

# Tambour Battant

LE MAGAZINE DE GÉNÉRATIONS MOUVEMENT

Mag 83



Incluse la dernière version  
du guide des présidents de  
Généralions Mouvement

**Être bénévole  
aujourd'hui**  
**Les outils et solutions de  
Généralions Mouvement**



**DONATIONS**

**mars 2025**



# Votre association mérite d'être bien protégée



**Partenaire historique de Générations Mouvement, Groupama a conçu COHÉSION ARCANGE, une offre d'assurance multirisque dédiée aux Fédérations, Clubs et Secteurs adhérents.**

**Vous bénéficiez de garanties et de services adaptés aux besoins de votre association, pour une protection au quotidien de vos activités et de vos biens.**

**Pour en savoir plus, contactez votre Fédération Départementale ou votre correspondant Régional Groupama.**



Pour les conditions et limites du service présenté, se reporter au contrat. Groupama Assurances Mutuelles, pour le compte des Caisses Régionales d'Assurances Mutuelles Agricoles - Siège social : 8-10 rue d'Astorg 75383 Paris Cedex 08 - 343 115 135 RCS Paris. Entreprises régies par le code des assurances. Document et visuel non contractuels - Réf. Com ER/2025 - Crédit photo : Aurélien Chauvaud - Création : Agence Marcel. Février 2025.

# Édito

Vous êtes-vous déjà demandé comment un simple geste pouvait changer la vie de quelqu'un ?

Le bénévolat, c'est cette petite étincelle qui peut embraser une communauté. C'est l'opportunité pour chacun, de mettre ses talents et son énergie au service d'une cause qui lui tient à cœur.

Donner du temps, ce n'est pas seulement faire un cadeau aux autres, c'est aussi le faire à soi-même. Faire du bénévolat, c'est vivre des expériences diverses, mettre des compétences au service des autres, révéler des passions. C'est aussi favoriser les échanges, créer du lien social, renforcer le sentiment d'appartenance à une communauté et permettre également de transmettre des valeurs telles que la solidarité, l'entraide et le partage.

Grâce à l'engagement des bénévoles, Générations Mouvement peut développer de nouveaux projets, animer des activités variées, répondre aux besoins de ses adhérents, mener à bien ses missions et créer un véritable réseau de solidarité.

En s'engageant bénévolement, les membres de notre Mouvement contribuent à améliorer la vie de nombreuses personnes et à créer un environnement plus vivant et plus solidaire.

Les possibilités d'engagement sont nombreuses et variées et peuvent aller de l'animation d'activité à l'accompagnement de projets, de la conception à la réalisation d'actions de solidarité ou d'initiatives culturelles. Les bénévoles peuvent aussi apporter leur aide dans l'organisation d'événements, la gestion administrative ou la communication. Ils peuvent représenter leur association dans les instances publiques en participant à des réunions, des commissions ou des groupes de travail.

S'engager bénévolement au sein de Générations Mouvement, c'est aussi la possibilité d'acquérir de nouvelles compétences, sortir de sa zone de confort et se surpasser. Les bénévoles ont l'opportunité de rencontrer des personnes de tous horizons et de créer de nouveaux liens sociaux.

Enfin, le bénévolat est une activité bénéfique pour la santé mentale et physique, car il permet de réduire le stress et d'augmenter le sentiment de satisfaction, c'est un pilier fondamental de Générations Mouvement. Pour tous ceux qui souhaitent s'engager, donner de leur temps et contribuer à une société plus juste et plus humaine, Générations Mouvement offre de nombreuses opportunités.

Muriel Vuillamy  
Administratrice nationale



**Être bénévole  
GM aujourd'hui  
page 6 à 19**

VOUS ÊTES FORMIDABLES	P. 4
VIE DU MOUVEMENT	P. 6
<ul style="list-style-type: none"><li>• Être bénévole GM aujourd'hui</li><li>• La recherche de bénévoles</li><li>• Des solutions pour pallier la raréfaction de bénévoles</li><li>• Les outils mis à disposition des bénévoles</li><li>• Quiz - Quel type de bénévole êtes-vous ?</li></ul>	
PORTRAIT DE BÉNÉVOLE	P. 20
Hélène Aussagues - Vice-présidente de la Fédération du Tarn	
FORMATION	P. 22
<ul style="list-style-type: none"><li>• Des guides mis à jour pour les présidents, secrétaires et trésoriers</li></ul>	
ENVIRONNEMENT	P. 24
Mettre en place une démarche écoresponsable dans nos manifestations	
CONCOURS NATIONAUX	P. 26
<ul style="list-style-type: none"><li>• Générations Actions</li><li>• Concours culturels</li></ul>	
PARTENARIAT	P. 29
Un nouveau partenaire pour vos voyages de groupes	
EXPRESSION	P. 30



# Vous êtes formidables



## Un élan de générosité en Saône-et-Loire pour aider le petit Louis, 2 ans et demi.

Louis vit chaque jour avec un handicap lourd suite à des complications de santé dès sa naissance.

Il a dû faire face à de nombreux défis : des bradycardies, des crises d'épilepsie, et un diagnostic de syndrome de West, une forme rare d'épilepsie infantile.

Aujourd'hui, son handicap impacte son développement, son tonus musculaire et ses capacités cognitives. En l'absence de traitement curatif, il doit suivre un lourd parcours de soins, alternant kinésithérapeute, psychomotricien et ergothérapeute.

Début 2025, Louis va commencer des séances d'orthophonie.

Ses parents, Maëlle et Aymeric, luttent sans relâche pour trouver des solutions, dans un contexte où la prise en charge du handicap par les organismes publics reste insuffisante. En effet, le papa de Louis a dû arrêter de travailler pour gérer les rendez-vous quotidiens. C'est dans ce contexte que l'association « *Un Pas pour Louis* », est fondée en juin 2024 par leurs proches pour financer les soins et les équipements qui ne sont pas pris en charge, comme un siège-auto d'un montant de 2 000 €.

Grâce à un élan de solidarité exceptionnel, l'association a pu non seulement financer ce siège, mais aussi un siège GoTo et des stages d'éducation conductive pour Louis.

### La Fédération Générations Mouvement de Saône-et-Loire apporte son soutien !

Sensible à la situation de Louis et aux difficultés rencontrées par ses parents dans leur parcours de soins, la Fédération Générations Mouvement de Saône-et-Loire (71) a souhaité apporter son soutien à l'association « *Un Pas Pour Louis* ». C'est avec beaucoup de générosité qu'elle a fait un don de 500 €, le 27 décembre dernier, afin de contribuer aux soins et à l'achat des équipements essentiels pour améliorer le quotidien de Louis.

« *Le Conseil d'administration n'a pas hésité une seule seconde à aider Louis* », explique Roland Cognard, président de la Fédération. Ce geste de solidarité a profondément ému les parents de Louis et reflète parfaitement l'esprit de Générations Mouvement : soutenir tant les aînés que les plus jeunes, dans les moments heureux comme dans les plus difficiles.

Sources : [www.lejsl.com/une-association-pour-aider-louis](http://www.lejsl.com/une-association-pour-aider-louis) - [www.helloasso.com/un-pas-pour-louis](http://www.helloasso.com/un-pas-pour-louis)



## En mai, élections des délégués de la MSA

Du 5 au 16 mai 2025, les adhérents de la MSA seront appelés à voter pour choisir leurs délégués MSA qui les accompagneront et les représenteront pendant 5 ans.

Ce vote est important, car les 13 760 délégués élus de la MSA agissent partout en France pour améliorer votre quotidien. Ils vous accompagnent, vous écoutent et font remonter vos questions et vos besoins auprès des acteurs qui peuvent y répondre. Ils défendent vos droits et vous accompagnent dans les démarches administratives. Ils portent aussi auprès des décideurs publics vos besoins en matière de protection sociale, pour demander une évolution de la loi.

Ils proposent régulièrement sur votre territoire des événements :

- organisation de conférences ;
- instauration de journées de sensibilisation ;
- mise en place de pièces de théâtre sur des sujets de société ou professionnels ;
- participation aux salons et foires...

Ils participent à la création de projets et d'installations qui améliorent la vie des habitants en milieu rural : ouverture d'une résidence pour les personnes âgées (Marpa), construction d'une micro-crèche pour les parents, etc.

