suite à cela, il a été engagé dans un centre pédagogique qui accueille des enfants en rupture scolaire, ce qui l'a rapidement conduit à obtenir un diplôme en enseignement spécialisé. Après neuf ans, il s'est engagé en politique, d'abord dans un législatif communal, puis à l'exécutif. Dès qu'il est devenu trop difficile de concilier cet engagement avec son emploi, il a repris l'enseignement dans une école secondaire. Il est ensuite devenu directeur d'une école de nurses, qu'il a peu à peu réussi à profiler comme un centre de formation reconnu dans le domaine de l'assistance socio-éducative. Raymond décrit sa carrière professionnelle comme étant variée et passionnante. Et même si son engagement dans un exécutif communal a parfois été stressant, il confie que cette expérience s'est avérée riche d'enseignement. Il estime de surcroît que son parcours biographique l'a toujours pleinement satisfait. Il n'était par ailleurs pas du tout préoccupé par le passage à la retraite : à 61 ans, il a senti que « c'était mûr » et qu'il pourrait mettre un terme à son activité professionnelle sans aucun regret. Il a toutefois encore assumé quelques tâches au sein de l'école dont il était le directeur pendant quatre ans, ce qui a permis une transition « tout en douceur ».

Situation économique, activités de loisirs, engagements bénévoles et réseau social

Sur les cinq informateurs/trices de ce panel, quatre reconnaissent jouir d'une situation économique confortable et une juge celle-ci correcte. Outre une activité professionnelle ayant permis d'avoir des revenus et, par extension une retraite, confortables, certains ont également hérité de sommes considérables qui leur assurent un niveau de vie tout à fait décent. Ces héritages sont par ailleurs particulièrement appréciés pour celles et ceux qui n'ont pas cotisé toute leur vie ou qui doivent assumer financièrement un proche placé en institution, comme c'est le cas pour Sylvianne :

Ma situation économique est confortable, parce que comme ma mère est morte, on a vendu la maison entre ma sœur et moi, et ça m'a fait un apport. Sans ça, ce serait un peu serré, d'autant plus que j'ai arrêté avant [l'âge de la retraite] et que je travaillais à mi-temps [...], et que mon mari était en institution et que ça coûte énormément [...]. Donc j'ai la chance d'avoir eu un héritage ; sans ça, ce ne serait pas très drôle. (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

Ensuite, trois d'entre eux occupent leur temps libre en visitant des expositions (notamment de peinture), en lisant, en allant au cinéma ou écouter des concerts et en s'occupant de leurs petits-enfants. A cet intérêt pour les activités culturelles, Pilar ajoute l'apprentissage de l'italien,

la marche et des repas partagés avec des ami·e·s, Sylvianne évoque son implication dans une société de mycologie et dans le comité de la fête de son quartier et Sandro fait partie d'Amnesty International, pour le compte de qui il écrit régulièrement des lettres. Il précise que cet engagement n'est pas officiel, ce qui lui permet de pouvoir profiter pleinement de son temps libre pour partir quand il le désire au Québec et en Italie pour voir sa (belle-)famille. Ce même informateur pratique régulièrement du sport et joue de la musique avec un groupe d'ami·e·s :

J'avais déjà pris ma retraite et je faisais de la musique seul, et maintenant on est un groupe et on fait de la musique folk irlandaise avec trois autres copains qui ont à peu près le même âge que moi, ou même plus âgés, pis c'est une grosse satisfaction, un grand plaisir. (Sandro, proche aidant, 67 ans)

Le couple qui a participé à l'étude apprécie également beaucoup voyager à travers le monde. Les deux autres s'adonnent plutôt à la marche, au vélo ou au jardinage en été et au ski en hiver. En parallèle, Suzanne s'investit depuis plusieurs dizaines d'années dans une association qui aide les enfants et les adolescents issus de familles à revenu modeste ou confrontées à des difficultés financières. C'est depuis qu'elle et son mari ont repris un commerce qu'elle s'est peu à peu engagé bénévolement : « quand tu as un commerce, on vient te solliciter, parce que tu connais beaucoup de monde et que c'est facile d'entrer en contact avec des gens » (Suzanne, proche aidante, 68 ans) Reymond, quant à lui, joue une fois par semaine dans un club de pétanque. Il est également membre de quelques associations (culturelles et de proches aidant·e·s).

Pour Suzanne, Sylvianne et Sandro, il s'agit d'une première expérience de proche aidance. Avant de s'occuper de son oncle, ce dernier reconnaît qu'il aurait pu le faire pour sa mère, mais qu'il a préféré déléguer cette tâche à son épouse Pilar (une autre informatrice). Reymond reconnaît pour sa part avoir développé une « sensibilité sociale » au début de sa carrière professionnelle, alors qu'il travaillait comme éducateur auprès d'élèves en difficultés. Il estime ainsi avoir cultivé « un esprit de proche aidant avant l'heure, avant qu'on parle de proche aidant ». Il s'est par la suite occupé de sa mère et d'une tante de son épouse.

Ces cinq informateurs/trices déclarent avoir un solide réseau social, composé d'un nombre important de personnes (entre vingt et cinquante), qu'ils/elles voient quelques fois par semaine et qu'ils/elles ont rencontrés soit dans le cadre professionnel ou des loisirs, soit via les enfants, soit parce qu'elles vivent dans le même quartier. Ainsi Sylvianne affirme :

C'est quand même toujours des gens qui sont dans l'enseignement [comme elle et son mari]... quoi que, parce que les gens qui vivent dans la même rue que moi ne sont pas dans l'enseignement, et on est aussi partis en vacances ensemble. Là c'est la proximité, l'ambiance dans la rue l'été, on joue à la pétanque, on boit l'apéro vers la fontaine... (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

Les liens peuvent également se renforcer dans des circonstances particulières, notamment lors d'un décès :

Pour un groupe d'amis, c'est parce qu'on était très lié avec un couple et quand, lui, est décédé, on a décidé qu'on faisait vraiment équipe autour d'elle et puis là, on a appris à se connaître et c'est assez génial parce que c'est vraiment des gens

complètement différents avec des parcours complètement différents. » (Pilar, proche aidante, 68 ans)

Outre du temps passé ensemble pour aller visiter des expositions, au cinéma, se balader ou partager un repas, certain·e·s partent donc en vacances avec leurs ami·e·s et savent qu'ils/elles peuvent compter sur ces personnes en cas de difficultés (« C'est énorme de pouvoir se reposer sur ses amis, énorme ! », reconnaît d'ailleurs Sylvianne). Cependant, les deux hommes reconnaissent qu'ils ne les ont jamais sollicités et deux autres femmes avouent que les confident·e·s – donc les plus proches – sont largement moins nombreux/ses (entre six et dix). Une autre informatrice porte également un regard lucide sur le fait qu'il n'est pas toujours aisé de conserver des liens et que le temps fait parfois défaut pour « *soigner les amitiés* » (Pilar, proche aidante, 68 ans).

Un choix contraint

Devenir proche aidant·e survient généralement lorsque l'état physique ou mental d'une personne avec laquelle on entretient des liens forts se détériore. La situation peut se dégrader plus ou moins brusquement et conduire la personne à perdre son autonomie et, dès lors, nécessiter de l'aide : « C'est quelqu'un qui a commencé à décliner à 92 ans, qui a eu des petits problèmes de cœur et d'équilibre. » (Sandro, proche aidant de son oncle, 67 ans) Parfois, devenir proche aidant·e est simplement lié à la solitude d'une personne que l'on connaît. Une femme rencontrée raconte comment elle a repris à sa charge la relation que sa tante avait avec deux de ses amies qui étaient sans famille :

Quand ma tante est morte, je n'ai pas voulu laisser seules [ses amies] à Noël, parce qu'elles faisaient toujours Noël avec ma tante. Et on passait toujours chez elles et c'est là que je me suis dit : « Je ne vais pas les laisser toutes seules ! » Et c'est là que ça a commencé, que je me suis liée un peu plus fort avec ces deux dames. (Suzanne, proche aidante, 68 ans)

Mais l'aide apportée peut également gagner en importance au fur et à mesure de la progression d'une maladie. Epouse d'un homme atteint de Parkinson, Sylvianne raconte la dégradation de l'état de santé physique et mental de son mari et la manière dont elle a dû s'en occuper :

C'est venu naturellement. Je n'ai pas été totalement impliquée dès le départ. J'avais un mari assez autonome d'abord, et il a fait lui-même des démarches pour savoir s'il pouvait se faire opérer. C'était assez nouveau à ce moment-là. Donc au départ, mon aide c'était de l'emmener au CHUV faire de nombreuses consultations, quand on a découvert sa maladie. [...] C'est une maladie évolutive. Un jour j'ai vu qu'il n'était plus capable de faire les paiements, les choses comme ça. J'ai reçu des rappels et j'étais très étonnée parce qu'il était très organisé et puis je lui ai demandé ce qu'il avait fait des paiements et il m'a dit qu'il avait oublié de les faire et qu'il avait tout jeté. Le choc passé, je me suis dit : « Il ne peut plus faire les paiements ! » Et je me suis mise à faire les paiements, après à remplir la déclaration d'impôts. Alors que c'était un homme fort, c'était un politicien avant, avec une forte personnalité, gentiment on voit que tout disparaît et qu'on est obligé de tout assumer de A à Z. Mais ça ne vient pas d'un coup, en l'occurrence. (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

La charge de son mari, ainsi que la nécessité de s'occuper de sa petite-fille, a d'ailleurs conduit cette personne à mettre un terme à sa vie professionnelle plus rapidement que prévu initialement.

La proche aidance relève moins d'un choix personnel que d'un devoir moral vis-à-vis d'une personne avec laquelle on entretient une relation plus ou moins intense. Sandro explique le sentiment d'évidence qui a présidé à s'occuper de son parent :

Cet oncle n'avait pas d'enfants, mais cinq descendants, et puis sur les cinq, j'étais le seul à habiter dans la même ville, avec un autre cousin – mais qui lui travaille – qui s'occupait du côté administratif, des impôts par exemple. J'étais celui qui était le plus disponible, en étant retraité, en ayant pas mal de temps. J'avais une sorte d'obligation morale. C'était pour moi normal d'intervenir. (Sandro, 67 ans)

Son épouse, qui a contribué à cette tâche, abonde en ce sens : « En plus, on est retraités, on n'a plus nos parents, ni l'un, ni l'autre, donc c'est assez logique qu'on accompagne nos aînés, enfin, c'est comme ça qu'on le vit. » (Pilar, proche aidante, 68 ans) Autrement dit, un tel investissement est présenté comme une évidence : « Ça coulait de source, c'était tout à fait normal par rapport aux responsabilités des générations et à l'engagement des générations. » (Raymond, proche aidant, 68 ans) Derrière cette évidence, il peut y avoir un certain sens de la réciprocité :

J'avais des liens d'affection particuliers avec cet oncle-là, que j'aimais beaucoup, et par exemple j'ai beaucoup voyagé avec lui et sa femme et c'est vrai que j'ai eu des expériences assez extraordinaires avec eux. Je leur en ai toujours été reconnaissant. (Sandro, 67 ans)

Cette évidence à aider un proche peut aussi s'expliquer par une forme de socialisation au *care*, par exemple en ayant eu des parents malades, des neveux et nièces à s'occuper ou d'avoir œuvré professionnellement dans le domaine social. Certains membres d'une famille se sentent aussi tout-e désigné-e pour s'occuper d'un-e parent-e, parce qu'ils/elles sont les aîné-e-s : « Je pense que j'ai hérité du rôle de proche aidant auprès de notre maman et du suivi des tâches administratives familiales liées à l'immeuble parce que j'étais l'aîné de la fratrie. » (Raymond, 68 ans)

Si ces cas témoignent d'un sens du devoir moral et de la réciprocité, d'autres engagements en faveur de parents proches sont perçus comme une nécessité absolue : « Disons que pour m'occuper de ma petite-fille, il n'y avait pas de choix : ou on s'investit beaucoup pour elle ou on ne sait pas où elle finira avec des parents qui n'étaient pas toujours capables de l'élever. » (Sylvianne, 73 ans)

L'engagement en faveur d'un proche va évidemment contraindre ces personnes à adapter leur mode d'organisation et leurs projets, par exemple lorsqu'un voyage implique de trouver des remplaçants, lorsqu'il s'agit d'intervenir au pied-levé au détriment d'une activité prévue ou lorsqu'il faut consacrer un temps plus conséquent qu'imaginé :

J'avais de longs, longs, longs téléphones quand elle était déprimée. Et ça, c'était un petit peu pénible, car ça durait longtemps et il fallait donner ce temps et des fois, tu n'avais juste pas envie de le donner et être à disposition. (Pilar, 68 ans)

Autrement dit, la liberté d'action espérée pour la retraite s'en trouve amoindrie. Néanmoins, malgré ces contraintes, les proches aidant·e·s rencontré·e·s aménagent leur temps pour conserver leurs loisirs et ne pas tout sacrifier pour la personne dont ils ou elles s'occupent.

Si les proches aidant·e·s sont disposé·e·s à s'occuper d'une personne malade, il y a des tâches qu'ils ou elles préfèrent confier à des professionnel·le·s, notamment ce qui concerne les soins corporels. Parfois, la maladie ou le traitement de celle-ci peuvent conduire à des comportements déments et dangereux de la personne aidée, ce qui implique une surveillance permanente. Sauf à y laisser sa raison, il n'est plus possible à un·e proche aidant·e de s'en occuper et le placement en institution devient inévitable, ce qui peut être ressenti comme une délivrance. Ce sont aussi l'énergie déclinante d'une personne, ses problèmes de santé, etc. qui peuvent être des raisons pour ne plus être apte à s'occuper de ses proches. En dehors de ces situations, c'est généralement la mort du proche qui met un terme à cette relation d'aide.

Les contraintes qui entourent l'engagement dans la proche aide et la difficulté, voire l'impossibilité de s'y soustraire témoignent d'une participation qui ne repose pas entièrement sur le volontariat.

Un investissement quotidien

Être proche aidant·e représente un investissement au quotidien, ne serait-ce que par les préoccupations que cela engendre, et par conséquent une contribution personnelle majeure : « J'y pense tout le temps, parce que tous les matins, entre 9h et 9h30, elle me sonne sur mon téléphone. Et j'ai une photo d'elle, donc je vois qu'elle est debout. » (Suzanne, 68 ans) En fonction des difficultés rencontrées par le/la proche, ces pensées peuvent être source de soucis, comme dans le cas de Sylvianne qui s'est longuement occupée de sa petite-fille dont les parents sont toxicomanes. Les dangers encourus par une personne âgée peuvent également être stressants : « C'est arrivé deux fois qu'on débarque chez eux par hasard, pour dire bonjour, et qu'on évite un incendie... » (Sandro, 67 ans) Enfin, la proche aide se limite rarement à des services particuliers (soins, courses, ménages, etc.), mais comprend généralement une attention et une présence régulière et fréquente, ce qui peut être délicat à exiger : « Souvent je sentais que quand on me demandait un service – une commission par exemple – ce n'était pas vraiment la commission qui était importante, c'était la présence, la visite. » (Sandro, 67 ans)

La proche aide peut être facilitée par certaines compétences professionnelles. Ainsi, cet ancien médiateur scolaire mobilise l'écoute active et l'empathie de façon presque inconsciente, « au feeling », « sans avoir l'impression d'appliquer des recettes ». Il peut aussi s'agir de la connaissance des réseaux dont on peut avoir besoin :

Les contacts avec les institutions, de savoir à qui s'adresser pour tel ou tel besoin, des juges, des médecins. Ça, c'est un truc pour lequel je n'avais pas tellement de problèmes dans ma vie professionnelle, et là je pouvais mettre ça en application et ça m'était utile. (Sandro, 67 ans)

Devenir proche aidant·e peut également amener à acquérir des connaissances et des compétences, notamment celles qui étaient auparavant détenues par l'autre membre du couple et qu'il a fallu assumer (tâches administratives, conduites automobile, préparation des repas, etc.) Dans tous les cas, cette relation d'aide requiert des compétences et des dispositions

qui sont généralement acquises « sur le tas », même si des formations sont dispensées par des associations de proches aidant·e·s.

Un apport parfois difficile à faire accepter

La relation informelle qui caractérise la proche aide peut compliquer l'apport du proche aidant ou de la proche aidante puisqu'il ou elle ne peut imposer son point de vue face à une personne qui garde toutefois son autonomie, sauf si elle est en curatelle. Dès lors, il s'agit de savoir négocier. Une proche aidante raconte comment elle a dû insister pour que la personne dont elle s'occupe accepte de déménager dans un appartement avec encadrement. Elle a rédigé pour elle la lettre de dédit pour son ancien appartement, mais laissé la personne la signer et l'envoyer elle-même (« C'est parfois difficile avec les vieux. Ils ont des idées, ils ne veulent rien changer », commente Suzanne, 68 ans). Cette résistance au changement s'exprime également par rapport à l'habitat :

Ils avaient un salon extrêmement encombré, et pour quelqu'un qui tombe tout le temps, ce n'était vraiment pas commode, et puis on a fait des propositions pour aménager différemment, pour avoir des espaces plus dégagés et ils n'ont pas été d'accord. C'était impossible de changer (Sandro, 67 ans)

Cette résistance peut aussi faire face à des habitudes plus triviales que l'aménagement, par exemple un type de pain provenant d'une boulangerie spécifique.

La difficulté à apporter un changement dans des habitudes bien ancrées s'illustre aussi dans le caractère éphémère d'une contribution :

J'espérais c'est que lorsqu'on organisait quelque chose, ça tienne, un moment au moins. Mes attentes étaient que ce que l'on préparait ou aménageait, ça puisse être utile parce qu'on réalisait parfois que ça ne l'était pas ou ça ne correspondait pas à ce dont ils avaient besoin, même si je pense qu'ils en avaient besoin. [...] Mais voilà, peut-être qu'il faut faire le deuil de ce que l'on pense le mieux. Ça, des fois, c'est un peu difficile, un peu frustrant. Parce qu'en fait, on aimerait que tout soit réglé une fois pour toute, mais bon ce n'est pas comme ça. [...] J'ai l'impression d'avoir appris beaucoup de choses par rapport au grand âge. On apprend que les « il n'y a qu'à », ça ne marche jamais. Tu as l'impression que c'est des gens qui sont démunis, mais ce n'est pas des gens sans volonté et sans passé et sans désir de choses. (Pilar, 68 ans)

Si la relation peut être difficile avec des personnes âgées ancrées dans leurs habitudes, elle peut également s'avérer compliquée pour toute autre personne, une adolescente par exemple. Sylvianne s'est occupée de sa petite-fille et a cherché à lui faire découvrir des activités que ses parents toxicomanes ne faisaient jamais avec elle, notamment des marches et des pique-niques en nature. Malgré la complicité qui s'est instaurée avec sa grand-mère, ce que cette fille vivait au quotidien n'était pas aisé à partager.

Partage du *care* et aide publique

Si certains proches aidant·e·s assument seul·e·s les tâches administratives, ménagères, etc., d'autres partagent cette charge avec une sœur, un frère, des cousins, etc. Mais les relations avec les autres membres de la famille ne sont pas toujours évidentes. La proche aide peut même créer des tensions, une personne accusant l'autre de s'occuper de manière

inadéquate ou de ne pas être assez présente, etc. Des désaccords dans la gestion de la personne aidée peuvent également survenir, par exemple autour de la question de son placement en EMS ou dans un hôpital. Pilar et son mari Sandro ont tenté de faire respecter le souhait de leur oncle de rester à la maison, mais se sont heurtés aux autres membres de la famille, pourtant moins présents : « Pour le reste de la famille, je pense qu'on était des empêcheurs de tourner en rond. » (Pilar, 68 ans) Au-delà du partage de la responsabilité de la personne aidée, il importe de présenter les modalités de l'aide publique mise à disposition des proches aidants interrogés.

À l'exception de l'une d'entre elles, les personnes que nous avons rencontrées ne sont pas membres d'une association de proches aidant·e·s, certaines étant même réticentes à devoir suivre des formations ou accepter d'autres contraintes. Cela n'empêche pas quelques-un·e·s de demander conseils à des structures professionnelles, en particulier actives dans le maintien à domicile. Les contacts avec les milieux hospitaliers, notamment les médecins de la personne malade, peuvent être plus compliqués, notamment lorsqu'ils ou elles ne sont pas de la famille directe.

