



Tour des membres

Bras Dessus-Bras Dessous et Entr'âges

*Dans ce numéro, deux membres nous font le plaisir de s'exprimer
autour de la question de l'intergénérationnel.*



COMMENÇONS PAR LES PRÉSENTATIONS :

Céline (BDBD) : Je suis Céline Rémy et j'ai fondé le projet Bras Dessus Bras Dessous (BDBD) il y a maintenant huit ans. Depuis, le projet est devenu une asbl dont je suis la coordinatrice. La mission de Bras Dessus Bras Dessous consiste à lutter contre la solitude chez les personnes âgées qui vivent encore à leur domicile. La majeure partie de nos actions sont menées grâce à des bénévoles, notamment par la création de duos « voisins-voisinés » : des bénévoles rendent visite ou passent du temps avec une personne âgée de leur quartier pour une fréquence et une durée convenue par les deux personnes dès le départ. De cette manière, le volontaire détermine l'ampleur de son engagement (une fois par semaine ou tous les quinze jours, des visites à domicile ou des contacts téléphoniques, ...) et la personne âgée sait à l'avance à quel rythme va fonctionner leur relation.

Juliette (Entr'âges) : Je suis Juliette Laisné, et je suis chargée de projets à Entr'âges ASBL depuis cinq ans. Mon rôle est multiple car je suis formatrice en conception d'activités intergénérationnelles et chargée de la coordination et de l'animation du Réseau de l'Intergénération en Belgique Francophone, le RIBF. Depuis trente ans, Entr'âges se positionne en facilitateur du lien intergénérationnel et lutte contre les stéréotypes liés à l'âge. Nous proposons des formations, des outils, des ateliers, des événements pour les associations ou institutions qui se questionnent ou qui veulent améliorer leurs pratiques concernant les liens intergénérationnels. Reconnue en éducation permanente, nos ateliers, tout au long de l'année, sont ouverts à toutes les générations et peuvent avoir lieu dans notre centre de documentation. Centre spécialisé dans le domaine de l'intergénération en Belgique, il est unique en Belgique et accessible sur rendez-vous.

QUE REPRÉSENTE L'INTERGÉNÉRATIONNEL POUR VOTRE ORGANISATION

Céline (BDBD) : L'intergénérationnel constitue la base du projet. Cette dimension représente tout au sein de notre association ! L'objectif est de (re)mettre des gens ensemble, de 18 à 99 ans. Parfois même plus jeunes car certaines familles embarquent leurs enfants dans l'aventure. Pour certains bénévoles, c'est d'ailleurs une volonté de leur part que leurs enfants soient en contact avec des aînés car ils n'ont plus leurs grands-parents. L'aspect intergénérationnel occupe dès lors une place cruciale dans les valeurs de l'asbl : nous tenons à lutter contre l'âgisme. À n'importe quel âge, tout le monde a un rôle à jouer et doit pouvoir participer à la vraie vie !

Juliette (Entr'âges) : Pour Entr'âges, l'intergénérationnel, c'est d'abord une vision de la société dans laquelle les liens reposent sur les valeurs de la **transmission**, de la **solidarité** (entraide sociale) et de la **réciprocité**. Cette réciprocité est capitale. L'intergénérationnel, c'est une posture de don et de contre-don. C'est accepter de donner, et surtout se tenir prêt à recevoir, même dans le cadre d'un volontariat, où l'on vient à la base pour donner (de son temps, de soi). Ce qui est reçu en échange de ce qui est donné peut-être très matériel (un service, une aide concrète...) mais aussi immatériel (reconnaissance, gratitude, affection). Enfin, l'intergénérationnel pour nous, est fortement lié à la notion d'interdépendance. Construire des liens intergénérationnels, c'est surtout se rappeler que l'on a profondément besoin de croiser nos histoires pour faire partie de la société, pour être inclus dans la société.





