

# Moca

On parie que tu me liras?



PB-PP|B-731  
BELGIE(N)-BELGIQUE  
P405307



## L'engagement volontaire

N°1 - Quadrimestre des animateurs volontaires d'Ocarina - 1<sup>er</sup> quadrimestre 2021  
Editeur responsable : Célestine Lecocq, Ocarina asbl - Chée de Haecht, 579/BP40, 1031 Bruxelles - info@ocarina.be - www.ocarina.be  
TVA BE 0411971074 - R.P.M. Bruxelles - IBAN : BE04 7995 5021 6031 - BIC : GKCC BE 33



N° 1

3

LE DOSSIER

Enquête : volontariat et santé

10

LE THÉMA

L'engagement volontaire à Ocarina

13

LE FOCUS

Le volontariat vécu par toi

16

OCARINA & MOI

Témoignages « le volontariat pour moi »

# ÉDITO

C'est enfin le grand retour du magazine nouvelle version!

On est fiers de te présenter le « MOca ». Pourquoi ce nom ? Parce qu'on voulait un nom engagé, qui représente le mouvement et fasse lien avec notre identité. MO pour mot-clé (nos 6 clés: folie, épanouissement, engagement, accueil, tremplin et inclusion), mouvement (c'est nous), Oca pour Ocarina évidemment... Bref le Magazine d'Ocarina quoi.

Pour l'instant, le coronavirus nous empêche d'organiser des réunions et des activités en présentiel, mais il ne nous empêche certainement pas de faire avancer le mouvement. Il y a énormément de projets qui sont travaillés en ce moment, en régions, en GT ou en instances, et c'est grâce à vous! Nous sommes les acteurs de ce monde, c'est important pour nous de rester des CRACS en toutes circonstances... et en tant qu'animateurs engagés, on le fait bien. Cet été fut un succès, malgré les circonstances que vous connaissez tous. Et depuis, même si notre offre hiver a été remaniée, même si nos formations ont dû s'adapter, vous avez toujours continué à mener des projets en restant motivés.

Aujourd'hui, nous avons besoin d'être courageux et de nous serrer les coudes pour les mois à venir, afin de préparer au mieux les formations, animations et séjours qui se préparent, tout en tenant compte des nouvelles mesures. Les jeunes ont beaucoup été montrés du doigt dans cette crise et nous voulons continuer à prouver à la société qui nous entoure que nous sommes de vrais CRACS et qu'on continue à s'engager!

**Barth et Mathieu - Présidents d'Ocarina**

**Éditeur responsable**

Célestine Lecocq

**Coordination**

Aude Scieur

**Photos**

Archives Ocarina

**Graphisme**

Trinôme

Imprimé sur du papier recyclé!



## LE DOSSIER

# Être volontaire à Ocarina c'est bon pour la santé!

**U**ne étude menée par l'UCLouvain et la Mutualité chrétienne (et ses mouvements) a récemment mis en évidence le lien entre le volontariat et la santé.

7021 personnes ont répondu à un questionnaire en ligne qui portait sur 3 thèmes:

- **L'engagement social** (le volontariat quoi!)
- **Les processus psychosociaux** (le lien social, l'épanouissement, l'estime de soi...)
- **La santé subjective** (ce qu'on pense de son état de santé)

Ces résultats ont été croisés avec les infos de la Mutualité chrétienne sur les remboursements de soins et de médicaments (avec l'accord des participants évidemment...).

Ocarina a participé à cette étude, ainsi que les autres mouvements de la Mutualité chrétienne (Altéo, Enéo, Enéosport, et du côté néerlandophone: Samana, Okra et Kazou). Dans les 7021 participants, 2033 étaient volontaires dans un des mouvements de la Mutualité chrétienne.

“

**Volontaire d'Ocarina :**

*«J'ai découvert les 'obligations positives'. Rien ne nous oblige à nous investir mais dès qu'on fait ce choix, on l'assume à fond et on honore ses engagements avec plaisir. J'aime voir qu'on est tous rassemblés autour d'une même cause». ...  
«Le volontariat nous force à bouger, à découvrir nos limites aussi. Mais il m'a surtout permis de développer des relations, de gagner en confiance en moi, en prenant la parole en public, par exemple. Et j'ai découvert le sentiment de bienveillance que je compte bien transmettre à mon tour».*

Les 4998 autres participants sont membres de la Mutualité chrétienne mais n'y sont pas volontaires. Ils peuvent cependant être volontaires ailleurs (asbl, club, etc.).



## LE SAVAIS-TU ?

Le volontariat est très répandu dans notre pays. Près d'1,2 million<sup>1</sup> de belges font du volontariat dans une asbl (association sans but lucratif). Et un volontaire preste, en moyenne, près de 190 heures au cours de l'année, soit près de 4 heures par semaine.

### Volontaires, participants à l'enquête

On a donc 4 profils de répondants:

- **Les volontaires MC** (comme toi, volontaire à Ocarina)
- **Les participants actifs** (volontaires ailleurs qu'à la MC)
- **Les participants passifs** (ceux qui participent aux activités mais qui ne les organisent pas)
- **Les non-participants** (ne sont ni organisateurs, ni participants).

On se remet une définition du volontariat ?

C'est une « activité dans laquelle l'individu donne de son temps à des groupes et organisations sans compensation financière en retour<sup>2</sup>».