Au niveau des aides financières, elles sont, selon les informateurs/trices, plutôt faibles. C'est davantage la personne malade elle-même qui peut éventuellement bénéficier de soutien financier si elle doit être placée dans un EMS ou un hôpital, mais cela après avoir épuisé ses propres ressources :

On avait un petit peu d'argent de côté et le home [EMS], ça nous a tout pris quand même. C'est un peu lourd. La Commune nous donnait quand même un petit pourcent pour payer ce que je n'aurais pas pu avancer. Pour mon mari malade, je devais peut-être payer 4'000 et 1'000 par la Commune. C'était une aide au prorata de ce qu'on gagne. Donc, quand il est mort, il n'y avait plus rien sur les carnets d'épargne. (Sylvianne, 73 ans)

Alors que les discours sur le vieillissement actif cherchent à promouvoir le bénévolat des seniors, la proche aide commence à être valorisée au niveau politique et cela peut constituer une reconnaissance importante pour les personnes qui s'investissent auprès de leur parent·e :

Je trouve qu'il y a une beaucoup plus grande reconnaissance qu'avant pour venir en aide aux personnes qui ont besoin d'aide. Il y a une reconnaissance qui me paraît tout à fait intéressante par les pouvoirs publics. [...] Je crois que c'est l'année passée que la Confédération a mis en consultation un projet pour le soutien des proches aidants. (Raymond, 68 ans)

Néanmoins, en tant que membre d'une association cantonale de proches aidant·e·s, Raymond considère que le soutien public pourrait être plus conséquent, notamment sur des formes d'accueil de jour pour permettre au proche aidant·e ou à la proche aidante de se ressourcer :

Il y a un certain nombre de soutiens mais qui, à mon avis, n'est pas suffisant. Par rapport à l'Association, nos préoccupations par rapport aux demandes et à la permanence, c'est de venir en aide et de soulager les proches aidants à certains moments. Parce que dans un bon nombre de situations, les personnes qui sont

proches aidantes ont besoin de souffler. Je dirais tout particulièrement dans le cadre d'un couple, lorsqu'un des conjoints souffre de la maladie d'Alzheimer. L'autre conjoint vit des moments difficiles et c'est peut-être là, au niveau des collectivités publiques, qu'un soutien plus important devrait être envisagé. (Raymond, 68 ans)

La satisfaction d'améliorer le vécu des gens

Comme pour les autres engagements bénévoles étudiés, le premier bénéfice que la personne avance est lié à la satisfaction d'aider quelqu'un, d'améliorer sa situation. Pilar, par exemple, est émue à l'idée d'avoir contribué au maintien d'un couple à domicile :

C'était un couple recomposé. Lui, il a perdu sa femme, et elle aussi, son mari. Ils se sont trouvés comme ça, par hasard, l'amour fou, magnifique et puis, juste ça, je trouvais que ça valait la peine de s'occuper de ce couple, amoureux comme ça et attentionné l'un à l'autre. Ça fait plaisir de se dire qu'à nonante ans, tu peux encore être amoureux et encore avoir des liens comme ça. Et ça, c'est quelque chose qu'ils m'ont donné. Alors de pouvoir essayer de tout faire pour qu'ils puissent finir, aller jusqu'au bout de la fin de vie de l'oncle, pour moi, c'est quelque chose d'important. (Pilar, 68 ans)

Malgré les difficultés et les préoccupations à s'occuper de son mari malade et de sa petite-fille de plus de 55 ans sa cadette, Sylvianne exprime ce que cette dernière lui a apporté :

Je suis fière de me dire que ma petite-fille, malgré ses parents toxicomanes, j'ai su lui transmettre la force. Je pense que je lui ai apporté quelque chose de positif. [...] Je m'en suis beaucoup occupé, mais en même temps, c'était mon rayon de soleil. Elle m'a énormément donné avant. Et sûrement qu'un jour elle me donnera beaucoup parce qu'elle m'aime, même si elle ne l'exprime plus aussi souvent qu'avant. (Sylvianne, 73 ans)

Si on ne devient pas proche aidant-e par intérêt personnel, l'aide apportée fait généralement l'objet d'une reconnaissance de la part des personnes aidées. Cela se manifeste par des cadeaux, « par des remerciements, par la satisfaction de me rencontrer et de temps en temps, un petit présent ou l'invitation à un repas » (Raymond, 68 ans). Mais c'est surtout les témoignages réguliers qui illustrent cette gratitude : « Ils étaient contents et ils nous ont dit je ne sais pas combien de fois qu'heureusement qu'on était là. Ils étaient reconnaissants parce que ça leur a permis de vivre cette fin de vie » (Pilar, 68 ans). Il peut aussi s'agir d'argent, quelques dizaines ou centaines de francs, mais pas de façon formelle ni régulière. Dans certains cas, notamment entre mari et femme, la reconnaissance de la part de la personne aidée n'est pas forcément exprimée. Comme le dit Sylvianne dont le mari était atteint de Parkinson, « ça a été assez naturel pour lui que je m'en occupe, et après comme il y a eu cette folie par-dessus... je ne peux pas vraiment dire qu'il a été reconnaissant ». Elle est pourtant bien entourée par des ami-e-s qui « s'imaginent relativement bien ma situation et qui me disent toujours : "Mais quelle force tu as !" Donc quelque part, c'est aussi de la reconnaissance » (Sylvianne, 73 ans).

Si les personnes rencontrées déclarent ne « rien attendre » en retour de leur aide, notamment au niveau financier, la perspective de recevoir une part d'héritage n'est pas complètement exclue :

Elle me dit toujours : « Je veux faire quelque chose pour toi ! ». Elle veut peut-être me donner 10'000 ou 20'000 francs ou je ne sais pas. Mais vous savez, les personnes âgées, elles disent toujours ça, mais elles ne font jamais rien. [...] Donc, je me dis qu'il faut que je la pousse un tout petit peu dans le sens où, tout d'un coup, elle est morte et pis c'est fini..., et pis c'est dommage.... Car le jour où elle va dans une maison, ils vont tout lui prendre. Ou alors ça va chez ses neveux qui ne prennent jamais de ses nouvelles. Je me dis, c'est quand même bête, parce qu'elle aimerait mettre en ordre la fin de sa vie. (Suzanne, 68 ans)

Même si la motivation première à s'occuper de son oncle était liée à l'affection qu'il lui porte et un sens de la réciprocité face à ce que celui-ci lui a transmis, Sandro considère une éventuelle contrepartie financière :

J'étais aussi un de ses héritiers, donc je savais quand même – sans faire de calcul – que j'allais hériter de quelque chose de conséquent. Donc je pense que ça joue un rôle aussi. Je me suis souvent posé la question, je me disais : « Si c'était quelqu'un de pauvre, qui était dans la misère, est-ce que j'aurais réagi de la même manière ? » Je n'en sais rien... franchement, je ne sais pas. Alors probablement que ça joue un rôle aussi. (Sandro, 67 ans)

En outre, être proche aidant-e n'entraîne pas toujours de la réjouissance, surtout lorsque la personne dont on s'occupe est malade et qu'il est peu probable qu'elle ne recouvre sa totale indépendance (« Ça aurait été une réjouissance si tout d'un coup, il serait mieux allé et qu'il aurait pu reprendre en mains sa vie », explique ainsi Pilar, 68 ans). Pour une personne malade de 90 ans, l'attente est « que les choses se passent le mieux possible, qu'elle souffre le moins possible » selon l'expression de Sandro. Dès lors, la fin de la relation se traduit souvent par la mort de la personne aidée, ce qui peut être ressenti comme une délivrance : « Je l'ai suivi jusqu'à la fin, mais en fait c'était une libération quand il est mort. Il faut reconnaître que depuis qu'il avait perdu la tête, c'était dur, donc... ce n'est pas positif, mais ça m'a aidé à devenir veuve. » (Sylvianne, 73 ans)

Chapitre 3 : Convergences et différences dans la participation des seniors

La description et l'analyse des différents contextes ont permis de faire ressortir bon nombre d'observations. Le présent chapitre entend réunir les convergences et les différences entre les quatre contextes en regard du modèle de la participation de Zask (2011), tel que présenté dans le chapitre 1 (cadre théorique). Ainsi, nous revenons sur les trois dimensions constitutives de la participation, à savoir le fait de :

- Prendre part, soit la désignation tout à la fois d'une certaine qualité de l'association d'individus qui s'assemblent afin de poursuivre un but commun que des conditions d'accès des individus pour intégrer un groupe.
- Apporter une part, soit premièrement le degré d'apport personnel ou, au contraire, d'accomplissement d'une définie par d'autres ; deuxièmement les possibilités d'apporter un point de vue, des idées, ses compétences, sa manière d'organiser l'activité, etc. ; troisièmement les attentes personnelles quant à la possibilité d'apporter une part.
- Bénéficier d'une part, soit autant la satisfaction de participer ; la possibilité de développer des compétences, de créer un réseau de relations ; la possibilité de recevoir des contreparties et des remerciements ; ainsi que la reconnaissance de la part d'autrui qui permet à la personne engagée d'accroître ses capacités et son estime de soi.

Le chapitre est structuré selon les dimensions présentées. Dans un premier temps, la partie « Prendre part » permet de brosser les raisons communes ou au contraire différentes évoquées par les participant·e·s pour s'engager dans l'activité bénévole ou de proche aide. Dans un deuxième temps, la partie intitulée « L'exigence de pouvoir apporter une part » détaille les similitudes et les divergences dans la manière d'être engagé dans l'activité. À l'inverse, dans un troisième temps, la partie « Le bénéfice d'une contribution utile et reconnue » présente les gains qu'apporte l'activité aux participant·e·s. Enfin, le chapitre se termine par la description des raisons évoquées dans les limitations ou dans l'arrêt de la participation.

Prendre part

Prendre part à une activité bénévole en tant que retraité n'est pas homogène entre les quatre contextes observés et les personnes rencontrées. Si des éléments communs apparaissent, le contexte, les motivations et les contraintes à la participation diffèrent également. Autrement dit, la liberté à prendre part ou ne pas prendre part, comme celle de ne plus prendre part, n'est pas la même pour toutes et tous.

Entre les quatre contextes étudiés, nous observons tout d'abord des différences importantes quant au début de l'activité :

- La participation à une activité au sein de l'organisation sanitaire se fait habituellement sur conseil d'un médecin en lien avec le traitement d'une maladie et le besoin d'échanger à son propos.

- Le bénévolat dans le cadre d'activités sportives destinées aux seniors est lié à la volonté de consacrer du temps en faveur d'autrui : on se met à disposition de cette institution lors d'une postulation, d'une rencontre de speed-dating ou sur conseil d'un proche.
- L'affiliation à un comité d'une association culturelle fait l'objet d'une sollicitation initiale liée à des compétences, un capital social et à un intérêt marqué pour le domaine artistique.
- Quant à la proche aidance, elle relève généralement moins d'un choix que d'une obligation morale envers un·e parent·e ou un·e ami·e.

Par conséquent, si les trois premiers contextes reposent sur le volontariat, certes à des degrés divers, la proche aidance est davantage contrainte.

La suite du sous-chapitre détaille quatre aspects majeurs liés à l'engagement des participant·e·s dans l'activité. Premièrement, leur socialisation au bénévolat ou au *care* est avancée. Deuxièmement, la retraite donne du temps pour s'engager, alors que celui-ci a pu faire défaut dans la vie active. Troisièmement, nous présentons les motivations sociales qui invitent les individus à s'engager. Enfin, prendre part est compris selon l'orientation de chacun·e vis-à-vis d'autrui (agir pour les autres), pour le bien commun ou pour soi (penser à soi).

Socialisation au bénévolat et au *care*

Indépendamment des formes de participation observées, il existe certaines prédispositions au bénévolat associatif et au *care* acquises dans le cadre d'une socialisation primaire ou pendant l'exercice d'une activité professionnelle. La vie associative peut être très présente avant l'âge de la retraite, quelque fois dès le plus jeune âge à travers la participation à des clubs sportifs, culturels ou des groupes religieux. Ainsi, Denis (moniteur de randonnées, 67 ans) a pratiqué le football dès son enfance avant de devenir entraîneur. Selon lui, l'engagement bénévole était considéré comme totalement normal dans le village dans lequel il a grandi et tout le monde, y compris ses parents, « baignait dans le bénévolat ». Pour Robert (coordinateur et moniteur dans une organisation sanitaire, 68 ans), c'est l'accompagnement de son fils dans toutes ses activités sportives qui l'a conduit à consacrer une partie importante de son temps libre aux associations qui organisaient ces activités. L'expérience professionnelle est parfois à l'origine d'une préoccupation pour autrui, notamment lorsqu'on a œuvré dans le domaine de l'éducation ou du travail social, éventuellement en lien direct avec le soutien aux seniors. C'est le cas de Brigitte (monitrice de randonnées, 75 ans) qui, après avoir été salariée d'une organisation en faveur des aîné·e·s en tant que secrétaire comptable, a décidé de devenir bénévole pour des activités sportives proposées par cette institution. Quant à Sylvianne (proche-aidante, 73 ans), elle reconnaît avoir toujours été très altruiste : enfant, cette proche-aidante voulait déjà aider des prisonniers et à 14 ans elle a fait un stage dans un hôpital en Allemagne où elle entretenait « naturellement » d'excellents contacts avec les patients. Finalement, Robert voit dans son métier d'agent d'assurance une des sources de son envie de servir autrui :

Je crois que ça vient un petit peu de mon job de l'époque où j'ai toujours eu à cœur de bien conseiller, de rendre service, d'aider les gens dans la mesure de mes moyens,

de mes connaissances, par rapport à leurs soucis d'assurance. (Robert, coordinateur et moniteur dans une organisation sanitaire, 68 ans)

Avoir du temps à consacrer

À l'inverse, l'activité professionnelle a empêché des personnes rencontrées de participer à la vie associative. Par exemple, les horaires irréguliers de Denis dans son emploi l'ont contraint à renoncer à son engagement d'entraîneur de football :

Dans ma vie, j'aurais aimé plus poursuivre cette vie associative que j'avais avant cet engagement aux chemins de fers. Avant cela, je travaillais mes 8 ou 9 heures par jour, et puis le samedi dimanche on avait congé. C'était dédié à la famille et au monde associatif. Au CFF, je faisais des horaires irréguliers et ça devenait de plus en plus pénible parce que se lever à 2 h ou bien se coucher à 3-4 heures, en arrivant à un certain âge, ça devenait pénible. (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans)

C'est aussi le cas de Martin, ancien notaire :

Je n'ai pas le monopole du travail, mais je pense que pendant plus de 30 ans, j'ai travaillé à peu près 65 à 70 heures par semaine et puis, accepter d'entrer dans un comité, je trouve qu'il faut être honnête, parce que moi j'ai quand même des exemples de gens qui entrent dans un comité et puis qui s'excusent à trois séances sur quatre, ils ont en général des bonnes excuses, mais je trouve que ça ne vaut pas la peine de le faire. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

À l'inverse de cette décision de s'investir pour le monde associatif en réduisant son activité professionnelle, Sylvianne (proche-aidante, 73 ans) a, quant à elle, été contrainte de prendre une retraite anticipée pour s'occuper de son mari malade et de sa petite fille.

Le passage à la retraite ouvre alors la perspective d'un temps libre en abondance et certaines personnes rencontrées ont alors cherché à pallier l'occupation professionnelle passée :

Dans mon activité professionnelle, j'étais très pris avec mes voyages, je me levais à cinq heures et demi du matin et j'arrivais à six heures le soir, donc je ne me voyais pas de passer d'une activité à 120% à 0% et d'être là à regarder la télé toute la journée, donc j'avais besoin d'une activité. (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans)

À la retraite, le temps à consacrer au bénévolat formel est d'autant plus disponible qu'on n'a précisément pas de proches à aider, que ce soit ses parents ou la garde de ses petits-enfants :

Certains de nos amis nous disent : « On a déjà tellement à faire à s'occuper des petits-enfants, on n'a pas le temps de faire du bénévolat ! » Mais nous, on n'a pas d'enfants, de petits-enfants, etc. C'est peut-être une des raisons principales pourquoi j'en fais peut-être un peu plus que la moyenne, parce qu'on est une toute petite famille. (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans)

Denis profite précisément d'être moins sollicité pour la garde de ses petits-enfants pour s'engager davantage dans le monde associatif : « Le plus âgé a 7 ans. Donc maintenant ça

commence à être bon, ça nous laisse un peu plus de temps libre. Et je ne serais pas contre une autre fonction de bénévolat. » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans)

Motivations sociales

Prendre part à une activité associative ou de proche aide comporte une dimension sociale inhérente, même si celle-ci se révèle différemment d'un contexte à l'autre :

- Les participant·e·s aux rencontres proposées par l'organisation sanitaire sont attiré·e·s par la sociabilité et les échanges autour de leur maladie commune.
- Les moniteurs et monitrices de randonnées dans le cadre des activités sportives destinées aux seniors cherchent à apporter leur aide à ces personnes et, éventuellement, de passer des moments agréables avec celles-ci, alors que c'est une relation de proximité qui conduit les proches aidant·e·s de s'occuper de leur parent·e malade ou dans le besoin.
- Enfin, si la sociabilité dans le bénévolat culturel n'est pas forcément la motivation prioritaire, elle s'opère dans la rencontre avec des acteurs culturels et artistes qu'on n'aurait peut-être jamais côtoyés.

Néanmoins, indépendamment de ces distinctions idéale-typiques entre contextes, les personnes rencontrées peuvent faire état de motivations communes. Il en est ainsi de la solitude ou le besoin de liens sociaux que l'on cherche à pallier. Il peut s'agir du décès de sa ou son conjoint·e ou d'un divorce : « Je crois que ma vie associative s'est développée à partir du moment où on s'est séparé avec ma femme et puis donc elle, elle a quitté l'église et puis moi aussi. » (Robert, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 68 ans) Annie avait pour sa part anticipé le passage à la retraite et les risques de solitudes qu'il comporte :

J'ai eu un mari qui était beaucoup, beaucoup absent, il travaillait beaucoup, et moi je n'aimais pas être toute seule à la maison. C'est vrai que rapidement, j'ai pris des engagements à moi et je me disais aussi d'avoir une vie indépendante de la sienne. Et puis, on sait aussi que la femme va rester plus longtemps en vie que l'homme. (Annie, active dans différentes organisations culturelles, 68 ans)

La sociabilité dans les activités associatives et le *care* constitue par conséquent un bénéfice que mentionne l'ensemble des personnes rencontrées, que ce soit dans le fait d'œuvrer en commun pour un but ou de rencontrer des personnes d'autres milieux que le sien. Enfin, le bénévolat associatif en particulier comporte un potentiel intergénérationnel :

Il y a beaucoup de choses qui fonctionnent avec des bénévoles et avec des retraités bénévoles, dans le social, dans la culture, dans le sport, etc. Moi, je trouve que c'est plutôt un bienfait, car ça permet aussi de mélanger les générations. Dans les comités dont je fais partie, il n'y a pas que des retraités, il y a aussi des gens qui sont en activité, il y a des très jeunes, il y a des étudiants, donc ce mélange de générations pour l'équilibre de la société est aussi important. Donc, j'y vois des avantages. (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans)

Agir pour les autres, pour le bien commun ou penser à soi

Le parcours biographique et professionnel d'une personne et sa satisfaction vis-à-vis de celui-ci explique en partie sa volonté à s'investir pour autrui, pour le bien commun ou

davantage se concentrer sur son bien-être. Ainsi, une vie professionnelle satisfaisante contribue à s'engager en faveur des autres ou de l'intérêt général :

J'ai toujours eu besoin un petit peu, à côté de mon job, de voir et de faire autre chose. Il y a un job où on gagne sa vie et puis à côté une activité où on peut rendre service à la société. Si je m'étais ennuyé toute ma vie, je ne suis pas sûr que j'aurais cette fougue que j'ai encore aujourd'hui pour venir en aide aux autres. Maintenant, moi, je suis redevable dans la vie, avec un parcours professionnel qui m'a 100% satisfait, sans problèmes financiers et puis je peux donner à d'autres ou plutôt je dois. (Jean-Marc, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 67 ans)

Des personnes dont l'activité professionnelle était dirigée vers autrui (enseignants, travailleurs sociaux, ou évoluant dans le domaine du *care*) peuvent au contraire exprimer le sentiment d'avoir « fait leur part » :

Ce qu'il y a peut-être dans mon cas, c'est que j'étais prof, j'étais médiateur scolaire pendant 20 ans, et puis cette activité sociale, je dirais, entre guillemets, « j'ai déjà donné ». Donc ce n'est pas vraiment un besoin, ce n'est pas indispensable. Et puis ma femme a travaillé avec des enfants handicapés aussi, dans des EMS et puis peut-être que pour l'un, comme pour l'autre, on a l'impression d'avoir fait ce qu'on avait à faire. (Sandro, proche-aidant, 67 ans)

Cela ne les empêche pas de s'être occupés d'un oncle, ce qu'ils justifient par un sentiment de réciprocité envers cette personne. En effet, si cette obligation morale à aider autrui est encore plus forte chez les proches aidant·e·s rencontré·e·s, la corrélation avec le parcours biographique est moindre puisque on ne peut généralement pas refuser cette relation de *care*.

Les personnes bénévoles dans une activité culturelle en appellent davantage au principe de l'engagement citoyen en faveur de l'intérêt général d'une communauté à laquelle on appartient :

Cela fait partie d'une sorte d'esprit citoyen, on fait partie d'une communauté et puis quand on fait partie d'une communauté, on le fait de façon active. On ne se contente pas de jouir du fait qu'il y a des services publics et des commerces, mais on tâche d'apporter sa contribution. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Ernest voit les fondements de cet investissement bénévole dans la nature grégaire de l'être humain et son besoin des autres : « On ne peut pas vivre sans les autres. Je pense qu'on fait partie d'une communauté et on ne peut pas simplement jouir des bienfaits de cette communauté sans quand même y participer, sans participer à son évolution, son amélioration. » (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans) Toutefois, si ces personnes mettent en avant leur contribution au bien commun, par le développement culturel régional notamment, certaines d'entre elles admettent choisir leur engagement :

Être à disposition pour véhiculer des personnes à mobilité réduite ou ce genre de choses, ce n'est pas mon truc. Je crois qu'on a chacun ses créneaux dans lesquels on trouve de l'intérêt et on a du plaisir. Sans doute j'aurais de la reconnaissance si je véhicule une personne à un autre endroit, mais ce n'est pas ce que je recherche, ce

n'est pas ça qui m'intéresse. Je préfère une reconnaissance collective pour l'activité à laquelle je contribue. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Par conséquent, si certaines formes de participation sont liées à des compétences dont disposent les personnes qu'on sollicite, elles sont également plus honorifiques.