Céline
BDBD

EN QUOI LE VOLONTARIAT PERMET DE CRÉER DU LIEN INTERGÉNÉRATIONNEL ?

Céline (BDBD) : Le lien intergénérationnel se crée parce que nous arrivons à mettre les gens en relation. Les bénévoles viennent chez nous avec cette envie de rencontre. La plupart du temps, les voisineur-euses (les bénévoles) sont plus jeunes que les voisiné-es (les personnes âgées isolées). Mais nous avons aussi des bénévoles très actifs qui rendent visite à des personnes plus jeunes qu'eux-elles !

Les missions de bénévolat proposées par Bras Dessus Bras Dessous – de par leur flexibilité et leur dimension « à la carte » – permettent de brasser une grande diversité de volontaires. Nous en accueillons de tous les âges. Dans les rencontres dans le duo de voisinage, tout est possible. Nous comptons parmi nos bénévoles une maman solo avec trois jeunes enfants qui a pu rejoindre le projet car elle a choisi un investissement à sa mesure. Cela n'aurait pas été possible pour elle de s'engager dans un volontariat plus classique.

Notre équipe de bénévoles est de ce fait composée de personnes d'âges différents. Lors des interventions, c'est un plaisir de voir ces générations réunies autour de la table.

Juliette (Entr'âges) : Le volontariat est un terreau idéal pour créer du lien intergénérationnel. Car les trois valeurs qui caractérisent un lien intergénérationnel (transmission, solidarité, réciprocité), se retrouvent de façon magnifique dans le volontariat.

Dans un groupe de volontaires en mixité d'âges, plus on va réaliser d'activités qui favorisent entre les personnes les transmissions et les entraides mutuelles, plus sera valoriser la complémentarité de leurs compétences. La cohésion dans le groupe va être renforcée, tout comme le sentiment commun d'appartenance, d'utilité, de place et de rôles au sein du groupe jusqu'à une meilleure estime de soi, des autres et de l'association.



Juliette
Entr'âges

QUELS SONT VOS PUBLIC(S) CIBLE(S) ; ET QUELLES ACTIONS MENEZ-VOUS AVEC EUX ?

Céline (BDBD) : Nous avons plusieurs projets dans lesquels les volontaires peuvent s'impliquer : les duos de voisinage, des rencontres collectives ponctuelles qui permettent notamment aux personnes âgées de faire connaissance avec l'association et des actions de sensibilisation sur le vieillissement.

Mais la majeure partie des activités bénévoles se concentre sur les duos. La plupart du temps, les rencontres ont lieu une fois par semaine. Elles peuvent être plus espacées en fonction de ce qui est convenu. À partir de là, le choix de l'activité est laissé au duo : une partie de scrabble, une promenade, aller boire un verre en terrasse... L'essence-même de l'activité réside dans le fait de passer du temps ensemble autour d'une activité qui fait plaisir aux deux personnes. À cet égard, le premier rendez-vous est primordial puisque c'est à cette occasion que les personnes font connaissance et peuvent se trouver des intérêts communs.

Juliette (Entr'âges) : Nous avons de plus en plus de demandes de sensibilisations à l'âgeisme sur les questions des liens intergénérationnels depuis la crise du Covid-19. De nombreuses associations, institutions prennent conscience que créer du lien intergénérationnel permet, entre autres, de redistribuer les rôles des personnes, de réduire le sentiment de solitude que vivent certaines générations, et de créer un sentiment de cohésion dans la société.

Les publics qui nous contactent sont variés : des CCCA (Conseil Consultatif communal des Aînés), des services provinciaux, des coordinations d'ASBL, des services de formations (Ligue de l'Enseignement, Bruxeo). Les formations que nous proposons permettent d'identifier les bonnes questions à se poser pour éviter des écueils d'attitudes qui reposent sur des représentations liées à l'âge (par exemple : penser qu'on ne pourra pas faire telle activité avec ce public car les personnes sont trop âgées ou trop jeunes). On ouvre le champ des possibles et on libère ainsi le potentiel imaginaire des chargés de projets. Nous développons également des outils qui sont transmis dans notre formation « Concevoir et animer des activités intergénérationnelles ». Cette formation aborde d'ailleurs le développement et la pérennisation du rôle des volontaires en mixité d'âge.