Retrouvez toutes les informations concernant ce vote sur [elections2025.msa.fr](https://elections2025.msa.fr)



## VACANCES DÉTENTE, DÉCOUVERTE ET PARTAGE

Profitez des **plus de 90 VVF partout en France** pour explorer de magnifiques terroirs, riches de mille merveilles naturelles et culturelles. Passez de chaleureux moments en compagnie de nos animateurs qui sauront vous faire vibrer et vous amuser. Suivez aussi tous leurs bons conseils pour découvrir les petits coins secrets et les bonnes adresses. Décompressez dans les équipements forme et... respirez !

VOS AVANTAGES  
**EN FAMILLE, SOLO,  
DUO, ENTRE AMIS...**

JUSQU'À  
**25%**  
DE RÉDUCTION\*

RENSEIGNEMENTS & RÉSERVATIONS

[vuf-villages.org](https://vuf-villages.org)

04 73 43 00 43

VOS AVANTAGES  
**EN GROUPE**  
À PARTIR DE 10 ADULTES

**5%**  
DE RÉDUCTION\*  
+ 1 GRATUITÉ\*\*  
+ FRAIS DE DOSSIER OFFERTS

RENSEIGNEMENTS & RÉSERVATIONS

[vuf-groupes.fr](https://vuf-groupes.fr)

04 73 43 00 01

VOTRE CODE PARTENAIRE : **48288**

\* Offres soumises à conditions, nous consulter. \*\* Pour 20 adultes payants.



# Vie du Mouvement



## Être bénévole GM aujourd'hui...

Qu'il soit de quelques mois ou d'une année entière, l'engagement bénévole est une expérience unique et très enrichissante. Bien plus que de l'assistantat, jeunes comme retraités en ressortent véritablement grandis par l'échange, le partage et la prise de conscience des préoccupations de chacun. La crise sanitaire derrière nous, les Français ont retrouvé leur engagement envers les associations. 12,5 millions de Français sont bénévoles dans les associations dont 5,5 millions actifs chaque semaine. Cependant être bénévole n'est pas toujours facile, notamment en cas de transmission d'association. Comment trouver des compétences ? Quels outils peut-on mettre à leur disposition ? Comment les remercier d'être plus que des adhérents en contribuant activement à la vie de leur association ? Pour accompagner ces bénévoles, *Tambour Battant* fait le point...

### Evolution du bénévolat en quelques chiffres

En moyenne, 24 % des Français ont été bénévoles dans une association en 2024 (25% parmi les hommes et 23% parmi les femmes).

On remarque qu'il y a toujours une majorité de diplômés parmi les bénévoles (83% ont minimum le BAC).

Les 15-34 ans sont maintenant les plus engagés, ils représentent 26 % des bénévoles, un chiffre en augmentation de 10% en 14 ans. Les 65 ans et + qui représentaient eux 35 % des bénévoles en 2010 ne sont plus que 23% aujourd'hui.

On constate un recul du bénévolat régulier : parmi les 24% des Français bénévoles, 9% ont donné du temps chaque semaine en 2024 contre 12,5% en 2010. Ils étaient 7% à donner du temps ponctuellement contre 4,5% en 2010. C'est un risque pour les associations qui ont besoin des bénévoles au quotidien.

### Des bénévoles motivés par le sens et l'action

En 2024, on notait que les bénévoles cherchent davantage à être utile et à défendre une cause qui leur tient à cœur plutôt que leur épanouissement personnel (42% en 2024 vs 51% en 2019).



## Être bénévole GM aujourd'hui

Le sentiment de changer un peu les choses est un moteur de l'engagement encore plus important (44% en 2024 vs 41% en 2019). Pour eux, le terme bénévole fait avant tout référence à un citoyen engagé, qui se veut acteur. Ces résultats sont le reflet d'une volonté actuelle bien plus importante de s'impliquer dans les affaires publiques.

Cependant, même si leurs motivations personnelles sont moins prioritaires elles ne doivent pas être oubliées au risque d'un désengagement envers les associations.

Et demain ? Les bénévoles souhaitent transmettre leurs savoir-faire à d'autres bénévoles (44%) mais aussi réaliser du mécénat de compétences (voir page 10), en particulier les 25- 59 ans (27%) et gagner plus de responsabilités (16%).

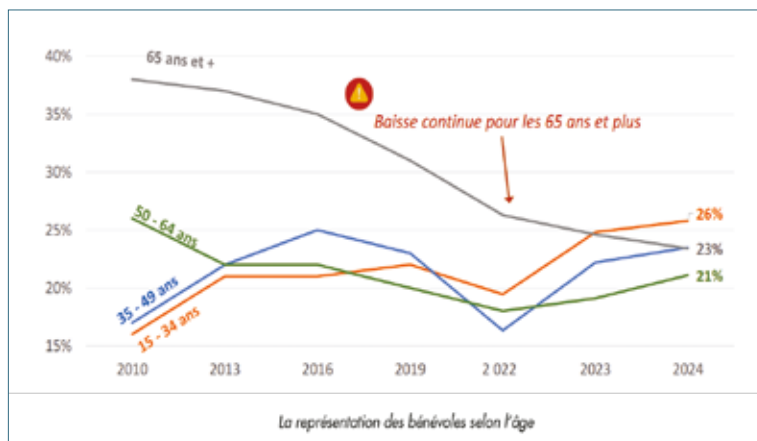
### L'association : un lieu de développement de soi et d'échanges

Les bénévoles ont le sentiment que leur activité bénévole leur permet d'être à l'écoute des autres (70%) et de mener des projets en équipe (52%).

Les soft-skills\* sont de plus en plus valorisés dans le monde professionnel. Le renforcement des compétences n'arrive qu'en 3<sup>e</sup> position (40%).

Deux-tiers des bénévoles comptent sur leur association pour les aider à développer ces savoir-faire et savoir-être, en majorité via le partage d'expériences avec d'autres associations ou via des formations.

80% des bénévoles mettent d'ailleurs à profit ces compétences dans leur quotidien dont 47% dans leur vie professionnelle. Pour les valoriser au mieux, plusieurs recueils de compétences sont disponibles mais seulement 3% les utilisent.



Sources : recherches-solidarites.org

\* compétences interpersonnelles comportementales



## La recherche de bénévoles

La recherche de bénévoles est essentielle pour assurer le bon fonctionnement des associations, répondre à des besoins toujours plus diversifiés, et éviter l'essoufflement des équipes déjà en place. En renouvelant constamment les énergies, ces volontaires apportent de nouvelles idées et dynamisent nos clubs et nos fédérations. Il est crucial de distinguer les volontaires pérennes, qui s'engagent de façon régulière comme les administrateurs, des volontaires occasionnels, impliqués ponctuellement sur des actions ciblées ou des projets spécifiques.

Pour attirer et fidéliser ces volontaires, il est important de bien comprendre leurs compétences et leurs envies, en leur offrant des missions claires et valorisantes. C'est en créant un environnement où règnent convivialité et autonomie, et en leur permettant de s'investir progressivement, que l'engagement durable pourra vraiment se développer. Valoriser leur travail, les écouter et leur offrir des opportunités d'évolution au sein de l'association sont des clés pour les garder motivés. Que ce soit pour un projet ponctuel ou une mission à long terme, chaque volontaire mérite reconnaissance et soutien pour nourrir son implication et faire vivre nos associations.

### Encourager un adhérent à devenir bénévole : 5 étapes clés —

Dans le cadre de la gestion d'une association, attirer des bénévoles est souvent essentiel pour pérenniser les projets et renforcer l'impact social. Cependant, convaincre un adhérent de s'engager peut parfois s'avérer difficile.

Voici nos cinq étapes clés :

#### **1. Mettre en avant les bienfaits personnels du bénévolat**

Le bénévolat ne se limite pas à un simple acte d'aide, c'est aussi l'occasion pour le bénévole d'enrichir son propre parcours.

En s'engageant, l'adhérent pourra :

- **Développer de nouvelles compétences** : que ce soit en gestion de projet, d'équipe, en communication, en formation ou encore en logistique, ces nouvelles compétences pourront être valorisées dans d'autres aspects de la vie personnelle.
- **Élargir son réseau social** : en rejoignant une équipe de bénévoles, l'adhérent aura l'opportunité de rencontrer de nouvelles personnes, de créer du lien autrement et de nouer des relations humaines solides.





## Être bénévole GM aujourd'hui

- **Se sentir utile** : aider les autres procure une satisfaction personnelle incomparable. Cela peut renforcer le sentiment d'accomplissement et améliorer le bien-être général.
- **Apporter sa contribution** : participer activement à faire vivre les valeurs solidarité et de lien social de Générations Mouvement peut générer un fort sentiment de fierté et de sens.