En chiffres, on avait donc :

CATÉGORIE	NOMBRE
Volontaires MC	2.033
Participation active	2.028
Participation passive	1.108
Pas de participation	1.852
<b>TOTAL</b>	<b>7.021</b>

Et parmi les volontaires de la Mutualité Chrétienne, la répartition se faisait comme suit :

	Altéo	69
	Enéo	39
	Enéo Sport	31
	Inter-soc	240
	Ocarina	93
	Kazou	568
	Okra	557
	Samana	436
	<b>TOTAL</b>	<b>2.033</b>





Enfin, le public de l'enquête est très diversifié. 55% de femmes, des âges allant de 18 à 90 ans et une diversité des catégories sociales et des niveaux de formation. Cependant, afin de se concentrer sur le lien entre engagement et santé, ces variables ont été neutralisées (par une pirouette statistique que seuls les chercheurs maîtrisent).

### Les impacts de mon volontariat sur la santé

Les chercheurs sont partis de 2 questions de recherche:

- *Est-ce que le fait de participer à la vie associative, en s'intégrant aux réseaux sociaux structurés, a un impact sur la santé physique et mentale ?*
- *Est-ce que cet impact est d'autant plus bénéfique que cette participation est active ?*

Donc, est-ce que participer ou s'engager à Ocarina, par exemple, a un impact sur ma santé ? Et est-ce que plus je m'engage (ex: passer de participant à volontaire), plus ma santé (au sens large) s'en portera bien ?

Cette étude va analyser les impacts de mon volontariat sur ma santé de trois manières:

- **Sur les processus psychosociaux:** c'est tout ce qui concerne le lien social, l'estime de soi, l'individualisme/le collectivisme, la place dans la société, le développement de l'empathie, l'épanouissement...
- **Sur la santé subjective:** la santé « subjective » c'est comment on évalue sa santé ? Ex: « Je pense être en bonne santé ».
- **Sur le recours aux soins de santé:** On pourrait parler de santé « objective » car on se base sur les frais de soins des participants: consultations chez le généraliste, le spécialiste, l'utilisation de médicaments...

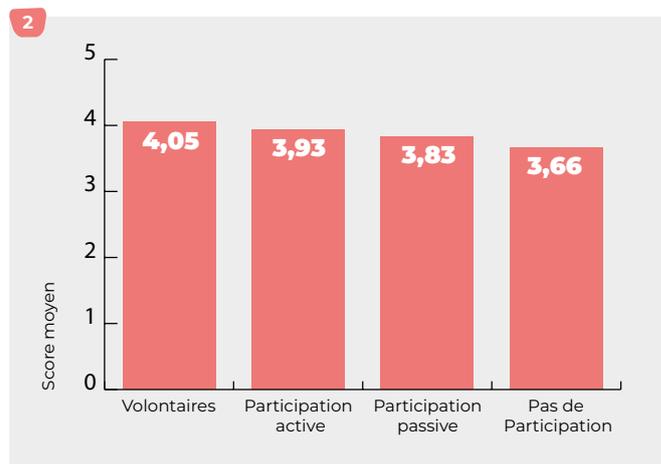
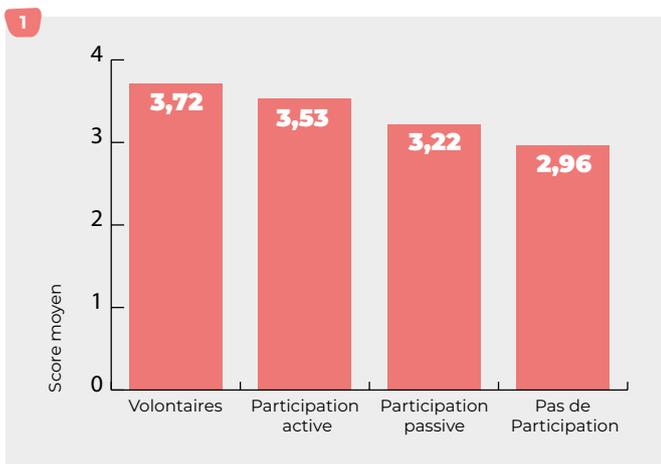
### LE SAVAIS-TU ?

Les jeunes belges de 15 à 30 ans<sup>3</sup> sont forts impliqués dans la vie associative: près de 40% d'entre eux ont participé à des activités volontaires dans les 12 derniers mois. Nous sommes dans le top 4 des pays européens !

<sup>1</sup> Selon une étude de la Fondation Roi Baudouin. Marée M, Hustinx L, Xhaufleur V, De Keyser L & Verhaeghe L. 2015. *Le volontariat en Belgique : Chiffres-clés*. Bruxelles. Rapport de la Fondation Roi Baudouin [https://www.kbs-frb.be/~media/Files/Bib/Publications/PUB\\_3367\\_Volontariat.pdf](https://www.kbs-frb.be/~media/Files/Bib/Publications/PUB_3367_Volontariat.pdf) (p. 25)

<sup>2</sup> Borgonovi F. (2008). Doing Well by Doing Good. The Relationship between Formal Volunteering and Self-Reported Health and Happiness. *Social Science & Medicine*. 66(11):2321-34

<sup>3</sup> Selon l'Eurobaromètre 2019 : Flash Eurobarometer 478. 2019. How Do We Build a Stronger, More United Europe? The views of Young People. <http://ec.europa.eu/commfrontoffice/publicopinion/index.cfm/ResultDoc/download/DocumentKy/86163>



**Figure 1: Sentiment de fusion avec la société**

« Les personnes qui ne participent pas à la vie sociale organisée obtiennent un score significativement plus faible que les personnes qui y participent. Les participants actifs ont un score significativement plus élevé que les participants passifs. Enfin, les volontaires des mouvements MC recueillent un score significativement plus élevé que les autres catégories de répondants. Le score du « sentiment de fusion avec la société » augmente avec la participation. »