VIS-À-VIS DES VOLONTAIRES, DE QUELLES DIFFICULTÉS ÊTES-VOUS TÉMOIN DANS LEUR INCLUSION EN FONCTION DE LEURS GÉNÉRATIONS ? ET COMMENT Y PALLIEZ-VOUS ?

Céline (BDBD) : J'observe chez les volontaires, toutes générations confondues, une certaine crainte de s'engager de manière trop régulière et contraignante dans une relation de longue durée. Chez Bras Dessus Bras Dessous, le projet peut évoluer en fonction des aléas de la vie ou d'un changement dans leur emploi du temps : les visites peuvent devenir moins fréquentes ou se transformer en contact téléphonique si les visites ne sont plus possibles. Nous demandons aux volontaires de s'engager sur une fréquence qui est tenable et réaliste pour une durée déterminée tout en les rassurant car les évolutions et les adaptations sont permises.

Nous accordons beaucoup d'importance et de temps à l'accompagnement des volontaires. Les référents de l'équipe salariée sont disponibles en cas de souci et organisent régulièrement des interventions et des réunions formatives. Ces espaces sont importants pour faire face aux craintes que peuvent avoir certains bénévoles concernant le vieillissement ou pour accompagner les arrêts de duo dus au décès de la personne.

Par ailleurs, nous sommes nous-mêmes en questionnement par rapport à l'accueil de jeunes volontaires entre 16 et 18 ans. Il s'en présente à nous de très motivés qui ont envie de devenir voisin·euses, sans leurs parents. Nous nous demandons comment nous assurer de leur engagement et de leur motivation pour que ce ne soit pas une activité vite zappée. Alors que nous sommes conscient·es que ce risque existe aussi pour les autres générations ! Nous ne sommes pas encore à l'aise sur l'accueil de ces jeunes volontaires mais nous réfléchissons à comment le faire au mieux à l'avenir.

Juliette (Entr'âges) : La principale difficulté que nous identifions, c'est le manque d'accompagnement pour faciliter les interactions entre volontaires de générations et d'anciennetés différentes. Il est nécessaire de déconstruire certaines représentations, attitudes, peurs des personnes plus âgées envers les plus jeunes, ou des plus anciennes envers les nouvelles arrivées, et inversement. Pour cela, les moments informels

sont essentiels car c'est là que se joue la rencontre de personne à personne. Ces temps informels, idéalement co-construits avec les volontaires afin qu'ils répondent aux besoins de toutes et tous, devraient faire partie intégrante de la mission bénévole, quelle que soit l'activité pour laquelle on s'engage. Les moments de connexion entre les volontaires (repas, drink, anniversaires...) viennent augmenter le bien-être des bénévoles, et cela a un impact positif sur la relation auprès des bénéficiaires.

Une autre difficulté dans une équipe en mixité d'âges, c'est que le conflit qui pourrait naître de par les représentations que nous avons sur les autres générations, est tacite et surtout non-identifié. Pour lever cette difficulté, différents outils peuvent être utilisés : mettre en place des groupes de parole, des intervisions, des ateliers de sensibilisation à l'âgisme. Nous avons d'ailleurs développé une fiche pédagogique à ce sujet « Les mécanismes de l'âgisme » (voir Dossier) que les chargés de projets peuvent utiliser avec leur groupe de bénévoles. Les outils qui y sont repris permettent à chacune et à chacun d'identifier les représentations liées à l'âge, d'éprouver de l'empathie pour d'autres générations, de se mettre à la place de bénévoles d'âges différents et de comprendre leurs besoins spécifiques.