Malgré ces arguments en faveur d'un investissement pour autrui ou du bien commun, celui-ci n'est pas une condition absolue d'une bonne retraite. Pour des personnes rencontrées, notamment des participant·e·s aux rencontres mise en place par l'organisation sanitaire, leur insatisfaction biographique les emmène d'abord à s'occuper enfin de soi, sans forcément s'engager pour les autres.

Le degré de volontariat qui s'exprime dans le fait de prendre part varie entre les activités bénévoles et celles de proche aide. La liberté à s'engager dans les premières est bien plus grande que dans les deuxièmes, engagement qui est présenté comme une « évidence », une « normalité » de la part des personnes proches aidantes face aux besoins de leur parent·e ou ami·e. Toutefois, mis à part les participant·e·s aux rencontres de l'organisation sanitaire qui se considèrent davantage comme des bénéficiaires d'une prestation, la plupart des autres informateurs et informatrices font référence à la dimension réciproque de leur participation (Laville, 1997). Ils et elles évoquent explicitement ou laissent entendre la nécessité de s'investir pour autrui ou pour le bien commun dans une société à laquelle on appartient. Cet impératif se traduit à leurs yeux par l'exigence de pouvoir contribuer concrètement à l'activité à laquelle ils et elles prennent part.

L'exigence de pouvoir apporter sa part

Si les quatre contextes observés permettent aux participant·e·s d'apporter une part personnelle et donc de ne pas être réduit à des utilisateurs passifs, ces contributions varient pourtant en importance et en intensité :

- Les participant·e·s aux activités de l'organisation sanitaires se considèrent d'abord comme des bénéficiaires, ce qui ne les empêche de proposer leurs idées, de préparer certains repas et, surtout, d'échanger sur leur vécu et leur maladie avec les autres personnes présentes.
- L'accompagnement de randonnées nécessite quant à lui en priorité du temps, mais aussi des compétences (provenant de la pratique d'un métier ou acquis lors d'une formation spécifique), tout en s'enrichissant des connaissances personnelles sur un lieu visité, son histoire ou ses particularités.
- Les participant·e·s aux activités des organisations culturelles mettent volontiers à profit de celles-ci les compétences professionnelles et le capital social pour lesquels ils ou elles ont généralement été sollicité·e·s.
- Enfin, la contribution des proches aidant·e·s est souvent quotidienne et intense, sans qu'elle soit toujours acceptée par les personnes auxquelles l'aide est destinée.

Par conséquent, même à différents niveaux d'importance, la possibilité de contribuer à l'activité bénévole est une exigence des personnes rencontrées : « Il faut que le bénévolat reste une activité de plaisir et une activité où on sent qu'on amène quelque chose. Je n'aimerais

surtout pas qu'une quelconque des activités devienne une routine et qu'on fasse ça presque les yeux fermés. » (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans) Il s'agit d'ailleurs avant tout de pouvoir donner son avis sur les modalités d'organisation de l'activité ou ses orientations stratégiques :

Dans toutes les activités dans lesquelles je m'investis, je peux dire quelque chose et je sais que mon point de vue sera en tout cas entendu. Ce n'est pas dit qu'il soit accepté, mais il sera discuté et ça c'est primordial. Toutes les activités que j'ai débouchent sur des actions, des décisions, des réglementations, des orientations. Une participation à une association où il faut être spectateur de ce qu'il se passe ne m'intéresserait absolument pas. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

C'est précisément leur état d'esprit entreprenant qui a conduit deux participants aux rencontres mises en place par l'organisation sanitaire à développer d'autres activités à destination des malades : « Je m'installe en *leader* et puis c'est à prendre ou à laisser. Je pourrais rentrer dans une structure qui existe, mais je crois que ce ne serait pas tout à fait la même chose. » (Jean-Marc, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 67 ans) Pour Robert, « c'est comme ça, je vais dans un truc et s'il y a quelque chose qui me plaît ou qu'on pourrait faire mieux faut toujours que je la ramène et puis j'amène mes idées » (Robert, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 68 ans). C'est aussi le fonctionnement associatif qui impose le dialogue :

L'histoire d'une décision est toujours assez floue. Je ne pense pas qu'il y a de postes ou des activités autocratiques dans ce que je fais. C'est toujours quand même des activités qui supposent la négociation, la discussion, ce qui est aussi bien. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Pour les personnes qui s'investissent dans des comités, il est en effet important que la parole soit libre : « C'est important de pouvoir ouvrir la contradiction, le débat et que ça ne se finisse pas en bain de sang, mais que ce soit constructif. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) Contrairement au cadre professionnel où on doit parfois accepter les décisions imposées par la hiérarchie, le bénévolat repose idéalement sur un principe démocratique :

Dans le bénévolat, personne ne peut rien exiger de personne en tant qu'organisateur ou accompagnant et personne ne se permet de dire : « Non mais tu dois faire comme ceci, tu dois faire comme ça. » Personne ne juge le travail que vous avez fait. Professionnellement, on exige de vous que ce soit terminé, que vous ayez rendu votre rapport, etc. Mais je pense que dans le cadre de mon engagement bénévole, si l'un ou l'autre de mes collègues commençait à prendre le dessus sur les autres, et commence à jouer à celui qui sait et qui distribue les rôles, je pense que ça ne me plairait pas et j'arrêtera. Moi, c'est le consensus. On fait ensemble pour que les choses marchent, et ça marche. (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans)

Dès lors, si le bénévolat repose sur la liberté de pouvoir apporter sa part, il implique aussi de ne pas y être contraint :

À mon avis, le secret de la durabilité du bénévolat, c'est qu'on n'ait pas une pression de la société ou du groupe en disant « t'en fait pas assez, ou t'en fait trop, tu prends trop de place, etc. » Je crois que c'est un équilibre à avoir, même s'il y a toujours dans le groupe des locomotives. (Marie, membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans).

Si les contributions des participant·e·s ont toujours apporté des modifications aux activités bénévoles et de proche aide, celles-là l'ont été à des degrés d'importance divers. L'influence de la participation d'une personne est parfois fondamentale dans les cas où l'activité est rendue possible (notamment par la participation à la recherche de financement) ou se développe (à l'instar de la création de nouvelles activités au sein de l'organisation sanitaire). A l'inverse, les apports d'un·e proche aidant·e à l'amélioration du vécu d'un·e parent·e peuvent se confronter au refus de celui-ci ou de celle-ci. C'est pourtant la possibilité de contribuer personnellement à l'activité, à son organisation et à ses fins qui détermine la reconnaissance que ces personnes reçoivent de leur participation, soit le développement de leurs capacités et de leur estime de soi.

Le bénéfice d'une contribution utile et reconnue

Si la sociabilité cultivée au sein de l'activité bénévole est un des premiers bénéfices mentionnés par l'ensemble des personnes rencontrées, c'est certainement en raison de la dimension contributive de celle-ci. En effet, les bénévoles s'accordent pour dire que lorsqu'on contribue, on reçoit autant que les personnes auxquelles cela est destiné :

J'ai vu dans toutes mes activités – et tout le monde le dit – qu'on reçoit tout autant qu'on donne. Et ça, je crois que c'est prioritaire. Une personne âgée ou quelqu'un qui est malade, et qu'on voit la satisfaction qu'elle a eu si on a bien rempli ses impôts ou mis une alarme et qu'elle est contente, elle nous donne tout autant que nous on donne. Pour moi, c'est prioritaire. (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans)

La contribution que l'on peut apporter est d'autant plus bénéfique pour soi qu'elle est utile aux personnes ou à l'association pour lesquelles on s'investit. En effet, dans tous les contextes observés, qu'il s'agisse de la proche aide, des activités sociales ou sanitaires et de l'organisation culturelle, la satisfaction espérée en priorité est liée à l'efficacité de l'action menée : amélioration ou maintien de la situation d'une personne dans le besoin ; plaisir des participant·e·s à des rencontres ou des activités sportives ; succès et préservation d'une offre culturelle. Cette reconnaissance peut être exprimée par les bénéficiaires, mais aussi d'autres acteurs du territoire :

Je suis quand même honoré que les gens se rendent compte de l'activité et que l'activité leur convienne. Donc pour moi c'est une contrepartie qui est précieuse. [...] Ça peut arriver que des élus politiques, des responsables administratifs, des gens que je rencontre qui me disent : « Ah on est contents, on est venu ou on va venir ! » Il y a donc toute une manière de dire que les choses fonctionnent bien et que l'institution est connue. [...] Il faut qu'il y ait des signes de reconnaissance. S'il n'y a aucun signe de reconnaissance, c'est plus difficile d'avoir une activité quelle qu'elle soit, [...] c'est quand même très frustrant et ça remet en question un peu la qualité

de l'activité de l'institution, de son action. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Pour Zask (2011), ce sont en effet les possibilités offertes par le groupe à un individu de contribuer à son évolution qui lui donne les moyens de son individuation. Ce développement de soi implique que cet apport personnel soit reconnu comme tel par l'ensemble du groupe. Comme le dit Louise : « Ça flatte mon égo en fait. Moi, je suis contente de savoir que je peux faire ça. Je suis contente d'être reconnue quand je fais ça. » (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans) Pour Jean-Marc, être sollicité dans son activité bénévole lui permet de rester dynamique, comme au temps où il était chef d'entreprise :

Vraiment ça permet de faire fonctionner un peu les neurones, de réfléchir à un problème, de pouvoir apporter des solutions, parce qu'on a de la chance d'avoir de l'expérience. J'aime être dérangé par téléphone, parce qu'on a besoin d'un conseil, parce qu'on me demande un truc, etc., comme lorsque j'étais le patron de mon entreprise. (Jean-Marc, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 67 ans)

Dans un registre comparable, Brigitte (monitrice de randonnées, 75 ans) craint que si elle met un terme à son activité de monitrice de randonnées, ses compétences organisationnelles seront définitivement perdues et deviendront alors inutiles. Ce développement personnel se situe également au niveau ontologique :

Par les temps qui courent, il y a des interrogations chez beaucoup de monde. Pourquoi on est là ? Pourquoi on travaille ? Mais il ne faut pas se dire que c'est de la faute des autres si je ne trouve pas de sens à ma vie. C'est aussi personnellement qu'on doit s'intéresser à ce qui se passe dans le monde ou dans la région où l'on habite ou la ville ou le village où l'on habite et puis qu'on trouve un sens, un contact avec les autres. Il ne faut pas attendre, il faut faire. (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans)

En d'autres termes, « il faut qu'il y ait ce côté enrichissant qui soit en retour de la contribution qu'on peut apporter » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans).

Nous venons de voir en quoi l'engagement des participant·e·s dans une activité pouvait leur être bénéfique, tant d'un point de vue de leur appréciation de leur contribution, de la satisfaction que procure l'efficacité des actions menées ou encore du développement personnel des unes et des autres. Ce sont ces bénéfices qui constituent, au sens d'Honneth (2000), la véritable reconnaissance de la participation, par le fait que l'individu fait l'expérience de sa capacité à œuvrer pour autrui et par extension le bien commun. Cette reconnaissance lui apporte la démonstration de ses capacités (Sen, 2010) et permet la construction d'une estime de soi. Pourtant, cette constatation gagne à être accompagnée par des remerciements et contreparties de la part des personnes ou organisations auxquelles ces activités sont destinées, ce que nous abordons ci-dessous.

Remerciements et contreparties

Pour les personnes rencontrées, la gratitude envers le bénévolat doit être exprimée à travers des remerciements :

Ce n'est pas qu'on doive se congratuler parmi, mais je trouve que féliciter les autres, ça participe de la bonne entente du comité. [...] La reconnaissance, c'est quelque chose d'extrêmement important, mais ce n'est pas d'aller flatter les autres pour se faire bien voir d'eux. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Cette gratitude est témoignée dans un courrier ou un discours lors d'un repas et les autres rites de célébration qui cimentent le groupe. Il peut aussi s'agir d'un accès facilité à certaines prestations, l'abonnement à une revue en lien avec l'activité, la possibilité de profiter d'offres culturelles particulières, etc. Selon l'expression d'Ernest, « il faut ces petites choses-là, il faut toujours mettre un petit peu d'huile dans les rouages pour que le bénévolat fonctionne » (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans). Cette évidence est aussi exprimée par les proches aidant·e·s : « Je le fais tellement de bon cœur. Mais, quand on va manger ensemble au restaurant et qu'elle me paie à dîner, je trouve ça normal. Parce que moi je n'irais pas manger une fois par semaine. » (Suzanne, proche-aidante, 68 ans)

Il importe aussi aux personnes bénévoles que les frais personnels liés à une activité formelle soient pris en charge par l'organisation. « C'est du bénévolat, donc on ne doit pas être payé dans ce sens-là, mais on veut que les frais soient remboursés. Et c'est le cas si on doit prendre son véhicule privé, pour l'utilisation de l'ordi, pour la formation, etc. » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans) En d'autres termes, ces défraiements sont davantage une condition de possibilité pour l'exercice de l'activité. Si cette règle générale semble tacitement acceptée par tous, des dérogations existent comme dans l'utilisation de son véhicule pour laquelle on ne demande pas de défraiement en raison de la santé financière délicate de l'institution : « Si on avait beaucoup d'argent, je demanderais à être remboursé, mais comme on a toujours des budgets qui malgré tout restent serrés, je ne le fais pas, pour montrer l'exemple. » (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Le versement d'un forfait quand il existe, comme dans le cas de l'organisation de randonnée, est parfois accepté ou au contraire reversé à l'institution : « En fait, moi, j'ai renoncé à ce forfait de 30 francs. Ça fait partie de ma contribution à l'organisation. » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans) Cette position est d'autant plus forte lorsque l'institution à laquelle on est affiliée n'est pas fortunée :

J'aurais été très gêné qu'on m'offre une rémunération, que j'aurais tout à fait refusée. Parce que les difficultés financières déjà sont assez grandes pour que on ait des priorités pour leur affectation. Les professionnels [...] c'est normal qu'ils soient rémunérés, parce que faut faire attention à pas exagérer avec le bénévolat. Des gens qui font ça vraiment quasi professionnellement c'est normal qu'ils aient au moins un défraiement. Par contre, dans les comités qui viennent en appui, les conseils de fondation, je trouve que le bénévolat doit être une règle respectée. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Certes les contreparties (remerciements, cadeaux, attentions, etc.) sont indispensables au fonctionnement de ces activités bénévoles et de proches aidance, mais c'est parce qu'elles témoignent de la gratitude envers un don de soi des participant·e·s. Par leur engagement, ces personnes espèrent surtout que leur contribution soit réellement utile à autrui ou à une organisation, ce dont elles bénéficieront à travers une estime de soi accrue. C'est cette constatation qui représente la reconnaissance fondamentale de la participation à un projet commun (Honneth, 2000), parce qu'elle permet à l'individu de faire la démonstration de ses capacités (Sen, 2010) tout en les développant.

Jusqu'ici, le chapitre a permis de faire ressortir tant les modalités communes que les différences dans le fait de s'engager et d'être engagé·e dans une activité bénévole ou de proche aidance pour les seniors interrogé·e·s. Les modalités de la participation sont néanmoins incomplètes tant que ses freins ou les raisons qui font qu'elle soit arrêtée ne sont pas présentés. C'est ce que nous entendons détailler dans la partie ci-dessous.

Limitations et raisons d'arrêter la participation

Si un certain type de discours vis-à-vis du vieillissement (Conseil fédéral, 2007 ; OMS, 2002) tend à valoriser le bénévolat, il interroge rarement les limites et les contraintes à cette participation (Timonen, 2016). Parfois celle-ci ne relève pas d'un choix, mais d'une obligation, comme le montre particulièrement la proche aidance ; la contribution d'un individu n'est pas toujours favorisée ni acceptée par le groupe ; le bénéfice attendu en matière de reconnaissance ou, plus simplement, de satisfaction n'est pas forcément obtenu ; etc. Ces limitations conduisent éventuellement à la cessation de l'activité. Le modèle zaskien de la participation montre en effet que si l'ensemble des trois dimensions (prendre part, apporter sa part, recevoir une part) n'est pas équilibré, la participation n'est pas pleine et entière, ni idéalement vécue par la personne (Zask, 2011, p.14). De façon générale, les personnes rencontrées espèrent que leur engagement bénévole ne soit ni contraignant, ni source de préoccupations négatives. Louise résume un point de vue souvent entendu : « Si c'était stressant pour moi ou si c'était du temps volé je ne sais pas à qui ou à quoi, je ne le ferais pas. » (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans) Comme nous allons le voir, si cette exigence est atteinte plus ou moins idéalement pour les bénévoles investi·e·s dans une organisation formelle, elle est beaucoup plus incertaine dans le cas des proches aidant·e·s

Nous interrogeons ci-dessous les limites et les contraintes de la participation des seniors dans leur activité. Dans un premier temps, elles concernent le fait de s'engager (partie 4.1.). Dans un deuxième temps, ce sont les limites et les contraintes d'être engagé dans une activité trop contraignante (partie 4.2.) qui sont présentées. Enfin, nous verrons les éléments cités lorsque l'activité procure un retour insuffisant (partie 4.3.).

La liberté de ne pas ou de ne plus prendre part

Si le bénévolat repose idéalement sur le volontariat (Laville, 1997), il importe aux participant·e·s des activités étudiées d'avoir la liberté de ne pas ou ne plus y prendre part, liberté qui est ressentie avec plus ou moins d'intensité.

- Certaines personnes se sentent totalement libre d'arrêter leur activité en raison de projets personnels ou de désintérêt, par exemple dans le domaine sportif ou en tant que participant·e·s aux rencontres dans le cadre de l'organisation sanitaire.
- Les membres de comités d'organisations culturelles relient leur possible désaffiliation avec la nécessité que leur présence et les compétences, pour lesquelles ils ou elles ont été sollicité·e·s, soient remplacées. Par ailleurs, il est d'autant plus difficile de refuser l'invitation à s'investir dans un comité que celle-ci est ressentie comme honorifique.
- Quant aux proches aidant·e·s, leur propos montrent que cette liberté peut être illusoire, tant ils et elles disent ne pas avoir eu le choix. Et si le lien de parenté ou d'amitié est trop fort, l'arrêt de l'activité ne peut survenir qu'avec l'amélioration sensible du proche dont on s'occupe ou, plus généralement, le décès de celui-ci – le placement en institution sanitaire ne supprime en effet pas le devoir de visite.

Malgré ces différences d'un contexte à l'autre, une condition constante de la participation est la santé physique et psychologique des participant·e·s, laquelle comporte toujours le risque de décliner à cet âge de la vie.

La liberté de ne pas prendre part à une activité implique notamment la possibilité de refuser de participer aux activités pour lesquelles on est pourtant engagé, par exemple pendant les vacances. Il faut alors trouver des personnes qui sont disposées à remplacer, ce qui n'est pas toujours aisé. Une personne utilise le terme de « servitude » vis-à-vis de l'obligation d'être présente aux séances d'un comité d'une organisation culturelle dont elle rédige les procès-verbaux, l'empêchant, elle et son mari, de se rendre à l'étranger comme ils le voudraient. Mais cela est davantage lié à sa fonction qu'à sa qualité de membre du comité : « Si je n'ai plus cette fonction de secrétaire aux verbaux, je peux plus facilement m'absenter. » (Marie, membre du comité d'une institution culturelle, 71 ans) Une personne admet également que son activité bénévole a parfois été priorisée par rapport à une pratique sportive individuelle. Par conséquent, les personnes rencontrées s'accordent généralement pour dire que leur participation ne doit pas devenir une contrainte qui entraverait leur liberté d'action, comme leur activité professionnelle a pu le faire avant le passage à la retraite. Evidemment, cette exigence apparaît illusoire pour des proches aidant·e·s rencontré·e·s : « Si je n'avais pas eu tous ces soucis, j'aurais sûrement volontiers fait autre chose, ça c'est évident. » (Sylvianne, proche-aidante, 73 ans)

La dimension sociale étant au cœur de la volonté de prendre part à une activité, celle-ci peut également conduire à vouloir s'en retirer :

Les associations, c'est des microcosmes de la société et il y a des gens avec qui on a plus ou moins d'affinités et où l'alchimie marche plus ou moins bien. [...] Même dans des comités de bénévoles, il y a des égos qui s'affrontent et il faut essayer d'arrondir les angles et de se montrer le plus pondéré possible. (Martin, membre du comité d'une institution culturelle, 66 ans)

Certaines personnes mentionnent donc la détérioration des relations avec les autres participant·e·s comme raisons de mettre un terme à leur participation.