### 2. Bien identifier les motivations et les compétences de l'adhérent

Avant de solliciter un adhérent, il est essentiel de comprendre ses motivations et compétences. Prenez le temps de connaître vos membres, pourquoi adhèrent-ils ? Est-ce pour l'activité ou la convivialité ? Avez-vous remarqué des compétences particulières ?

Certains adhérents préfèrent des actions ponctuelles, d'autres un engagement à long terme. Identifiez ceux qui participent régulièrement et engagez une discussion simple et amicale pour comprendre ce qui les inciterait à s'impliquer davantage. Par exemple, vous pouvez leur proposer une tâche ponctuelle : « Je vois que vous venez souvent à [activité], cela vous dirait de [action] lors du prochain rendez-vous ? »

### 3. Rassurer pour lever les freins à l'engagement

La peur de l'inconnu est un obstacle courant au bénévolat. Certains adhérents doutent de leurs capacités ou s'inquiètent de l'impact sur leur emploi du temps. Rassurez-les en montrant que l'engagement bénévole est une opportunité d'apprendre, de contribuer et de partager. Soulignez la flexibilité des missions et la possibilité d'adapter l'engagement aux disponibilités. Par exemple, précisez que leur engagement peut être adapté à leurs disponibilités. Insistez aussi sur l'aspect bienveillant de l'association, où personne n'est jugé.

Enfin, soyez clair sur ce qu'on attend d'eux et les ressources disponibles (formation, soutien, outils), pour qu'ils se sentent sereins et motivés à rejoindre l'aventure.

### 4. Mettre en lumière l'impact concret du bénévolat

Les adhérents seront davantage motivés à devenir bénévoles s'ils comprennent l'impact concret de leur engagement.

Il est essentiel de leur démontrer comment leur participation peut changer les choses, que ce soit pour la cause, l'activité ou la communauté. Par exemple, des actions comme une collecte de fonds réussie, l'adhésion de nouveaux membres grâce à une activité bien organisée, ou encore l'organisation d'un événement marquant peuvent illustrer de manière tangible les résultats positifs du bénévolat.

Montrer que leur contribution a un effet direct sur la réussite de projets concrets peut éveiller leur désir de s'engager et leur donner un véritable sens à leur implication.

### 5. Créer un environnement accueillant et collaboratif

L'une des clés pour convaincre un adhérent de devenir bénévole réside dans la création d'un environnement chaleureux, collaboratif et valorisant. Les bénévoles doivent se sentir les bienvenus et soutenus.

Mettre en place un accompagnement où l'adhérent peut rencontrer d'autres bénévoles et découvrir les différentes missions proposées peut l'encourager à s'investir.

En outre, il est important de mettre en avant la reconnaissance et l'appréciation du travail des bénévoles, afin de leur montrer que leur temps et leurs efforts sont précieux.

A vous de jouer !



## Le mécénat de compétences : un autre moyen de recruter des bénévoles

**13 %**  
du budget du mécénat des entreprises en France est dédié au mécénat de compétences

Le mécénat de compétences est une forme de bénévolat qui permet aux entreprises de mettre leurs collaborateurs à disposition d'une organisation d'intérêt général durant leur temps de travail, tout en bénéficiant d'avantages fiscaux. Ce mode de bénévolat s'inscrit dans une démarche de responsabilité sociétale et offre une occasion précieuse pour les associations de bénéficier de compétences spécifiques, souvent difficiles à trouver.

### Comment le mettre en place ?

#### 1. Identifier les besoins de votre association

Avant de chercher à attirer des mécènes de compétences, il est essentiel pour l'association de clarifier ses besoins. Quels sont les domaines dans lesquels vous manquez de ressources ? Une fois ces besoins identifiés, il sera plus facile de cibler les profils de bénévoles potentiels.

#### 2. Rechercher des entreprises partenaires

Les entreprises, quelle que soit leur taille sont souvent ouvertes à ce type de profil. Il est possible de prendre contact avec elles, soit directe-

ment, soit via des plateformes dédiées : <https://www.probonolab.org/fr> ; <https://day-one.co> ; ou encore <https://www.wenabi.com>.

#### 3. Formaliser l'accord

Le mécénat de compétences repose sur un accord tripartite entre l'entreprise, le salarié et l'association. Il est essentiel de définir clairement les missions, le temps consacré et les objectifs à atteindre pour éviter toute ambiguïté. Dans certains cas, l'entreprise peut également fournir du matériel ou un budget pour soutenir la mission.

#### 4. Suivre et évaluer les actions

Le suivi de la mission est essentiel pour garantir son bon déroulement. L'association doit veiller à l'intégration des bénévoles dans l'équipe. À la fin de la mission, une évaluation permettra de mesurer l'impact du mécénat de compétences, tant pour l'association que pour le salarié et l'entreprise.

Source : *Guide\_pratique\_du\_mecenat\_de\_competence\_gouv.pdf*





## Être bénévole GM aujourd'hui

### Valoriser et fidéliser les bénévoles : Les clés pour un engagement durable dans nos associations

Les 80 000 bénévoles GM choisissent de participer aux activités d'une association sans rémunération et sans être soumis au Code du travail. Ils sont le cœur battant de toutes nos associations et sans eux, rien ne serait possible. Aller vers un environnement où chaque bénévole se sent valorisé et reconnu peut inspirer d'autres bénévoles à s'engager et à contribuer au développement de l'association.

#### Que pouvons-nous faire pour cela ?

##### 1. Proposer des formations

La formation des bénévoles est un moyen efficace de montrer que l'association reconnaît leur potentiel et les soutient dans leur développement.

Elle permet aux bénévoles d'acquérir de nouvelles compétences techniques et administratives pour s'impliquer pleinement dans nos associations et, s'ils le souhaitent, assumer davantage de responsabilités par la suite.

Le catalogue de formations de notre Mouvement propose une large gamme de formations adaptées aux besoins spécifiques de nos associations : [www.ifra-gm.org/catalogue](http://www.ifra-gm.org/catalogue).

##### 2. Créer une cohésion de groupe

Fidéliser les bénévoles consiste à favoriser les échanges pour bâtir une communauté solidaire. Pour répondre à leurs besoins, il est essentiel de recueillir régulièrement leurs retours d'expérience afin d'adapter les pratiques et les ressources.

En associant les bénévoles au processus de décision des projets et initiatives, on renforce leur sentiment d'appartenance à la communauté.

Il est également important de permettre à chaque bénévole de déterminer son niveau d'implication, en fonction de ses priorités personnelles et des activités proposées par l'association.



##### 2. Remercier vos bénévoles lors de vos événements

En assemblée générale, il faut savoir remercier l'engagement des responsables bénévoles des associations et des membres du conseil d'administration par le rapport moral et le rapport d'activité. N'hésitez pas à rappeler que l'association valorise les heures de bénévolat dans ses comptes pour montrer l'importance de leur contribution.

Plus généralement un discours de remerciement destiné aux bénévoles sera toujours apprécié lors de vos événements. Utiliser les réseaux sociaux est aussi un bon moyen pour faciliter les échanges avec les adhérents et envoyer des messages de remerciement via un compte personnalisé ou un espace convivial dédié aux bénévoles (WhatsApp, SMS ou Facebook).

##### 3. Parler de vos bénévoles en interne et à l'externe

Les sites Internet des clubs sont d'excellents outils pour valoriser le travail des bénévoles. Un article, un témoignage, une photo, une vidéo... Ils constituent de véritables vitrines pour promouvoir l'engagement des bénévoles.

# Vie du Mouvement

La valorisation de la contribution des bénévoles est essentielle, la communication ouverte permet de maintenir un dialogue constant avec les bénévoles pour comprendre leurs attentes.

La culture d'un environnement où chaque bénévole se sent valorisé et reconnu, favorise leur engagement et renforce également l'impact positif sur l'association.

Ce modèle de reconnaissance et de valorisation peut inciter d'autres bénévoles à s'engager en créant ainsi un cercle vertueux d'implication dans la communauté.

En conclusion, l'essentiel est de créer une culture de valorisation et de reconnaissance au sein des associations afin que chaque bénévole se sente apprécié et motivé à poursuivre son engagement. La Fédération nationale propose des trophées GM pour celles ou ceux qu'on souhaite valoriser.



En fait, l'implication bénévole est un choix personnel qui peut enrichir non seulement la vie des bénévoles, mais aussi celle des communautés qu'ils servent.

## Trouver un remplaçant : retour sur expérience

Trouver son remplaçant est un enjeu crucial pour assurer la pérennité de l'association et maintenir ses activités pour les adhérents.