**Figure 2: Épanouissement**

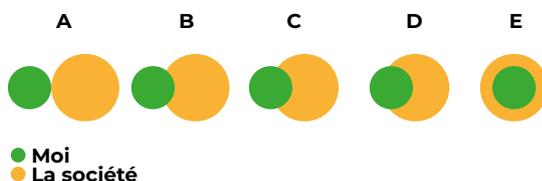
« Les personnes qui ne participent pas à la vie sociale organisée obtiennent un score significativement plus faible que les personnes qui participent. Les participants actifs affichent un score significativement plus élevé que les participants passifs. Enfin, les volontaires des mouvements MC recueillent un score significativement plus élevé que les autres groupes. Le score pour l'épanouissement croît avec la participation. »

## Impacts sur les processus psychologiques

Voici quelques exemples, pour rendre cette étude plus concrète :

### Sur le sentiment de faire partie de la société

**Question** Voici ce qui était demandé aux participants (tiens, et pourquoi ne pas répondre aux questions pour voir où tu te situes?) :



Parmi les schémas au-dessus, lequel correspond le mieux à la manière dont vous vous situez par rapport à la société? De A (score 1) = Je me sens à côté de la société à E (score 5) = Je me sens en fusion avec la société.

**Résultat** Plus on participe ou on s'engage, plus on a le sentiment de faire partie de la société. Plus la participation est active, plus ce sentiment se renforce. Le schéma 1 ci-dessus illustre ces résultats.

### Sur l'épanouissement (un mot clé à ocarina,

**Questions** Chacune était évaluée de 1 (pas du tout d'accord) à 5 (Tout à fait d'accord) :

- Je suis très satisfait de ma vie.
- J'ai l'énergie nécessaire pour accomplir mes tâches quotidiennes.
- Je pense que ma vie est utile et valable.
- Je suis satisfait(e) de moi-même.
- Ma vie est pleine d'expériences d'apprentissages et de défis qui me font grandir.
- Je me sens très connecté(e) aux personnes qui m'entourent.

- Je me sens capable de résoudre la majorité de mes problèmes quotidiens.
- Je pense que je peux être moi-même pour les choses importantes.
- Je prends plaisir aux petites choses de tous les jours.
- J'ai beaucoup de mauvais moments dans ma vie quotidienne.
- Je pense que je vis dans une société qui me permet de réaliser pleinement mon potentiel.

**Résultat** Plus on participe ou s'engage, plus on a le sentiment d'épanouissement. Plus la participation est active, plus ce sentiment se renforce. Le schéma 2 ci-dessus illustre ces résultats.

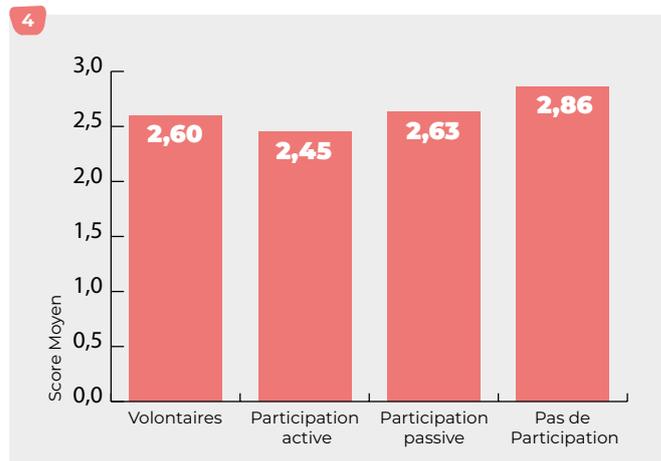
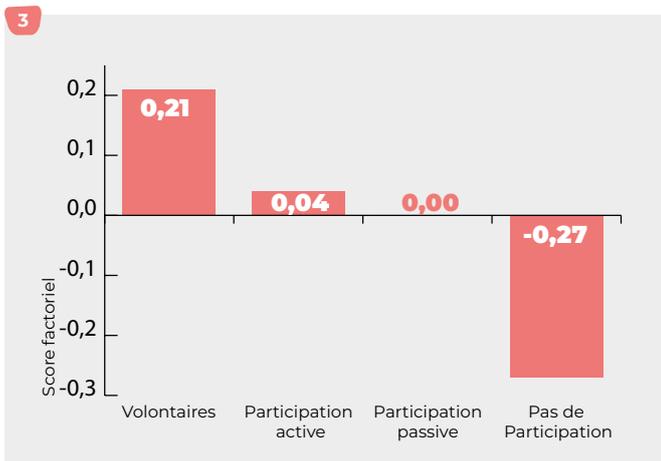
## Impacts sur la santé subjective

On va voir ici comment le fait de s'engager (ou pas) comme volontaire a un impact sur la manière dont on se sent (en terme de santé).

### Questions

- Quel est votre état de santé en général (Très mauvais, Mauvais, Ça va (raisonnable), Bon, Très bon, Pas de réponse) ?
- Souffrez-vous d'une maladie ou affection de longue durée (problème de santé) (Oui, Non) ?
- Avez-vous, en raison d'un problème de santé, été limité depuis 6 mois ou plus dans des activités de la vie quotidienne (Oui, très limité; Oui, limité; Non, pas limité du tout) ?

**Résultat** Les volontaires MC se sentent en meilleure santé, les volontaires d'autres associations ou les participants aux activités se sentent dans un état de santé moyen et les non participants ressentent une moins bonne santé. Bref, plus on s'engage, plus on a une image positive/bonne de sa santé.



### Impacts sur le recours aux soins de santé

Est-ce qu'un volontaire MC va plus ou moins chez le médecin (généraliste ou spécialiste), subit plus ou moins d'hospitalisations de jour, a plus ou moins recours aux médicaments? C'est à ces questions que le questionnaire a tenté de répondre en analysant les données de la Mutualité chrétienne (en accord avec les participants). Tu trouveras juste après quelques exemples de résultats.

