

Être bénévole,
Visages de la citoyenneté



Que serait la qualité de notre vie sans le tissu associatif si dense et précieux et sans l'engagement des nombreux bénévoles qui le font vivre ?

Peut-être ne nous rendons-nous pas compte de l'importance que cela représente ? S'il n'y avait pas de bénévoles, qu'en serait-il du fonctionnement des clubs sportifs, des activités culturelles et sociales de notre ville et plus largement de notre territoire ?

Souvent, le bénévole travaille dans l'ombre, avec humilité, et discrétion. Cela fait aussi sa valeur. Pour autant, nous avons voulu - dans cette période où parfois, la frilosité, le repli sur soi, l'individualisme, aurait tendance à prévaloir - mettre précisément en lumière ce formidable engagement citoyen, sans lequel, encore une fois, le « vivre-ensemble » serait sérieusement impacté.

C'est le sens de ces semaines qui mettent en exergue les valeurs de citoyenneté, fraternité, inclusion. Des rencontres sur le marché, une exposition avec des portraits de bénévoles et des mots qui marquent le sens de leur engagement, un livret qui retrace les riches témoignages d'une trentaine de personnes qui agissent, depuis longtemps parfois ou plus récemment, qui toutes donnent de leur temps, partagent leurs expériences et compétences ; elles sont là, présentes pour accueillir, encadrer, accompagner, donner, transmettre, informer et... bien d'autres choses encore.

Au travers des quelques trente personnes qui ont accepté de « sortir de l'ombre », c'est tous les bénévoles de notre territoire que nous voulons très chaleureusement remercier ; sans vous, notre vie serait différente, et assurément moins belle !

Et... qui sait, cela donnera peut-être l'envie à certains d'entre nous de contribuer à cette magnifique œuvre collective.

Xavier Talois, adjoint au Maire de Mayenne, en charge de la Citoyenneté



LA DÉMARCHE

« Être bénévole, Visages de la citoyenneté » est un projet initié en 2023 par le CCAS de la ville de Mayenne, en partenariat avec l'association Les Possibles et les directions des sports, de la vie associative et des affaires culturelles de Mayenne Communauté. Durant 3 mois, les membres du Club Photo d'Aron et Jacques Mathien, auteur, sont allés à la rencontre d'une trentaine de bénévoles d'associations sociales, sportives, culturelles du territoire : au fil des entretiens et prises de vue, ils ont pu saisir les racines profondes de l'engagement de ces habitants. Les entretiens et portraits photo qui en résultent mettent en lumière la place essentielle des associations et de leurs bénévoles dans la fabrique du vivre ensemble territorial.

La série de portraits / témoignages, objet de ce recueil, a été exposée sur le territoire de mai à septembre 2023 et s'est ouverte sur une Journée de la fraternité et de la citoyenneté organisée autour d'une action « porteur de parole ».

Un chaleureux merci aux associations et aux bénévoles qui ont accepté de se prêter au jeu des questions - réponses, sous l'objectif des membres du club photo d'Aron :

Bruno CRETOIS - Boxing Club ;
Killian BRAULT - Les Entrelacés ;
Béatrice DEMY - Emmaüs ;
Jean-Yves ROY - Atmosphères 53 ;
Yoann BUCHOT - Dauphins Mayennais ;
Bernard DELANGLE - L'Épicerie sociale AMI ;
Sylvie GAUFFRE - Le Kiosque, centre d'action culturelle de Mayenne Communauté ;
Liliane LECOMTE & Geneviève LEJEUNE - Les Possibles ;
Roland CHORIN - Association des Pêcheurs Sportifs Mayennais ;
François LEDEVIN & Christophe CHERON - La Croix Rouge ;
Bernard BODIN - Mémorial des Déportés de la Mayenne ;
Jean-Pierre GICQUELAY - Université du temps libre de Haute Mayenne (UTL) ;
Loïc PIRON - CA Mayennais Tennis de table ;
Didier MOREAU - Les Restos du Cœur ;
Lorène GAUFFRE - Orchestre d'Harmonie du Pays de Mayenne ;
Romain CHOPIN - Roller Sport Mayenne Marcillé (RS2M) ;
Flor MASSEROT - Tribu ;
Élisabeth MALABRY - Société de Saint Vincent de Paul ;
Patrick BERNARD-DROUET - CA Mayennais Tir à l'arc ;
Alain LUCAZEAU - La Tour Mayennaise ;
Jacky TRIDON - Étoile Cycliste Mayennaise ;
Lucie BEGUIN - Orchestre Symphonique de la Haute Mayenne ;
Brigitte GRANDET - Réseau des bibliothèques et médiathèques de Mayenne Communauté ;
Marie-Noëlle SOUTIF - Étincelle mayennaise ;
Gwenaëlle & Lise LECOMTE - Croq' les mots, marmot ! ;
Théo GUILLERME - Mia Mia ;
Patrick BERÇON-MENE - Jeunesse Sports Plein Air.

LES MOTS POUR LE DIRE



Les mots pour dire les raisons du bénévolat sont simples, clairs, précis. Peu nombreux, ils reviennent en boucle, ils s'écrivent ; « solidarité, partage, passion, transmission... ».

J'aurais aimé prolonger beaucoup plus longuement les rencontres que j'ai eues avec les bénévoles, ce qui, j'en suis sûr m'aurait permis d'ajouter d'autres mots comme : générosité, bienveillance, indulgence. À bien tendre l'oreille ces mots-là s'entendent mais ils sont à peine murmurés. Les bénévoles sont discrets et modestes, ils acceptent difficilement de parler d'eux.

C'est que l'engagement des bénévoles se dit moins qu'il ne se fait. Ils sont plus volontiers à la manœuvre, sur le terrain ; les bénévoles sont les militants convaincus d'une cause ou d'un projet, c'est au sein de leurs associations qu'ils sont à l'ouvrage et c'est là qu'il faut les rencontrer – et faire avec eux.

Beaucoup m'ont dit de « venir voir comment ça se passe chez nous... ». C'est une invitation qui s'adresse à nous tous, une invitation que j'ai tenté de traduire dans les portraits que je vous livre ici.

Merci à eux. Et longue vie aux associations !

Jacques Mathien, auteur



L'OMBRE ET LA LUMIÈRE



L'ombre et la lumière sont deux facteurs importants pour le photographe. Et là nous mettons en lumière des bénévoles souvent dans l'ombre, quel beau cliché.

Merci d'avoir pensé à nous pour ce projet photographique, qui incarne bien nos valeurs.

Dans une société où l'argent prime, mettre en avant ces bénévoles n'a pas de prix, juste pour nous le plaisir d'avoir rencontré des personnes, des lieux qui valorisent notre collectivité.

En conclusion nous dirions..

Des bénévoles... par des bénévoles.

Alain Nicoux, adjoint au Maire de Mayenne et responsable du Club-Photo de Sports-Loisirs Aron





**Bruno
CRÉTOIS**

Boxing Club

« *La boxe, c'est toucher... sans se faire toucher* ». Bruno énonce le principe de la boxe avec la tranquillité qui sied à la définition. Puis très vite, il attaque ; lui l'entraîneur, il veut **transmettre sa passion**. Ok, on encaisse. Mais quoi encore ? Il faut travailler la gestuelle ; les parades, ...

Hum !

Travailler la rapidité, la précision et tout le mental.

Le cardiaque.

Un combat c'est court mais ça demande beaucoup d'entraînement, de travail.

Pause. Deuxième round.

Pour les enfants de moins de treize ans, on travaille les touches, la recherche d'efficacité est interdite. Pas question de se faire mal.

Ok, c'est rassurant.

On travaille la gestuelle tout pareil. Avec les ados et la fougue de cet âge, il faut parfois laisser faire, trouver l'équilibre, le bon dosage. Et accompagner leurs envies.

Bruno insiste sur la politesse et le respect de l'adversaire.

C'est à dire ?

Le combat s'accompagne d'un rituel, l'arbitre doit faire saluer les tireurs, démarrer les assauts par « Allez ;

Il faut surtout faire accepter l'arbitrage, **c'est mon rôle d'entraîneur !**

Le 3^e round, au pied du ring.

Bruno revient sur sa pratique de la boxe, il raconte les compétitions, sa formation d'instructeur, son diplôme de « Prévôt fédéral », et son Brevet d'État. Quand il arrive à Mayenne, en 2014, il redonne du punch à un Boxing Club sommeillant.

Depuis bientôt dix ans, il dit **le plaisir toujours présent** de venir à l'entraînement, **de partager et transmettre** son envie aux jeunes compétiteurs.

Les voir en assaut, donner des consignes, les motiver, tout cela porte Bruno, l'éducateur sportif. Il ne compte pas le temps qu'il donne, modeste il suggère que tous les entraîneurs doivent partager cette même envie, ce même plaisir d'être au milieu de fougueux sportifs. Il y a parmi eux, un tout jeune, le fils de Bruno. Le petit dernier qui s'est mis à la boxe.

Fier de son fils ? Bien sûr, mais à certains moments, le voir en assaut, ça peut être... poignant !

**« Le plaisir
toujours présent »**

**Prêt ?
En garde ! Allez !**



Killian BRAULT

Les entrelacés

Killian est lycéen. Il est bénévole dans l'association Les Entrelacés depuis une année. Il a découvert le mouvement associatif... de proximité !