Anticiper cette transition permet bien souvent d'éviter les difficultés liées à l'absence de relève, comme la fermeture d'un club, et garantit une continuité dans l'engagement communautaire. Retour sur deux expériences bien différentes pour comprendre de manière plus concrète l'enjeu de cette succession.

### **1- Une transmission réussie au Club de l'amitié de Sémalens (81)**

Au sud du Tarn, à Sémalens, René Galinier, président sortant, a fait preuve d'une grande clairvoyance en anticipant son départ après treize ans de présidence.

Quelques jours après l'Assemblée générale de février 2024, il a annoncé sa décision de passer le flambeau.

Face à l'absence de candidat au sein du conseil d'administration, Jean-Claude, un membre actif, décide d'alerter la mairie.

Craignant l'arrêt des activités du club, Madame Veith, maire de Sémalens, a pris les choses en main. Après avoir épuisé toutes les pistes, elle a suggéré à René Galinier de solliciter son époux, Georges Veith.

Ce dernier, soutenu par son épouse, a accepté de prendre le relai.

Pour assurer une transition en douceur, une collaboration étroite s'est mise en place entre l'ancienne et la nouvelle équipe.





## Être bénévole GM aujourd'hui

En accord avec le Conseil d'administration, un second bureau a vu le jour permettant au nouveau président et à la nouvelle trésorière de se former progressivement à prendre les rênes du club et ce en toute sérénité.

Ce futur Bureau a notamment reçu la formation au logiciel SAGA pour transférer la comptabilité officielle faite sur papier ainsi que la partie « Communauté. ».

Il a également joué un rôle clé dans l'organisation de toutes les activités : repas, lotos, Octobre rose, sorties, adhésions, et autres animations, prenant même les rênes dans les derniers mois. Grâce à ces efforts, le nouveau Bureau a été prêt à prendre pleinement ses fonctions dès l'Assemblée Générale du 11 février 2025.

Ce succès témoigne d'un engagement sans failles des parties prenantes de l'association pour préserver le lien social au cœur de la commune, tout en montrant que les talents se trouvent très souvent au plus près de vous.

Apprenons à les identifier et soutenons-les jusqu'à ce qu'ils prennent pleinement leur place.

### **2- Le renouvellement de la gouvernance : erreurs courantes avant et après la transition !**

Lorsqu'un responsable prend ses fonctions dans une association, il est crucial de penser à l'avenir en préparant la relève et ce dès le début de son mandat.

Un responsable responsable annonce souvent qu'il ne restera pas indéfiniment à son poste, car il sait que le renouvellement de la gouvernance est essentiel à l'évolution et à la pérennité de l'association.

En moyenne, un mandat de quatre à six ans est jugé suffisant pour apporter sa contribution tout en permettant à l'association de se renouveler. Une fois la passation venue, l'après-mandat n'est pas exempt d'erreurs.



Un ancien responsable peut, par inadvertance, intervenir trop fréquemment lors de certaines réunions comme le Conseil d'Administration, en exprimant son avis là où il n'est pas nécessaire. Il arrive également qu'il évoque trop souvent les réalisations « de son temps », ce qui peut être perçu comme une ingérence dans le processus décisionnel en cours. Ces comportements peuvent créer des tensions et nuire involontairement à la dynamique du nouveau leadership. L'expérience montre qu'un ancien responsable doit faire preuve de retenue et laisser la nouvelle équipe prendre les rênes sereinement. Il est primordial de ne pas interférer dans tous les sujets et de ne pas critiquer les décisions prises après son départ. L'objectif ultime pour l'ancien responsable est de permettre à l'association de poursuivre son chemin qui peut parfois prendre une direction qu'il ne lui aurait pas donné.

Il est important de se rappeler que les bénévoles ne sont pas propriétaires de l'association, mais plutôt « locataires » de leur fonction au sein de cette dernière.

L'essentiel est de veiller à la continuité de l'association et de favoriser le succès de ceux qui prendront la relève.



## Des solutions pour palier la raréfaction de bénévoles

La carence de bénévoles représente un enjeu pour de nombreuses associations, limitant parfois leur capacité à mener certains projets ambitieux. Toutefois des solutions existent pour maintenir l'engagement et optimiser les ressources disponibles. Repenser l'organisation et la gestion des structures associatives apparaît comme une approche efficace pour surmonter cette problématique tout en soutenant leur développement. .

### Gestion collégiale

Lorsque le président ou la présidente de l'association met un terme à ses fonctions, il est parfois difficile de lui trouver un successeur.

C'est pourquoi de plus en plus d'associations optent pour un mode de gouvernance collégiale. Le pouvoir de décision, les tâches à accomplir et les responsabilités sont alors distribuées entre tous les membres du Conseil d'administration, sans lien « hiérarchique » entre eux.

#### **Flexibilité et collaboration au rendez-vous !**

Il est d'usage dans le monde associatif que les adhérents se réunissent en Assemblée générale pour élire un Conseil d'administration, qui choisira lui-même, en son sein, le Bureau composé a minima d'un président, d'un secrétaire et d'un trésorier.

Pour autant, la loi laisse toute liberté aux associations d'opter pour le mode de gouvernance de leur choix.

On notera d'ailleurs que le document Cerfa qui permet de déclarer à la Préfecture la liste des personnes chargées de l'administration de l'association n'impose nullement la désignation d'un président, d'un secrétaire ou d'un trésorier.

Dans une organisation collégiale, chaque membre de l'équipe dirigeante, élu par l'Assemblée générale, agit dans son domaine de compétence et la charge de travail ne repose plus sur les épaules de quelques-uns puisqu'elle est distribuée entre tous. Lorsque les rôles et missions sont bien définis, ce système d'organisation plus horizontal peut renforcer la cohésion de l'équipe dirigeante, au sein de laquelle chacun apporte sa pierre. Il permet du même coup de valoriser davantage de bénévoles.

#### **Comment la mettre en place ?**

Il faut tout d'abord que ce mode d'organisation soit prévu dans les statuts de l'association.

Dans la plupart des cas, il sera donc nécessaire de convoquer une Assemblée générale extraordinaire pour modifier les statuts.

En parallèle, il faudra également se poser quelques questions utiles et sans doute y apporter réponse dans un règlement intérieur : comment se prennent les décisions ? Par qui et comment sont engagées et exécutées les dépenses (et notamment qui dispose de la signature sur le compte de l'association) ?





## Être bénévole GM aujourd'hui

Par qui et comment sont convoquées les instances statutaires (Assemblée générale, Conseil d'administration) ? Définir avec une précision suffisante les rôles et responsabilités de chacun des co-dirigeants est une condition indispensable au succès d'une gouvernance collégiale. Cela permettra de s'assurer que toutes les activités de l'association ont un (ou des) responsable désigné, qui n'est pas toujours le même. Notons ici que dans un mode de gouvernance collégiale qui aura été bien défini, le renouvellement des responsables pourra se faire plus facilement.

Les adhérents de l'association auront conscience que tout ne reposera pas sur leurs seules épaules s'ils accèdent au Conseil d'administration.

On peut également conseiller vivement de faire tourner les responsabilités à échéances régulières, de manière à ce que les co-responsables ne s'enferment pas dans leur tâche mais se sentent au contraire investis dans le projet collectif.

### **Qui est responsable en cas de dommage ou de faute ?**

Comme dans une organisation plus classique, c'est toujours l'association en sa qualité de personne morale qui engage sa responsabilité dans les décisions qu'elle prend. Il n'y a qu'en cas de faute individuelle avérée, causée par un responsable qui n'aurait pas respecté une décision collégiale, que sa responsabilité individuelle pourrait éventuellement être engagée.

## Mise en place de secteurs

Bon nombre de nos Fédérations départementales, parmi les plus importantes, sont organisées en secteurs.

Qu'il s'agisse d'un découpage calqué sur celui des cantons administratifs ou d'un périmètre géographique donné, le secteur a pour vocation de regrouper plusieurs clubs dans une même entité afin de faciliter les relations avec la fédération départementale et favoriser la pratique d'activités.

### **Proposer de nouvelles activités : une nécessité**

Beaucoup de fédérations se plaignent aujourd'hui du vieillissement de la population de certains clubs avec la crainte justifiée de les voir disparaître un jour.

Il est avéré que ceux de nos clubs qui ne pratiquent que des activités traditionnelles (belote, jeux de société...) sont plus ou moins condamnés car il n'y a pas de relève pour la pratique de ces activités, tout au moins dans un premier temps. Dans les petits villages, la taille du club ne permet pas la pratique d'un certain nombre d'activités nouvelles.