#### Sur les contacts avec le médecin généraliste

Le nombre de contacts a été calculé sur deux ans et dans le tableau, on parle du nombre de contacts par an et par personne.

**Résultat** Pour les répondants qui ne participent pas à la vie associative, le nombre de visites chez le médecin est plus élevé que les autres.

Figure 3: Santé perçue

«Aussi bien les participants actifs que les participants passifs se sentent dans un état de santé moyen (score proche de 0). Le groupe des «volontaires» se sent clairement en meilleure santé (score positif de 0,21). En revanche, les non-participants rapportent une moins bonne santé perçue (score négatif de -0,27). Ne pas participer à la vie sociale organisée est négativement associé à la manière dont on évalue sa propre santé. La participation (qu'elle soit passive ou active) est liée à une santé perçue qui se situe dans la bonne moyenne. S'engager comme volontaire dans l'un des mouvements MC entre en relation positive avec la santé perçue.»

Figure 4 : Volume de contacts avec le médecin généraliste

« Les volontaires des mouvements de la MC ont en moyenne 2,6 contacts par an avec leur médecin généraliste. Par contre, en moyenne, ceux qui ne participent pas à la vie associative ont 2,9 contacts par an avec leur médecin généraliste, soit 10% de contacts en plus. Pour les répondants qui ne participent pas à la vie associative, le volume de contacts est à chaque fois significativement plus élevé par rapport aux trois autres catégories de répondants. »





### Sur la consommation de médicaments ?

Ici, on va analyser qui, des volontaires, participants et non participants, consomme le moins de médicaments.

**Résultat** Ceux qui ne consomment pas de médicaments sont plus nombreux parmi les 'volontaires' (6,8%) que parmi ceux qui n'ont 'pas de participation' à la vie associative (3,6%). Moins on participe à une activité, plus on va avoir recours aux médicaments.

### Être volontaire c'est bon pour la société... et aussi pour mon bien-être !

Cette étude à grande échelle a montré un lien significatif entre l'engagement social (la participation et le volontariat) et la santé. Le volontariat est positif pour la société (et tous les enfants et les jeunes qui vivent une expérience extraordinaire à Ocarina) et pour la santé de celui qui s'engage... Toi !!

Les avantages de la participation et de l'engagement sont nombreux :

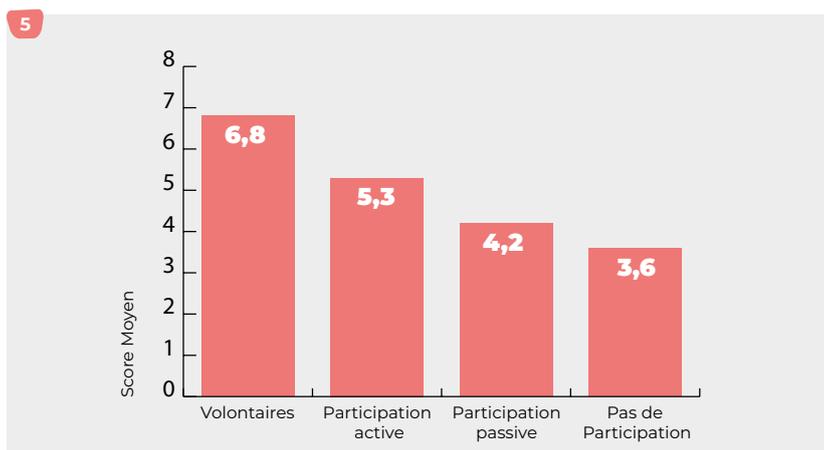
En terme de bien-être général :

- Liens sociaux forts
- Sentiments d'appartenir à la société
- Sentiment d'épanouissement
- Moins individualiste
- Sentiment d'être utile
- Sentiment de valorisation
- Sentiment d'être soutenu par le réseau/le groupe

En terme de santé « ressentie/subjective » et objective :

- Sentiment d'être en meilleure santé
- Moins de recours aux soins de santé (médecins, hospitalisations, médicaments)

Figure 5 : Proportion de non-recours aux médicaments – toutes classes de médicaments confondues





## Le volontariat : à faciliter et à préserver

La Mutualité chrétienne (et ses mouvements, dont Ocarina) souhaite faciliter l'engagement de chaque individu dans le volontariat. A Ocarina, une politique inclusive a toujours été mise en place. Accueil de tous, facilités administratives ou financières, soutien et accompagnement dans le processus de formation ou de participation à une activité... Afin de soutenir d'avantage la diversité de publics, Ocarina continue sa remise en question sur l'inclusion, via la Commission Inclusion (un lieu qui réunit permanents et volontaires).

Par ailleurs, la MC et ses mouvements (dont Ocarina) veillent à ce que les activités volontaires et solidaires ne tombent pas sous l'emprise de la marchandisation anéantissant, notamment, tous les bénéfices mis en avant dans cette étude. Soutenir le volontariat, c'est soutenir la santé !