« Mes grands-parents habitent à Saint-Denis-de-Gastines : j'ai vu les bénévoles qui travaillaient là-bas, au « Foin de la Rue ». Je savais qu'il y avait à Lassay, une association. Je me suis dit : pourquoi pas ? c'est juste à côté de chez moi ! En juillet, c'est les vacances scolaires, je suis libre.

L'association, c'est comme une grande famille. Et même si les gens ne vous connaissent pas, ils viennent vers vous. J'ai tout de suite été intégré. J'aime tout ce qui est manuel, je me débrouille bien, j'ai aidé à la mise en place des structures pour les spectacles des 13 & 14 juillet. C'est beaucoup de préparation, il faut s'y prendre longtemps à l'avance ; il faut une bonne semaine pour installer tout ça. Tu es là, tu peux aider, alors tu donnes un coup de main. Le midi, au moment de la pause, tu partages ton repas avec les autres bénévoles et parfois aussi avec les artistes qui sont là.

« Une association, c'est la vie qui revient dans les petits villages »

Être bénévole, ça permet de faire des rencontres, de connaître du monde. Pour moi être bénévole ce n'est pas exécuter une tâche. C'est beaucoup plus un temps de divertissement partagé avec d'autres. Mais le plus important c'est les visages réjouis des gens à la sortie des spectacles. Là, tu te dis que t'as participé au fait qu'ils soient un peu heureux ce jour-là. Sans les bénévoles, ça ne pourrait pas exister.

Je suis bien aux Entrelacés, j'y resterai autant que je pourrai. Quand j'ai commencé dans l'association mes copains de lycée me demandaient pourquoi je faisais ça. Ils ne voyaient pas l'intérêt, ils me disaient : « ce n'est pas payé, tu perds ton temps... ». Je réponds qu'il faut essayer, voir par soi-même pour comprendre l'intérêt.

Une association c'est aussi la vie qui revient dans les petits villages. *En juillet, Lassay attire tout un tas de gens qui viennent parfois de loin. N'empêche qu'il faut essayer de se faire connaître.*

S'il fallait dire en deux mots ce que c'est que d'être bénévole je dirais simplement que c'est le partage. Partager en faisant avec d'autres, en donnant du temps. Et en recevant un signe de contentement, de bien-être en retour ».



Béatrice DEMY

Emmaüs

« Un président d'Emmaüs disait « Quand on met le pied dans Emmaüs, c'est un virus... ».

Et c'est vrai ! Avec mon mari, ça fait vingt-deux ans... on est toujours là et on sera disponible autant qu'on pourra. On est une quarantaine ; ça se renouvelle. Des gens arrivent, d'autres partent. Certains sont là depuis l'ouverture ; on sympathise. C'est bien agréable de faire du bénévolat et on compte le nombre de jours où on n'y va pas.

Quand on était au dépôt, Vieille Route d'Ambrières, beaucoup de gens réclamaient un magasin, pour acheter. Là-bas, je faisais le tri des vêtements et ça partait pour Fougères. Je continue, ici, à Mayenne mais je fais aussi de la vente, le samedi. On dirige les gens vers ce qu'ils cherchent. On n'est pas là que pour vendre, mais aussi pour partager, pour discuter. C'est important de discuter avec les gens, des gens démunis ou des gens qui sont seuls. Ils n'ont souvent que cet espace-là pour le faire. On discute tout en faisant notre travail.

**« Savoir dans
quoi on s'engage,
c'est le principal »**

Le film « Hiver 54 » a été rediffusé il y a peu. Quand on voit ce qui se passe aujourd'hui on se dit qu'il n'y a rien de changé, c'est toujours pareil. J'ai vu un jeune couple avec un bébé ; ils n'avaient rien, ils ne demandaient rien. On a donné ce qu'on pensait être juste. C'est des gens qui hésitent à demander, ils ont leur fierté.

Et puis il y a tous ces retours qui réconfortent ; c'est touchant, ça fait du bien. J'ai même eu un courrier à Noël, d'une personne qui nous remerciait de faire ce qu'on fait. On a aussi des compliments sur le magasin. Le projet d'agrandissement, c'est bien, on pourra présenter davantage de choses.

Emmaüs c'est une deuxième famille ; il y a des compagnons qui m'appellent « maman », et ça me fait plaisir. Le bénévolat c'est important ; il faut venir voir et découvrir ce que c'est. Il faut connaître l'association dans laquelle on travaille, connaître son histoire. Savoir dans quoi on s'engage, c'est le principal.

*Quand j'étais petite, j'aimais observer, fouiller. J'ai le souvenir de mon père qui me traitait toujours de chiffonnière d'Emmaüs. J'y suis, **j'ai trouvé ma place. Je continuerai autant que je peux** ».*



Jean-Yves ROY
Atmosphères 53

« J'ai été désigné pour parler d'Atmosphères... ça va être difficile de ne pas emprunter des chemins de traverse » : la liste des associations que Jean-Yves a pratiquées, celles auxquelles il est attaché est longue. Il exprime un engagement total, qui relève du politique.
« Les associations sont des lieux où la liberté d'action est réelle, où tu peux mener un vrai travail constructif. En accord avec ton éthique personnelle ».

Il y a un militant derrière le bénévole ; pour lui le projet associatif est fondamental. Celui d'Atmosphères, par exemple, dont l'énoncé du but à atteindre est clair : « faire en sorte que les Mayennais disposent d'un cinéma de qualité... ». Jean-Yves, avec beaucoup d'autres, a participé à une réflexion sur les moyens à mettre en œuvre pour atteindre cet objectif. C'est un travail toujours en cours.

Jean-Yves offre une plongée dans tout un pan du mouvement associatif mayennais. En partant de SLM : l'association Sports Loisirs Mayenne. « À la fin des années soixante-dix, des sportifs qui ne trouvaient pas leurs places dans les structures traditionnelles, des amateurs de cinéma qui ne pouvaient pas voir les films « Art et Essai » qui sortaient, des enseignants et autres cultureux, se sont regroupés et ont mis en place des Quinzaines culturelles. On travaillait tous ensemble : l'Office Municipal Social et Culturel (l'ancêtre du Kiosque), la Bibliothèque. Atmosphères est née de ce premier projet associatif. Un projet fort qui lui a permis d'exister et d'évoluer dans la durée ». Le milieu scolaire sera très vite impliqué, avec une formation au cinéma qui concernera d'abord le primaire, puis plus tard « Collège au Cinéma » et la section « Cinéma Audiovisuel » au lycée.

« Un travail constructif, en accord avec son éthique personnelle »

Être attentif aux changements, s'adapter, sont des défis permanents pour Atmosphères. Ce fut le cas lors de l'arrivée du numérique. Aujourd'hui d'autres questions se posent avec l'utilisation des plateformes et une moindre fréquentation des salles. Ou bien encore celle de la viabilité des petites salles.

Jean-Yves souligne la facilité avec laquelle il est possible d'intégrer une association comme Atmosphères : les événements, comme les « Reflets » ou bien encore « Cinéma et Santé », sont des occasions régulières de s'investir comme bénévole.

S'ouvrir aux problématiques actuelles tout en gardant le cap, trouver sa juste place. C'est ce qui guide encore et toujours Jean-Yves, le bénévole d'Atmosphères.

« Le mouvement associatif, c'est un formidable lieu de rencontres et d'échanges. C'est le ciment de la société ».

Yoann BUCHOT

Dauphins
Mayennais



Yoann s'est d'abord essayé au judo et au vélo mais c'est la natation qui l'a retenu, il avait tout juste dix ans. Ce qui n'était au début qu'un simple plaisir est devenu une vraie passion qui a trouvé à s'épanouir au sein du club des Dauphins Mayennais.

Il y a bien sûr le plaisir de la natation, pour soi, pour les performances personnelles que Yoann montre avec une belle fierté (sa spécialité c'est plutôt l'endurance) mais au-delà de ça, il y a **le partage avec le groupe** et une proximité qui lui ont valu d'être élu vice-président des Dauphins. L'ambiance du club est familiale et, si dans les compétitions chaque nageur joue sa partition, tous se retrouvent dans une belle émulation, dans les couloirs de nage ou sur les bords du bassin. Et là aussi chacun a son rôle à tenir. Entraînements et compétitions nécessitent des bénévoles (des juges de nage, juges de virage,...) et notamment pour enregistrer les temps réalisés. Yoann est souvent affecté à cette tâche de chronométreur.

« Une école
de la vie »

Comme bien des sportifs, Yoann souhaite transmettre sa passion de la natation. Il trouve à exercer sa motivation et sa compétence, en apportant une aide au coach du club dans les heures réservées à la section « natation adaptée/ handi-jeunes ». Une section qui existe depuis 2021. Il faut être là pour procurer sérénité et assurance au jeune nageur.

Mais le bénévolat ne s'arrête pas là. Comme dans la plupart des clubs, les bénévoles se démènent pour trouver des financements ; recherche (et relance !) de sponsors, vente de brioches, permanences de stands, stages,... Yoann donne beaucoup de temps aux Dauphins Mayennais. Il en trouve encore, à l'occasion, pour participer à des triatlons ou pour rejoindre la troupe de théâtre amateur de Contest.

Le club c'est, selon ses mots, une « école de la vie pour les jeunes ».
De toute évidence, Yoann y vit bien...