Seules les associations d'une taille suffisante peuvent envisager de mettre en place de nouvelles activités comme la danse en ligne, la marche nordique ou un séjour ANCV.

### **Le secteur pour des activités solidaires**

C'est là que le secteur a un rôle à jouer en réunissant 1 ou 2 responsables par club au sein d'une association type Loi 1901.

Des statuts simplifiés (à disposition dans l'espace Ressources du site national [www.generations-mouvement.org](http://www.generations-mouvement.org)) permettent de constituer facilement la structure qui pourra proposer les activités du secteur à tous les adhérents des clubs et cela sans adhésion supplémentaire.

# Vie du Mouvement

Ainsi, des habitants d'une commune pourront participer à des activités de secteur en adhérant au club le plus proche de leur lieu d'habitation. Grâce à une offre de nouveaux adhérents viendront rejoindre le Mouvement, certains d'entre eux pourront même apporter une contribution bénévole qu'il n'est pas toujours facile de trouver dans le cercle habituel de ses adhérents.

## **Des exemples concrets**

Dans certaines fédérations, le fonctionnement en secteur existe depuis quelques années.

Il est essentiel à plus d'un titre : offre variée et ciblée, facilité, convivialité, solidarité.

Créer des activités de secteur est une initiative enrichissante qui vous permettra de contribuer à l'animation de votre territoire et à l'amélioration de la vie de vos adhérents.

N'hésitez pas à contacter votre Fédération départementale Générations Mouvement pour obtenir des informations plus spécifiques et un accompagnement personnalisé.

## Une idée pour pallier la raréfaction des responsables bénévoles : la fusion d'associations

Lorsque plusieurs associations sont en difficultés par manque de bénévoles ou de moyens, il est tout à fait possible pour elles de se regrouper pour former une nouvelle entité. Cette opération, appelée fusion, est prévue dans l'article 9 bis de la Loi 1901.

### **Qu'est-ce que la fusion d'associations ?**

La fusion d'associations est un dispositif encadré par des règles qu'il convient de respecter.

#### **1. Une décision commune :**

- Les conseils d'administration des associations qui souhaitent fusionner doivent prendre une décision formelle en faveur de la fusion (inscription dans un procès-verbal de réunion),
- Il est essentiel de définir clairement les objectifs de cette fusion et les bénéfices qu'elle apportera aux membres de chacune des associations.

#### **2. Un projet de fusion doit être élaboré entre les associations concernées.**

Il comprendra notamment :

- Un état des lieux de chaque association (activités, membres, finances)
- Les modalités de la fusion (transfert de matériels et ou patrimoine, droits des membres, etc.)
- Les statuts de la nouvelle association, et son appellation
- Un calendrier prévisionnel de réalisation de cette fusion.

#### **3. La consultation des membres :**

- Les membres des associations qui envisagent de fusionner doivent être informés du projet de fusion et avoir la possibilité de s'exprimer,
- Une Assemblée générale extraordinaire de chaque association sera nécessaire pour approuver le projet.


#### **4. Le respect des formalités juridiques :**

- Une fois validée par l'ensemble des Assemblées générales des associations, la fusion devra être déclarée à la Préfecture, et faire l'objet d'une publication au Journal Officiel des associations et fondations d'entreprises (JOAFE),
- Une fois la nouvelle association constituée, les anciennes associations seront dissoutes par une nouvelle Assemblée générale extraordinaire.

#### **A savoir :**

Les associations qui fusionnent sont dissoutes sans liquidation, ce qui signifie que leurs biens et leurs droits sont automatiquement transférés à la nouvelle association (d'où la nécessité du point N°2 indiqué ci-dessus). Tous les éléments constituant leur patrimoine (biens immobiliers, mobiliers, créances, dettes, etc.) sont transmis à la nouvelle entité. Leurs activités se poursuivent au sein de la nouvelle association, qui bénéficie d'une plus grande capacité d'action et de moyens renforcés.





Continuez à bien entendre  
*et restez vous même*

**BILAN<sup>®</sup>**  
AUDITIF  
**GRATUIT**

Votre audition ne cesse d'évoluer, souvent sans que vous ne vous en rendiez compte. Pour préserver votre santé et profiter pleinement de votre quotidien, il est essentiel de faire **contrôler régulièrement votre audition**.

En 2024, nous avons aidé plus de **200 000 personnes à entendre mieux**. Alors pourquoi pas vous ?

Prenez rendez-vous dès maintenant pour faire un bilan auditif<sup>®</sup> complet et gratuit sur [audika.fr](https://audika.fr) ou par téléphone au

**0 800 081 190**

Service & appel  
gratuits

avec le code **Généralisations Mouvement**

Nos experts vous accompagnent dans le choix des dernières innovations, adaptées à vos besoins, vos habitudes de vie et à votre budget.

**Profitez de votre offre exclusive sur  
les aides auditives dernière génération !**

Jusqu'à  
**800€**  
de remise<sup>(2)</sup> sur vos  
aides auditives



**Chargeur  
offert<sup>(2)</sup>**

(cadeau d'une valeur  
de 200€)



**Testez<sup>(3)</sup> les gratuitement chez vous, pendant 30 jours,**  
pour en ressentir tous les bienfaits dans votre quotidien.

# Vie du Mouvement



## Les outils mis à disposition des bénévoles par Générations Mouvement

### Pour aider les présidents, secrétaires et trésoriers :

- Guides PST (papier et en ligne).
- Le guide des réunions.
- Le guide des activités
- Le guide de l'assurance.



- Formations Ifra PST.
- Formations Saga compta.
- Fiche Nouveau président, les clés de la réussite ! ([www.ifra-gm.org](http://www.ifra-gm.org))
- L'Espace ressources sur le site national (accès avec un code Saga).



- Statuts type de club.

### Pour les administrateurs départementaux :

- Trombinoscope de l'équipe nationale.
- Le catalogue des formations de l'Ifra (en ligne).



- Formation Ifra AVS.
- Fiche « Nouvel administrateur : prenez le bon départ » ([www.ifra-gm.org](http://www.ifra-gm.org)).
- Le Blog des Responsables (abonnement aux notifications).



- Magazine trimestriel *Tambour Battant*.



Renseignement : [jmansuela@gmouv.org](mailto:jmansuela@gmouv.org)  
[sbarny@gmouv.org](mailto:sbarny@gmouv.org)

- disponible en ligne
- disponible à la commande



# mini QUIZ

## Quel type de bénévole êtes-vous ?

### 1. J'arrive à une mission de bénévolat et... ?

- A** Je fais le tour et je vois où ma super aide pourrait être utile !
- B** J'imagine déjà comment faire rayonner l'événement.
- C** Je dégaine mon planning et je commence à tout organiser !
- D** Je fonce sur le terrain et improvise dans la bonne humeur avec les moyens du bord !

### 2. Si vous deviez choisir votre super-pouvoir de bénévole :

- A** Téléportation pour être partout à la fois et gérer plein de projets en même temps !
- B** Superforce pour tenir physiquement et mentalement lors des missions difficiles !
- C** Rire Antistress pour détendre et motiver l'équipe en cas de stress.
- D** Charme Persuasif pour transformer les doutes en enthousiasme à chaque mot prononcé !

### 3. Quel est votre état d'esprit lors des réunions de préparation ?

- A** Je veille à ce que chacun ait bien compris ses tâches pour que tout se passe bien !
- B** J'aime être là pour partager mes idées et voir ce qui se passe, mais sans trop de pression.
- C** Je me focalise sur l'aspect pratique pour atteindre l'ensemble des objectifs.
- D** Je suis concentré(e), je prends des notes et je planifie chaque étape à l'avance.

### 4. Un participant a une demande un peu spéciale. Que faites-vous ?

- A** Je transmets la demande et fais patienter le participant en discutant avec lui.
- B** J'écoute avec attention et prends note pour voir ce que je peux faire sur l'instant.
- C** Je trouve un moyen et une personne pour y répondre et vérifie que tout est sous contrôle.
- D** J'envoie un sms sur le groupe de l'équipe pour trouver une solution ensemble !

### 5. Quand vous parlez de bénévolat, vous voyez ... ?

- A** Pleins de beaux projets à mettre en place en équipe
- B** Des défis à révéler plus ambitieux les uns que les autres
- C** De la convivialité, du partage et de l'entraide spontanée
- D** Des actions solidaires qui devraient être au cœur des préoccupations de notre société

### 6. Quel est votre accessoire indispensable lors de vos missions de bénévolat ?

- A** Mon énergie et mon sourire ! Si tout le monde s'amuse, la mission est réussie.
- B** Mon agenda et mon planning, bien sûr ! Organiser est la clé !
- C** Des baskets confortables et un café. Il faut être prêt à toute éventualité.
- D** Mon téléphone, pour prendre des photos, garder et partager des souvenirs.