À Ocarina, nous avons toujours soutenu que l'engagement et la participation de l'enfant ou du jeune favorisaient sa santé, au sens large (lien social, développement de sa place de citoyen, découverte de soi et de

ses compétences, des autres...). Cette étude vient confirmer nos premières impressions et soutenir la défense du volontariat et du projet d'Ocarina. ■



### Volontaire d'Altéo<sup>4</sup> :

« J'ai découvert un monde où règnent le respect, la solidarité et la convivialité. Notre comité tente de briser l'isolement des personnes en invalidité. On organise des conférences, des excursions, des balades, des diners... Assez vite, j'ai retiré du plaisir de cet engagement et j'ai pris conscience que je servais à quelque chose. J'ai longtemps été suivi par mon médecin, par un psychologue et je prenais des médicaments mais tout cela est désormais derrière moi. Ce qui m'a aidé, c'est la chaleur humaine qui, selon moi, est indissociable de la guérison physique et morale. »

<sup>4</sup> Les témoignages d'Altéo, énéoSport et Ocarina sont des extraits de témoignages publiés dans l'édition d'En Marche du 5 décembre, consultables sur [www.enmarche.be](http://www.enmarche.be)

# L'engagement volontaire à Ocarina



## Les jeunes ne s'engagent plus?!

Qualifiée parfois de fainéante, fêtarde, irresponsable, inconsciente, je-m'en-foutiste ou encore opportuniste voire complètement déconnectée de la réalité des adultes... La jeunesse n'a pas toujours bonne presse, encore moins dans une période de crise comme celle du coronavirus. En pointant dans les médias les «mauvais exemples», les comportements à risque, peu responsables, ce sont TOUS les jeunes qui sont stigmatisés et rangés dans une seule et même catégorie. Or on sait, nous, qu'à Ocarina, vous, nos volontaires, vous êtes bien plus que ça!

C'est ce que le CJC (Conseil de la Jeunesse Catholique) a voulu faire passer comme message dans sa dernière campagne #JeunesCestSurtout. La vidéo est sur leur page Facebook ([www.facebook.com/watch/conseildela jeunesse catholique](http://www.facebook.com/watch/conseildela jeunesse catholique)), n'hésite pas à la regarder, notre président Barth en live, ça vaut bien le détour.

## Et le volontariat à Ocarina

À Ocarina, on a toutes les cartes en main pour montrer que la jeunesse s'investit et s'engage. Plus besoin de te convaincre que le volontariat c'est positif, pour toi, pour la société. Mais sais-tu que l'engagement volontaire fait

partie intégrante de notre identité? «Ocarina est un espace de vie par et pour les jeunes», ce qu'on entend par là:

- Participation libre et volontaire de tous: en valorisant la prise d'initiative, chaque volontaire peut prendre libre part à la vie de mouvement avec un degré d'initiative qui lui convient, qui lui correspond. Chacun a sa place et chacun est encouragé à prendre sa place.
- Apprentissage par participation active et l'action: les savoirs (savoir-être, savoir-faire...) sont co-construits et sont amenés par la pratique, l'expérience des formateurs et la réflexion des jeunes. Les jeunes sont acteurs de leur apprentissage et non consommateurs. À Ocarina on estime que l'erreur est formative. On utilise la pédagogie de l'essai-erreur, on valorise le processus autant que le résultat et le collectif s'appuie sur les forces de tous.
- Relation centrée sur la bienveillance et la bientraitance: chaque participant, dès ses premiers instants, est accueilli tel qu'il est et est invité à prendre une place à part entière au sein du groupe.

## Volontaire ou bénévole?

Les 2 te dira-t-on, car la loi concerne les 2 car considérés comme synonymes en Belgique. La Plateforme Francophone du Volontariat (PVF) a fait le choix du terme «volontariat» (notamment par souci d'harmonisation avec les autres langues européennes («volunteering» en anglais, «voluntario» en espagnol, «volontariato» en italien...). Et cette question n'est que francophone, puisqu'en néerlandais il n'y a qu'un seul terme («vrijwilligerswerk»). Les mots «bénévoles» et «bénévolat» sont très utilisés dans le langage commun (souviens-toi on en a parlé dans notre travail de stratégie de communication et d'identité/changement de nom). Et si l'on peut parler des 2 indifféremment, une organisation doit respecter la loi de 2005 relatives aux droits des volontaires. Voilà pourquoi, à Ocarina, on a aussi fait le choix de parler de «volontaires».

## L'ENGAGEMENT VOLONTAIRE A PERMIS QUE 1.400 ANIMATEURS PUISSENT PROFITER DE TOUS LES BIENFAITS DE L'ANIMATION LORS D'UNE SEMAINE DE PLAINE OU D'UN SÉJOUR [...]

### Aujourd'hui, en 2020, et pour les quatre années à venir...

L'année 2020, tout particulièrement, n'a pas été reposante pour celles et ceux qui s'éloignaient tout doucement de l'adolescence. Ces années qui sont censées être synonymes d'amitié, d'insouciance, de liberté ont plutôt été rythmées par un ascenseur émotionnel pas simple à gérer tous les jours: un curseur parfois très flou entre des moments d'espoir de retour «à la normale» et puis finalement de nouvelles restrictions.

Ce sentiment de liberté et de lâcher-prise, on espère qu'il a pu être retrouvé lors des moments de vie à Ocarina, notamment cet été. L'engagement volontaire a permis que 1.400 animateurs puissent profiter de tous les bienfaits de l'animation lors d'une semaine de plaine ou d'un séjour: de décors féériques en tous genres, de déguisement de folie, de moments de partage avec des enfants et ados, les petits bonheurs de la vie de groupe... Bref, la vraie vie!

Même si cette année nous a un peu tous chamboulés, nous ne nous sommes pas éloignés de la vision ambitieuse que nous avons construite, ensemble, pour notre mouvement. Lors de nos CA de 2019, nous avons placé Ocarina autour de quatre piliers forts. Ces quatre axes définiront nos actions pour les 4 années à venir: ils seront notre fil rouge.

#### **Développer notre sensibilité aux questions environnementales en inscrivant notre mouvement dans une démarche plus écologique.**

Nous sommes bien conscients que cet axe n'est pas spécifique à notre mouvement mais qu'il doit être une réelle préoccupation sociétale. Néanmoins, au-delà la mise en place d'actions concrètes ayant un impact positif direct sur l'environnement, c'est bien sous l'angle de notre mission principale que nous envisageons le développement de celui-ci: la portée pédagogique et éducative

de nos actions. Il est donc question à la fois de dépasser les obstacles qui entravent les choix plus respectueux de l'environnement, et à la fois de développer des outils de sensibilisation, de formation, de prise de parole comme nous avons l'habitude de le faire.