Bernard
DELANGLE

L'Épicerie
sociale AMI



Ancien d'EDF, Bernard a travaillé sur les lignes dans des conditions qui étaient souvent difficiles, c'était le métier et une certaine idée du service public. Retraité depuis 25 ans, il n'est jamais resté inactif. Bernard est issu d'une famille nombreuse où la solidarité était de mise ; laisser sa porte ouverte, partager, ça s'est toujours fait chez lui. Aujourd'hui il continue tout simplement « à rendre service ». **Entre la vie professionnelle et le bénévolat la continuité est évidente** ».

Bernard s'est d'abord engagé auprès du Secours Catholique, « *le Secours, c'était dans mes idées* ». Il a été bénévole à Saint-Vincent-de-Paul, à la Société de Pêche, dans une association qui collectait du matériel pour le Burkina Faso. Mais c'est auprès de L'Épicerie Sociale qu'il a vraiment trouvé sa place. Quand il a été question de s'installer, ses connaissances en électricité ont été mises à contribution ; il a été écouté et il a trouvé sa juste place au milieu des bénévoles mais aussi auprès des bénéficiaires de L'Épicerie. Il se souvient de ses débuts, de la solidarité du groupe, « *des liens qui font du bien* », du temps où « *on avait le temps de se parler* ». Ces moments-là existent encore, mais depuis le Covid, rien n'est plus comme avant...

Bernard, c'est une grande part de la mémoire de l'association avec **une volonté de transmettre** un savoir-faire. La gestion des stocks (32 tonnes par an !) c'est lui. Il prépare tranquillement le passage de relais à deux personnes qui sont déjà en mesure d'assumer la tâche. « *Deux sur un poste plutôt qu'un, c'est une idée de Philippe, le président, pour qui le bénévolat évolue, tout comme la société. Rares sont les bénévoles qui, aujourd'hui, consacrent tout leur temps libre à une association* ».

Le bénévolat n'est pas synonyme d'amateurisme, loin de là ; à L'Épicerie, ce sont de vrais professionnels de la distribution. À cela s'ajoute l'accompagnement des bénéficiaires qu'on pourrait qualifier d'éducation à la consommation. Il y a aussi l'écoute de celui ou de celle qui a du mal à faire face...

Ils sont actuellement une vingtaine à se répartir les différentes tâches. L'équipe est solide, chacun à sa place se sent utile. Les anciens, comme Bernard, volontairement s'effacent et laissent plus d'initiative aux plus jeunes. Ça aussi c'est du partage !

« Le bénévolat
évolue tout
comme la
société »

Sylvie
GAUFFRE

Le Kiosque,
centre d'action
culturelle
de Mayenne
Communauté



La voix est posée, tranquille, et le propos déterminé. Sylvie énonce dès l'entrée qu'il n'a jamais été question pour elle de se laisser endormir par la routine ou le quotidien. Elle s'est forgée un art de vivre ; c'est l'art tout court, celui avec un grand A.

Sylvie est bénévole au Kiosque où elle a intégré la Commission « Chapelle Art Contemporain ». Elle n'a pas choisi la facilité mais ce choix correspond à son appétit de la nouveauté. Apprendre, se confronter à l'inconnu, découvrir : tout ce qui fait bouger les lignes l'intéresse.

Sylvie a été enseignante, elle a longtemps amené ses élèves aux expositions de la Chapelle des Calvairiennes. Un jour, elle s'est engagée pour Nuit Blanche et la belle aventure a commencé. Elle continue. Bénévole, elle donne de son temps, elle aide à la mise en place des expos, elle s'investit dans les vernissages, elle aide au ré-emballage. Petite main ? Oui, et avec bonheur car ces moments-là sont des temps de rencontres exceptionnelles avec les artistes. Des découvertes humaines, émotionnelles et intellectuelles, qui lui donnent envie d'aller encore plus loin dans la connaissance de l'art contemporain.

« Un chemin
pour être
pleinement soi »

Dans la commission chacun a un rôle bien défini ; au Kiosque bénévoles et salariés se côtoient. Ces derniers déterminent la programmation et les grandes orientations. Tout cela est débattu. Sylvie est là, avec les autres, pour donner un point de vue « averti ». D'ailleurs les professionnels sont sensibles aux opinions des bénévoles, ce sont des baromètres fiables, et des questionneurs qui invitent à sortir du cercle des habitués, à s'extirper de « l'entre-soi ». Les bénévoles de la commission sont des compagnons de route du Kiosque dans son projet de « porter la culture au service de tous ». Sylvie, archi convaincue du rôle des bénévoles, vient de rejoindre le conseil de gestion, une nouvelle responsabilité pour aller encore plus loin dans la connaissance des rouages de l'association.

Elle nourrit aussi sa curiosité par la pratique. Elle a rejoint l'Atelier d'Arts Plastiques où elle a découvert un vaste panel de techniques artistiques. Nombre de bénévoles de la commission « Chapelle » s'y retrouvent. Ils viennent de tous horizons : l'agent d'assurance côtoie l'ancien coiffeur, le lycéen, ou le professionnel du milieu médical. Ils jettent des ponts entre l'Atelier et la Chapelle.

Au milieu d'eux Sylvie explore ses propres compétences. **Le bénévolat, c'est aussi un chemin pour être pleinement soi.**



Liliane
LECOMTE
&
Geneviève
LEJEUNE
Les Possibles

Ce n'est pas un hasard si Geneviève et Liliane se sont trouvées ; tout les conduisait à se rencontrer bien que leurs parcours de vie aient été différents. Elles parlent, plaisantent, rient, se coupent la parole, mais disent ensemble le plaisir et l'envie du partage, « *pour faire en sorte que tout ça tienne !* ».

Liliane a développé une attention particulière envers ses semblables : « *quand quelqu'un est mis de côté, ça m'interpelle !* ». Fille d'une famille d'ouvriers, travaillant à l'hôpital, sa sensibilité aux autres est bien réelle. Sa découverte du monde associatif ressemble à un passage de relais : d'une Amap à un Atelier Tricot, de L'Atelier Tricot au S.E.L., du S.E.L au Groupe Solidaire.

« On est riche de connaissances et de cultures partagées »

Geneviève est issue d'une famille où certains sont engagés dans la JOC, d'autres dans la CGT ; elle a été travailleuse sociale. Elle rejette toutes les formes d'ostracisme : « *j'ai une place dans la société, et j'y tiens !* », affirme-t-elle aussi bien pour elle-même que pour n'importe quel individu. « *Quel que soit l'héritage que nous recevons de nos parents, chaque vie est riche. Nous avons tous des vies extraordinaires !* ».

Le Groupe Solidaire aux Possibles, c'est une idée de Geneviève, qui, ayant constaté l'isolement et l'extrême précarité des personnes étrangères - les familles « sans papiers » - a voulu valoriser leur savoir-faire et celui des bénévoles qui pratiquent la couture, le tricot ou le bricolage. Le projet du groupe tient dans la formule : « **avec 3 fois rien et rien de neuf on peut faire beaucoup** ». Des objets fabriqués avec de la « récup' » sont vendus au chapeau, ce qui permet d'apporter une aide concrète à une association ou à un groupe de personnes : bonnets de laine pour les prématurés dans des maternités de la région, « blouses solidaires » pour les soignants, au plus fort de la crise du covid, soutien matériel aux familles « sans-papiers ».

La solidarité, le maître mot ! Geneviève et Liliane sont unanimes pour dire que le bénévolat c'est d'abord aller vers les autres. « *Notre société ne peut avancer que si on s'y met tous ensemble* ».

« *Aux Possibles on découvre des gens de tous horizons, on est riche de connaissances et de cultures partagées* ». Chez elles la curiosité portée à l'Autre semble sans limite. Une curiosité qu'elles souhaitent partager en mettant en valeur les savoir-faire de ceux qui, nombreux, franchissent les portes des Possibles.

AMAP : Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne

SEL : Système d'Échange Local

JOC : Jeunesse Ouvrière Chrétienne

CGT : Confédération Générale du Travail

Roland
CHORIN

Association
des Pêcheurs
Sportifs
Mayennais



Roland vient de laisser la présidence de l'association. Il est redevenu simple adhérent, mais il reste toujours investi ; il ne pourrait pas faire autrement ! La pêche, c'est sa passion. Pêche et associations vont d'ailleurs ensemble depuis longtemps. Roland a commencé avec le groupement de pêcheurs de concours, où il a assuré la fonction de trésorier pendant 25 ans. Roland fait le compte : *« ça fait trente-huit années de bénévolat ! »*.

**« Au service
des nouveaux
arrivés »**

Mais c'est surtout une belle expérience qu'il met au service des nouveaux arrivés.

Des adhérents, il y en a ; ce sont les détenteurs de la carte de pêche, un bon millier pour l'APSM. Prendre des responsabilités dans l'association suscite peu de vocation et pourtant le travail ne manque pas, il y en a pour tout le monde, et de toutes sortes : nettoyage des cours d'eau, entretien des frayères, alevinages, organisation des concours, école de pêche auprès des enfants, formation de garde-pêche... Roland énumère, liste, décortique chaque phase de l'activité, dresse la carte des cours d'eau où les bénévoles interviennent. Son enthousiasme est communicatif ; on comprend en l'écoutant que le pêcheur est immergé au cœur d'un écosystème, témoin et acteur dans cet espace vivant.