Une autre difficulté que nous entendons parfois au sein des associations, c'est que les nouveaux volontaires ne restent pas. Il peut alors être utile de se questionner. Quel niveau d'inclusion pratiquons-nous envers les nouveaux volontaires, quel que soit leur âge ? Quelles sont les activités informelles que nous proposons ? Chaque volontaire, quelle que soit sa tâche, a la possibilité de participer aux réunions d'équipe ou pas ? Avons-nous eu une posture utilitaire envers des jeunes volontaires (force physique, compétences numériques) ? Y'a-t-il un rituel à mettre en place à l'accueil d'un ou d'une volontaire qui rejoint l'association ?

Pour bonifier le fonctionnement de l'équipe, pourquoi ne pas mettre en place une boîte à idées ? Cela permet d'identifier les sujets, activités, méthodes problématiques et de proposer des alternatives à ce qui existe. C'est un moyen de recréer de la communication, des échanges.

Penser l'inclusion dès le départ et « prendre la température » de l'équipe très régulièrement permet de vivre sereinement la mixité d'âges dans un groupe.





UNE PÉPITE VÉCUE DANS TA PRATIQUE DE L'INTERGÉNÉRATIONNEL QUE TU SOUHAITES PARTAGER ?

Céline (BDBD) : Une personne âgée – donc une voisine – a demandé à devenir elle-même bénévole chez nous et à pouvoir rendre visite à quelqu'un en situation d'isolement. Mais tout en continuant à recevoir la visite de son voisin car elle tient beaucoup à la relation qui s'est nouée au fil du temps. Cette réciprocité est une vraie pépite !

Juliette (Entr'âges) : J'ai animé un atelier créatif avec un groupe intergénérationnel (6-80 ans) où, par binôme d'âges différents, les personnes devaient se photographier entre elles et ensuite créer une affiche de communication pour promouvoir les liens entre les générations. Ça a été magique de voir les groupes s'autonomiser et de voir que les rôles étaient naturellement équitablement distribués. Il y avait de réelles transmissions réciproques. De vrais liens se sont construits et les personnes ont vécu une expérience humaine. Quelques mois après, je retrouve une participante plus âgée de ce groupe qui m'informe que la jeune fille avec laquelle elle était en binôme durant l'activité vient dorénavant chez elle le mercredi après-midi pour le goûter, et qu'elle l'accompagne dans ses devoirs. Car en fait, elles étaient voisines ! C'est une vraie pépite de voir qu'une activité intergénérationnelle a permis de recréer de la solidarité, du maillage social dans des quartiers où chaque personne est un peu isolée.

I HAVE A DREAM... :
VOTRE SOUHAIT
POUR
LE VOLONTARIAT ET
L'INTERGÉNÉRATION-
NEL ?

Céline (BDBD) : Mon rêve serait qu'il y ait de l'intergénérationnel partout ! Cela apporte une telle richesse que ce soit dans les équipes salariées, dans les équipes bénévoles ou avec les publics. Mais à plus court terme et de manière plus réaliste, nous allons déjà commencer par aller toucher les plus jeunes pour arriver à une équipe de volontaires toujours plus intergénérationnelle !

Juliette (Entr'âges) : J'aimerais tant que l'intergénérationnel soit placé au cœur de la société ! Car en pensant d'abord lien intergénérationnel, c'est notamment l'habitat, la santé, la famille qui seraient vus sous un autre angle. Ce rêve s'incarnerait dans le fait de décloisonner toutes les institutions qui reposent sur des publics de génération spécifique. Que les personnes âgées puissent venir manger tous les jours à la cantine des enfants, que le tutorat soit institutionnalisé dans toutes les universités. Alors, le mot intergénérationnel n'aurait plus besoin d'exister puisque sa pratique serait acquise et naturelle !

Pour en découvrir davantage les actions de ces organisations membres :

- Bras dessus-Bras dessous ASBL
<https://www.brasdessusbrasdessous.be/>
- Entr'âge ASBL
<https://www.entrages.be/wp/>