## RESULTATS

### Majorité de A : Vous êtes le Bénévole Chef d'orchestre !

Vous adorez organiser et gérer chaque détail pour que tout se passe sans accroc. Vous gardez votre sang-froid dans toutes les situations.

### Majorité de B : Vous êtes le Bénévole Flexible et Fun !

Vous apportez de la bonne humeur et vous vous adaptez aux besoins du moment. L'important pour vous, c'est l'ambiance et la cohésion de l'équipe.

### Majorité de C : Vous êtes le Bénévole Héros du Terrain !

Vous aimez résoudre les problèmes sur place et aider de manière concrète. Rien ne vous arrête, vous êtes toujours prêt à donner un coup de main sans délai.

### Majorité de D : Vous êtes le Bénévole Connecté !

Vous gérez la promotion d'une main de maître. Vous savez comment faire briller un événement sur les réseaux sociaux et comment coordonner le tout à distance.



# Portrait de bénévole



## Hélène AUSSAGUES

Vice-présidente Fédération du Tarn,  
déléguée au Conseil départemental  
de la citoyenneté et de autonomie (CDCA)

### *Pouvez-vous vous présenter ?*

Originaire du Tarn, j'ai grandi dans une ferme familiale. Mon parcours professionnel a débuté dans les secteurs agricoles et de la tannerie, deux activités très présentes dans la région à l'époque. J'ai ensuite choisi de me consacrer à la restauration, où j'ai exercé pendant 37 ans au sein du lycée agricole de Lavaur.

### *Comment avez-vous connu Générations Mouvement ?*

C'est grâce au réseau de connaissances du club des aînés de Guitalens L'Albarède, auquel j'ai adhéré en 2006, que j'ai entendu parler de Générations Mouvement.

En 2009, je suis devenue présidente de ce club, et mon engagement s'est naturellement renforcé au point de devenir, en 2012 vice-présidente de la Fédération du Tarn. En parallèle de ma présidence, j'ai été amenée à représenter nos adhérents, notamment au sein du Conseil départemental de la citoyenneté et de l'autonomie (CDCA) et de la Commission d'agrément pour l'accueil familial.

### *Quelles sont vos principales missions ou tâches en tant que bénévole ?*

En tant que vice-présidente de la Fédération du Tarn, je suis présente pour les adhérents lors des manifestations, je représente leurs intérêts au sein du CDCA et je m'investis dans l'organisation de toutes nos manifestations départementales, de la conception à la réalisation.

### *Qu'est-ce qui vous a motivé à devenir bénévole ?*

J'ai toujours ressenti le besoin de m'investir pour les autres et de contribuer à améliorer le quotidien de ceux qui en ont besoin. C'est dans mes gènes.

Le bénévolat m'a semblé être une évidence pour donner du sens à mon engagement.

Être bénévole, c'est pour moi une manière de partager et de rendre à la société ce qu'elle m'a apporté. J'aime l'idée de créer du lien social et de faire partie d'une communauté solidaire.

### *Comment est l'ambiance générale au club ?*

L'ambiance au sein de l'association est véritablement familiale. Les réunions sont toujours un moment de partage et de bonne humeur, où chacun se sent écouté et respecté. Les nouveaux membres sont accueillis chaleureusement et bénéficient d'un accompagnement personnalisé.

### *Y a-t-il des compétences ou des qualités que vous avez développées grâce au bénévolat ?*

L'empathie, avoir une écoute active, une expression claire, et la capacité de s'adapter à différents interlocuteurs. J'ai l'esprit d'équipe et je sais respecter les autres ; j'ai appris à prendre des initiatives, à fédérer voire motiver les bénévoles. J'ai surtout acquis de la confiance en moi.

### *Quels conseils donneriez-vous à une personne qui souhaiterait se lancer dans le bénévolat ?*

En premier lieu, avoir de la disponibilité ! Puis, avoir l'envie de donner de son temps et de le partager.

*"J'ai eu la chance de collaborer avec Hélène sur de nombreux projets. Son énergie et son enthousiasme sont communicatifs. Grâce à son dévouement, nous avons pu mener à bien des actions qui ont fait une réelle différence dans la vie de beaucoup."*

Une adhérente du Club

Article de notre partenaire

NOTRE  
TEMPS



## Marcher au quotidien permet de gagner jusqu'à 11 années de vie

Vous cherchez une bonne résolution sportive à tenir sans effort à l'approche de la nouvelle année ? La recommandation de chercheurs australiens de l'Université Griffith pourrait vous inspirer : marcher le plus possible au quotidien est la clé non seulement pour entretenir sa forme, sa santé mais aussi pour gagner des années d'espérance de vie...

La marche est un geste acquis et maîtrisé depuis le plus jeune âge, à la portée de tous, pourtant sur le terrain, quand il s'agit de faire de cette activité physique, une habitude régulière bénéfique pour la santé, il en va tout autrement.

Posez-vous la question : « faites-vous réellement les 30 minutes de marche rapide par jour recommandées aux adultes de plus de 18 ans, au moins 5 jours par semaine, pour muscler votre endurance cardiorespiratoire ? »

Dans nos quotidiens trop sédentaires, nous sommes nombreux à se situer en-deçà de ces recommandations. Mais il n'est jamais trop tard pour se lancer, exhortent les chercheurs australiens. Les résultats sont prometteurs : pour les plus inactifs, prendre l'habitude d'une **simple promenade d'une heure pourrait potentiellement apporter un bénéfice d'environ six heures de vie supplémentaire**. Encore mieux, si les plus inactifs se mettaient au diapason des plus actifs, le gain pourrait monter à 11 années

d'espérance de vie pour les concernés, avancent les scientifiques.

Concrètement, cela signifierait quoi en termes de durée quotidienne ? Les chercheurs ont fait le calcul. Et la réponse pourrait calmer les ardeurs (ou poser un défi aux plus motivés) : cela équivaut à marcher un peu moins de trois heures par jour.

Pas forcément évident à caser dans son planning... Néanmoins, ces trois heures de marche peuvent aisément être remplacées par « n'importe quel type d'exercice », précisent les auteurs en guise de consolation.

Chacun jugera de la faisabilité d'augmenter plus ou moins son temps de marche en fonction de son emploi du temps.

Pour autant, cette étude a le mérite de rappeler qu'un mode de vie plus actif ruisselle de bienfaits sur la santé. Marcher plus (à l'instar de toute autre activité physique) chaque jour a un effet protecteur sur les maladies cardiaques, les accidents vasculaires cérébraux, certains cancers et d'autres maladies chroniques, insistent les Australiens.

Article d'Emilie Cailleau

Retrouvez l'article complet sur  
[www.notretemps.com/rubrique Santé, Bien-Être](http://www.notretemps.com/rubrique Santé, Bien-Être)

## OFFRE DE BIENVENUE aux adhérents Générations Mouvement



Bénéficiez d' **un an d'abonnement à tarif préférentiel**

à Notre Temps (32€) / Notre Temps Santé & Bien-Être (15€) /  
Notre Temps Jeux (32€)

Pour vous abonner depuis  
notre boutique, **scannez moi !**



**Vous pouvez également vous abonner :**

- Par téléphone au 01 74 31 15 03 avec le code **Z170096**
- Sur papier libre en écrivant à Notre Temps - TSA10047 - 59714 Lille Cedex 9 (renseignez Nom / Prénom / Coordonnées postales / Email / Téléphone / Magazine souhaité, en précisant le code **Z170096** et en adressant un chèque libellé à l'ordre de Bayard)



## Des guides mis à jour pour les présidents, secrétaires et trésoriers

Générations Mouvement repose sur l'engagement de milliers de bénévoles qui oeuvrent au quotidien pour faire vivre leurs associations. Les guides, conçus et réalisés par l'Institut de formation des responsables associatifs (IFRA), ont pour objectif d'aider les bénévoles, de leur permettre de s'investir dans les meilleures conditions et en toute sécurité.

### Des guides remis à jour en 2024

Les guides de l'Ifra sont conçus de manière pratique et concise, en tenant compte des réalités du terrain. L'ancienne version datant de 2016 a été mise à jour en 2024 et est désormais disponible en ligne et à la vente. Nous espérons que ces guides joueront un rôle clé dans le développement de l'ensemble du Mouvement.