L'assemblée générale électorale qui s'est tenue l'an dernier appelait ses adhérents à faire entendre leur voix et à contribuer tout simplement à la continuité de l'association. Roland a laissé son fauteuil de président, *« j'ai 75 ans, je ne me voyais pas prendre un 3^e mandat. Je préférais transmettre mon savoir-faire au suivant, mais le suivant faut le trouver ! »*. Chose faite puisque le nouveau président, Eric, a tout juste 58 ans. Quant au secrétaire, c'est à peine s'il a 28 ans.

Il n'empêche ; l'équipe du bureau et les conseillers techniques sont maintenant d'anciens retraités qui s'inquiètent, *« les jeunes retraités, c'est bien, ça fait du bénévolat. Si c'est 64 ans, il y en a qui marcheront sur les rotules, ça va pas favoriser le truc, c'est clair ! »*.

François
LEDEVIN
&
Christophe
CHÉRON

La Croix Rouge



À Mayenne Christophe est le président de l'Unité Locale de la Croix Rouge mais il est avant tout secouriste et son premier motif d'enrôlement a été de mettre à profit ses compétences. Dans son désir de rejoindre l'association, il y avait aussi le goût du travail en équipe. Vingt ans de présence l'ont conforté dans son engagement.

Pour François l'affaire s'est faite plus simplement encore ; un article de presse appelait à rejoindre la Croix Rouge. Il a frappé à la porte du local de la rue du Château-Trompette où il a été chaleureusement accueilli ! Treize ans ont passé depuis.

« Transmettre
un savoir tout en
acquérant une
confiance en soi »

Aujourd'hui les choses ne sont plus aussi simples. Tous deux disent la période difficile ; ils espèrent que c'est juste un moment de transition, mais ils le constatent : les bénévoles manquent et cette absence empêche de se projeter ou de mener à bien certaines activités.

L'association est peu visible dans l'espace public. Le barnum et le fourgon flanqués de la Croix Rouge se sont fait discrets dans les manifestations publiques. Le renouveau – ils l'espèrent très fort - peut venir d'un prochain changement de local qui regroupera l'Épicerie Sociale, les Restos du Cœur et la Boutique Solidaire. Une dynamique nouvelle pourrait naître de ce nouvel équipement et de cette proximité avec d'autres associations.

Avec des moyens humains augmentés, de nouvelles activités seraient à même de voir le jour. Christophe évoque une laverie pour les familles défavorisées, des formations aux premiers secours...

En attendant ils tiennent à assurer les missions qui leur sont confiées. « *Le bénévolat c'est un engagement à tenir* », affirme François. À Mayenne l'association a distribué des aliments collectés par la Banque Alimentaire. Ce « marché solidaire » était destiné aux étudiants pendant le Covid. Avec les Possibles, le fourgon de la Croix Rouge a acheminé des familles sur des lieux de vacances durant l'été...

Fidèles au poste.

Et toujours convaincus de la richesse du bénévolat, ils disent :

« ***On donne, on transmet un savoir tout en acquérant une confiance en soi*** ».

Ils disent l'importance du lien social,
et du partage des valeurs de la Croix Rouge.



**Bernard
BODIN**
**Mémorial des
Déportés de la
Mayenne**

Des fleurs déposées dans un angle de la salle Mémoire du Mémorial forment des taches rouges et blanches au pied du Mur des Noms. L'endroit invite au recueillement ; ici des centaines de noms s'alignent sur les murs. Mais c'est dans la salle Vigilance que Bernard parlera de son engagement.

Vigilance, le nom s'accorde bien au projet du Mémorial : en ces temps d'extrémismes et de radicalisation, il y a lieu d'être attentif aux dérives de la démocratie. Bernard en est convaincu, il y a un combat à mener, des idées à défendre, un engagement à tenir. Passionné d'histoire et de patrimoine, son implication comme secrétaire de l'association au Mémorial des Déportés tient bien sûr à ses convictions, au devoir de mémoire et à l'hommage à rendre aux disparus de la Seconde Guerre Mondiale.

Si la salle Mémoire du Mémorial reste figée dans le temps, la salle Vigilance, au contraire, est un lieu en perpétuel mouvement. Là sont montrées les expositions temporaires, là se tiennent les conférences. La vigilance passe par l'information, l'éducation : le Mémorial accueille près de 4000 scolaires tous les ans. Bernard participe très souvent à ces visites.

**« Éveilleurs de
conscience face
à l'actualité »**

Certaines personnes et certaines œuvres entretiennent la flamme de la vigilance : Bernard évoque ainsi l'opérette de Germaine Tillon, *«Le Verfügbar aux enfers, une opérette à Ravensbrück»* qui relate avec humour et distanciation la vie dans les camps de concentration. Il aura fallu plus d'un an pour coordonner chanteurs, danseurs et musiciens ; un énorme travail mais un beau succès au rendez-vous.

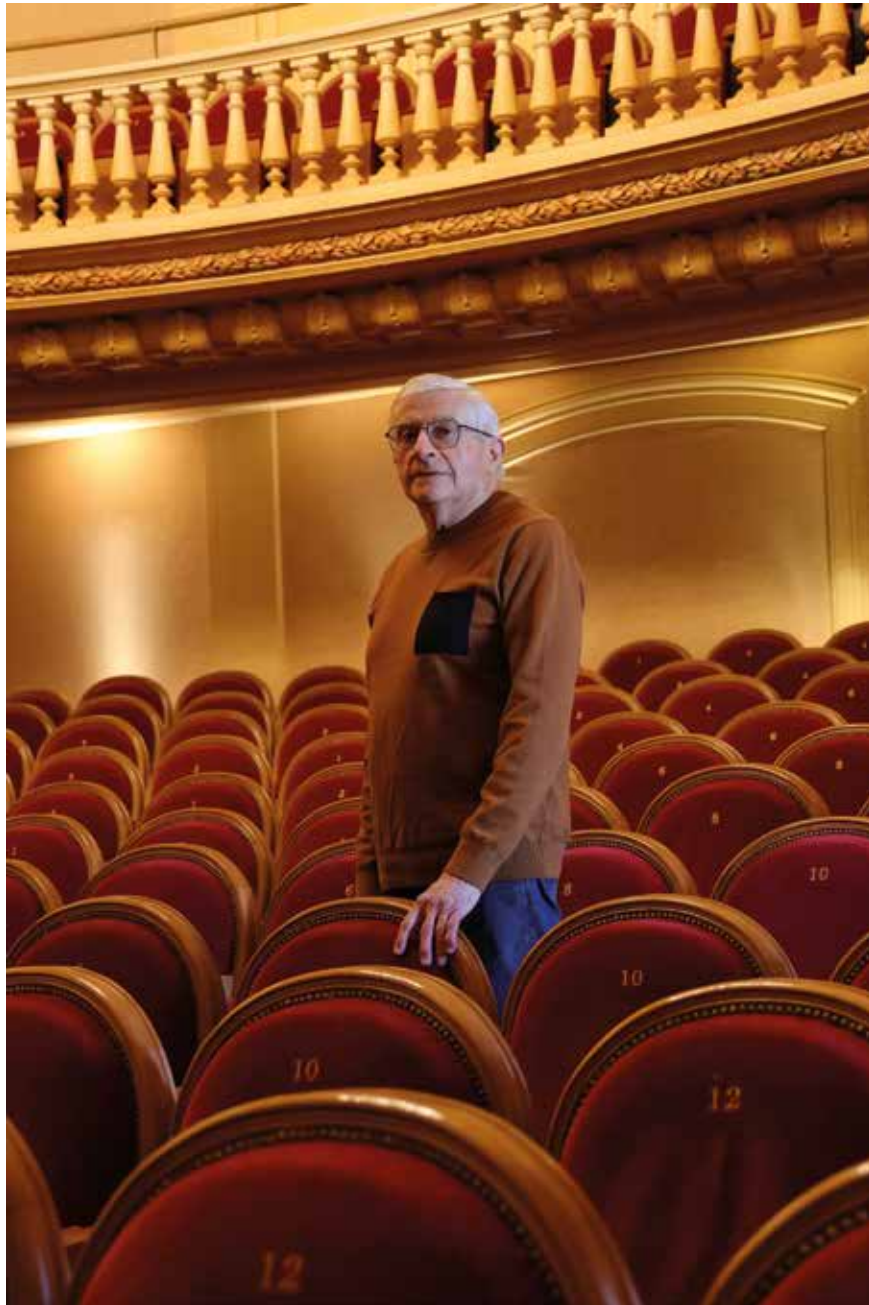
Le partage d'une œuvre, les rencontres avec des personnes exceptionnelles (Ginette Kolinka venue parler des camps à Laval,...), les gestes symboliques (les pavés insérés dans la chaussée à Evron rappelant la déportation de deux personnes juives), tout cela doit entretenir la flamme de la vigilance. C'est son credo !

Accueillir de nouveaux bénévoles ? Le Mémorial est prêt à ouvrir grandes ses portes à ceux qui souhaiteraient accompagner les projets de l'association. Dans l'organigramme de l'association une place singulière est réservée aux « Veilleurs », ces bénévoles qui, accaparés par la vie active, sont moins présents, mais se pensent comme des sentinelles à l'écoute des remous de la société.

Et à l'occasion, sont des « éveilleurs de conscience face à l'actualité ».