Une contribution mal considérée et des tâches rébarbatives

Compte tenu de l'importance accordée à la possibilité de contribuer utilement à une activité, le constat que cet apport personnel n'engendre pas le résultat escompté peut entraîner un sentiment de découragement. Nous l'avons vu dans le cas des proches aidant·e·s, lorsque leurs efforts pour améliorer la situation de la personne dont on s'occupe ne sont pas acceptés par celle-ci ou par des membres de sa famille. Mais ce sentiment survient aussi dans des formes de bénévolat organisé :

Mes attentes, c'est que les gens suivent puis respectent ce qu'on met en place et ce qu'on demande. Ce qui me paraît être un minimum, mais je vous promets que ce n'est pas toujours facile parce que des gens, des fois, j'ai l'impression d'être à la maternelle. Il y a des groupes, des gens, c'est terrible. Ce sont des gens âgés alors je me dis : « Faut essayer de comprendre », mais voilà, faut faire le point dans la poche, c'est pénible. (Robert, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 68 ans)

Plus simplement, des personnes envisageraient de mettre un terme à leur activité si elles constataient un désintérêt pour ce qu'elles contribuent à organiser (par exemple dans le cadre d'une randonnée) ou que leur apport n'est plus apprécié.

Comme nous l'avons vu, l'impossibilité de donner leur avis pour l'organisation d'une activité est impensable pour les bénévoles rencontré·e·s et serait une raison majeure pour cesser leur participation. On retrouve également cette exigence chez les participant·e·s aux rencontres dans le cadre de l'organisation sanitaire. Des changements dans leur modalité de fonctionnement ont amené certain·e·s à se sentir réduit·e·s au statut de client·e·s qui bénéficient d'une prestation, alors qu'ils et elles étaient auparavant davantage consulté·e·s sur les activités organisées. En outre, il est parfois délicat de rester membre d'une association, sans s'impliquer dans les décisions de celle-ci comme lorsqu'on participait à son comité. Comme s'interroge Robert : « Est-ce que je serai capable de me retirer et de devenir un simple participant ou est-ce que dès l'instant où on arrête, il ne vaut pas mieux se retirer totalement ? » (Robert, coordinateur d'activités dans une organisation sanitaire, 68 ans) Enfin, il est possible qu'une limite d'âge soit imposée pour certains types de comité, généralement autour de 70 ans, ce qui est « désagréable » lorsqu'on a précisément été sollicité en raison de compétences professionnelles ou d'un réseau de relations. Autrement dit, la question qui se pose est de savoir s'il est acceptable de ne plus pouvoir contribuer à une activité à laquelle on a choisi de prendre part.

Même utiles, des tâches liées à l'activité deviennent pénibles ou rébarbatives, conduisant la personne qui en a la charge à souhaiter tout arrêter. Il en est ainsi des exigences administratives entourant l'organisation de randonnées ou la rédaction des procès-verbaux du comité d'une organisation culturelle. Une des personnes rencontrées dénonce ici une position ambivalente des collectivités publiques qui cherchent à encourager le bénévolat, notamment celui des aînés, tout en imposant des règles administratives croissantes au monde associatif :

Il faut que l'administration, en général, fasse attention à ne pas être d'une exigence surfaite avec les bénévoles. Des gens ou des groupes, des petites sociétés qui organisent un stand à une manifestation populaire, ils sont de plus en plus sollicités

pour remplir des formulaires et répondre à des exigences administratives qui leur empoisonnent l'existence alors qu'ils font ça pour le bien d'une petite association. Et tout d'un coup, ils subissent des interrogatoires comme s'ils étaient supposés faire des mauvaises actions. Il y a une espèce de pression administrative qui est un peu étouffante. Je trouve que les autorités et l'administration devraient faire attention à ça. Et plutôt encourager et reconnaître les bienfaits du bénévolat. (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans)

Autrement dit, la meilleure reconnaissance possible vis-à-vis d'un investissement bénévole et l'amélioration des conditions de possibilités favorable à cet engagement.

Recevoir une part insuffisante

Mis à part la proche aide dont la participation relève davantage de l'obligation morale que du volontariat, l'engagement dans les activités observées dans le cadre de cette recherche repose sur une exigence de satisfaction : « Il m'importe d'en retirer aussi de la satisfaction et du plaisir pour moi-même. Si je sentais qu'une fois l'une ou l'autre activité n'était plus un plaisir, je pense que j'y mettrais un terme. » (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans) Contrairement à la pratique d'une profession pour laquelle on accepte souvent les contraintes et les déplaisirs en raison de la dimension rémunératrice qui y est inhérente, le bénévolat n'est pas vu comme une obligation qui justifierait ces éléments négatifs. En l'absence d'un salaire et sans le bénéfice de la sociabilité, du sentiment d'utilité, du succès de l'activité et, dans une moindre mesure, des remerciements par les personnes auxquelles l'action est destinée ou de la part de responsables d'une institution, la participation perd son sens :

Dès le moment où je n'y trouve pas d'intérêt ou du plaisir, je ne le ferais pas. Je ne verrais pas pour quelles raisons je le ferais. Ça me paraîtrait être une erreur de ma part. Mon investissement serait moins bon. Ma disponibilité aussi. Donc il faut faire des choses parce que nous avons du plaisir à les faire. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Un déséquilibre dans ce triptyque (prendre part, apporter une part, recevoir une part) peut conduire les personnes qui ont fait l'expérience à vouloir se désengager. Qu'elles se sentent contraintes de participer ou qu'elles aient l'impression de ne pas pouvoir se retirer met en question leur degré de volontariat. Que leur contribution soient limitées ou peu considérée par celles et ceux à qui elle est destinée et ces personnes peuvent avoir le sentiment d'une inanité de leur action. Enfin, que leur engagement et leur apport n'entraîne effectivement ni remerciement ni, surtout, les résultats escomptés pour autrui ou l'organisation, et cette participation ne bénéficie pas à ces personnes au niveau de leur estime de soi. Or, si le volontariat qui caractérise l'ensemble des activités bénévoles permet à chacun·e de se sentir (relativement) libre de se désengager lorsqu'il ou elle fait l'expérience de ce déséquilibre, il en est tout autre pour les proches aidant·e·s qui n'ont pas réellement le choix de ne plus supporter leur parent·e ou ami·e.

Chapitre 4 : Bien-être et passage à la retraite

Si nous avons relevé différents points communs et différences quant aux modalités de participation des seniors à une activité bénévole ou de proche aide, il devient profitable d'interroger deux critères spécifiques de leurs manières de s'engager et d'être engagé·e·s dans leurs activités respectives, à savoir leur sentiment de bien-être et leur vécu relatif au passage à la retraite.

Pour rappel, notre recherche s'intéresse à la catégorie des seniors comprise comme regroupant des personnes entre 65 et 85 ans, à la retraite, vivant à leur domicile et dont la santé leur permet de participer à la vie sociale. Nos informatrices et informateurs se trouvaient donc toutes et tous à la retraite au moment des entretiens³³. En revanche, toutes et tous ne l'ont pas prise dans le même déroulement chronologique, certain·e·s d'entre eux/elles ayant pris des retraites anticipées, d'autres ayant passé au statut de retraité·e à l'âge prévu par le cadre législatif et les usages de leur profession, et d'autres encore ayant continué de travailler au-delà.

Nous nous sommes donc intéressés à la manière dont nos informatrices et informateurs envisageaient le bien-être à la retraite, à la fois de manière générale, au sens des conditions nécessaires, qu'au sens plus personnel, dans leur vécu individuel en passant au statut de retraité·e. Car si la majorité de nos informatrices et informateurs disent avoir bien vécu leur passage à la retraite, notre recherche n'ayant pas de visée quantitative ou statistique, ce n'est pas tant le nombre de personnes qui nous intéresse que les raisons pour lesquelles elles le formulent ainsi.

Le passage à la retraite comme étape

Nous avons vu jusqu'ici que les manières de participer à une activité bénévole ou de proche aide diffèrent parmi les personnes rencontrées. Une telle observation peut également être faite quant à leur façon d'appréhender le passage à la retraite. Cette étape de vie influence fortement sur les trois dimensions de la participation, au sens de Zask (2011), à savoir prendre part et apporter sa part à des activités, tout comme sur les bénéfices de la participation. Les sous-parties qui suivent décrivent l'articulation entre l'avant et l'après passage à la retraite. Pour le dire ainsi, les sentiments de satisfaction ou d'insatisfaction liés aux activités d'avant la retraite peuvent jouer un rôle dans la manière dont son arrivée est vécue, et dans la satisfaction ou l'insatisfaction des activités possibles ou choisies une fois dans un statut de retraité·e. Plus spécifiquement, nous présentons les points communs du vécu en lien avec le passage à la retraite, allant des possibilités de participer en tant que retraité·e aux limitations.

La notion de retraite contient et désigne l'idée même d'une « absence de participation ou participation réduite à la population active » (Denton & Spencer, 2009, p. 63). Il est judicieux à ce titre de s'intéresser à la manière dont la participation à la « vie active » s'est terminée par

³³ Précisons que deux personnes avaient 64 ans au moment des entretiens, menés respectivement en mars et en juin 2020. Au vu de leur participation dans les contextes qui nous intéressent et de leur statut de retraité·e·s, nous considérons qu'elles relèvent de la même catégorie de seniors que nos autres interlocutrices et interlocuteurs.

rapport à la participation bénévole. En effet, s'envisager comme retraité-e prend des chemins contrastés. Pour les personnes qui ont bien vécu leur passage à la retraite et qui se sont trouvées prendre part dans d'autres activités (cela peut être une activité bénévole délibérément choisie ou la proche aidance), le monde du travail n'était pas forcément un manque. Marcel, qui a délibérément pris une retraite anticipée à 62 ans, l'exprime ainsi : « l'activité professionnelle est sortie très rapidement de ma tête... ça a été très vite été remplacé par d'autres [activités] » (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans). Le passage à la retraite peut toutefois rester empreint de significations fortes. C'est le cas pour Sandro, proche aidant de 67 ans et enseignant de formation, qui a décidé de façon autonome de prendre une retraite anticipée à 60 ans, sans l'avoir préparée spécialement. S'il décrit ce choix comme « facile » et qu'il se considère un « retraité heureux », sa retraite anticipée a représenté un temps singulier, des années où il exprime avoir ressenti de la culpabilité. Cela s'est manifesté lorsqu'il lui est arrivé de croiser des élèves fréquentant son ancienne école ou pendant son sommeil :

J'ai rêvé pendant cinq ans – mais très régulièrement – que j'étais en classe, dans une classe qui n'était pas la bonne, dans un bâtiment qui n'était pas le bon, avec des élèves qui n'étaient pas les miens, ou qui étaient les miens, mais qui n'avaient pas leurs affaires. Il y avait toujours un gros, gros problème... ou alors je n'avais pas mes clés, ou j'étais en retard – ce qui ne m'est jamais arrivé. J'ai arrêté de faire ces rêves, mais complètement, quand j'ai eu 65 ans, donc l'âge officiel de partir à la retraite. Donc probablement que je culpabilisais un petit peu. (Sandro, proche aidant, 67 ans)

Dans ce que nous avons reçu comme informations de la part des personnes rencontrées, nous pouvons dégager trois cas de figure quant au passage à la retraite et ce que cela implique en termes de participation.

Le passage à la retraite comme possibilité de participer

Le premier cas de figure concerne les personnes qui ont pu prendre une retraite avec une forme d'autonomie et de façon graduelle, qui portent un regard satisfait sur leur parcours professionnel, qui sont plutôt en bonne santé et dont le statut socio-économique est considéré comme étant correct ou confortable³⁴. C'est le cas de Louise, qui a fait le choix d'une retraite anticipée à 62 ans :

Je me suis dit que je recommençais une nouvelle vie, comme quand on change de travail, comme quand on postule à un endroit et on commence... On a un nouveau contrat, on a une nouvelle approche. J'ai toujours aimé le travail que j'ai fait, que je faisais, et... j'ai travaillé 8 ans comme éducatrice et après 21 ans comme secrétaire médicale [rires], c'était... voilà. Oui j'ai toujours bien aimé ce que je faisais en fait. (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans)

Ces personnes expriment un sentiment positif devant leur passage à la retraite et y voient la possibilité de s'engager dans d'autres choses que le travail, de s'adonner plus clairement au bénévolat. Pour plusieurs personnes, cela a été l'occasion de poursuivre des activités qui

³⁴ Pour rappel, l'indication du statut socio-économique est fondée en partie sur la considération personnelle de chaque interlocuteur/trice et revêt donc un caractère subjectif.

faisaient déjà partie du quotidien. Ainsi, pour Annie, membre du comité d'une association culturelle (66 ans) : « Ces activités je les avais déjà, donc je n'ai pas dû en trouver de nouvelles ». Elle relève que, pour elle, « être dans la vie sociale » a joué un rôle important :

Mais c'est vrai que je crois que je suis contente d'avoir ces petites activités, parce que de se dire : « Maintenant on ne fait plus rien... » Bon, je travaillais déjà avec mon mari, mais de se retrouver à la maison et de ne rien faire... souvent, je regarde mon agenda de la semaine et je me dis : « Ah ben tiens, aujourd'hui j'ai ça, demain j'ai ça... » Je crois que ça, ça me motive et ça me fait plaisir. (Annie, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

La satisfaction de son propre parcours professionnel peut donc jouer un rôle. Ernest, ingénieur de formation et ayant occupé des fonctions politiques cantonales importantes, qualifie sa situation socio-économique de confortable. La retraite l'a libéré d'un emploi du temps très exigeant, de journées très remplies, il a donc « très bien vécu » l'arrivée dans ce nouveau statut, et « considère que ce qu'on appelle être retraité c'est vraiment un statut de privilégié » (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans). Il voit le temps de la retraite comme « une période privilégiée, car on a, en principe, pas de souci financier », libéré du besoin d'avoir une activité lucrative. C'est donc à ses yeux un temps qui offre des possibilités d'activités, de participation : « On peut choisir ce que l'on veut faire. Donc, moi, j'ai plutôt beaucoup envie de faire des choses, comme vous le voyez, donc, pour moi, c'est une période privilégiée. [...] Ça permet de faire des choses. » (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans)

D'autres y ont vu une possibilité de participer à de nouvelles activités. Après avoir décidé de prendre une retraite anticipée à 62 ans alors que sa femme allait continuer à travailler, Marcel confie : « j'ai dit tout de suite que je ne pouvais pas rester à la maison sans rien faire, alors je me suis préparé au bénévolat avant que je rentre en pré-retraite. » (Marcel, moniteur de randonnées, 64 ans) Louise voit la retraite comme un nouveau temps : « Moi je me suis toujours dit qu'il y a eu mon enfance, mon adolescence, la période où j'ai été maman puis une période où j'ai beaucoup travaillé et maintenant je suis entrée dans un nouveau système » (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans). Elle est heureuse de pouvoir « remplir » ce nouveau temps avec toutes les choses qu'elle dit avoir « mises un peu de côté ». Quant à Denis, il a profité de la possibilité de prendre une retraite anticipée pour s'engager dans une vie associative : « C'était une chose que j'ai toujours envie de faire, peut-être pas [dans l'association dans laquelle il est engagé actuellement], mais j'ai toujours eu envie de refaire partie d'une association. » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans)

Le passage à la retraite comme besoin de participer

Dans le deuxième cas de figure, nous trouvons des personnes pour qui le passage à la retraite a marqué une étape importante, avec appréhension voire de façon brutale. Cela a pu influencer les attentes à s'engager. Pour Lucia, le passage à la retraite s'est vécu comme un changement sensible : « Je prenais mon travail bien à cœur », et « c'est un peu mal passé [...] d'un jour à l'autre, presque, de tout lâcher. » (Lucia, monitrice de randonnées, 71 ans) Se retrouvant à la maison avec son compagnon qui était bénéficiaire de l'Assurance Invalidité depuis plusieurs années, en situation de handicap, qui ne pouvait pas marcher, elle reconnaît :

« J'avais pas mal de peine à rester à la maison » confie-t-elle. Elle qui n'avait pas d'engagement bénévole avant d'être retraitée et soucieuse de « trouver un peu un équilibre » pour « se cadrer, quand-même », elle a décidé de participer à quelques sorties de randonnées avec une association régionale. La santé de son mari s'est ensuite dégradée : « en 2014, et ben il est tombé malade et en 3 semaines, il était...il est décédé, au printemps 2014 ». Conseillée ensuite par sa belle-fille pour devenir monitrice de marche avec l'association dans laquelle elle participe à l'heure de l'entretien, elle s'est renseignée et a suivi le cours de formation idoine en 2017.

D'autres personnes ont vécu le passage à la retraite comme la marque du changement d'un statut social, les encourageant à continuer à participer. Cela se retrouve notamment pour des informateurs qui ont en commun d'avoir eu des postes avec des responsabilités, engendrant une certaine visibilité. Jean-Marc confie ainsi :

Quand on passe d'une situation active à une situation de retraité, il y a un gros trou, moi je trouve. Il y a un moment, où même si dans la tête, j'ai tout le temps dit « ah ben vivement la retraite, parce que je pourrai faire ce que je veux, enfin tout ce que j'ai envie... » en fait, on a vite fait ce qu'on a envie, je veux dire par là que paradoxalement tout ce qu'on a envie de faire, on le faisait déjà un petit peu avant. J'aime le bateau, je fais du bateau, je fais de la mer, etc. Et puis, on ne fait pas ça en se levant le matin à 7h pour aller se coucher à 22h, je veux dire. (Jean-Marc, coordinateur d'activités, 67 ans)

Après « une vie professionnelle bien menée », il s'agissait pour lui de quitter l'habit du patron d'une petite entreprise familiale, « où tu décides tout » et dans laquelle les collègues sollicitent pour des questions. S'il indique avoir « fonctionné un peu comme patriarche » dans son entreprise, il souligne également le « rôle social », les échanges et les liens avec les collègues. Or le passage à la retraite s'est présenté comme un « moment où on ne te demande plus rien [...] Ça, ça m'a manqué un petit peu [...] Tu as l'impression, d'un jour à l'autre, de ne plus servir à rien. » Jean-Marc était déjà engagé dans une activité bénévole et a justement décidé de la renforcer. Il a pu décider de prendre sa retraite par étapes, « de manière graduelle » et relève : « ça m'a vraiment permis de connaître beaucoup de monde, de voir autre chose que mon job et puis de pouvoir, d'un jour à l'autre, passer en mode un petit peu plus retraité... » (Jean-Marc, coordinateur d'activités, 67 ans)

Alain témoigne d'une appréhension similaire, lui qui a fait sa carrière comme professeur d'Université, et qui a pris sa retraite à l'âge officiellement prévu. Ce passage au statut de retraité s'est d'abord présenté sous la forme d'une inquiétude : « Dans un premier temps j'étais très angoissé, surtout l'année avant, j'étais très angoissé dans ce qui allait m'arriver, j'avais un peu cette crainte de l'inactivité. » (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans) Il s'agissait de passer d'une vie professionnelle riche et exigeante à autre chose. Il y a ici un sentiment qui relève d'une crainte de ne plus pouvoir prendre part et apporter sa part : « Et puis je crois que la nature a horreur du vide. Et donc dès que j'ai eu justement ce temps disponible, il y a toujours eu toutes sortes de personnes qui viennent vous voir pour faire des choses. » Il s'investit dans ses activités de président d'une association culturelle et s'adonne à différents loisirs, notamment la lecture et l'écriture. Lorsqu'il était professeur à l'Université, il considère qu'il était tellement investi à fond qu'il lui fallait faire autre chose dorénavant. Alain

dit pour finir avoir très bien vécu ce passage et sa retraite actuelle, grâce à la disponibilité dont il dispose depuis.