### Sommaire des guides PST

Dans la version papier et en ligne, les chapitres sur le fonctionnement des associations, la présentation de Générations Mouvement et les aspects pratiques ont été regroupés. Seuls les rôles des Président, Secrétaire et Trésorier ont été traités indépendamment.

- Le fonctionnement des associations  
Générations Mouvement
- Le rôle du Président

- Le rôle du Secrétaire
- Le rôle du Trésorier
- Côté pratique.

Présidents de club, pour vous permettre de prendre connaissance des changements apportés, Générations Mouvement vous offre un exemplaire du guide Président joint à ce numéro de Tambour Battant.

N'hésitez pas à commander ces guides ! Pour cela prenez contact avec votre Fédération départementale qui enverra votre demande à la Fédération nationale. Vous avez la possibilité de consulter ces guides, sur votre téléphone, grâce au QR code ci-dessous.

<https://www.ifra-gm.org/guides-pst/>





DÉCOUVREZ  
NOS PLUS BELLES  
DESTINATIONS  
AU DEPART DE MARSEILLE



**MSC**  
CROISIÈRES

PARTENAIRE



**13% de remise !**

**MSC ORCHESTRA**  
**A PARTIR DE 513 €**



**MSC SPLENDIDA**

**A PARTIR DE 699 €**



**MSC GRANDIOSA**



**Réservation par téléphone**

**0170741156**



**Code de remise à communiquer**

**FR200349**

**Devis Groupe**

**Virginie**



**06 98 46 81 89**



**virginie.dang@croisieres-msc.fr**

**AVANTAGE SENIOR**  
**Pour les plus de 65 ans**

**Jusqu'à 10% de remise**  
**avec en cadeau un kit de bienvenue !**

**Aucune démarche en ligne, tout se**  
**fait par téléphone !**



## Mettre en place une démarche écoresponsable dans nos manifestations

Des enjeux comme ceux de la biodiversité et de la gestion des déchets sont l'affaire de tous. Les gestes écoresponsables du quotidien doivent trouver un prolongement dans nos activités de loisir. Ensemble, faisons notre possible pour réduire l'empreinte écologique de nos projets et sensibilisons notre public à l'environnement.

De nombreuses associations de notre Mouvement proposent des rencontres, des ateliers, des activités sportives ou culturelles et sont également organisatrices de manifestations. Notre charte précise que notre Fédération est actrice sur notre territoire et que nous devons nous engager dans une démarche de responsabilité sociétale (RSE).

Ces événements ont des impacts environnementaux, produisent des déchets, consomment de l'énergie, de l'eau et du papier, transportent des visiteurs et proposent de la restauration. Pour concilier manifestations et développement durable, les associations et notre Fédération doivent inciter le public à avoir des comportements plus responsables en le sensibilisant par l'exemple. Tous ces événements (kermesse, salon, concours de boules, journée rando) sont par nature éphémères et génèrent des impacts négatifs sur l'environnement.

Penser environnement dès les prémices de l'organisation, permet de ne pas abandonner certains engagements par manque de temps.

**Quelques pistes de réflexion pour écoconcevoir vos manifestations.**

- **Définir les objectifs écoresponsables de l'association** : identifiez les problématiques environnementales liées à vos événements. Quels aspects pouvez-vous améliorer à court et à long terme ? Sensibiliser votre équipe à ces objectifs.
- **Transformer vos lieux en espaces écoresponsables** : mettez en place des solutions comme des toilettes sèches pour économiser l'eau, des éclairages à faible consommation, et des conteneurs de tri clairement signalés (pictogrammes). Prévoyez le nettoyage du site.



- **Choisir les bonnes prestations techniques** : stands modulables, démontables et réutilisables, tentes et structures écologiques, décorations temporaire durable...
- **Inciter au covoiturage et à la mobilité douce** : favorisez l'utilisation des transports en commun pour réduire l'empreinte carbone des participants.
- **Opter pour une consommation durable** : privilégiez les produits locaux, de saison et issus de l'agriculture biologique. Réduisez les emballages plastiques en utilisant des contenants réutilisables ou compostables, comme des gobelets logotés Générations Mouvement.
- **Prioriser les supports numériques** pour l'information et la promotion (sites internet, newsletters). Utiliser divers canaux de

communication (réseaux sociaux, flyers, affiches, médias locaux) pour toucher un large public. Choisir des encres écologiques et du papier recyclé pour les impressions papier.

- **Rédiger un bilan et identifier les axes d'amélioration** pour les futurs événements. Établir et mettre en place des indicateurs de performance pour mesurer les progrès à réaliser.

En intégrant l'écoresponsabilité dès les premières étapes de l'organisation, vous pourrez concevoir des manifestations qui réduisent considérablement leur impact environnemental. Cette démarche se met en place selon le rythme et les ressources disponibles de chaque association.

## La Responsabilité Sociétale des Entreprises (RSE)

### **La RSE, c'est quoi ?**

C'est une démarche volontaire par laquelle les entreprises ou associations intègrent des préoccupations sociales et environnementales dans leurs activités commerciales et leurs relations avec leurs parties prenantes. En résumé, la RSE, c'est faire réaliser ses activités de manière responsable, en tenant compte de son impact sur les personnes et la planète.

### **Les 3 piliers de la RSE :**

- \* Pilier économique : créer de la valeur à long terme, en étant viable tout en respectant les personnes et la planète.
- \* Pilier social : favoriser les relations avec les parties prenantes (salariés, clients, fournisseurs, communautés), respecter les droits de l'Homme, promouvoir la diversité et l'inclusion.
- \* Pilier environnemental : réduire l'empreinte écologique, préserver les ressources naturelles, lutter contre le changement climatique.

### **Pourquoi la RSE est-elle importante ?**

- \* Pour la société : amélioration des conditions de travail, soutien aux communautés locales, protection de l'environnement.
- \* Pour l'association : amélioration de l'image de marque, fidélisation des clients, attraction de talents, meilleure gestion des risques.

### **Exemples concrets de RSE :**

- \* Tri des déchets, recyclage.
- \* Utilisation d'énergies renouvelables.
- \* Soutien à des projets sociaux.
- \* Promotion de la diversité au sein de l'association.

Vous souhaitez en savoir plus sur un aspect particulier de la RSE ? N'hésitez pas voir le site :

<https://www.orseo.fr/qu-est-ce-que-la-rse/>



# Concours



## Générations Actions 2025 : mettez en lumière vos initiatives solidaires !

Le concours « Générations Actions » de Générations Mouvement est de retour en 2025. C'est l'occasion de donner un coup de projecteur à vos initiatives locales et de valoriser vos actions solidaires qui renforcent le lien social et l'entraide. Générations Actions, c'est bien plus qu'un simple concours, en partenariat avec la Mutualité Sociale Agricole (CCMSA), c'est un véritable outil qui met en avant et soutien les idées audacieuses et les projets inspirants des bénévoles qui font une véritable différence dans nos communautés. Que vous soyez une association locale, une fédération départementale ou une union régionale, adhérente à Générations Mouvement, vos initiatives méritent d'être reconnues et soutenues !

### Un concours pour célébrer l'engagement bénévole en faveur du lien social

Culture, loisirs, activités physiques et sportives, intellectuelles ou artistiques, prévention santé, accès aux services, numérique, développement durable et bien plus encore...

Tentez de remporter l'un des prix et de bénéficier d'une aide allant jusqu'à 3 000 euros pour le développement de votre projet !

Toutes les initiatives peuvent prétendre à un prix, à condition de répondre à un ou plusieurs des critères suivants :

- **Originalité** : de l'action, de l'approche, des procédures...
- **Développement** : capacité du projet à accroître la visibilité de l'association, le nombre d'adhérents, à soutenir et encourager la création de nouvelles activités, nouvelle dynamique, synergies interclubs...
- **Relationnel** : capacité du projet à créer du lien et de la solidarité, à favoriser l'échange intergénérationnel pour lutter contre l'isolement social...

- **Innovation** : capacité du projet à faire appel à des outils et/ou procédés nouveaux...
- **Ouverture** : capacité du projet à faire appel à des partenariats nouveaux, à intégrer des non adhérents et/ou structure externes au Mouvement...

### Comment participer ?

Les dossiers de candidatures et le règlement du concours sont disponibles dans l'espace ressources sur [www.generations-mouvement.org](http://www.generations-mouvement.org). La date de limite de dépôt des dossiers est le **30 juin 2025**.

Les dossiers reçus seront examinés par un jury et les résultats annoncés au mois de septembre. Les prix seront remis en octobre au séminaire des présidents. Comme chaque année, nous publierons les actions dans notre *Tambour Battant* du mois de décembre 2025.