Jean-Pierre
GICQUELAY

Université
du Temps
Libre de
Haute
Mayenne
(UTL)



Quand est arrivé le temps de la retraite, Jean-Pierre s'est laissé six mois avant de prendre une décision. Il cherchait une association où il pourrait s'investir... à mi-temps, réservant l'autre temps – tout aussi précieux – à la vie de famille. Il a pesé le pour, le contre, et finalement il a opté pour l'UTL.

Le choix n'a pas été si difficile : Jean-Pierre y connaissait déjà quelques personnes et l'éventail des propositions de l'UTL lui sont apparues particulièrement séduisantes. L'histoire, les sciences, la littérature, tout l'intéresse.

Comme beaucoup de bénévoles, il a d'abord adhéré puis il s'est engagé plus à fond en rejoignant le conseil d'administration et le bureau de l'association. Il y a rencontré les pères et mères fondateurs (trices !), ceux et celles qui dès 2003 ont été les maîtres d'œuvre de l'UTL. Il n'avait plus qu'à se couler dans le moule, ce qu'il a fait avec bonheur.

« **Le carburant qui fait fonctionner la cité** »

L'Université du Temps Libre est dotée de plusieurs commissions qui préparent les conférences d'histoire, de sciences ou bien encore « les questions de société ».

Jean-Pierre a rejoint les groupes plus informels qui travaillent sur « la découverte du monde rural » et sur le « bien vieillir ».

Le bénévolat est presque un mode de vie pour Jean-Pierre. Arrivé à Mayenne avec son épouse, il y a plus de 40 ans, il a tout de suite rejoint une association de parents d'élèves (APEL) – des gens précieux qui l'ont soutenu dans les aléas de la vie.

Aujourd'hui il est adhérent du CPIE* Mayenne Bas-Maine et aimerait tâter de la Retraite Sportive. Le monde associatif avec ses bénévoles est selon lui indispensable à la société, surtout dans les villes de la dimension de Mayenne. S'il n'a jamais été tenté de rejoindre un groupe politique, il a, un temps, été présent dans un conseil de quartier.

Le cadre de l'association lui semble plus efficace, moins sous contrainte. Là, les opinions politiques ou religieuses sont mises entre parenthèses. Jean-Pierre soutient que le bénévolat est **le carburant qui fait fonctionner la cité.**

*CPIE : Centre permanent d'initiatives pour l'environnement

Loïc PIRON

CA Mayennais
Tennis de
table



Rue de la Davière. Jeudi matin. 10h. L'heure des retraités. Dans la longue salle, les balles claquent sur les tables. Ping, ping, ... pong. Ça tape, ça travaille les effets de balle.

Ping. Loïc arrive. Bonjour/Bonjour. Porte tirée sur son terrain de jeu ; le secrétariat.

Derrière la cloison, ça continue ; bruit amorti des balles ; ping ping, ping, ping...

Loïc raconte « Le ping » (Ne jamais ajouter « pong ». Les puristes disent « tennis de table »). Il joue depuis 1984, il a commencé dans une équipe du Gazelec de Mayenne mais avec le travail et les astreintes, c'était compliqué. Il rejoint alors le club du CA Mayennais où il ne ménage pas son investissement de bénévole. Secrétaire en 1998, il arbitre parallèlement un premier match, devient juge-arbitre pour être en règle avec la fédération, puis arbitre régional et arbitre national. Le Ping l'emmène alors jusqu'à Caen, Rouen,... et même Agen !

« L'ordinaire d'une
association où
chacun a sa place »

Aujourd'hui il forme des arbitres ; théorie et pratique. Il avoue ; c'est chronophage.

Les gens comme Loïc sont des perles rares. Le Comité Départemental lui a tendu les bras ; il occupe là aussi le secrétariat où il est, tout naturellement, responsable des arbitres. Des informations intéressantes les clubs circulent régulièrement au niveau de la Ligue des Pays de la Loire, qui pour aller y voir de plus près ; Loïc ? Gagné ; Loïc a siégé là-bas pendant six ans.

Certains l'auraient bien vu président du Ping, mais il a refusé, le secrétariat lui suffit amplement. Loïc ne s'est pas vraiment questionné au moment de la retraite. Lever le pied ? Ce n'est pas possible, il n'y a pas vraiment de relai, et puis **tous ces contacts, ça permet de rester jeune dans sa tête.**

Le bénévolat a-t-il changé ? La vie active accapare-t-elle plus qu'avant ? Loïc se pose la question, il se souvient avoir pris la présidence d'une association à 21 ans. C'était certes une association modeste mais il n'avait pas hésité.

Le club de Ping, c'est une soixantaine d'adhérents. Ce n'est pas si compliqué. Les parents sont mis à contribution pour emmener aux matches, les bénévoles sont sollicités pour la buvette de la Fête de la Madeleine et faire rentrer des fonds ; rien d'autre que **l'ordinaire d'une association où chacun a sa place.**



**Didier
MOREAU**

**Les Restos
du Coeur**

« Pour moi, c'est assez simple, je savais que je viendrais aux Restos du Cœur à la retraite. Il faut s'occuper, mais je trouve valorisant d'aider les gens qui en ont besoin .

J'aurais pu aller à la Banque Alimentaire mais ma belle-sœur était déjà aux Restos ; connaître quelqu'un qui est déjà implanté dans une association, ça aide ! ».

Intégrer l'association c'est **recouvrer une certaine estime de soi, se sentir utile à la société**, et aux Restos, bénéficier d'un point d'observation privilégié :

« Il y a des retraités, des jeunes...

On le voit au moment des inscriptions, on se rend compte qu'il y a des gens qui n'ont vraiment pas beaucoup d'argent pour vivre.

Il y a les accidents de la vie ; des histoires d'endettement, la voiture qui casse...

Des gens qui viennent pour une période limitée et ceux qui seront là tant que les Restos existeront et qu'ils seront vivants.

Des profiteurs ? Peut-être mais moi je dis que sur dix personnes, si on en aide sept qui en ont vraiment besoin, on remplit notre rôle... ».

Toujours est-il que les Restos sont gérés comme une entreprise. Il y a « la ramasse » dans les grandes surfaces, le ravitaillement auprès du dépôt départemental à Laval. Viennent ensuite le tri des produits frais et la mise en place pour les bénéficiaires. Ils sont une trentaine de bénévoles à s'y coltiner. Si certains sont là uniquement sur les temps de collecte, les postes habituels sont pourvus chaque semaine par deux ou trois bénévoles.

**« Se sentir utile
à la société »**

Chacun a son rôle à jouer.

Reste qu'il manque une personne « à l'informatique », là où il faut un minimum de compétences. Et quelqu'un qui prospecterait les entreprises, pour les sensibiliser aux problématiques des Restos et solliciter des dons...

Didier n'oublie pas que l'aide à la personne est l'un des axes dans lequel il conviendrait de s'engager plus à fond. Mais comment répondre à toutes ces sollicitations, sinon en orientant les gens vers les structures adéquates ? Aux Restos du Cœur cette aide prend la forme de l'écoute : *« Certaines personnes sont vraiment isolées, on connaît toute leur vie ; ils n'ont personne d'autres à qui raconter. On est là pour ça aussi ! ».*



Lorène
GAUFFRE

Orchestre
d'Harmonie
du Pays de
Mayenne

Le conservatoire de Mayenne Communauté, un samedi, milieu de matinée, ambiance feutrée dans la salle « Frédéric Chopin ». La répétition de l'orchestre d'harmonie vient de se terminer. Lorène a déposé sa clarinette.

« Je suis membre de l'Harmonie depuis 2013, j'avais 13 ans. Le conseil d'administration de l'association, j'y suis rentrée à 17 ans. Pour moi, l'engagement, c'est quelque chose qui a toujours été là ! ».

Le propos de Lorène est on ne peut plus clair : **le bénévolat est une partie intégrante d'elle-même**. Vice-présidente de l'Harmonie, elle est aussi dans le CA de l'Orchestre Symphonique et présidente d'une association étudiante à Angers. Elle dit avec un grand sourire qu'elle ne se voit pas arrêter le bénévolat car *« ça a beaucoup de sens de participer à tout ça »*.

Et tout ça n'est pas rien. L'orchestre d'harmonie regroupe une soixantaine de musiciens et organise de nombreux concerts dans le nord du département. La promotion de la musique auprès des publics les plus larges est, sans surprise, son cheval de bataille. Les spectacles permettent aux musiciens de jouer ensemble mais plus encore de partager des expériences fortes avec un public constamment renouvelé. De souder le groupe.

Les mots de partage, de don et de plaisir reviennent en boucle chez Lorène. Avoir intégré le conseil d'administration de l'orchestre d'harmonie a été un engagement supplémentaire mais elle souligne que chaque musicien est déjà très engagé ; il s'oblige à être présent aux répétitions et aux concerts. Chacun est nécessaire, chacun a sa partition à jouer.

« Chacun a sa
partition à jouer »

Au CA, la préparation d'un projet donne lieu à une réflexion commune et à un partage d'idées. Une lourde tâche, chronophage. C'est un travail d'équipe qui se confrontera au public lorsque le concert sera donné. Et le ressenti du public donnera alors un vrai sens au travail accompli.

Chaque expérience apporte son lot d'enseignements. **« On donne et on s'enrichit en apprenant des autres »**. C'est une chose toute simple et naturelle, transmise au sein de la famille.

Et pour tout dire **« la vie professionnelle ne se suffit pas... »**. Future professeure des écoles, il lui faut inscrire dans les marges quelque chose de l'ordre de la gratuité.