#### **Assurer la transition identitaire d'Ocarina pour faire vivre nos valeurs au sein de notre mouvement et la faire rayonner auprès de notre public.**

Comment favoriser l'esprit d'Ocarina et l'unité du mouvement après ce travail identitaire? Comment assurer la transition du changement de nom et continuer à véhiculer notre image? Comment développer la communication interne au sein du mouvement et entre les régions? Autant de questions qui devront prendre place dans les instances ad hoc du mouvement: en commission pédagogique nationale, en CA et dans des GT spécifiques. Un travail à mener ces 4 années et, sans doute, à poursuivre encore après.

#### **Construire un modèle d'inclusion correspondant à nos publics de volontaires et de participants à nos activités. Donner au mouvement les clés d'un projet inclusif.**

Cet axe de travail est issu de notre identité, Ocarina se redéfinit comme un mouvement inclusif, néanmoins, il ne suffit pas de le déclarer pour y parvenir. Il nous reste donc pas mal d'étapes à franchir avant de tendre vers l'inclusion. Nous devons définir notre vision de l'inclusion et ensuite nous donner les moyens de notre politique. En effet, comment permettre aux staffs d'animateurs ou de formateurs d'accueillir le plus large public possible? Comment harmoniser nos pratiques entre régions pour pouvoir communiquer plus amplement notre projet aux parents? Comment soutenir et outiller le permanent qui devra accompagner le terrain? Toutes ces questions seront travaillées par la Commission Inclusion au cours des quatre années à venir.

—

**Définir notre politique de volontariat en phase avec les besoins actuels en termes d'engagement et de motivation pour garantir aux volontaires un investissement de qualité.**

La volonté de s'emparer de cet axe émane à la fois des professionnels et à la fois des volontaires. Chacun est confronté à des difficultés liées à l'engagement et à la gestion de celui-ci. Même si les pages précédentes de ce Moca te le prouvent : l'engagement volontaire construit, épanouit et valorise le volontaire.

Le premier objectif de ce pilier est de questionner le terme « investissement » volontaire au sein de notre mouvement en définissant notre politique de volontariat mais aussi en allant chercher ailleurs des modèles, en challengeant le nôtre avec le réseau, avec nos partenaires proches ou plus lointains.

Notre mouvement est confronté comme beaucoup d'autres au boom des possibilités d'investissement volontaire ou semi-volontaire. Nous aimerions affirmer encore plus notre rôle en mettant en avant nos spécificités, la qualité de l'accompagnement de nos volontaires en guidant les jeunes dans leur parcours citoyen. Le second objectif est de faire vivre la notion de CRACS encore plus dans sa dimension citoyenne, en lui redonnant du sens et de l'ampleur sur le terrain.

Ces quatre piliers feront partie intégrante de nos échanges et ce à tous niveaux : en région lors des comités, durant les formations régionales et nationales, lors des GT et commissions, lors de nos AG et CA... En tant que volontaire, tu as la main pour apporter ton point de vue et ta vision sur ces dossiers, n'hésite donc jamais à alimenter les ordres du jour de ces réunions, à demander à ton permanent d'échanger à ce sujet, à vouloir initier un projet... Comme expliqué précédemment, tu as la main pour porter le projet qui te parle, selon tes envies et ressources du moment. À toi, donc !

**La porte d'entrée au volontariat d'Ocarina, ce sont nos formations**

À Ocarina, la formation tire sa richesse d'une pédagogie active spécifique aux Organisations de Jeunesse. Elle est particulièrement attentive à la co-construction, par et pour les jeunes, qui fait sens avec le terrain, réalisée dans une approche réflexive sur notre pratique (auto-évaluation, remise en question, critique), formation par l'amusement.

- La formation est cohérente parce qu'elle forme un tout entre l'expérience pratique et théorique ponctuée par des débriefings.
- La formation au sein de la formation : idée de cycle, de passage de flambeau où tout le monde peut apprendre à tout le monde.
- Les formateurs sont tous volontaires à Ocarina. Ils ont eux-mêmes suivi un processus de formation théorique et pratique de deux ans avant de pouvoir transmettre leur savoir aux plus jeunes. Nos formateurs sont nos meilleurs ambassadeurs. Ils sont une garantie de continuité et de qualité de la formation. C'est un maillon essentiel de la chaîne d'Ocarina.

Tu comprends donc l'importance de la formation pour notre mouvement, et pourquoi il était important de les organiser cet été. Ce n'était pas juste répondre à un besoin organisationnel d'animation pour nos plaines et nos séjours, et s'assurer qu'on allait former un nombre suffisant d'animateurs. C'est aussi, et surtout, pouvoir offrir un espace accueillant, sécurisant et amusant aux jeunes qui ont envie de se lancer dans le volontariat. Alors merci pour ton engagement cet été! 🍌

# Et le volontariat vécu par toi



**V**ous, les volontaires d'Ocarina, avez géré nos activités cet été, mais vous avez aussi surtout continué à faire vivre le mouvement pendant le confinement. Durant ces quelques mois, Ocarina s'est vécu autrement, et vous avez fait preuve de beaucoup de créativité pour maintenir un lien et une motivation autour de notre projet.

## Ocarina, c'est un mouvement à part entière.

Les formations sont une part importante, mais la vie de mouvement est un volet tout aussi important. Ocarina est un endroit où on peut se mettre en projet (cellule, séjour...), prendre part à l'organisation en s'investissant dans des instances et faire partie d'un réseau, en se retrouvant tout simplement (travaux, événement). En plus des instances décisionnelles ou de pilotage (congrès, AG-CA-CR, commissions...), il existe une multitude d'instances où sont menés des projets en phase avec les besoins des régions.