Martin (66 ans) a délibérément diminué son activité d'avocat-notaire pour prendre une retraite anticipée dans le but, selon ses mots, de « participer de façon plus active à cette vie heureuse, société civile comme on dit ». Si, pour lui, cela n'a pas été un problème de perdre son statut professionnel, il reconnaît qu'il y a un équilibre délicat à trouver entre le risque d'une certaine inactivité d'un côté et celui d'une « suractivité » de l'autre : « de pas vouloir à tout prix se déculpabiliser en disant, voilà, je suis plus utile à la société par ma profession et puis commencer à être suractif, et puis commencer à fatiguer les gens par sa suractivité. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

D'autres personnes ont apprécié leur parcours professionnel, mais n'ont pas pris leur retraite de façon délibérée, ou se sont trouvées contraintes à cesser de travailler avant l'âge officiel. C'est le cas de Fiorella, qui a mal vécu son passage à la retraite, qu'elle a choisi de prendre de façon anticipée, mais dans une situation contrainte par sa santé, après avoir bénéficié du soutien de l'aide sociale : « Pour moi, c'était important de sortir de là-dedans. Je me sentais complètement marginalisée. Je me suis marginalisée par rapport à l'aide sociale. » Bien que cela lui ait été conseillé par son médecin, pouvoir participer au groupe d'activité de l'institution sanitaire lui a fait un bien fou : « c'était quelque chose d'important qui me faisait sortir de chez moi³⁵. » (Fiorella, participante aux rencontres animées, 64 ans)

La retraite comme possibilité de se concentrer sur la participation

Le troisième cas de figure concerne les personnes actives dans la proche aidance. Pour ce qui les concerne, le passage à la retraite a pu leur permettre de se concentrer plus directement ou sereinement sur la question de la participation au cœur de l'entretien. C'est le cas de Sylvianne, enseignante de profession, proche aidante auprès de son mari malade et sa petite-fille, et qui a fait le choix de la retraite anticipée :

J'ai pris une retraite anticipée, parce qu'on nous proposait de nous libérer à 60 ans ; il y avait un pont particulier pour faire de la place. Alors entre mon mari qui était à ce moment-là fort malade et ma petite-fille dont je devais m'occuper, ça m'a aidé à faire le pas, parce que je n'avais jamais pensé à arrêter l'enseignement avant la fin. Mais du jour au lendemain j'ai arrêté et ce qui m'a étonnée, c'est que je n'ai jamais regretté. (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

Elle observe n'avoir jamais ressenti d'ennui, bien qu'elle ait pu penser que son emploi allait lui manquer : « Mais je n'ai pas eu le temps de me dire ça je crois, parce que j'avais trop de choses à faire... Et je prends les choses quand elles sont là, et j'essaie de faire avec. » Pourtant, le fait qu'elle l'ait « si bien pris » a été en soit un peu troublant : « ça m'a perturbé, de me dire que c'était le moment que j'arrête... pour que je l'ai pris si bien, c'était peut-être le moment que j'arrête. » Le fait de croiser des anciens collègues qui se plaignaient de charges

³⁵ Fiorella utilise ici l'imparfait, car au moment de l'entretien, les activités de l'institution sanitaire en question étaient interrompues du fait de la pandémie de SARS-CoV-2.

administratives ou de fatigue personnelle lui fait dire : « je pense que j'ai arrêté au bon moment. » (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

L'articulation entre le bien-être et la participation lorsque débute la retraite

Pour saisir ce que les personnes que nous avons rencontrées envisagent du bien-être à la retraite, nous leur avons demandé quels étaient à leurs yeux « les ingrédients pour vivre une bonne retraite ». Proche aidante, Sylvianne résume en une phrase les éléments principaux qui ressortent chez la majorité de nos interlocutrices et interlocuteurs : « Avoir une bonne santé, être actif, faire partie d'associations pour voir du monde... voilà. » (Sylvianne, proche aidante, 73 ans) Ces trois éléments forment ensemble les indicateurs-clés du *bien-être subjectif* de la retraite. Ils constituent les deux premières parties qui suivent, à savoir « bien-être et santé à la retraite », être actif et voir du monde par le fait de « maintenir et privilégier une activité et des liens sociaux ». Nous complétons cette description par les conditions sociales et les capacités qui rendent possible une « bonne retraite ».

Bien-être et santé à la retraite

Il vaut la peine de souligner que dans nos entretiens, la santé est formulée comme une condition de possibilité centrale pour pouvoir mener une retraite active, et ce sans distinction de genre, de contexte ou de situation socio-économique. Bien sûr, les situations de santé varient et dépendent de déterminants sur lesquels l'individu n'a pas entièrement prise, ce qu'évoque Martin : « Si vous êtes plein d'intérêts, que vous avez envie de voyager, découvrir plein de choses, mais que votre santé vous a lâché, ça reste un vœu pieu. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) C'est, comme mentionné ci-avant, ce que vit Fiorella, qui définit donc aussi la santé comme condition centrale, mais par la négative.

La santé est cependant aussi considérée par nos informatrices et informateurs comme une condition à privilégier, à favoriser en prenant soin de soi. Ainsi, comme le suggère Lucia, santé, activité et liens sociaux sont envisagés comme des éléments interdépendants : « Déjà être en santé. Et après, il faut un peu bouger, faut un peu... sortir, un peu voir du monde. » (Lucia, monitrice de randonnées, 71 ans) Ce que résume également Pilar : « Être en santé, je pense que c'est la priorité, avoir des projets, avoir des ami·e·s et avoir une certaine discipline de vie. Par exemple, aller marcher, faire du sport, faire des choses comme ça. » (Pilar, proche aidante, 68 ans)

Nos informatrices et informateurs décrivent des limites que la santé peut imposer et des opportunités d'activités qui peuvent en dépendre. Par exemple, Brigitte souffre de douleurs articulaires et va régulièrement chez un ostéopathe pour « maintenir ça dans un domaine acceptable. C'est vrai qu'une bonne santé, c'est quand même sympa... que ce soit la vue, que ce soit l'ouïe, tout ça. Mais ça, ça dépend un petit peu de nous, mais pas totalement » (Brigitte, monitrice de randonnées, 75 ans). Propos que partage Suzanne, qui affirme qu'il faut profiter tant que la santé est là, « quand on est en forme. » (Suzanne, proche aidante, 68 ans)

Ces considérations touchent avant tout à la santé de la personne qui s'exprime et se pense devant sa propre retraite. Il vaut la peine de relever que la santé de l'entourage est également

un élément important, qui peut déterminer la manière dont on envisage le bien-être à la retraite ainsi que les possibilités de participation.

Maintenir et privilégier une activité et des liens sociaux

Toutes les personnes que nous avons rencontrées sont donc engagées dans une activité bénévole ou de proche aide. Il se dégage assez logiquement une forme d'adhésion à l'idée d'une retraite active qui implique différentes formes de participation. Comme plusieurs l'expriment, Martin considère ainsi qu'il est « capital » de « continuer à avoir des intérêts et des projets, que ce soit des gens qui adorent faire encore du sport ou du bridge ou bien des voyages, pas forcément culturels, ou bien suivre des cours à l'Université du 3^e âge. » En l'occurrence, si c'est avant tout la santé physique qui semble évoquée, comme nous l'avons vu, ce même informateur souligne les effets sur la santé psychique selon les considérations des psychologues et des neuroscientifiques : « Donc là, c'est très important d'avoir encore cet appétit d'augmenter ses connaissances et puis d'avoir des projets pour l'avenir. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans). Et même lorsque la santé n'est pas optimale, certaines personnes envisagent qu'un bien-être à la retraite soit possible, tant qu'une volonté à participer à des activités soit là. En parlant d'autrui, Marie le considère par les mots suivants :

Je connais quelqu'un qui ne peut pas avoir d'activités physiques, mais qui est pleinement heureux de sa retraite parce que, enfin il a du temps pour lire, pour écrire, voilà...Il peut quand même se déplacer, mais il ne pourra pas participer à un groupe de marche par exemple. Mais c'est quelqu'un qui vit aussi très bien sa retraite. Enfin qui donne l'impression de bien vivre sa retraite, qui paraît épanoui. (Marie, membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans)

À la question des ingrédients pour vivre une bonne retraite, Alain complète :

Alors moi j'ai une devise, j'en n'ai pas beaucoup, c'est peut-être une des seules que j'ai, c'est Fernando Pessoa sur son livre sur la tranquillité : « agir c'est connaître le repos ». Je crois que cette devise, c'est la mienne, je l'ai fait mienne parce que faire des choses, c'est connaître le repos dans sa tête et puis le repos physique aussi, c'est une chose importante, il faut avoir une activité physique et intellectuelle. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Lui qui craignait « l'inactivité avant d'entrer à la retraite » n'exclut pas que « certaines personnes sont heureuses de se mettre devant la télé le matin et qu'elles trouvent leur plaisir à ça. » Il considère toutefois que « d'une manière générale, ceux qui font des choses doivent être beaucoup plus satisfaits d'eux-mêmes, contents d'eux-mêmes, de leur vie, de leur quotidien il me semble. » (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

L'intérêt de favoriser des liens sociaux, de voir des gens, ressort également des entretiens et est en rapport avec les activités. Il est important d'« avoir des contacts » comme le dit Brigitte, monitrice de randonnées (75 ans), ce que rejoint Sylvianne (proche aidante, 73 ans), qui fait partie du comité d'une association avant tout pour être en contact avec d'autres personnes : « si je n'en faisais pas partie j'irais quand même tous les mardis... ce n'est pas le comité qui m'apporte, c'est le fait d'aller le mardi soir, et après il y a une ambiance sympa, on boit un verre, etc. » Elle relève que le contexte est secondaire. Ce qui est important, « c'est [...]

de voir du monde, d'aller au ciné-club toutes les deux semaines, de retrouver des ami·e·s, d'être invitée, d'essayer d'inviter des gens. »

Parcours, conditions socio-économiques et entourage

Les considérations précédentes résument donc des conditions envisagées pour vivre une bonne retraite. Comme la plupart, Marie considère que les ingrédients pour une bonne retraite, « sont là avant la retraite. À mon avis, je pense que les bons ingrédients ils se préparent en amont et ils découlent de votre personnalité aussi. » (membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans) Elle souligne la pertinence de suivre des cours privés, de la formation continue, d'avoir des hobbies. Et si certain·e·s de interlocuteurs/trices considèrent que bien vivre sa retraite, c'est pouvoir « vivre ses envies » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans), ils/elles reconnaissent naturellement que cela dépend des parcours individuels et professionnels, de l'insertion sociale et de la situation socio-économique, notamment des avoirs en matière de prévoyance.

Se positionner face au discours sur la retraite active

Les conditions de possibilités d'accès au bien-être varient donc fortement parmi les informatrices et les informateurs des différents contextes étudiés, comme nous le présentions dans le cadre théorique. Les ressources détenues et les choix qui s'offraient à chacun·e des participant·e·s de l'enquête forment ce que Sen (2010) appelle les capacités. Nous avons ainsi observé que les capacités de certaines personnes dans le contexte de l'organisation sanitaire étaient davantage réduites que celles des membres du comité de l'organisation culturelle. Après avoir exploré la compréhension du bien-être à la retraite et de l'influence des capacités différenciées des personnes dans l'articulation avec une participation possible, il vaut la peine de s'intéresser à la question du discours sur la retraite active en lien avec cette participation bénévole, et comment ces personnes se situent devant ce discours.

Nous avons indiqué plus haut ce que nous entendons dans l'idée d'un discours sur le bien-être par une retraite active³⁶. Nous l'avons dit, ces recommandations émanent aussi bien de milieux associatifs que de milieux politiques et économiques. Elles s'expriment aussi souvent dans l'entourage social et familial des seniors ou dans la sphère publique et médiatique et ce de différentes manières. Si en ce sens nous privilégions la notion de « paroles » d'encouragement, le tout semble relever d'une représentation dominante qui constitue une forme de discours.

Il était dès lors important de pouvoir écouter nos informateurs/trices sur ce point, d'entendre comment les encouragements à une retraite active peuvent être perçus. De manière générale, ils et elles reçoivent favorablement l'idée d'un encouragement à la retraite active, quels que soient les contextes et le rapport au passage à la retraite. Cette acceptation du discours pourrait s'expliquer par le fait que des « agents sociaux adoptent une attitude d'engagement en faveur des croyances légitimes au sujet de la vie en société, c'est-à-dire en faveur des mœurs et des institutions sociales, et attendent des autres qu'ils adoptent la même attitude. » (Quéré, 2015, p. 22) Il y aurait non seulement une acceptation, mais également une

³⁶ Voir Introduction.

appropriation partagée par les individus lorsqu'ils adhèrent à des « structures sociales normativement dotées de valeur » (Quéré, 2015, p. 22). Davantage qu'une injonction au discours, il y aurait un attachement motivé par chacun·e de ce qui est tenu pour bon, soit de participer (pour soi, au bien commun ou pour autrui) lorsque survient la retraite.

Ainsi, le fait même de prendre part est interprété comme un élément positif pour la personne senior elle-même. Louise emploie à ce propos une formule imagée : « Je pense que c'est la bonne idée. Ils n'ont pas tort. Tant qu'on reste actif, tant qu'on fait partie de la vie, on vit une vie plus heureuse et si on s'isole, et bien on devient rabougri dans son fauteuil. » (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans) Ernest, rejoint l'intérêt d'encourager le bénévolat des retraités pour le bien commun : « C'est bien que les personnes âgées aient encore des activités. Alors, il ne faut pas les pousser à avoir le plus d'activités possibles mais c'est bien, pour ce sentiment d'appartenance à la société, à la communauté. » (Ernest, membre du comité d'une organisation culturelle, 72 ans)

Dans cette logique d'apporter une part, la recommandation de vivre une retraite active est également bien reçue dans l'ensemble pour ce que cela suggère de solidarité et d'aide à autrui. Suzanne le formule ainsi : « Ben ce serait quand même pas mal. Parce qu'il y a souvent plein de gens qui ont besoin d'aide. » (Suzanne, proche aidante, 68 ans)

Néanmoins, quelques-un·e·s des personnes qui ont participé à nos entretiens ont exprimé une forme de position retenue voire critique au sujet de ces encouragements. Marie, membre du comité d'une organisation culturelle (71 ans) estime « très bien » d'inciter des personnes arrivant à la retraite, mais trouve dommage que « souvent on supplée aux obligations du canton, ou de la ville ou du pays, parce qu'on se dit : "Ah ben oui, ça c'est des bénévoles qui peuvent le faire, on n'a pas besoin de commencer de subventionner ça". » Elle craint en outre que cela ne soit envisagé comme « un oreiller de paresse » qui s'accroît avec le vieillissement et l'amélioration des conditions de santé aux 3^e et 4^e âge :

[...]puis qu'on dise : « Ah mais ouais, non mais c'est vrai, les vieux ils vivent de plus en plus longtemps, donc ils ont de plus en plus de temps. Ils sont en général en meilleur état qu'il y a 50 ans au même âge, donc faut demander aux vieux de faire. » Voilà. J'entends, c'est pas comme ça que je vois le bénévolat. Mais une incitation, être utile dans son quartier, dans sa ville, dans ses institutions et tout, oui, je trouve que c'est bien. Il y a des gens qui ont besoin de ça. (Marie, membre du comité d'une organisation culturelle, 71 ans)

Cette réserve touche à la dimension économique du bénévolat. Alain s'interroge en ce sens sur les motivations de ces encouragements, y voyant d'éventuels intérêts : « le bénévolat, c'est quelque chose qui économise des sommes fabuleuses en termes de soin aux personnes ou bien en termes de gestion, d'organisation d'association, c'est une économie considérable dans le fonctionnement de l'Etat, de la société. » Avant de conclure : « si l'intention est saine, si je peux dire comme ça les choses, et bien je crois que l'invitation a du sens. » (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Tout en considérant ce discours comme « largement positif », Martin garde une certaine réserve : « Je trouve que c'est très bien, mais il ne faut pas que ça devienne un discours convenu

et un peu incantatoire. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) Une circonspection que partage Alain, ancien professeur d'Université, et qui y voit « des injonctions, des invitations qui paraissent tout à fait pertinentes. Maintenant la notion de bénévolat est tellement large qu'il y a des choses que moi je ne ferais jamais. » (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans) Interrogé sur le fait qu'il recourt à la notion d'injonction, il explique y voir là « plus que des invitations. Il y a aussi une mode je pense qui s'installe ». Ainsi, à ses yeux :

Aujourd'hui la vieillesse, la retraite surtout, n'est plus considérée comme le moment où on se repose comme ça pouvait être le cas auparavant. La représentation que l'on a de la retraite et du vieillissement c'est quand même une représentation qui s'organise davantage autour d'activités. Alors soit en termes de consommation, soit en termes d'actions. Alors je consomme aussi, bien sûr, des spectacles, des manifestations sportives naturellement, je suis aussi consommateur. (Alain, président d'une organisation culturelle, 70 ans)

Ces considérations sur une participation « obligatoire » se retrouvent dans ce que d'autres personnes expriment par rapport à la manière dont elles ont envisagé des activités dans le cadre de leur retraite. Pilar explique en ce sens : « je m'étais dit que je m'engagerais mais bon, voilà quoi. Le problème des retraités, je crois, c'est d'avoir trop de choses à faire et de ne jamais avoir le temps de rien. » Or, « les premières années, j'avais un petit peu honte de ne pas avoir fait tout ce que je m'étais dit que j'allais faire et puis maintenant, je me dis, voilà, c'est comme ça, on fait autrement. » (Pilar, proche aidante, 68 ans) Martin relève également s'être « même surpris certaines fois, face à des personnes qui me demandaient comment ça allait cette retraite, à énumérer tous ce que je faisais comme activité » évoquant là « le piège à éviter de pas trop en faire, justement pour remplir avec le seul but de remplir puis rien d'autre du tout. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Selon lui, il s'agirait pour chaque personne retraitée de chercher à percevoir ce qui lui convient comme type d'activité à la retraite, précisant que « chacun a sa nature propre » :

Et puis je pense que parmi les seniors comme vous dites, qui n'ont plus d'activité professionnelle, il y en a qui vont trouver leur bonheur dans un enrichissement et une augmentation des relations sociales, qui vont vouloir rencontrer beaucoup de monde, parce qu'ils ont lu les conclusions de l'OMS ou bien de scientifiques du monde médical, du monde politique. Et puis il y en a d'autres, qui, ben pour rejoindre la fameuse remarque de Blaise Pascal, qui disent « ben voilà, maintenant je me retrouve aussi avec moi-même, je me prends du temps pour être avec moi-même et puis je ne cherche pas à me distraire à tout prix, en ayant plein de rencontres, d'activités pour me donner l'impression d'être toujours très actif dans le monde social ». Donc là, il y a une question personnelle qui doit être respectée. Donc, quand vous avez comme ça un discours qui est mainstream hein, il faut toujours réserver les cas particuliers, les personnalités particulières. Il y a des personnes qui souffrent de solitude, puis de pas avoir de contacts sociaux, puis il y en a d'autres qui vont avoir des contacts sociaux en privilégiant la qualité plutôt que la quantité des relations sociales. Donc là je dirais que chacun a sa manière de l'aborder. L'important ce n'est pas s'enfermer dans sa vieillesse puis s'enfermer finalement dans son aigreur, sa mélancolie, sa nostalgie. C'est difficile, mais on ne peut pas donner les

mêmes impératifs de réussite pour les séniors à tout le monde. (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans)

Besoin de ne pas s'oublier

Un besoin de se retrouver avec soi-même s'exprime chez Fiorella, qui considère que devant ces attentes, les grands-parents n'ont plus vraiment de liberté, qu'ils « sont devenus les crèches de leurs enfants » et s'interroge en conséquence : « Est-ce qu'ils le font uniquement par plaisir ou plutôt par commodité par rapport aux enfants ? » Pour sa part, avec une condition de santé difficile, il y a même l'expression d'un rejet assez ferme des attentes à ce sujet :

Je me dis, ben là, moi, je ne sais pas, je ne serai pas cette personne-là. J'entends, je ne suis pas cette personne-là. Pour finir, j'ai éduqué le mien et c'est à eux d'éduquer les leurs et puis de se démerder. [...] Moi, par expérience, j'ai arrêté, je me suis mise à la retraite à 62 ans parce que j'étais malade. Peut-être que si je suis en bonne santé, je ne sais pas, peut-être que plus tard, quand ça ira mieux, peut-être que je m'engagerai dans quelque chose. Pour le moment, je dois dire que j'ai un sacré égoïsme Et j'ai besoin de m'occuper de moi. (Fiorella, participante aux rencontres de l'organisation sanitaire, 64 ans)

Ce même besoin de ne pas s'oublier se retrouve dans la bouche de Sylvianne, proche aidante. Déjà bien active, elle préfère ne pas aller suivre des conférences proposées en semaine : « S'il fait beau le mardi après-midi, que je n'ai pas d'enfants à garder, je préfère aller me promener dans la nature. La nature m'a apporté énormément. » Ce sont des activités avant tout pour elle-même qu'elle souhaite privilégier, alors qu'elle confie ne pas avoir la force de « faire des activités » proposées par des associations pour personnes âgées, ni de « donner [son] temps pour des réfugiés, pour du soutien scolaire ou comme ça, je n'aurais plus envie. » (Sylvianne, proche aidante, 73 ans) Elle voit donc là une limite aux discours d'encouragement à une participation active :

Le peu de temps que j'ai vraiment, sans mes petits-enfants ou comme ça, je me le donne pour moi. [...] Moi j'ai tellement dû donner, que je n'ai plus envie de donner, c'est ça... « je n'ai plus envie de donner », bien sûr que je donne s'il faut, mais je veux dire que j'ai besoin de penser à moi. (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

Dans ses réflexions, Sylvianne précise qu'il ne s'agit pas de penser uniquement à soi. Évoquant une connaissance qui vit pratiquement isolée de toutes et tous, elle y voit quelque chose de « terrifiant » et souligne son propre « besoin de contact avec les gens » et celui de se retrouver dans la nature. Elle considère qu'il est important de faire quelque chose, et dans son cercle d'amis se trouvent des personnes qui s'engagent dans plusieurs associations, notamment auprès de réfugiés. En tant qu'enseignante retraitée, elle trouverait « génial » de « donner de son temps pour les réfugiés, leur apprendre le français » ou autre, mais cela lui est impossible aujourd'hui. Interrogée sur la question de savoir si cela est une question d'impossibilité ou de volonté, elle réfléchit et répond :

Je ne veux plus, parce que je trouve que... mes réfugiés je les ai ici, parce qu'à tout moment on sonne pour toute sorte de choses dans ma famille. Donc j'ai eu mes propres réfugiés. Je ne peux pas faire plus. Je ne veux pas et je ne peux pas, parce que je veux me protéger. Mais c'est pour ça que quelqu'un qui ne fait rien, comme

ma voisine, ça je ne pourrais pas. De n'être que pour soi, ça c'est impossible. (Sylvianne, proche aidante, 73 ans)

D'où ces paroles sont-elles perçues ?