Romain
CHOPIN

Roller Sport
Mayenne
Marcillé
(RS2M)

Le roller chez les Chopin c'est d'abord une histoire de famille. La fille de Romain avait à peine huit ans quand elle demande à faire du roller. Pourquoi pas ? Le plus singulier c'est que le fils et les parents vont suivre dans la foulée. Ils sont d'abord simples licenciés dans le club mais très vite Romain et son épouse s'impliquent davantage dans la pratique du roller et dans le bénévolat. Ils accompagnent les patineurs aux compétitions. Ce petit groupe de départ s'étoffe, grossit pour atteindre une trentaine de compétiteurs. À ce moment-là les jeunes patineurs ne revêtent pas de tenue d'équipe. C'est coloré, certes mais il est plus difficile d'identifier les mayennais sur le terrain ! Et ça manque de gueule !

Il faut organiser, structurer. Romain s'y attelle avec Eric Robin, le président du club. Ils vont chercher des financements et des sponsors et très vite tous les licenciés seront dotés d'une tenue complète, patins compris.

Le fils de Romain s'oriente vers le hockey et la vitesse. Les cours de vitesse du jeudi commencent dès l'arrivée d'Éric mais Romain, qui vient là comme simple accompagnateur, va prendre le temps d'échauffer les patineurs pour qu'ils profitent au mieux de l'enseignement d'Éric. L'habitude se prend semaine après semaine, et Romain va graduellement prendre en charge « la vitesse » au club. Au bureau de l'association il est maintenant trésorier, responsable de la « Commission Courses ».

Le RS2M est assez peu connu des mayennais. Ses effectifs, comme dans tous les clubs, varient selon les années. L'objectif de Romain, son engagement de bénévole, est **d'assurer d'abord la continuité de l'activité**. De répondre ainsi à l'attente des parents et des enfants qui souhaitent pratiquer ce sport. Aujourd'hui le club de Mayenne participe à des compétitions départementales. Pour les régionales cela suppose d'atteindre un autre niveau ; Romain assure qu'il faut savoir se situer et tenir ses objectifs.

Il se veut aussi éducateur et conçoit le sport comme l'école de la vie, le roller en étant une parfaite métaphore ; **« tu peux tomber, mais l'essentiel c'est de se relever, et repartir de plus belle... »**.

**« Tu peux
tomber, mais
l'essentiel c'est
de se relever et
repartir de plus
belle »**



Flor
MASSEROT

Tribu

En janvier dernier la librairie du Marais a repoussé ses murs pour accueillir Crenoka, un des concerts itinérants de « Pampa ! » programmés par l'association Tribu. Flor était là pour partager ce temps de découverte de musique qu'elle qualifie de « sous-genre de l'électro ».

C'est son truc à elle, jouer les interfaces entre les artistes, les œuvres, et le public. À Tribu, c'est elle la référente de la commission « billetterie/accueil du public », un endroit privilégié pour les échanges. C'est là que se prennent les premières informations, là où l'on dirige les festivaliers.

L'aventure a commencé lors d'une Nuit Blanche, c'était en 2011. Flor, qui sortait d'une section Arts Plastiques au lycée, s'est portée volontaire pour aider, pour être là, connaître l'avant, l'après, et saisir toute la portée de l'évènement. Et puis sont arrivés les 53 tours, Terra Incognita, les siestes musicales et un engagement qui s'est affirmé après « **des rencontres avec des personnes qui donnent envie...** ».

Flor n'a pas de fonction particulière dans le bureau de l'association. Elle prend le temps d'observer les choses, celui d'affiner sa connaissance du monde associatif mais quand il faudra prendre des responsabilités, s'il le faut, elle sera là.

Du bénévolat elle dit qu'il lui a appris à acquérir **de nouvelles compétences et une aisance accrue dans les relations avec les autres**. À Tribu ce bénévolat a aussi le mérite de combler sa passion pour la musique et lui permet de participer à sa diffusion auprès d'un large public.

Tribu est toujours en quête de nouveaux bénévoles. « *Un singe en été existe et continue d'exister grâce aux forces bénévoles et au tissu associatif solide...* ». Ils sont plus de 200 au moment du festival. Toutes les compétences sont appréciées.

Il y a enfin ce petit avantage qui n'est pas négligeable : être bénévole permet d'accéder gratuitement au festival. Alors, si le cœur vous en dit...

« Toutes les
compétences
sont appréciées »

Élisabeth
MALABRY

Société
Saint-Vincent-
de-Paul



« Être présent, tout simplement ».

Lettres blanches sur fond bleu, le nouveau panneau indiquant le local de la Société Saint-Vincent-de-Paul, accolé à la basilique, attend d'être apposé. À la « Société » cette présence vise, sans surprise, l'aide aux personnes démunies, elle lutte contre l'isolement, la solitude.

Élisabeth Malabry dit assurer la présidence de l'association « *par la force des choses* » - la paperasse, c'est pas son truc - elle préfère, et de loin, le terrain, les actions concrètes ; les permanences, le tri des vêtements, l'organisation de l'arbre de Noël, ...

Le tout est mené par une vingtaine de bénévoles qui sont pour la plupart retraités depuis... très longtemps. Élisabeth se souvient qu'elle-même avait frappé à la porte de plusieurs associations au début de sa retraite ; la première à avoir répondu avait été la bonne.

« Être présent,
tout simplement »

À la « Société » les bénévoles font selon leurs compétences et leurs envies. La collecte des meubles a été abandonnée ; les forces vives manquaient quand il fallait vider des maisons. Ceux qui se sentent à l'aise dans la relation avec l'autre vont visiter des personnes isolées chez elles, ou bien dans les institutions, les EHPAD.

« **On donne du temps** ». La formule pourrait symboliser toutes les actions et toutes les formes d'engagements des bénévoles de la « Société Saint-Vincent-de-Paul ». Ils donnent et ils reçoivent. Élisabeth évoque « *les yeux des gamins qui pétillent* », au moment de la distribution des jouets de l'Arbre de Noël. Toute l'année des jouets sont collectés auprès des particuliers et de certains commerçants. Une bénévole se charge de la préparation des paquets cadeaux. Sous un film plastique transparent le jouet se laissera deviner – et peut-être choisir – quand l'enfant accompagné d'un bénévole passera à la Salle des Pescheries à Noël. Alors, « *un sourire d'enfant et on a tout gagné* » ! À Noël encore, des colis seront distribués à des habitants de la ville et des environs.

Toute l'année la « Société » aide des personnes dans l'urgence, octroie exceptionnellement de petites sommes d'argent qui permettent de franchir un cap, de survivre... Les moyens de la « Société Saint-Vincent-de-Paul » sont limités, les bénévoles font avec les moyens du bord.

À la toute fin, Élisabeth se déclare :
« **On n'est pas des anges, on n'est que des bénévoles** »

Patrick BERNARD-DROUET

CA Mayennais
Tir à l'arc



« **Le bénévolat** c'est un état d'esprit, **une façon de penser sa relation aux autres** ». Patrick s'y est jeté à 17 ans alors que rien ne le prédisposait à cette forme d'engagement, et sûrement pas sa famille où personne n'avait exploré cette forme de participation sociale.

Le basket a été son premier terrain de jeu où, de joueur il est passé à l'arbitrage avant de devenir encadrant. Le basket l'aurait tenu longtemps si un problème physique ne l'avait pas écarté des parquets. Il découvre un peu par hasard le tir à l'arc, et « *ça fonctionne tout de suite* » !

Et ça dure depuis 15 ans.

Le tir à l'arc est bien sûr un sport individuel avec ses catégories d'âges mais quand le groupe se déplace pour les compétitions, tous les archers se retrouvent sur les pas de tir et les anciens servent de coach aux plus jeunes. Ils les conseillent tout en prenant part aux épreuves.

Le tir à l'arc est un sport un peu confidentiel. On y vient souvent pour découvrir sa technicité, pour gérer ses émotions, sa maîtrise de soi, sa concentration. Les effectifs du club se renouvellent, fluctuent mais les résultats sont là ; un jeune archer va participer cette année au championnat de France en salle.

« **Une façon de penser sa relation aux autres** »

Patrick consacre une bonne douzaine d'heures par semaine au tir à l'arc. Entraîneur, il est aussi responsable du matériel et secrétaire du club. Une disponibilité qui a quand même ses limites pour ce retraité qui songe à regagner sa ville natale, bien loin de Mayenne. La relève est fragile même si les coups de main sont là pour l'organisation des tournois. L'investissement sur les postes de président ou de secrétaire est plus difficile à concrétiser.

Patrick énonce en souriant la formule « *bénévole un jour, bénévole toujours !* ».

Rencontrer des gens, entretenir le lien social, reste sa ligne de conduite. Lui qui est passé par le travail du chant choral, par les assemblées des conseils de quartier n'envisage pas l'existence autrement que collective.



Alain
LUCAZEAU

La Tour
Mayennaise

Voilà plus de dix siècles que l'on joue aux échecs à Mayenne (qui a commencé ? Hamon ou Geoffroy, ducs de Mayenne ?) et près de dix ans qu'Alain est président du club « La Tour Mayennaise ».

Alain, très jeune, apprend à jouer avec son père. Et tout de suite, « *ça accroche* », et quand il dit que ça accroche, c'est vraiment que... ça accroche ! Très tôt, il s'abonne à des revues, il collectionne les livres, les articles de journaux, tout ce qui lui tombe sous la main et qui traite d'échecs. D'autres centres d'intérêt ? Il répond sans hésiter : « ***ma tête est quadrillée, c'est un échiquier*** ».