Chaque régionale est portée par ses volontaires et ses permanents. Ceux-ci ont, au fil du temps, développé un projet en lien avec leur réalité culturelle, sociale et économique, leur dynamique, leur histoire. Et ceci pour enrichir le projet global d'Ocarina. Chacune

a ses spécificités, son folklore, son organisation, ses faiblesses et surtout ses forces ! L'autonomie régionale est aussi riche qu'importante pour le bien-être du mouvement. Elle permet l'identification plus forte des volontaires à Ocarina, le développement au niveau local, l'investissement dans des projets qui font sens aux volontaires régionaux.

Et vous l'avez prouvé ! Les volontaires d'Ocarina ne se sont pas démotivés malgré la crise sanitaire. Vous vous êtes adaptés pour (faire) vivre des moments extraordinaires.

## Focus sur quelques projets mis en place (liste non exhaustive bien entendu)

### Un week-end brevetés adapté pour Ocarina Philippeville

L'année 2020 a été compliquée pour beaucoup d'entre nous, à titre personnel mais également dans notre mouvement. Pour redynamiser les troupes et donner envie de continuer à s'engager dans différents projets, notre comité d'Ocarina Philippeville avait depuis longtemps l'ambition de remercier les brevetés avec un événement créé et pensé pour eux. Il nous semblait logique, dans une dynamique d'engagement volontaire, de remercier les gens investis et toujours présents. Les brevetés sont les moteurs et les représentants de l'énergie d'Ocarina. C'est donc dans un contexte un peu particulier que nous nous sommes démenés pour que, malgré la crise sanitaire, nous puissions réaliser notre projet. Avec beaucoup de motivation, de volonté et de collaboration nous avons pu offrir aux brevetés un week-end de folie, respectant le nombre de participants et toutes les mesures nécessaires, dans un temps record fin août. Au programme : 4 équipes, 4 couleurs, un camping géant, des épreuves plus originales les unes que les autres et des brevetés qui ne s'étaient plus revus depuis leur formation ! L'espace d'un

## FAIRE PRENDRE CONSCIENCE QU'OCARINA, CE N'EST PAS JUSTE L'OBTENTION D'UN BREVET ; MAIS TOUTE UNE VIE DE MOUVEMENT, DES PROJETS À LA PELLE DANS LESQUELS S'IMPLIQUER, ET BIEN PLUS ENCORE.

week-end nous avons pu faire une pause et avoir l'impression d'arrêter le temps. Il n'est jamais trop tard pour essayer et se réinventer et notre mouvement est capable de construire quelque chose qui profitera à beaucoup plus de gens que l'on ne pense !

// Célia, Ocarina Philippeville

### Un projet de formation à Ocarina Tournai

Chaque année, lors de la formation d'animateurs organisée par Ocarina Tournai, les formateurs ont à cœur de préparer un "projet caché" : il s'agit d'aborder une thématique de façon détournée, durant toute la semaine de formation, afin de sensibiliser les animateurs en formation. Par des saynètes, des infos disséminées par ci par là, des vidéos ou autres, les formateurs amènent ainsi la réflexion sur la thématique choisie, avant d'en discuter tous ensemble en fin de formation.

Cette année, le projet caché concernait l'engagement des volontaires : faire prendre conscience qu'Ocarina, ce n'est pas juste l'obtention d'un brevet ; mais toute une vie de mouvement, des projets à la pelle dans lesquels s'impliquer, et bien plus encore. Tout un programme, et surtout, une belle façon de faire le lien avec notre promesse... Alors, on parie qu'ils reviendront ?

Si le projet initial - imaginé avant la situation covid - comprenait des micros-trottoirs et autres témoignages vidéo qui n'ont pu être réalisés comme prévu, le projet a quand même pu voir le jour en partie, et de façon adaptée à la situation. Une série de questions ont donc été envoyées à d'anciens animateurs de Jeunesse & Santé, toutes régions confondues, et tous profils confondus (animateurs, formateurs, responsables, prési's, permanents, ...). Ces témoignages ont ensuite été affichés sur le lieu de formation : phrases clés affichées dans les couloirs, dans le réfectoire, ou en-



core, témoignages complets disponibles sur les portes à l'intérieur des toilettes (quel meilleur endroit pour se poser et lire un peu ?). Ils mettaient en évidence les multiples façons de s'investir au sein du mouvement, mais également toute une série de conséquences inattendues : amitiés débutées en formation et qui durent depuis des dizaines d'années, mariages et enfants "made in J&S", orientation professionnelle...

Enfin, à la fin de la semaine, mais également lors de notre assemblée générale, nous avons parcouru ensemble toutes les possibilités de s'impliquer pour faire vivre le mouvement et faire évoluer son parcours d'animateur au sein d'Ocarina.

Voici (encadré à droite) quelques extraits de ces nombreuses preuves que l'engagement n'est pas près de disparaître au sein de notre mouvement !

// Julie, Ocarina Tournai

### Des cartes pleines de tendresse au HO et au Lux

S'engager, c'est aussi s'ouvrir au monde qui nous entoure et se battre pour des valeurs dans lesquelles on croit. La solidarité est une de nos valeurs phares... et cet été, des volontaires d'Ocarina HO et Province de Luxembourg se sont investis dans un projet solidaire : envoyer des cartes et des dessins



dans les homes de leurs régions. On le sait, les personnes âgées se sont retrouvées fort isolées pendant le confinement. Alors leur apporter un peu de réconfort, en pensées, un peu folles, à notre image, c'était un projet de sens et d'engagement.