Nous l'avons vu, nos interlocutrices et interlocuteurs accueillent de façon générale positivement les invitations et recommandations à vivre une retraite active, avec la mesure, les remarques et critiques que nous avons résumées. Nous avons également essayé de repérer d'où nos interlocutrices et interlocuteurs pouvaient percevoir ces paroles d'incitation à la participation.

Si Alain (président d'une organisation culturelle, 70 ans) indique que « tout dépend qui énonce ces recommandations », c'est moins pour désigner des sources identifiables que d'interroger les motivations éventuelles³⁷. Nos informateurs/trices ne font ainsi pas explicitement référence à des entités déterminées pour identifier ces recommandations à des personnalités ou des institutions politiques ou économiques, et qui porteraient un discours d'État. À deux exceptions près, ils/elles ne mentionnent pas non plus des milieux culturels ou associatifs définis qui portent un tel discours. C'est le cas de Martin, qui indique être abonné à une revue mensuelle « qui s'appelle "La revue du cerveau" animée par plusieurs scientifiques de haut vol, où ça revient de façon récurrente que cette activité des seniors ce n'est pas seulement bon pour la collectivité mais bon pour eux. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) Pour sa part Fiorella relève qu'au sein de l'institution sanitaire dans laquelle elle participe, au sein du personnel, on exprime clairement ces recommandations : « bien sûr et on nous dit toujours que c'est important de rester actif tout en s'occupant de soi, sans forcément devoir s'occuper des petits-enfants. » (Fiorella, participante aux rencontres, 64 ans)

Il n'apparaît ainsi pas clairement à travers ces entretiens que les personnes rencontrées désignent des lieux d'expression définis quant à ces recommandations à participer en tant que senior. Martin évoque par contre « un discours qui est mainstream » (Martin, membre d'une organisation culturelle, 66 ans). Et si Alain (président d'une organisation culturelle, 70 ans) recourt au terme d'« injonction³⁸ », il n'a pas situé précisément d'où celle-ci pouvait s'exprimer. Il apparaît que c'est avant tout de l'entourage proche, la famille et les ami·e·s, que ces recommandations à la participation semblent venir, ainsi que du milieu professionnel et des organisations travaillant avec des personnes âgées. Comme nous l'avons mentionné plus haut, certaines personnes ont reçu au sein du monde professionnel et/ou de la part d'associations actives avec les personnes âgées des recommandations à se trouver des activités en tant que retraité·e.

Pour ce qui est de l'entourage, comme les personnes rencontrées sont toutes engagées dans une forme de participation, elles sont naturellement souvent déjà sensibles et socialisées à ces enjeux, ce que relève Ernest : « Les gens que je côtoie sont un peu comme moi, donc, je ne côtoie pas beaucoup de personnes qui ne font rien du tout. » (Ernest, membre du comité

³⁷ Voir plus haut p. 82.

³⁸ Voir plus haut p. 83.

d'une organisation culturelle, 72 ans) Louise décrit son insertion sociale de façon similaire : « par le fait que je fais passablement de trucs, inévitablement je rencontre que des gens qui sont occupés, donc pour eux l'idéal du retraité, c'est le retraité qui est occupé. » (Louise, monitrice de randonnées, 68 ans)

Comme évoqué plus haut, les recommandations sont aussi bien sûr formulées au sein même des organisations dans lesquelles nos informateurs/trices participent, notamment pour l'organisation sanitaire. Membre du comité d'une organisation culturelle, Annie (66 ans) relève d'ailleurs que dans les milieux associatifs et culturels dans lesquels elle est impliquée « C'est toujours un peu les mêmes gens qui gravitent là-autour » et qu'on sollicite pour rejoindre tel autre groupe ou comité.

Martin dit percevoir dans son entourage des interrogations et un regard nourri de préjugés sur la retraite, y voyant une forme de « pression sociale » qui pousserait à chercher l'activité pour justifier sa place ou son utilité : « la pression sociale, elle est évidente. Puis elle est assez diffuse, parce que des fois elle vient de soi-même la pression sociale. Parce qu'on a quand même été biberonné à ça, en tout cas ma génération. » (Martin, membre du comité d'une organisation culturelle, 66 ans) Une remarque à laquelle Denis fait écho. Il entend en effet certains encouragements à rester actif en tant que senior et observe : « je me reconnais moi, en étant jeune [...] quand on me parlait des personnes âgées. » (Denis, moniteur de randonnées, 67 ans)

C'est aussi dans l'entourage que s'exprime une certaine tempérance à ce discours. Moniteur de randonnée, Marcel (64 ans) entend dans son entourage des personnes qui considèrent ne pas avoir le temps pour s'engager comme lui et « beaucoup de gens qui disent : "Moi je ne pourrais pas !" ». De mauvaises expériences de participation vécues par des connaissances peuvent aussi modérer le sentiment d'être le sujet de ce discours. C'est le cas de Sandro (proche aidant, 67 ans), qui fait référence à une personne déjà « assez âgée, environ 75 ans » et qui s'est épuisé comme proche aidante d'un oncle décédé autour de 95 ans. Il ne sent pas forcément une insistance autour de lui à s'engager en tant que senior.

Enfin, tout le monde n'a pas ressenti de telles paroles de la part de son entourage. C'est le cas de Robert (coordinateur d'activités, 68 ans), qui ne s'est ainsi jamais trouvé surpris devant des paroles qui auraient pu concerner le « bien vieillir ». Jean-Marc de son côté a le sentiment que son entourage n'exprime pas d'attente à son égard et le sait toujours très actif :

Moi mes enfants ne sont pas vraiment surpris quand j'ai des comité le soir. Alors qu'ils ont toujours vécu ça. C'est pas tellement une surprise. Je pense qu'ils seraient surpris si j'avais plus rien. [...] Non, non, je crois que dans mon proche entourage, enfants etc., c'est normal. Maintenant moi j'ai des amis qui me disent « t'es fou » quoi. J'entends « non mais tu veux pas profiter de la retraite ? Va sur ton bateau, et puis qu'est-ce que tu t'embêtes... [...] Bien sûr que c'est aussi un discours qui existe, mais ceux qui me connaissent bien, savent que j'ai besoin de ça... (Jean-Marc, coordinateur d'activités, 67 ans)

Au terme de ce chapitre, on le voit, il y a donc une corrélation entre la manière dont le bien-être à la retraite est envisagé par chacun·e et la manière dont la retraite a pu se vivre

individuellement. Il faut le formuler ainsi, car certaines personnes ont pu, plus que d'autres, décider des conditions de leur passage à la retraite et l'organiser en conséquence. Si les ingrédients ou les conditions d'un bien-être à la retraite sont réunies, son propre passage à la retraite peut s'envisager sous une lumière plus optimiste que si cela n'est pas le cas.

Les encouragements à la participation sont perçus comme étant positifs et en résonance avec la manière dont les personnes rencontrées envisagent leur propre retraite, si tant est que les conditions de la retraite et les capacités de la personne y correspondent. Ces recommandations ou incitations ne sont en soi pas directement désignées comme relevant d'un discours au sens d'un ensemble structuré de paroles et formulées par des milieux désignés (autorités, médias, etc.). Par contre, en tant que paroles perçues dans l'entourage et les milieux que la personne fréquente, ils peuvent être perçus comme relevant de représentations qui suggèrent qu'être en société *imposerait* de devoir s'engager. Et lorsque ces incitations à la participation sont perçues comme relevant avant tout d'une attente d'autrui ou d'une injonction, elles sont moins favorablement reçues.

Conclusion – Reconnaissance et méconnaissance

Au terme de ce rapport, nous pouvons formuler certaines observations sur les enjeux de la reconnaissance tels que nous les avons parcourus au fil de nos entretiens et par le prisme du modèle de Zask (2011). Nous rappelons quelques éléments essentiels relevés au fur et à mesure de nos étapes, pour établir ensuite quelques considérations sur ce que cela appelle à réfléchir dans une visée dialectique reconnaissance-méconnaissance, et formuler enfin quelques recommandations.

Rappel d'un parcours de la reconnaissance

Prendre part à une activité bénévole en tant que retraité·e n'est pas homogène entre les quatre contextes observés et les personnes rencontrées. Si des éléments communs apparaissent, le contexte, les motivations et les contraintes à la participation diffèrent également. Autrement dit, la liberté à prendre part ou ne pas prendre part, comme celle de ne plus prendre part, n'est pas la même pour toutes et tous.

Entre les quatre contextes étudiés, nous observons tout d'abord des différences importantes quant au début de l'activité :

- La participation à une activité au sein de l'organisation sanitaire se fait habituellement sur conseil d'un médecin en lien avec le traitement d'une maladie et le besoin d'échanger à son propos.
- Le bénévolat dans le cadre d'activités sportives destinées aux seniors est lié à la volonté de consacrer du temps en faveur d'autrui : on se met à disposition de cette institution lors d'une postulation, d'une rencontre de *speed-dating* ou sur conseil d'un proche.
- L'affiliation à un comité d'une association culturelle fait l'objet d'une sollicitation initiale liée à des compétences, un capital social et à un intérêt marqué pour le domaine artistique.
- Quant à la proche aidance, elle relève généralement moins d'un choix que d'une obligation morale envers un·e parent·e ou un·e ami·e.

Par conséquent, si les trois premiers contextes reposent sur le volontariat, certes à des degrés divers, la proche aidance est davantage contrainte.

Il était également détaillé les différentes raisons évoquées dans le fait de s'engager, telles que la socialisation au bénévolat et au *care*, le fait de disposer de temps lorsque débute la retraite, de nombreuses motivations sociales ainsi que l'orientation des participant·e·s à agir pour soi, pour autrui ou pour le bien commun. Cette dernière dimension était fortement différenciée en fonction des contextes étudiés. En effet, nous constatons que pour les trois bénéficiaires des activités encadrées de l'organisation sanitaire, penser à soi suffisait pour qu'un engagement puisse s'envisager dans un groupe. Les autres participant·e·s à l'enquête ont davantage ancré la justification de leur engagement bénévole dans une visée pour autrui ou pour le bien commun.

Prendre part à une activité associative ou de proche aidance comporte une dimension sociale inhérente, même si celle-ci se révèle différemment d'un contexte à l'autre :

- Les participant·e·s aux rencontres proposées par l'organisation sanitaire sont attiré·e·s par la sociabilité et les échanges autour de leur maladie commune.
- Les moniteurs et monitrices de randonnées dans le cadre des activités sportives destinées aux seniors cherchent à apporter leur aide à ces personnes et, éventuellement, de passer des moments agréables avec celles-ci, alors que c'est une relation de proximité qui conduit les proches aidant·e·s de s'occuper de leur parent·e malade ou dans le besoin.
- Enfin, si la sociabilité dans le bénévolat culturel n'est pas forcément la motivation prioritaire, elle s'opère dans la rencontre avec des actrices et acteurs culturel·le·s et artistes qu'on n'aurait peut-être jamais côtoyés.

Le degré de volontariat qui s'exprime dans le fait de prendre part varie entre les activités bénévoles et celles de proche aide. La liberté à s'engager dans les premières est bien plus grande que dans les deuxièmes, engagement qui est présenté comme une « évidence », une « normalité » de la part des personnes proches aidantes face aux besoins de leur parent·e ou ami·e. Toutefois, mis à part les participant·e·s aux rencontres de l'organisation sanitaire qui se considèrent davantage comme des bénéficiaires d'une prestation, la plupart des autres informateurs et informatrices font référence à la dimension réciprocaire de leur participation. Ils et elles évoquent explicitement ou laissent entendre la nécessité de s'investir pour autrui ou pour le bien commun dans une société à laquelle on appartient. Cet impératif se traduit à leurs yeux par l'exigence de pouvoir contribuer concrètement à l'activité à laquelle ils et elles prennent part.

En effet, la partie consacrée au fait d'apporter une part a fait ressortir la prévalence de la contribution des participant·e·s à l'activité dans laquelle ils et elles sont engagé·e·s. Ce faisant, leurs contributions varient en importance et en intensité :

- Les participant·e·s aux activités de l'organisation sanitaires se considèrent d'abord comme des bénéficiaires, ce qui ne les empêche de proposer leurs idées, de préparer certains repas et, surtout, d'échanger sur leur vécu et leur maladie avec les autres personnes présentes.
- L'accompagnement de randonnées nécessite quant à lui en priorité du temps, mais aussi des compétences (provenant de la pratique d'un métier ou acquis lors d'une formation spécifique), tout en s'enrichissant des connaissances personnelles sur un lieu visité, son histoire ou ses particularités.
- Les participant·e·s aux activités des organisations culturelles mettent volontiers à profit de celles-ci les compétences professionnelles et le capital social pour lesquels ils ou elles ont généralement été sollicité·e·s.
- Enfin, la contribution des proches aidant·e·s est souvent quotidienne et intense, sans qu'elle soit toujours acceptée par les personnes auxquelles l'aide est destinée.

Par conséquent, même à différents niveaux d'importance, la possibilité de contribuer à l'activité bénévole est une exigence des personnes rencontrées.

Si les contributions des participant·e·s ont toujours apporté des modifications aux activités bénévoles et de proche aide, celles-là l'ont été à des degrés d'importance divers. L'influence

de la participation d'une personne est parfois fondamentale dans les cas où l'activité est rendue possible (notamment par la participation à la recherche de financement) ou se développe (à l'instar de la création de nouvelles activités au sein de l'organisation sanitaire). A l'inverse, les apports d'un·e proche aidant·e à l'amélioration du vécu d'un·e parent·e peuvent se confronter au refus de celui-ci ou de celle-ci.

Enfin, la troisième partie du chapitre s'est intéressée à la dimension « bénéficier d'une part », soit ce que l'activité procure aux participant·e·s, tant dans la satisfaction qu'ils et elles en retirent, le développement de compétences, dans le développement de soi que dans les retours qui en sont faits (remerciements et contreparties). Certes les contreparties (remerciements, cadeaux, attentions, etc.) sont indispensables au fonctionnement de ces activités bénévoles et de proches aideance, mais c'est parce qu'elles témoignent de la gratitude envers un don de soi des participant·e·s. Par leur engagement, ces personnes espèrent surtout que leur contribution soit réellement utile à autrui ou à une organisation, ce dont elles bénéficieront à travers une estime de soi accrue. C'est cette constatation qui représente la reconnaissance fondamentale de la participation à un projet commun (Honneth, 2000), parce qu'elle permet à l'individu de faire la démonstration de ses capacités (Sen, 2010) tout en les développant.

Un déséquilibre entre ces trois dimensions (prendre part, apporter une part, recevoir une part) peut représenter un enjeu délicat en termes de reconnaissance et conduire les personnes qui ont fait l'expérience à vouloir se désengager. Qu'elles se sentent contraintes de participer ou qu'elles aient l'impression de ne pas pouvoir se retirer met en question leur degré de volontariat. Que leur contribution soient limitées ou peu considérée par celles et ceux à qui elle est destinée et ces personnes peuvent avoir le sentiment d'une inanité de leur action. Enfin, que leur engagement et leur apport n'entraîne effectivement ni remerciement ni, surtout, les résultats escomptés pour autrui ou l'organisation, et cette participation ne bénéficie pas à ces personnes au niveau de leur estime de soi. Or, si le volontariat qui caractérise l'ensemble des activités bénévoles permet à chacun·e de se sentir (relativement) libre de se désengager lorsqu'il ou elle fait l'expérience de ce déséquilibre, il en est tout autre pour les proches aidant·e·s qui n'ont pas réellement le choix de ne plus supporter leur parent·e ou ami.

Si le bénévolat repose idéalement sur le volontariat (Laville, 1997), il importe aux participant·e·s des activités étudiées d'avoir la liberté de ne pas ou ne plus y prendre part, liberté qui est ressentie avec plus ou moins d'intensité.

- Certaines personnes se sentent totalement libres d'arrêter leur activité en raison de projets personnels ou de désintérêt, par exemple dans le domaine sportif ou en tant que participant·e·s aux rencontres dans le cadre de l'organisation sanitaire.
- Les membres de comités d'organisations culturelles relient leur possible désaffiliation avec la nécessité que leur présence et les compétences, pour lesquelles ils ou elles ont été sollicité·e·s, soient remplacées. Par ailleurs, il est d'autant plus difficile de refuser l'invitation à s'investir dans un comité que celle-ci est ressentie comme honorifique.

Quant aux proches aidant·e·s, leur propos montrent que cette liberté peut être illusoire, tant ils et elles disent ne pas avoir eu le choix. Et si le lien de parenté ou d'amitié est trop fort,

l'arrêt de l'activité ne peut survenir qu'avec l'amélioration sensible du proche dont on s'occupe ou, plus généralement, le décès de celui-ci – le placement en institution sanitaire ne supprime en effet pas le devoir de visite.

Pour une personne senior, la reconnaissance de son engagement bénévole se joue donc à chaque fois individuellement dans l'articulation équilibrée des trois dimensions de la participation. On le voit également, le passage à la retraite est un moment non-négligeable et se vit de façon contrastée dans les dynamiques de participation des personnes rencontrées. Il ressort que la participation et la reconnaissance de son engagement bénévole se joue dans les conditions de possibilité à la participation qui sont liées, et donc largement marquées par les parcours individuels qui précèdent la retraite, et conditionnent en partie ce passage à la retraite.

Les entretiens avec les personnes rencontrées reflètent peu l'écho de ce qui pourrait relever d'un discours sociétal sur la participation. Là où nos informatrices et informateurs ont pu repérer des encouragements ou des injonctions à la participation, c'est avant tout dans leur environnement, leur entourage personnel et/ou professionnel. Lorsque les encouragements à la participation des seniors touchent à la dimension de leur bien-être personnel, cela semble plutôt bien reçu et résonne avec ce que les personnes formulent dans leur propre conception d'un bien-être à la retraite, en lien avec leur situation et leur histoire personnelle et professionnelle. Par contre, lorsque ces encouragements relèvent avant tout d'un argument économique (utilité à la société, solidarité entre les générations), cela semble être moins bien reçu. Il en va de même si ces encouragements sont perçus comme relevant d'une injonction.

Il faut dès lors envisager un enjeu important pour penser la reconnaissance des seniors. Car si s'engager bénévolement pour soi-même et pour autrui suscite de leur part une adhésion et une occasion de reconnaissance selon ce que nous avons exprimé, le fait que cela puisse être vécu comme devant correspondre avant tout à des attentes sociétales vis-à-vis de leur groupe interroge les conditions de possibilité.

La reconnaissance par la méconnaissance

Au terme de cette étude, nous avons donc pu mettre en lumière certains éléments quant à l'engagement et le rôle social des seniors en lien avec les notions de bien-être et de qualité de vie. En tant que recherche exploratoire qualitative, c'est bien au travers du vécu tel que chaque interlocutrice et interlocuteur a pu en rendre compte que cela s'exprime. A ce titre, si nous proposons une mise en lumière des dynamiques de participation et de reconnaissance, il faut d'une certaine manière placer à nouveau la question dans son ensemble dans l'ombre de la méconnaissance³⁹. Car loin de vouloir et de pouvoir répondre aux questions évoquées pour les seniors dans leur ensemble, ce sont bien des réalités individuelles qui se sont exprimées et qui méritent d'être prises en compte. Dans cette réflexion d'une certaine méconnaissance, il

³⁹ L'image fait référence à Ricoeur, qui écrit « De fait, l'ombre de la méconnaissance ne cesse d'assombrir la sorte de lumière qui procède du travail de clarification, d'"éclairage" de l'existence" (pour reprendre le titre du deuxième volume de la *Philosophie* de Karl Jaspers) en quoi consiste notre investigation prise dans son ensemble. » (Ricoeur, 2004, p. 391). L'ouvrage en question est : Jaspers, K. (1986). *Philosophie : orientation dans le monde, éclairage de l'existence, métaphysique*. Paris / Berlin : Springer.

faut par conséquent souligner ici que notre recherche s'étant intéressée à des personnes retraitées qui participent à des activités bénévoles ou de proche aidance, elle laisse *de facto* dans l'ombre les personnes relevant de la même catégorie des seniors et qui ne prennent pas part à une forme semblable de vie sociale. Les dynamiques de participation / non-participation et de reconnaissance mériteraient d'être entendues et pensées par la même approche et il serait intéressant de pouvoir interroger les réalités vécues de ces personnes telles qu'elles s'expriment dans leur discours au moyen du prisme du modèle de Zask.

Nous le voyons, au final, c'est bien de la question de l'individu qu'il s'agit fondamentalement. Cette question relève de deux éléments spécifiques et qui sont en résonance : l'identité et l'individuation. Ainsi, Ricœur considère par son approche du *parcours de la reconnaissance* que « [...] c'est bien notre identité la plus authentique, celle qui nous fait être ce que nous sommes, qui demande à être reconnue. » (Ricœur, 2004, p. 43) Dans son ouvrage, Zask invite pour sa part à accorder « une priorité au souci de combiner et d'équilibrer les divers aspects de la participation, autrement dit [accorder] une priorité à la production sociale des conditions de l'individuation. » (Zask, 2011, pp. 322-322) Tout comme le modèle qu'elle propose l'indique, la dimension de l'individualité de ces questions reste le centre de gravité :

C'est par l'intermédiaire d'une participation à la vie des groupes auxquels ils sont liés *de facto*, que les individus s'investissent dans des activités dont les conséquences sont à la fois *personnelles*, au sens où elles engagent leur responsabilité, *tangibles*, au sens où elles modifient, ou contribuent à modifier, le cours et la nature de leur association, et *reconnues*, au sens où la communauté les authentifie et en tient compte. (Zask, 2011, p. 11)

Dans le sillage de ces deux réflexions, si nous avons pu montrer que la reconnaissance se joue dans une articulation équilibrée des trois dimensions de la participation de Zask, nous devons reconnaître qu'il s'agit au final moins de déterminer les conditions de participation idéales pour les seniors et établir ainsi la « recette » pour cet équilibre, que de mettre cet équilibre en lumière et d'interroger en même temps la manière pour la communauté qu'évoque Zask d'y prêter attention.