Il n'est pas rare de le croiser en ville avec un échiquier sous un bras et un sac de pièces sous l'autre. Son agenda est organisé sur la base des séances d'apprentissage qu'il donne dans les écoles primaires de la ville et sur les tournois qu'il organise avec le club. L'an dernier la préparation de la Coupe Loubatière lui a demandé deux mois de travail ! S'il lui reste un peu de temps Alain arbitre des compétitions jusqu'au niveau international.

« Je suis là pour offrir
64 cases de bonheur »

Le club c'est aussi plusieurs heures par semaine pendant lesquelles un joueur entraîne la quinzaine d'adhérents sur une phase de jeu particulière ; l'ouverture d'une partie, une attaque spécifique, ou une stratégie originale. Mais Alain précise ; le jeu d'échecs est d'abord un jeu et le plus clair du temps est consacré au jeu lui-même.

Président du club depuis 2016, il donne de son temps sans compter, souhaitant transmettre sa passion et les valeurs sportives que sont d'abord le respect de l'adversaire, le savoir perdre et la cohésion du groupe. Les jeunes jouent en équipe, chacun à son rôle dans la partie, mais l'individu s'efface et c'est l'équipe qui gagne ou perd.

Les joueurs formés dans le cadre scolaire rejoignent parfois le club. Il est arrivé à Alain de se faire battre par un de ses anciens « élèves » avec un très grand plaisir.

« ***Je suis là pour offrir soixante-quatre cases de bonheur*** ».

Jacky TRIDON

Étoile Cycliste
Mayennaise



« *Je dis moi, mais je devrais dire nous* ».

Jacky associe pleinement son épouse au bénévolat qu'il effectue à l'Étoile Cycliste où il dit consacrer « 90 % » de son activité. Avant même le mariage, il l'avait avertie, coureur cycliste il passait de nombreuses heures à l'entraînement. Aujourd'hui, c'est « Madame » qui, souvent, redonne du punch à l'équipe Tridon. Le bénévolat, c'est de l'énergie commune !

« **Tout
simplement
transmettre** »

Et du bénévolat il en faut ! Jacky après une activité sportive personnelle bien remplie se voue à l'accompagnement des jeunes dans les compétitions ou à l'apprentissage à « *l'école du vélo* ». Là, deux fois par semaine, sur la piste du vélodrome, il organise des jeux d'adresse, où les apprentis cyclistes apprendront à maîtriser réflexes, rapidité et déplacements.

Des bénévoles, il en faut !

Il faut des bénévoles, avec une voiture, pour encadrer les groupes qui roulent les fins de semaine, car le terrain d'entraînement, ici, c'est la voie publique, il faut protéger les rouleurs.

Il faut des « commissaires-signaleurs » aux carrefours pendant les compétitions.

Il faut... Jacky a occupé tous les postes au sein de l'Étoile Cycliste. Depuis 1981 il a été, tour à tour, trésorier, président, secrétaire. Le secrétariat l'occupe toujours beaucoup, la mise en place des compétitions nécessitant une coordination administrative complexe.

Le bénévolat, c'est un engrenage. Il se demande souvent « *pourquoi il est tombé là-dedans* ». Il n'a pas à chercher longtemps pour faire affleurer les souvenirs de la création du club et son envie de perpétuer le dynamisme des origines. L'envie de transmettre sa passion du vélo et d'un savoir-faire reste primordiale ; Jacky qui a été directeur sportif d'une équipe au niveau national, possède une belle expérience dont les adhérents du club peuvent tirer parti !

Au sein de la famille, la transmission s'est faite – et bien faite ! Enfants et petits-enfants ont suivi les traces de Jacky qui se souvient en particulier de l'époque où sa fille a été championne quand lui n'a jamais pu assister à ces victoires, occupé qu'il était par l'équipe nationale. Frustrant ! Avoue-t-il !

Le plaisir de Jacky, c'est **tout simplement transmettre** sa passion du vélo.
C'est voir les jeunes faire du sport.

Mais sans bénévoles, appuie-t- il, il n'y a pas d'associations sportives.



Lucie BEGUIN

**Orchestre
Symphonique
de la Haute
Mayenne**

« L'association, c'est le seul endroit où l'on rencontre des gens qu'on n'aurait pas rencontré autrement ».

Lucie a rencontré l'orchestre symphonique alors qu'elle était au collège, en 4^e, à un moment où elle en avait « *un peu marre* » de son violoncelle. Elle y est entrée avec trois amies et là le coup de foudre a été immédiat. De l'Orchestre, elle dit que c'est l'endroit où c'est possible d'« **être soi, au sein d'un collectif** ». Le collectif, ici, c'est une soixantaine de musiciens de tous âges, des gens qui en dehors ne se seraient peut-être jamais croisés et « *très vite, on est pris dans ce tout* ».

« Qu'est-ce qu'on a envie de faire ensemble ? »

L'association est là pour soutenir les activités de l'orchestre, elle permet d'organiser les concerts qui porteront la musique en Mayenne d'abord, mais bien au-delà quand l'opportunité se présente. C'est ainsi que les musiciens de l'OSHM ont joué en Égypte, en Espagne, à Vienne...

À 16 ans Lucie entre au conseil d'administration ; là on parle projet, on se questionne, « *on confronte les points de vue pour trouver ensemble des solutions* ». C'est là que l'on mesure la force du collectif : être ensemble donne la capacité à faire, à laisser une marque de groupe.

Lucie a pris la présidence de l'association depuis trois ans. Ce qui s'est traduit par un investissement redoublé, et par de nouvelles interrogations : comment mieux partager les questionnements, comment déléguer ? Comment renoncer aussi, parfois, à un projet pas tout à fait abouti, le rôle de la présidence étant d'impulser mais aussi de s'ajuster au collectif, la question primordiale demeurant : « **qu'est-ce qu'on a envie de faire ensemble** » ?

Quelle que soit la position et la tâche du bénévole dans l'association, personne ne doit être seul. S'engager demande beaucoup d'énergie, il faut pouvoir compter sur un binôme, sur le CA, sur le bureau... Lucie utilise l'image du vélo électrique : il faut pédaler pour que le moteur se mette en marche. L'association c'est ça ; un moteur, un réservoir d'énergie.

Lucie fonde son engagement sur la reconnaissance qu'elle a envers l'Orchestre. Elle mesure tout ce qu'il lui a apporté, elle dit avoir « grandi » en intégrant l'association. Et des associations, en général, elle dit encore que c'est un formidable lieu où l'on trouve à s'enrichir de la diversité des points de vue et de la compétence des autres.

Brigitte
GRANDET

Réseau des
bibliothèques
et
médiathèques
de Mayenne
Communauté



« Tu reviens nous raconter une histoire ! ».

Cette phrase Brigitte l'entend régulièrement quand elle croise les enfants de Saint-Georges-Buttavent qui fréquentent la bibliothèque. L'école, toute proche, profite de ce voisinage. Là, les bénévoles aident les enfants à s'orienter dans la forêt des livres et cultivent avec eux la « lecture-plaisir ». Brigitte est l'une des « Dames des histoires », l'une des neuf bénévoles qui assurent le fonctionnement régulier de la bibliothèque.

**« Faire, en étant
libre de faire »**

Elle travaillait encore lorsqu'elle a commencé « à donner du temps ». La retraite n'a pas profondément modifié son engagement. *« Je ne me suis pas levée un matin en me disant que j'allais être bénévole ; ce sont les choses qui sont venues à moi... ».*

Brigitte apprécie la souplesse du fonctionnement de la bibliothèque. Elle est en binôme avec une autre bénévole et toutes deux s'accordent avec le planning proposé pour le semestre en cours. Elles s'adapteront en cas de besoin. Les rencontres avec les autres membres de l'équipe sont riches de partages ; des histoires et des personnalités alimentent le plaisir d'être ensemble sur un même projet.

Si Brigitte apprécie de faire des choses qu'elle a aimé faire pendant sa carrière, elle apprécie aussi de ne plus avoir de contraintes institutionnelles. **Faire, en étant libre de faire.**

Le bénévolat c'est sans aucun doute une forme de travail qui permet aussi de s'oublier un peu.

Les bénévoles sont dopées par le contentement des lecteurs qui, jamais satisfaits, en redemandent encore et encore. Brigitte rapporte l'histoire de la « collègue » qui n'osait pas, qui prend un livre et commence à raconter... Elle dit cette transmission discrète mais passionnée de l'amour des livres.



**Marie-Noëlle
SOUTIF**

**Étincelle
Mayennaise**

Si quelqu'un a donné de son temps et de son énergie à un sport c'est bien Marie-Noëlle. L'Étincelle lui doit tout, puisque c'est elle qui a créé le club en 1971 et qu'elle y est encore vice-présidente, soit plus d'un demi-siècle de bénévolat !

**« Une vision du
jeu généreuse »**

L'histoire est d'une grande simplicité. Professeure d'éducation physique à Saint-Louis-de-Gonzague, Marie-Noëlle prend en charge un groupe de filles, des élèves internes de l'établissement, qu'elle entraîne le mercredi. Elle crée le club et l'ouvre sur l'extérieur ; c'est ainsi qu'est née la première équipe de volley-ball féminine de Mayenne.