### Des foulards transformés en masques à Ocarina Dinant

À Ocarina Dinant, des volontaires ont voulu s'engager pour une cause chère à notre mouvement: le zéro-déchet. Vous avez tous des anciens foulards « J&S », dont on ne sait parfois pas quoi faire... A Dinant, les volontaires ont trouvé une solution hyper actuelle: fabriquer des masques à partir de leurs vieux foulards. Récup, environnement... tout y est! On les remercie pour ces heures passées derrière leurs machines à coudre.

### Un blind-test virtuel pour la cellule d'OcaLLiNa

Qui dit Ocarina dit ambiance, folie et amusement. Pas question de laisser tomber ça parce qu'on ne pouvait plus se voir « en vrai ». La cellule d'OcaLLiNa a donc décidé d'adapter sa soirée blind-test en l'organisant à distance. Un engagement motivé et motivant pour ces volontaires qui voulaient garder le dynamisme de leur cellule et de leurs événements. Une manière de se repenser et de vivre nos activités autrement.



### Témoignages

*“Ça a été une belle expérience de vie, un apprentissage de la vie en groupe et de l'autonomie en dehors de la cellule familiale, un apport dans la prise d'initiative et la prise de responsabilité. Beaucoup de belles rencontres, de chouettes souvenirs, quelques lignes sur le CV... et un petit mari !”* - Cécile, ancienne formatrice R, 1e formation en 1989.

*“J'espère avoir pu apporter à d'autres ce que mes propres formateurs ou responsables m'ont apporté, à savoir tout un tas de bonnes pratiques, l'occasion de discuter un point de vue ou une idée dans un cadre bienveillant, des pistes pour s'améliorer, de l'inspiration.”* - Charlotte, ancienne présidente de Tournai, 1e formation vers 2007.

*“J'espère avoir apporté du temps, de l'énergie, du dynamisme, des idées... Bref d'avoir au mieux tenté de rendre ce que le mouvement m'a apporté.”* - Benoit, ancien formateur à Mons, 1e formation en 1980.

*“Je voulais faire des études d'institutrice maternelle et ça m'a permis d'avoir un premier contact avec les enfants, de gérer des activités, développer ma créativité et de gérer un groupe d'enfants.”* - Maryse, ancienne animatrice à Mons, 1e formation en 1988.

*“Le volontariat, c'est un engagement pour les autres qui permet de mieux se connaître soi-même. On a l'impression à certains moments de beaucoup donner (en temps, en énergie, parfois en argent...) et c'est seulement après qu'on se rend compte tout ce que ça nous apporte.”* - Nicolas, ancien animateur & permanent à Tournai en 2000-2006.

### Tu verras, on ne s'arrêtera pas là

Tu as peut-être entendu parler de notre nouvelle méthode de gouvernance qu'est l'Intelligence Collective? C'est une nouvelle manière de fonctionner, qui va nous permettre de lancer des projets, selon vos envies, et nous donner les moyens d'avancer plus vite et de manière plus autonome. Plusieurs GT (groupes de travail) sont déjà en cours, ou vont être lancés, autour de différentes thématiques (gestion de l'alcool à Ocarina, chansonnier, Kit Starting Bloque...). C'est aussi une autre manière de t'investir dans le mouvement. Si ça te tente, demande toutes les infos à ton permanent. ♥

# Et toi le volontariat à Ocarina, ça t'a apporté quoi?



Yan et Pierre, Ocarina BW  
(dites Bévé)

*Nous sommes actuellement les présidents de notre régionale, mais notre investissement ne date pas d'hier : Yan a commencé sa formation en 2014, il a très vite enchaîné les camps, les plaines et sa formation de coordinateur. En parallèle de tout cela il est devenu formateur A. Pierre a commencé sa formation en 2010 (ah, le vieux) il a ensuite enchaîné la formation de coordinateur. L'envie d'avoir de nouvelles responsabilités l'a très vite poussé à devenir formateur A, formateur R en région et au National.*

*Ocarina c'est l'occasion de faire de belles rencontres, de s'épanouir, mais surtout d'évoluer. Grâce à ocarina des valeurs fortes nous tiennent à cœur comme la coopération, la créativité, la réflexion. On a accroché en 2016 lors du Congrès (venez en 2021 !), depuis on ne s'est plus lâché. Si on devait définir de notre duo, le mieux serait de nous comparer à des feux d'artifice, une préparation minutieuse et réfléchie, pour que le spectacle et l'éclatement soit totaux ! On parle qu'on se verra bientôt ?*



Sam, Ocarina Province de Luxembourg

*Oulaaa comment résumer Ocarina en quelques mots, pas simple !*

*Pour moi Ocarina c'est de la joie, de l'amour, de la bonne humeur comme nous le chante notre très chère Zaz. D'abord, en tant qu'animé, c'étaient des étés de dingue, des heures de car en chansons, mes premières amourettes, des litres de larmes lors des retours à la maison... Que de souvenirs ! Ensuite, c'est devenu une école de vie quand j'ai décidé de me lancer dans la formation. Bien sûr j'ai pu apprendre des choses liées à l'animation telles que créer un jeu ou présenter un bricolage mais au-delà de ça, j'ai également appris à m'ouvrir aux autres, à vivre en groupe, à avoir des responsabilités, etc. Ce qui m'a permis d'en sortir grandi en tant qu'animateur mais également en tant que personne.*

*Aujourd'hui, pour moi, Ocarina est devenu une grande famille grâce aux innombrables amitiés qui se sont créées au fil des années. Je suis toujours actif et c'est toujours un réel bonheur de pouvoir permettre aux jeunes, animés ou animateurs, de vivre à leur tour tous ces moments enrichissants !*