Car si les paroles d'encouragement à la participation des seniors pour leur bien-être et pour autrui ont du sens, nous avons pu voir qu'elles ne favorisent en soi pas les conditions de participation pour les individus. Elles peuvent aussi avoir pour revers de médaille d'occulter la dimension individuelle que nous soulignons, tout autant que les caractéristiques socio-économiques qui varient d'un individu à l'autre. En ce sens, dans son ouvrage, Repetti relève entre autres que les différents discours posés sur la vieillesse, notamment l'injonction au vieillissement actif, ont pour effet le renforcement de la stigmatisation liée à l'âge :

L'objectif de politiques fondées sur le modèle du vieillissement actif est a priori de mettre en mouvement des personnes présumées passives. En réalité, cette approche présentée comme une manière de valoriser la population tend à en renforcer une vision stéréotypée. Celle-ci ne leur reconnaît pas le rôle social qu'ils jouent déjà et sous-estime la fonction de vecteurs de cohésion sociale assumée par le biais d'un travail effectué gratuitement à différents niveaux : famille, champ

associatif, proches, voisinage, etc. Bien que certaines études relèvent les nombreuses activités bénévoles qu'effectuent les retraités⁴⁰, l'injonction qui leur est faite de se mobiliser véhicule le message que ce qu'ils assument d'ores et déjà ne compte pas vraiment. Afin de sortir de cette approche stigmatisante, il serait d'une part nécessaire de mieux documenter ce que font les rentiers – comme les autres personnes qui ne sont pas actives sur le marché de l'emploi – pour la cohésion sociale au sens large. (Repetti, pp. 206-207).

Ces réflexions appellent à considérer toujours ce qu'il est possible d'identifier dans l'individuation d'une personne senior et dans son parcours par rapport à ce que cela ne peut pas dire plus largement pour tous les seniors. Pour ce faire, il est judicieux de prêter oreille à ce que les seniors disent de leur vécu, de leur engagement bénévole et de l'articulation entre le fait de prendre part, d'apporter une part et de bénéficier d'une part. Ce dialogue mérite d'être constamment nourri. Pour Zask :

Le processus de reconnaissance s'instaure et aboutit à partir du moment où un point de rencontre est établi entre deux parties qui parviennent à un langage commun. [...] Ce langage commun est possible du fait que les partenaires se reconnaissent mutuellement comme des interlocuteurs valides [...]. (Zask, 2011, p. 310)

Toute prosaïque que la formulation puisse paraître, il s'agit d'envisager les seniors comme les sujets d'un discours, dans lequel discours ces personnes ont une voix, plutôt que de les envisager avant tout comme objet du discours. C'est là que la prise en compte de l'individuation peut se trouver atteinte – l'on pourrait même dire satisfaisante – dans ce que les seniors expriment. Cela rejoint l'approche de la « phénoménologie de l'homme capable » de Ricœur, à savoir l'idée de reconnaître la capacité de l'individu – et pour l'individu pouvoir reconnaître sa propre capacité – agissante par sa parole, du « pouvoir dire » (2004, pp. 149-177). Des auteur·e·s relèvent certains des « enjeux et limites d'une prise en compte de la parole des vieux » (Argoud et Puijalon, 2003), et nous avons pu les expérimenter en partie, ne serait-ce que pour ce que nos entretiens ont créé comme conditions de dialogue spécifiques. Cela étant dit, et avec la conscience de certains écueils possibles, la prise en compte de la parole des seniors est nécessaire pour ne pas en rester à une situation où l'on parle de leur participation plus qu'ils et elles n'en parlent.

C'est donc là que se joue quelque chose de la reconnaissance autour de leur participation. Au stade de cette conclusion, il est judicieux de relever que dès les premières lignes de son livre, Zask relève la différence voire la tension entre l'incitation et l'envie à participer :

Toutefois, il n'est pas anodin que les incitations, voire les injonctions, à participer, soient généralement beaucoup plus manifestes et pressantes que les demandes de participation de la part du « citoyen ordinaire », de « l'homme de la rue », du

⁴⁰ Par exemple, Office fédéral de la statistique, 2011b (la note est de l'auteure et la source en question est : Office fédéral de la statistique (2011). *Le travail bénévole en Suisse. Comparaison régionale*. Neuchâtel : Office fédéral de la statistique.)

« touriste culturel » ou du « consommateur moyen », auquel ces injonctions s'adressent. (Zask, 2011, p.7)

Il est donc toujours opportun de s'intéresser aux demandes et aux attentes de participation des seniors. Il l'est tout autant de s'intéresser aux participations concrètes et individuelles de ces personnes, en lien avec leurs attentes et leurs conditions de possibilité. Plutôt que d'insister avant tout ou sur la nécessité de renforcer le discours d'encouragement à l'engagement, c'est probablement en prenant aussi « par ce bout de la raison⁴¹ » la question de la participation des seniors à la société – pour leur bien-être, celui d'autrui et les intérêts communs – que l'objectif dudit discours peut trouver satisfaction. Cela rejoint l'idée que : « L'inclusion des aînés exige une réflexion profonde sur les conséquences d'un "contexte social qui valorise la capacité à agir à partir de soi⁴²". » (Repetti, 2018, p. 208) En regard de ce que nous avons pu entendre dans les paroles des personnes rencontrées pour cette enquête, il paraît judicieux de garder cette réflexion à l'esprit en guise d'interpellation pour les acteurs et actrices institutionnels, politiques et économiques tout comme pour les organisations concernées par la vieillesse, par la place et par la participation des seniors dans la société.

Valorisation et développements

Les observations du présent rapport représentent, nous l'espérons, des réflexions intéressantes pour les organisations et les milieux engagés avec et auprès des seniors. En tant que recherche exploratoire, nous ne formulons pas de recommandations fondées sur des données fermes ou statistiques qui engendreraient des orientations ou mesures applicables en tant que tel. Par contre, l'appel à prendre en compte les réalités individuelles des seniors, leurs conditions de participation, leurs attentes à la participation en regard d'un discours d'encouragement à l'engagement signifient qu'il est opportun de poursuivre le sujet de discussion partout où les seniors s'engagent, là où ce discours est opérant.

Pour les milieux de la recherche académique, nos réflexions peuvent représenter d'une certaine manière des apports modestes, puisque, comme nous l'évoquons dans l'introduction, les enjeux et défis posés à l'engagement des seniors ne sont pas nouveaux (Repetti, 2018 ; Timonen, 2016). Ces enjeux continueront au vu des défis démographiques et économiques de nos sociétés, des questions et des défis que cela pose en termes de solidarité entre générations. C'est bien sûr le cas notamment pour ce qui concerne la proche aidance, sur laquelle notre recherche éclaire des enjeux spécifiques (Leduc, 2020 ; Masotti & Hugentobler, 2020 ; Petit, 2010). Partant, nous espérons donc contribuer à la discussion en apportant une voix sur les connaissances et la méconnaissance des dynamiques de reconnaissance dans l'engagement des seniors.

En ce sens, nous prévoyons valoriser les résultats de ce rapport par la communication académique pour éclairer et interroger des horizons spécifiques de l'engagement des seniors par rapport aux informations récoltées auprès de nos informatrices et informateurs. A l'heure

⁴¹ L'expression renvoie au personnage littéraire de l'inspecteur Rouletabille, créé par Gaston Leroux.

⁴² La citation que fait Repetti est tirée de Soulet, M.-H, (2005) Reconsidérer la vulnérabilité, *Empan* 60, p. 25.

où ce rapport est finalisé, l'équipe de recherche a une intervention prévue lors du Congrès de l'Association suisse de sociologie le mercredi 30 juin 2021, dans le cadre de l'atelier « Penser le travail et les vieillesse : au croisement des sociologies⁴³. » Notre communication vise à traiter du travail auprès des vieillesse lorsqu'il est effectué par des seniors et explorer comment ces seniors envisagent leurs activités, comment ils participent, ce qu'ils apportent et pour quels bénéfices. Nous y aborderons la dimension contraignante, contrainte ou contrariée de la participation. Comme nous l'avons évoqué dans ce rapport, nous aurions également des éléments à relever quant aux différences de genre dans les dynamiques d'engagement et de reconnaissance.

Notre recherche traitant de situations de participation où des organisations sont directement concernées, il est désormais naturellement pertinent de traduire à leur adresse notre démarche, nos réflexions et observations. Là aussi, si plusieurs des considérations que nous formulons peuvent être déjà connues, nous espérons que cela puisse nourrir les réflexions, notamment en soulignant la nécessaire prise en compte des situations, trajectoires, attentes et contraintes individuelles des seniors. Nous pourrions ainsi partager tout ou partie de ce rapport auprès des organisations et personnes actives dans les différentes situations de participation auxquelles nous nous sommes intéressées. Nous pourrions également partager ces considérations par des publications directement intéressées par ces publics ou s'adressant directement à ces publics, comme le magazine *Génération* ou *Notre temps – vivre bien, vivre mieux* par exemple.

Pour tout ce que nous avons pu formuler sur la question d'un discours généralisé sur l'engagement des seniors, les bénéfices pour eux-mêmes, autrui et la société, il conviendrait dès lors d'en rendre compte dans l'espace public que cela suggère. Nous souhaiterions le faire de deux manières : par une traduction de nos observations dans plusieurs médias grand public d'une part, et par une mise en forme culturelle de ces observations d'autre part. Pour les médias généralistes, nous allons contacter les médias locaux de la région BEJUNE, qui constitue notre terrain de recherche, dont *Arcinfo*, *Canal alpha*, le *Journal du Jura*, le *Quotidien jurassien*, les radios du groupe BNJ. Nous ferons de même avec certaines émissions des chaînes de la Radio Télévision Suisse (RTS), en particulier *Tribu*, *Égosystème* et le *Journal de 12h30* en radio sur La 1ère ainsi que *Faut pas croire* en télévision sur RTS1.

Concernant le relais évoqué par une mise en forme culturelle, nous l'avons suggéré dans le dépôt de candidature auprès de la Fondation Leenaards. Il s'agirait de toucher les publics dans leur diversité de générations et d'enracinements socio-économique et d'écrire en ce sens une mise en forme fictionnelle des questions et des observations de notre recherche, en vue de la réalisation d'une série télévisée de 6 à 8 épisodes. Or, au terme de notre rapport, cette perspective reste pertinente pour ce que notre recherche a pu mettre en évidence quant aux trajectoires individuelles des personnes qui entrent dans le statut de retraité-e, de leurs possibilités, contraintes et conditions d'engagement. Il s'agit donc bien de considérer les seniors avant tout par les personnes, en tant que sujets capables, agissants par leurs propres paroles plutôt qu'avant tout comme objet d'un discours. Ainsi, recourir à la fiction plutôt qu'au

⁴³ <https://sociocongress2021.ch/>

documentaire peut permettre de travailler « le langage commun » évoqué par Zask par l'interprétation des résultats de cette recherche académique pour en dégager des significations particulières. Et c'est rester dans une logique dialectique entre reconnaissance et méconnaissance, dans une démarche herméneutique, qui vise à faire de l'interprétation des observations l'enjeu même de la conversation, puisqu'il s'agit tout autant de proposer aux personnes des publics à qui la mise en forme culturelle s'adresse de se comprendre soi-même devant ces questions et leurs enjeux. C'est donc rendre les résultats de la recherche sous une forme culturelle, qui elle-même peut faire l'objet de discours, se voir appropriée par les individus en faisant appel à leur imagination, élément de questionnement et d'appropriation important tout au long de l'existence, y compris à l'âge de la retraite (Zittoun & Sato, 2018).

La forme de la série télévisée a ainsi le mérite de participer au débat public sur ces questions : elle apparaît aujourd'hui comme une forme de fiction adaptée à traduire des questions de société pour les partager à une audience à la fois large et plurielle, jouant d'un « effet de réel » au sens de Barthes, qu'il s'agit cependant de prendre avec mesure (Glevarec, 2010). De plus, la télévision est considérée comme ayant une forte influence sur l'opinion pour toutes les classes d'âge⁴⁴. Enfin, l'objet même de la série télévisée peut parallèlement faire l'objet de traitements médiatiques dans lesquels les chercheurs peuvent intervenir et éclairer des particularités de leur démarche et des résultats observés. Il est ainsi souhaitable de pouvoir en parler à la radio, notamment sur RTS La 1ère, dont la part de marché de chez les personnes de plus de 60 ans est de 52.2%⁴⁵.

Cette mise en forme culturelle sous forme de série télévisée pourrait intégrer les approches et réflexions des autres projets de recherche menés grâce au soutien de la Fondation Leenaards, pour les valoriser leurs observations et interpellations. Naturellement, au vu des bouleversements que cela crée dans toutes les dimensions de la société et entre autres pour les personnes relevant de la catégorie des seniors, il serait judicieux de prendre en compte l'actualité des effets de la pandémie de SARS-CoV-2.

⁴⁴ <https://www.monitoring-medias-suisse.ch/>

⁴⁵ <https://www.rts.ch/entreprise/espace-pro/communiques-de-presse/9315687.html/BINARY/Dossier%20de%20presse%20Audiences%202017>

Bibliographie

- Aeschbach, K., Habersaat, E., & Hanhart, D. (1999). *Freiwilligenarbeit – ein solidarischer Beitrag an die Gesellschaft*. Zürich: Sozialdemokratische Partei Kanton Zürich.
- Amrhein, L. (2013). Die soziale Konstruktion von „Hochaltrigkeit“ in einer jungen Altersgesellschaft. *Zeitschrift für Gerontologie und Geriatrie* 46(1), 10-15.
- Baudet, C., & Heim, J. (2018). *Diagnostic des retombées des activités associatives sur le développement socio-économique du territoire et relations entre associations locales et collectivités publiques. Le cas de Val-de-Travers*. Neuchâtel : HEG Arc.
- Bertaux, D. (2005 [1997]). *L'enquête et ses méthodes. Le récit de vie*. Paris : Armand Colin.
- Blanchet, A, Gotman, A. (2014 [1992]). *L'enquête et ses méthodes. L'entretien*. Paris : Armand Colin.
- Clément, V. (2009). Économie du bien-être, choix social et l'influence de la théorie de la justice. *Raisons politiques* 3(1), 57-59.
- Collinet, C. & Delalandre, M. (2014). L'injonction au bien-être dans les programmes de prévention du vieillissement. *L'Année sociologique*, 2(2), 445-467.
- Conseil fédéral (2007). *Stratégie en matière de politique de la vieillesse. Rapport du Conseil fédéral donnant suite au postulat 03.3541 Leutenegger Oberholzer du 3 octobre 2003*. Berne : Chancellerie fédérale.
- Cornilleau, G. (2006). Croissance économique et bien-être. *Revue de l'OFCE* 96(1), 11-34.
- Cosandey, J. (2014). *Vers un nouvel équilibre entre les générations. Propositions pour une société qui vieillit*. Zurich : Avenir Suisse
- Cosandey, J. (2015). Le travail des seniors. Un atout contre la pénurie de main-d'œuvre. *Avenir points de vue*, 8. Zurich : Avenir Suisse.
- Denton, F., & Spencer, B.G. (2009). What Is Retirement ? A Review and Assessment of Alternative Concepts and Measures. *Canadian Journal on Aging / La Revue Canadienne du vieillissement*, 28, 63-76.
- Dirlewanger, D. (2018). *Les couleurs de la vieillesse. Histoire culturelle des représentations de la vieillesse en Suisse et en France (1940-1990)*. Neuchâtel : Éditions Alphil-Presses universitaires suisses.
- Dubois, F. (2012). Bien vieillir ; entre projet choisi et injonction sociale. *Association neuchâteloise des institutions d'action sociale (ANIAS) les actes du séminaire juin 2012*, 18-19.
- Ehrler, F., & Guggisberg, M. (2018). Vieillir en restant actif est plus difficile quand on est pauvre. In J. Kucera, *Vieillissement actif. Actualités OFS. Démos 1/2018*. (6-9). Neuchâtel : Office fédéral de la Statistique.
- Forsé, M., Parodi, M. (2014). Bien-être subjectif et sentiment de justice sociale. *L'Année sociologique* 64(2), 359-388.

- Glevarec, H. (2010). Trouble dans la fiction. Effets de réel dans les séries télévisées contemporaines et post-télévision. *Questions de communication* 18, 215-238.
- Goffman, E. (1987). *Façons de parler*. Paris : Les Éditions de Minuit.
- Handy, F., & Mook, L. (2011). Volunteering and Volunteers : Benefit-Cost Analyses. *Research on Social Work Practice* 21(4), 412-420.
- Heim, J. (2014). *Travail dissimulé et estime de soi. Une sociologie du rapport moral face aux règles formelles*. Paris : L'Harmattan.
- Honneth, A. (2000). *La lutte pour la reconnaissance*. Paris : Les éditions du Cerf.
- Kaufmann, J.-C. (1996). *L'entretien compréhensif*. Paris : Nathan.
- Kessler, C., Schäffler, H., Züger, B., & Rudolf von Rohr, C. (2017). *Construire un réseau local pour les seniors*. Berne: Promotion santé suisse.
- Kiefer, B. (2017). La vieillesse et notre futur. *Revue médicale suisse* [En ligne].
<https://www.revmed.ch/RMS/2017/RMS-N-556/La-vieillesse-et-notre-futur>
- Kohli, R. (2017). *Tables de mortalité pour la Suisse 2008/2013*. Neuchâtel : Office fédéral de la Statistique.
- Lambelet, A. (2014). *Des âgés en AG*. Lausanne : Editions Antipodes.
- Lamprecht, M., Fischer A., & Stamm H. (2020). *Observatoire du bénévolat en Suisse 2020*. Seismo. [En ligne]. <https://doi.org/10.33058/seismo.20727>.
- Laville, J.-L. (1997). L'association : Une Organisation Productive Originale. In J.-L. Laville & R. Sainsaulieu (dir.) *Sociologie de l'association. Des Organisations à l'épreuve Du Changement Social*. (75-89). Paris: Desclée de Brouwer.
- Leduc, F. (2020). Les proches aidants en France: De l'invisibilité à l'inscription dans les politiques publiques ?. *Gérontologie et société*, 1(1), 31-35.
- Leenaards (2019). *Appel à projet 2019 « Qualité de vie 65+ » Focus thématique 2019 : Engagement et rôle social des seniors de Suisse romande*. Lausanne : Fondation Leenaards.
- Luneau, A. (2013). Engagement. In I. Casillo, R. Barbier, L. Blondiaux, F. Chateauraynaud, J.-M. Fourniau, R. Lefebvre, C. Neveu, & D. Salles (Éds.), *Dictionnaire critique et interdisciplinaire de la participation*. GIS Démocratie et Participation. [En ligne]
<https://www.dicopart.fr/fr/dico/engagement>
- Masotti, B., & Hugentobler, V. (2020). La réception de l'aide informelle au grand âge : entre solidarité et ambivalence. *Gérontologie et société*, 1(1), 71-86.
- Mazeaud, A., & Talpin, J. (2010). Participer pour quoi faire ? Esquisse d'une sociologie de l'engagement dans les budgets participatifs. *Sociologie*, 3(3), 357-374.
- Martinson, M., & Minkler, M. (2006). Civic Engagement and Older Adults: A Critical Perspective, *The Gerontologist* 46(3), 318–324.

Nations Unies (2003). *Déclaration politique et Plan d'action internationale de Madrid sur le Vieillissement – Deuxième Assemblée mondiale sur le vieillissement, Madrid, 8-12 avril 2002*. New York : United Nations Publications.

Oberlé, C. (2014). La place des seniors dans la société. *Allemagne d'aujourd'hui* 4(210), 86-99.

OCDE (2005). *Panorama de la société. Les indicateurs sociaux de l'OCDE*. Paris : OCDE.

OFSP (2020, 17 février). *Stratégie Santé2030 : le conseiller fédéral Alain Berset ouvre la conférence sur le vieillissement et la santé* [communiqué de presse]. Berne : Office fédéral de la santé publique.

OMS (2002). *Vieillir en restant actif. Cadre d'orientation*. Genève : Éditions de l'OMS, Organisation mondiale de la santé.

OMS (2016). *Rapport mondial sur la santé et le vieillissement*. Genève : Éditions de l'OMS, Organisation mondiale de la santé.

Onyx, J., & Warburton, J. (2002). Volunteering and Health Among Older People: a Review. *Australian Journal on Ageing* 22(2), 65-69.

Pecqueux, A. (2014). Retrouver la face par la participation. Ethnographie de la fragile élaboration d'une œuvre d'art par des adolescents dans un quartier populaire. *Participations, no 9*, 125-48.

Petit, M. (2010). Les femmes retraitées en France : entre engagement bénévole et engagement familial. *Enfances, Familles, Générations* 13, 79–96.