Depuis lors, l'Étincelle est sur de bons rails.

Marie-Noëlle va d'abord assurer le secrétariat pendant une quinzaine d'années avant de prendre la présidence du club entre 1991 et 2020. Elle est présente dans le même temps au Comité Départemental et à la Ligue. Elle arbitre, aujourd'hui encore, les compétitions régionales et entraîne les équipes de jeunes. Marie-Noëlle transmet sa passion du volley-ball en allant dans les écoles, son bénévolat lui permet de garder le contact avec les jeunes. Pour elle, c'est l'essentiel.

Elle continue aussi à pratiquer un volley-ball de loisir avec un groupe d'adultes, où elle est passeuse. Passeuse, c'est le poste où l'on distribue le jeu ; c'est le pivot de l'équipe. Un poste qui lui correspond bien.

Quand elle entraîne les joueurs elle travaille avec eux la cohésion du groupe. Au sein de l'Étincelle elle transmet sa longue expérience ; là encore il s'agit de partage, de cohérence, et de solidarité.

Une vision du jeu généreuse !

Lise &
Gwenaëlle
LECOMTE

Croq'les mots,
marmot !



« C'est une amie qui m'a parlé de Croq' ; ils manquaient de bénévoles et j'étais disponible. Je me suis dit ; « pourquoi pas... » ».

Gwenaëlle connaissait de réputation le salon du livre et de la petite enfance mais cette année-là, l'envie de découvrir l'envers du décor lui a fait franchir le pas. Elle s'est vue attribuer un poste à la distribution des repas. Il fallait gérer l'approvisionnement, la tâche lui convenait, elle avait pratiqué une fonction similaire lors d'un festival du Foin de la Rue. Tout de cette nouvelle expérience l'a emballée ; la proximité avec les organisateurs et les animateurs, les échanges enthousiastes avec les bénévoles expérimentés.

Il y a eu **le plaisir « d'en être »** ; d'être parmi ceux qui œuvraient au bon déroulement du Salon, d'avoir une part active dans le succès de la manifestation.

À quelques jours de l'ouverture du Salon il manquait quelques bénévoles. Gwenaëlle a sollicité Lise, sa fille. Lise s'est vue confier l'accompagnement des personnes entre les différents lieux du Salon. Elle a aussi répondu aux questions du public qui visitaient les expositions à la Chapelle des Calvairiennes, transmettant à l'occasion les démarches et les objectifs des artistes. Mère et fille ont partagé le plaisir inattendu et singulier de se retrouver ensemble sur une même manifestation. Elles ont échangé sur des sujets tout neuf pour elles deux.

« Le plaisir
d'en être »

Le Salon Croq' revient tous les deux ans. Repartir à prochaine édition ? Gwenaëlle remettrait-elle son tablier de bénévole ? Si elle est disponible à ce moment-là, sûrement ! Gwenaëlle apprécie la relation à l'autre, la convivialité. Elle sait que cette manifestation jouit d'une belle image auprès des artistes et des auteurs de livres pour la petite enfance. La renommée du salon s'appuie aussi sur la qualité de l'accueil. Lise, quant à elle, est engagée ailleurs et sur la longue durée auprès de SDF.

La participation des citoyens à la vie de la communauté par le biais des associations est essentielle selon Gwenaëlle. Participer est tout simplement valorisant. Lise renchérit : « quand je dis que je suis bénévole, les gens disent : Ah ! C'est trop bien ce que tu fais ! ».

« Trop bien ? Je ne sais pas. **Je donne mais je reçois beaucoup. Je fais ça pour moi. Dans le bénévolat, tu fais d'abord pour toi. C'est quasiment de ...l'égoïsme !** ».



**Théo
GUILLERME**

Mia Mia

« Je suis arrivé à Mia Mia au mois de mars de l'année dernière.

Au tout début, je suis venu jouer au foot avec les gars et partager un peu de temps avec des personnes exilées.

Une semaine après j'ai fait une répète de musique avec le groupe – j'ai fait dix ans de trombone – et j'ai participé au projet rap organisé par Pampa! à l'ancien hôpital. Maintenant je fais un peu de tout. Du foot encore un peu...

Je suis bien intégré dans l'association, avec beaucoup de rencontres, de temps d'échanges. Je viens me vider la tête, discuter, voir les choses d'une autre façon. Quand tu ressors d'ici, c'est reparti.

**« C'est rentré
comme une place
dans ma vie »**

Ce que j'adore chez Mia Mia c'est que tu apprends aux gens autant qu'eux t'apprennent. Tout le monde en retire du bénéfice. Les gens viennent pour s'apporter du bien, et c'est ça que j'adore.

Dès que j'ai du temps, je viens ici.

J'organise mes semaines par rapport à mes temps de permanences à l'association (j'encadre aussi des jeunes à l'US Aron).

C'est rentré comme une place dans ma vie.

Je suis en bac pro – service à la personne et territoire. Si j'arrive à faire l'équilibre ? Sans doute pas ! Les profs me disent que je ne travaille pas assez en dehors des cours. Je préfère travailler dans l'humain, quelque chose qui va m'apporter. Je pense que ce que je fais ici, ça m'apporte dans ma formation. L'an prochain j'aimerais rentrer dans une école d'éducateur spécialisé. Mia Mia c'est un lieu qui m'apporte aussi pour la suite. Ça me forge aussi.

La priorité ici, c'est l'humain.

Chacun apprend quelque chose de l'autre, même entre bénévoles. Il y en a qui sont beaucoup plus âgés que moi. Ils m'apprennent du fait de leurs expériences acquises et moi j'amène un peu de jeunesse et des choses qu'ils n'ont pas l'habitude d'entendre.

On est dans l'accompagnement, dans le partage. Si quelqu'un est dans la merde, on va l'aider. C'est pas toujours rigolo, pas toujours souriant. Il y a des moments compliqués.

Je suis en stage pendant deux semaines ici. Je vois aussi les choses différemment en participant aux entretiens des arrivants. C'est un vrai apprentissage.

J'aime ce que je fais... et j'en suis fier ».

Patrick
BERÇON-MÈNE

Jeunesse Sports
Plein Air



Patrick parle de l'eau comme d'une amie. Il faut, dit-il, être en accord avec elle et la pagaie qui l'étreint ne doit pas la violenter mais ressembler à une caresse. L'eau, c'est l'élément primordial. L'eau c'est la vie ; elle demande du respect.

Ces derniers temps, les adhérents de la JSPA (traduire : Jeunesse Sports Plein Air) s'ils se partagent toujours entre compétiteurs et amateurs de loisirs, semblent porter un regard différent sur les rivières. L'observation de la nature y prend plus de place ; le regard porté sur les oiseaux et sur la flore est là, plus présent. Une attention plus grande est portée à l'environnement.

Patrick se souvient de son arrivée dans l'association et de sa très précoce prise de responsabilité comme vice-président à 20 ans. D'emblée il s'est senti l'héritier de ses aînés, il leur est reconnaissant. Patrick en découvrant le Canoë-kayak à travers eux s'est aussi révélé à lui-même. Aujourd'hui il se considère comme un successeur, un simple passeur.

« **Savoir écouter, c'est plus important que savoir dire** »

Son bénévolat est un engrenage, une continuité. Patrick s'est d'abord formé, il est devenu moniteur et il a entraîné ses frères dans l'aventure. Avec les frères sont arrivés d'autres jeunes. À cette époque, la base de Canoë-kayak est conçue comme un lieu de rencontre, où se retrouvent les adeptes de l'escalade, de la spéléologie, de la voile, du vélo,... Pendant les sorties en rivière ou sur les temps de compétitions les adhérents du club partagent des grands moments de vie collective ; on campe sur les berges, on popote ensemble. C'est le vrai « Plein Air » de la JSPA.

« **Le bénévolat, c'est un état d'être** » affirme Patrick qui ajoute, après 38 années de présidence : « **savoir écouter, c'est plus important que savoir dire** ».

Le Canoë-kayak est un sport qui comporte des risques. C'est par l'accompagnement et par le biais de l'imitation que Patrick apprend aux jeunes à se comporter sur l'eau. Regarder constitue l'essentiel de sa boîte à outils.

Il insuffle le sens de la responsabilité, pour soi et pour les autres. L'humilité aussi ; sur l'eau on est vite confronté à ses limites, il faut respecter l'élément. C'est la règle ultime !

Mais pas la conclusion. Patrick propose, pour clore sa réflexion sur le bénévolat, un mot du philosophe Aristote : « **Faire du bien aux autres, c'est de l'égoïsme éclairé** ». À méditer !

Entretiens et textes : Jacques MATHIEN

Photos : Club photo - Sports-Loisirs Aron : Caroline BOURDAIS, Roger BOUTILLY, Julie CORNU, Lætitia COUSIN, Emilie DELETANG, Jean-Philippe FEVRIER, Sylvie FONTAINE, Patrick FORET, Valérie FRESNAIS, Yvan GALIENNE, Mélanie JARRY, Isabelle LADISLAS, Elise LE TERRIER, Lucie LONGUET, Alain NICOUX, Léa PARIS, Stéphane PLUMAS, Loïc TERROITIN

Conception : service communication de la Ville de Mayenne

Impression : Imprimerie Solidaire - Martigné-sur-Mayenne - Imprim'vert - sur papier PEFC

150 exemplaires / Avril 2023