Puijalon, B., & Trincaz, J. 2014. L'injonction normative au « bien vieillir ». In Caradec, V., Mallon, I., & Hummel, C. (Eds.), *Vieillesse et vieillissements : Regards sociologiques*. (61-72). Rennes : Presses universitaires de Rennes.

QSR International Pty Ltd. (2018) NVivo (Version 12) [Logiciel], <https://www.qsrinternational.com/nvivo-qualitative-data-analysis-software/home>

Quéré, L. (2015). Pour un nouveau regard sur l'expérience publique. *Occasional Paper 27* [Paris, Institut Marcel Mauss, CEMS].

Reimat, A. (2002). Production associative et bénévolat informel : quelle signification économique pour les activités de production des retraités ? *Innovations* 15(1), 73-98.

Repetti, M. (2018). *Les bonnes figures de la vieillesse*. Lausanne : Antipodes.

Ricœur, P. (2004). *Parcours de la reconnaissance*. Paris : Stock

Sen, A. (2010), *L'idée de justice*. Paris : Flammarion.

Stiglitz, J. E., Sen, A., Fitoussi, J.-P. (2009). *Rapport de la Commission sur la mesure des performances économiques et du progrès social*. Paris : Odile Jacob.

- Thévenot, L. (2007). Reconnaissances : avec Paul Ricœur et Axel Honneth. In A. Caillé (dir.), *La quête de la reconnaissance. Nouveau phénomène social total*. (269-283). Paris : La Découverte.
- Timonen, V. (2016). *Beyond Successful and Active Ageing*. Bristol: Policy Press.
- Van der Schueren, Yannick et Rudaz Mathieu (2020, 13 avril). Du premier cas à l'état d'urgence. *Tribune de Genève* [en ligne]. <https://interactif.tdg.ch/2020/covid19-timeline-suisse/>. Consulté le 20 mars 2021.
- Van Willigen, M. (2000). Differential Benefits of Volunteering Across the Life Course, *The Journals of Gerontology: Series B* 55(5), 308–318.
- Voirol, O. (dir) (2015). Autour d'Axel Honneth. Reconnaissance et communication. *Réseaux* 193.
- Warburton, J., Panter, J., & Petriswskyj, A. (2007). Volunteering as a Productive Aging Activity : Incentives and Barriers to Volunteering by Australian Seniors. *Journal of Applied Gerontology*, 26(4), August 2007, 333-354.
- Zask, J. (2011). *Participer. Essai sur les formes démocratiques de la participation*. Lormont : Éditions Le Bord de l'eau.
- Zeidan, J. (2012). Les différentes mesures du bien-être subjectif. *Revue française d'économie* XXVII(3), 35-70.
- Zittoun, T., & Sato, T. (2018). Imagination in adults and the aging person: Possible futures and actual past. In T. Zittoun, & V. P. Glaveanu (Eds.) *Handbook of culture and imagination*. (187-208). New York/Oxford: Oxford University Press.

Annexe 1 – Guide d’entretien

Thèmes	Sous-thématiques	Questions	Questions de relance
<p>Description de l’engagement bénévole actuel et des autres formes d’engagement</p> <p><i>(NB : est ici compris comme bénévolat les activités non rémunérées, mais éventuellement défrayées)</i></p>	<p>Description de l’activité</p>	<p>Pouvez-vous me raconter en quoi consiste votre engagement bénévole au sein de [nom de l’organisation] ?</p> <p><i>Distinguer ici les personnes qui participent de celles qui sont davantage impliquées. Les questions concernant ces dernières sont en italique.</i></p>	<p>Quel est votre rôle au sein de l’association/institution/etc. ?</p> <p>Comment est organisée cette activité ? (i.e. est-elle organisée par une association ?)</p>
	<p>Place occupée par l’activité parmi d’autres activités</p>	<p>Avez-vous d’autres activités à côté de celle qui nous intéresse aujourd’hui ?</p>	<p>Quel temps accordez-vous mensuellement à cet engagement ?</p> <p>Que faites-vous concrètement dans le cadre de cet engagement ?</p> <p>En d’autres termes, pouvez-vous me raconter ce qui se passe durant une activité/lorsque vous vous occupez de votre proche ?</p> <p>Dans quelle mesure l’activité dans laquelle vous êtes inscrit-e est-elle collective (travail en commun ou autonome) ?</p> <p>Quels sont les interactions et les échanges entre vous et les autres participants ?</p>

			En comparaison à ces autres activités, quelle place (temps et importance) occupe celle pour laquelle nous vous rencontrons aujourd’hui ?
<p>Prendre part</p> <p>Se réfère à l’association libre et volontaire et se distingue de la notion de « faire partie ». Cette distinction pose question car, par exemple, lorsqu’on fait partie d’une famille, peut-on précisément décider de ne pas s’engager en sa faveur, particulièrement en tant que proche aidant. (Il pourrait en être de même pour les réseaux de relations dont nous faisons parties. Par exemple, peut-on décider en total liberté de ne pas prendre part à un cadeau commun ?)</p>	<p>Degré de volontariat ou de contrainte dans l’engagement</p>	<p>Pouvez-vous me raconter comment vous vous êtes retrouvé·e à participer à cette activité (bénévole formelle (associative) ou informelle) ?</p>	Pouvez-vous me dire comment vous avez débuté cette activité ?
			Quelles ont été vos motivations à vous engager dans cette activité ?
			<p>AUX PERSONNES ENGAGEES DANS DES ASSOCIATIONS SPORTIVES OU CULTURELLES, ET AUX PARTICIPANTS DE L’ORGANISATION SANITAIRE</p> <p>Dans quelle mesure le fait de rencontrer des gens/créer des liens constitue une motivation ?</p>
	<p>Socialisation à la participation bénévole ou au care</p>	<p>Comment avez-vous été familiarisé·e avec le bénévolat ?</p>	<p>A quel âge avez-vous commencé de participer à des activités bénévoles et/ou en tant que proche aidant·e ?</p> <p>A quel âge avez-vous débuté cette activité en particulier ?</p>
<p>Cela correspondait-il à des moments particuliers de votre vie ?</p>			

			Diriez-vous que vous avez été socialisé au bénévolat par votre entourage ou votre milieu ?
	Place de cette activité par rapport au passage à la retraite	Comment avez-vous vécu votre passage au statut de retraité-e ? (ie. la fin de votre activité professionnelle)?	ATTENTION AUX PERSONNES QUI N'ONT PAS EU D'ACTIVITE REMUNEREE
	Limitations pour prendre part	Est-ce que vous rencontrez des difficultés dans le cadre de votre activité bénévole ?	Si oui, lesquelles ? (santé, temps, stress, etc.)
		Quelle importance cet engagement prend-il dans vos pensées ?	Cet engagement est-il source de préoccupation (voire de stress) ou de réjouissances ?
	Liberté de ne plus prendre part	Est-ce que vous envisagez mettre un terme à cet engagement ?	Si oui, y'a-t-il des éléments qui pourraient faciliter ou compliquer cette décision ? Si oui, lesquels ? Dans quelle mesure l'évolution des relations entretenues avec les autres participant-e-s pourrait jouer un rôle dans cet arrêt ?
<p>Apporter une part</p> <p>Pour Zask, apporter une part ou contribuer implique la définition de la nature et de la forme de la participation, laquelle modifie le groupe ou le projet qu'il porte</p>	<p>Degré d'apport personnel ou, au contraire, accomplissement d'une tâche définie par d'autres</p>	Quelles sont les possibilités que vous avez d'apporter votre point de vue, vos idées, vos initiatives, vos compétences, votre manière d'organiser l'activité ?	
		Est-ce que vous avez l'impression d'apporter quelque chose au groupe ou à l'activité ?	Si oui, quoi ? Pouvez-vous me raconter une anecdote permettant d'illustrer cet apport ?

		Dans le cadre de votre engagement, avez-vous des attentes particulières ?	Si oui, lesquelles ?
<p>Recevoir une part</p> <p>Bénéficiaire d'une reconnaissance par le groupe pour la contribution apportée, reconnaissance qui doit se traduire en « opportunités d'individuation », c'est-à-dire, pour l'individu, la possibilité d'acquiescer des moyens de participer pleinement au groupe social auquel il prend part et contribue.</p>	Bénéfices	De manière générale, qu'est-ce que vous apporte cet engagement ?	Qu'est-ce que vous retirez de votre engagement ? (satisfaction, développement de compétences, création et maintien d'un réseau de relations, sentiments de joie, de plaisir, etc.)
			Quelles sont les contreparties que vous recevez pour votre engagement ? (défraiement, accès à des prestations, etc.) Bénéfices pour vous ? Pour les autres ?
			Etes-vous régulièrement remercié·e pour votre engagement ? Si oui, par qui ? (autres membres du groupe, président·e de l'association, ami·e·s, proches parent·e·es, etc.) Si oui, quelle sont les formes de ces remerciements ? (remerciements oraux, cadeaux, invitation à des soirées, des soupes, mention des bénévoles dans les discours du président, etc.) Si non, comment vivez-vous cela ?

			<p>Vous sentez-vous reconnu et valorisé·e dans ce que vous faites ?</p> <p>Si oui, par qui ? (autres membres du groupe, président·e de l'association, ami·e·s, proches parent·e·s, etc.)</p> <p>Si oui, comment se manifeste cette reconnaissance et cette valorisation ?</p> <p>Si non, comment vivez-vous cela ?</p>
	Conditions de possibilité	<p>Comment l'organisation responsable de l'activité (si tel est le cas) facilite votre participation ? (A anticiper en fonction des contextes.)</p>	
		<p>Est-ce que les collectivités publiques contribuent à l'activité dans laquelle vous êtes engagé·e ?</p>	<p>Si oui, comment ?</p> <p>Si non, comment pourraient-elles le faire ?</p> <p>Comment ressentez-vous cette situation ?</p>
Bien-être et qualité de vie	Le temps de la retraite	<p>Selon vous, quels sont les ingrédients pour vivre « une bonne retraite » ?</p>	
	Conformité à l'injonction participative faite aux seniors, notamment en représentant une charge sociale	<p>Des milieux comme Avenir Suisse, le Conseil fédéral ou encore l'Organisation mondiale de la santé encouragent les retraité·e·s à s'engager pour la collectivité, notamment à travers le bénévolat (formel et informel). Qu'en pensez-vous ? [voir plus bas les citations ↓]</p>	<p>Quelles limites verriez-vous par rapport à ce discours ?</p>

		Est-ce que vous entendez de tels discours dans votre entourage ?	
	Identité professionnelle	Question filtre : avez-vous exercé une activité rémunérée ?	
		POUR LES PERSONNES AYANT EXERCE UNE ACTIVITE REMUNEREE : Quel regard portez-vous sur votre parcours professionnel ?	Diriez-vous que ce parcours vous a procuré de la satisfaction ou de l'insatisfaction ? Dans quelle mesure ce sentiment a eu une influence sur votre engagement et votre participation en tant que bénévole ?
		POUR LES PERSONNES N'AYANT PAS EXERCE D'ACTIVITE REMUNEREE (NOTAMMENT LES FEMMES AUX FOYERS) Comment vivez-vous le fait de ne pas avoir exercé une activité professionnelle rémunérée ?	Dans quelle mesure cela a eu une influence sur votre engagement et votre participation en tant que bénévole ?
	Satisfaction de la vie dans son ensemble	Dans votre parcours biographique, qu'est-ce qui vous a apporté de la satisfaction et de l'insatisfaction ?	
		Si vous considérez les personnes de votre entourage qui ont le même âge que vous, comment est-ce que vous vous positionnez en termes de bien-être et de qualité de vie ?	
Profil sociodémographique Devra permettre de déterminer s'il a une influence sur	Âge	Quel âge avez-vous ?	
	Sexe	(évident)	
	Situation maritale	Quelle est votre situation maritale ?	
	Situation familiale	Quelle est votre situation familiale ?	Avez-vous des petits-enfants et où habitent-ils ?
	Lieu d'habitation	Où habitez-vous ?	

Engagement et rôle social des seniors en Suisse romande. Entre reconnaissance et méconnaissance

l'engagement et le rôle social des seniors	Capital culturel	Quel est votre plus haut niveau de formation achevé ?	
		Outre votre (vos) engagement(s), comment occupez-vous votre temps libre (visite d'exposition, concerts, cinéma, etc.) ?	
	Capital économique	Comment jugez-vous votre situation économique ?	
		Quel est votre revenu (ordre de grandeur) ?	
	Profession	Quelles ont été vos activités professionnelles ?	
	Capital social	Combien de personnes font partie de votre cercle d'ami·e·s, de proches ?	Combien de personnes étaient invitées à votre 60eme anniversaire ?
		A quelle fréquence voyez-vous ces personnes ?	Est-ce que vous les invitez régulièrement chez vous et est-ce que vous allez régulièrement chez eux ?
		Dans quelles circonstances avez-vous rencontré ces personnes ?	Durant votre formation, dans le cadre de votre travail, etc. ?
		Dans quelle mesure pouvez-vous compter sur ces personnes en cas de difficultés ?	
	Réflexivité sur la participation à la recherche		Pouvez-vous nous dire ce qui vous a motivé à participer à cet entretien ?

Citations en lien avec la notion de conformité à l'injonction participative faite aux seniors (section « Bien-être et qualité de vie »)

« Les personnes physiquement diminuées ou tributaires de soins ne sont pas exclues et peuvent également apporter, dans la mesure de leurs possibilités, une contribution à leur famille ou à la collectivité, et rester les acteurs de leur existence. »

Conseil fédéral (2007). *Stratégie en matière de politique de la vieillesse. Rapport du Conseil fédéral donnant suite au postulat 03.3541 Leutenegger Oberholzer du 3 octobre 2003*. Berne : Chancellerie fédérale, p. 38.

Les milieux économiques plaident pour un encouragement à la participation sous forme de maintien en emploi des travailleurs âgés, alors que « la fidélisation des seniors se pratique déjà, bien que de manière non systématique. Garder un pied dans le monde du travail confère du sens, un statut social et des contacts. Par ailleurs, les travailleurs âgés veulent aussi préserver du temps pour leur vie privée, que ce soit pour s'occuper de leurs petits-enfants ou des proches dans la nécessité, ou tout simplement entrer en douceur dans leur troisième partie de vie. »

Cosandey, J. (2015). Le travail des seniors. Un atout contre la pénurie de main-d'œuvre. *Avenir points de vue*, 8. Zurich : Avenir Suisse, p. 3.

« Une [des] raison[s] de prendre des mesures, consiste en l'impératif économique de s'adapter aux mutations dans la pyramide des âges, de façon à minimiser les dépenses liées au vieillissement de la population, tout en optimisant les nombreuses contributions que les personnes âgées apportent. Ces contributions peuvent être apportées par une participation directe de la population active formelle ou informelle, par des impôts et de la consommation, par des transferts d'argent et de biens aux jeunes générations, et à travers une multitude d'avantages moins tangibles qu'elles apportent à leurs familles et à leurs communautés. »

OMS (2016). *Rapport mondial sur la santé et le vieillissement*. Genève : Éditions de l'OMS, Organisation mondiale de la santé, p. 18.

La déclaration faite en 1996 par l'OMS sur le vieillissement et la santé formule : « lorsqu'elles sont en bonne santé, les personnes âgées [peuvent être] une ressource pour leur famille, leur communauté et l'économie. »

OMS (2002). *Vieillir en restant actif. Cadre d'orientation*. Genève : Éditions de l'OMS, Organisation mondiale de la santé, p. 5.

« Vieillir en restant actif est le processus consistant à optimiser les possibilités de bonne santé, de participation et de sécurité afin d'accroître la qualité de la vie pendant la vieillesse. »

Nations Unies (2003). *Déclaration politique et Plan d'action internationale de Madrid sur le Vieillissement – Deuxième Assemblée mondiale sur le vieillissement, Madrid, 8-12 avril 2002*. New York : United Nations Publications.

Annexe 2 – Présentation synthétique et données sociodémographiques des informatrices et informateurs

Contexte 1 : Organisation sanitaire						
Prénom (fictif)	Âge	Formation(s)	Profession(s) exercée(s)	Situation familiale actuelle	Situation financière (évaluation subjective)	Autre(s) engagement(s)
Jean-Marc	67	CFC d'électricien sur automobile	Testeur de paraboles Gendarme Chef « transport et communication » Directeur d'exploitation Responsable d'une franchise de vente	Marié, 2 enfants, 2 petits-enfants	Confortable	Coordinateur d'un groupe d'entraide (même organisation)
Robert	68	CFC de mécanicien de précision sur machines	Mécanicien sur machines Agent d'assurance	Divorcé, 3 enfants, 1 petite-fille	Correcte	Coordinateur d'un groupe d'entraide (même organisation) Responsable de la buvette d'un club sportif Secrétaire d'un club de pétanque
Fiorella	64	Ecole obligatoire	Ouvrière en usine Sommelière Livreuse	Divorcée, 1 enfant	Difficile	-
Véronique	68	Formation de téléphoniste (1 an)	Téléphoniste Documentaliste	Divorcé, remarié, 1 enfant	Correcte	-
Laura	75	Ecole obligatoire	Magasinière, emballeuse et réapprovisionneuse dans une grande surface	Veuve, 2 enfants, 1 petit-fils	Correcte	-

Contexte 2 : Activités sportives						
Prénom (fictif)	Âge	Formation(s)	Profession(s) exercée(s)	Situation familiale actuelle	Situation financière (évaluation subjective)	Autre(s) engagement(s)
Brigitte	75	Diplôme d'employée de commerce Diplôme d'assistante sociale (HES)	Secrétaire Assistante sociale	Divorcée, 2 enfants, 2 petits-enfants	Entre correcte et confortable	Co-présidente du synode de sa paroisse Participation à des groupes de partage
Lucia	71	CFC de vendeuse	Gérante d'un restaurant Responsable d'un atelier dans une usine	Veuve, 2 enfants, 3 petits-enfants	Confortable	Membre d'une autre association de randonneurs/euses
Denis	67	CFC de micromécanicien	Micromécanicien (horlogerie) Agent d'entretien du matériel aux CFF	Marié, 2 enfants, 4 petits-enfants	Confortable	-
Louise	68	Ecole obligatoire	Educatrice	Divorcée, vit en concubinage, 3 enfants, 5 petits-enfants	Confortable	Accompagnement administratif pour des personnes âgées Membre du comité d'une chorale
Marcel	64	Diplôme d'ingénieur en électro-technique (HES)	Ingénieur en microtechnique	Vit en concubinage	Confortable	Membre d'une autre association de randonneurs/euses Installateur d'alarmes pour le compte de la Croix-Rouge Bénévolat pour sa paroisse Séjours avec des personnes en situation de handicap

Contexte 3 : Associations culturelles						
Prénom (fictif)	Âge	Formation(s)	Profession(s) exercée(s)	Situation familiale actuelle	Situation financière (évaluation subjective)	Autre(s) engagement(s)
Marie	71	Ecole normale (formation pédagogique)	Institutrice	Mariée, 3 enfants, 6 petits-enfants	Correcte	Bénévole dans une ludothèque
Alain	70	Doctorat en Sciences sociales	Sociologue, professeur à l'Université	Divorcé, remarié, 2 enfants	Confortable	Membre de trois organisations (non précisées afin de respecter l'anonymat)
Annie	66	Ecole normale (formation pédagogique)	Secrétaire médicale	Mariée, 2 enfants, 8 petits-enfants	Confortable	Bénévole dans une ludothèque Guide dans un lieu culturel
Martin	66	Licence en droit Brevets d'avocat et de notariat	Avocat-notaire	Marié	Confortable	Membre de deux organisations (non précisées afin de respecter l'anonymat)
Ernest	72	Diplôme d'ingénieur en agronomie (HES)	Responsable d'un bureau d'aménagement, de conseils agricoles et d'environnement Conseiller d'Etat	Divorcé, 2 enfants, 2 petits-enfants	Confortable	Membre de quatre organisations (non précisées afin de respecter l'anonymat)

Contexte 4 : Proche aideance						
Prénom (fictif)	Âge	Formation(s)	Profession(s) exercée(s)	Situation familiale actuelle	Situation financière (évaluation subjective)	Autre(s) engagement(s)
Sylvianne	73	Ecole normale (formation pédagogique)	Institutrice	Veuve, 2 enfants, 3 petits-enfants	Confortable	Membre d'une association de mycologie
Suzanne	68	CFC d'employée de commerce	Secrétaire	Mariée, 2 enfants, 4 petits-enfants	Correcte	Participe à l'action Mimosa du Bonheur
Sandro	67	Licence ès Lettres Ecole normale (formation pédagogique)	Enseignant	Marié, 3 enfants, 6 petits-enfants	Confortable	Rédige des courriers pour le compte d'Amnesty International
Pilar	68	Formation d'éducatrice spécialisée	Animatrice socioculturelle Gérante d'un accueil préscolaire Educatrice spécialisée	Marié, 3 enfants, 6 petits-enfants	Confortable	-
Raymond	68	Ecole normale (formation pédagogique) Diplôme d'enseignant spécialisé	Enseignant spécialisé Conseiller communal Enseignant Directeur d'une école professionnelle orientée santé et social	Divorcé, remarié, 4 enfants (dont 2 beaux-enfants), 6 petits-enfants	Confortable	Membre d'un club de pétanque