Renseignement : [jmansuela@gmouv.org](mailto:jmansuela@gmouv.org)

# MER - CAMPAGNE - MONTAGNE - HIVER



\*Sous conditions, hors ANCV, nous consulter.

## PARTEZ EN VACANCES AVEC CÉVÉO !

Découvrez des séjours spécialement conçus pour vous, en solo ou en groupe, dans des villages vacances chaleureux et conviviaux. Profitez d'avantages exclusifs sur des destinations mer, montagne et campagne.

### NOUVEAUTÉS 2025 :

- **Bormes-les-Mimosas** : Une escapade ensoleillée à deux pas des Îles d'Or sur la côte d'Azur Varoise.
- **Mesquer - Pays de Guérande** : Entre plages, marais salants et nature préservée.

### AVANTAGES FAMILLE

**10% DE REMISE**

+ Frais de dossiers Offerts  
avec le code : **GM10CVO**

#### SERVICE INDIVIDUELS

04 73 77 56 14  
reservation@ceveo.com

### AVANTAGES GROUPES

**5% DE REMISE**

+ 1 gratuité pour 25 participants  
+ Frais de dossiers Offerts

#### SERVICE GROUPES

04 73 77 56 15  
groupes@ceveo.com

**REPOSEZ-VOUS, EXPLOREZ  
ET CRÉEZ DES SOUVENIRS INOUBLIABLES.  
RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT !**



**WWW.CEVEO.COM/GM**



# Concours

## Concours culturels nationaux 2025 : mettez en valeur vos connaissances !

En 2025, Générations Mouvement vous invite à participer à trois concours nationaux de connaissances, dédiés à ses adhérents. Cette année, en plus des incontournables concours de Dictée et de Quiz, une nouvelle discipline fait son apparition : le concours de Scrabble Duplicate ! Venez relever le défi et partager un moment convivial dans le cadre enchanteur du Vaucluse.

### Trois concours : dictée, quiz et scrabble

Le traditionnel concours de Dictée nationale, un rendez-vous incontournable, se déroulera cette année dans le Vaucluse, chez notre partenaire Vacances Bleues, au Castel Lubéron d'Apt, du 16 au 19 juin 2025.

Ce concours est réservé aux finalistes départementaux. Mais ce n'est pas tout : ces finalistes pourront également s'inscrire aux concours de Quiz et de Scrabble Duplicate. Leur fédération devra alors acquitter un droit de participation pour un, deux ou trois concours. Les trois meilleurs participants à la dictée seront récompensés par Vacances Bleues, notre fidèle partenaire.

### Un séjour riche en découvertes

En marge des épreuves, profitez d'une visite guidée d'Apt, de la découverte de l'ôkhra – Écomusée de l'ocre, à Roussillon et de ce village emblématique du Lubéron.

2025 marquera un tournant avec l'arrivée du Scrabble Duplicate, qui rejoint désormais le Quiz national !

Ces deux concours sont ouverts à tous les adhérents de Générations Mouvement.

Que vous soyez un passionné de culture générale ou un amateur de jeux de lettres, venez tenter votre chance à Apt.

L'animation et le programme des excursions proposés durant ces trois jours seront les mêmes pour tous les participants, seuls changeront les jours et dates des épreuves.

Les épreuves en détail :

- Le Quiz comportera 45 questions écrites de culture générale.
- Le Scrabble Duplicate suivra les règles officielles de la Fédération Française de Scrabble, sous la supervision d'un arbitre qualifié.

Mileade et VVF récompenseront les meilleurs joueurs de ces deux compétitions !

### Comment participer ?

Rien de plus simple !

- Contactez la Fédération Générations Mouvement de votre département dès maintenant et avant le 7 avril 2025.
- Choisissez un, deux ou trois concours pour maximiser vos chances.
- Préparez vous à vivre une expérience unique dans une ambiance chaleureuse et festive !

Renseignement : [sbarny@gmouv.org](mailto:sbarny@gmouv.org)





# Partenariat

## Un nouveau partenaire pour vos voyages de groupes



Depuis 1998, l'agence Prométour à Paris, organise des voyages de groupes pour des collectivités, des associations, des fédérations de seniors, des comités d'entreprises au sein de son pôle « Loisirs ».

Pouvoir compter sur un interlocuteur fiable, disponible et qui comprend les objectifs de votre projet, tel est l'ADN de l'agence Prométour.

Ils mettent à votre disposition le talent et l'expertise d'une équipe soudée par la volonté de livrer un service impeccable à sa clientèle. C'est la raison qui, depuis près de 30 années, conduit leur action dans l'élaboration et la planification de vos projets de voyage et d'événements.

Une implantation sur deux continents leur a permis de tisser un réseau de partenaires qui partagent leur idée du service et qui sont résolus à vous offrir une expérience réussie.

Devis sur demande à Frank Gogat  
Responsable Commercial Voyages de Groupes  
Mobile : 07 44 96 45 69  
Téléphone : 04 88 60 72 61  
Mail : [frank\\_gogat@prometour.fr](mailto:frank_gogat@prometour.fr)  
<https://www.prometour.fr/>



## Les rendez-vous à ne pas manquer

**Vous avez jusqu'au 7 avril pour participer au Concours dictée, quiz et scrabble en vous inscrivant via votre Fédération départementale et jusqu'au 25 juillet 2025 pour vous inscrire au National de Péranque. Tous les renseignements sont disponibles sur le site [generations-mouvement.org](http://generations-mouvement.org) dans l'espace ressources.**





## *Un certificat médical est-il nécessaire pour pratiquer la randonnée au sein d'une association affiliée à Générations Mouvement ?*



Votre club, s'il n'est pas affilié à une fédération sportive, comme la majorité des associations de notre Mouvement, peut exiger un certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique du sport ou de la discipline concernée.

Il est important de noter que cette demande ne relève pas d'une obligation légale, mais constitue une condition fixée par le règlement interne du club. La fréquence de présentation du certificat médical est également définie par ce règlement.

Si vous avez fourni un certificat médical au cours des trois dernières années, celui-ci peut être remplacé par un Questionnaire de santé et l'Attestation de réponse au questionnaire de santé.

Le Questionnaire de santé permet de vérifier, l'absence de symptômes récents comme l'essoufflement, les douleurs thoraciques, les vertiges, ou les malaises, mais aussi, l'absence d'antécédents médicaux graves (cardiaques, respiratoires, etc.) et une condition physique générale stable sans limitation par une maladie ou un traitement médical.

Si toutes les réponses au questionnaire sont négatives, vous pouvez simplement remplir et signer l'attestation sans avoir à fournir un certificat médical. Si une ou plusieurs réponses sont positives, il est nécessaire de consulter un médecin pour obtenir un certificat médical. Vous pouvez accéder au Questionnaire de santé et à l'Attestation de réponse au questionnaire de santé sur la page suivante :

[https://www.saga-gm.org/organisation d'activites](https://www.saga-gm.org/organisation%20d'activites)



Editeur : Générations Mouvement - Fédération nationale ; association loi 1901, reconnue d'utilité publique ; immatriculée au registre des opérateurs de voyages IM075100069 et titulaire de l'agrément national des associations et/ou unions d'associations représentant les usagers dans les instances hospitalières et/ou de santé publique • Directeur de publication : Henri Lemoine • Rédaction : Jowana Mansuela, Thomas Sénéchal, André Trelluyer, Jean-Claude Philippe, Gérard Boissel, Muriel Vuillamy, Doudou Sow, Sophie Barny • Crédit photographique : Fédération nationale ; Fédération départementale de Saône-et-Loire ; Istockphotos, Pixabay, Pexels • Conception graphique et PAO : Sophie Barny • Régie publicitaire : Générations Mouvement - Fédération nationale, Michel Wasserfal - 01 49 42 46 06 - [mwasserfal@gmouv.org](mailto:mwasserfal@gmouv.org) • Dépôt légal : à parution • N° ISSN : 17712890 • Impression : Imprimerie Galaxy - 205 à 213, rue de Beaugé - ZAC du Ribay - CS22105 - 72021 Le Mans cedex 2 • Tirage : 6550 ex • Date de parution : mars 2025 • Numéro de parution : 83 - Tambour Battant : Le magazine de Générations Mouvement, Fédération nationale - Immeuble le Luminem, 19 rue de Paris - CS50070 - 93013 Bobigny Cedex - Tél. : 01 49 42 46 01 - e-mail : <https://www.generations-mouvement.org/contact/> site : [www.generations-mouvement.org](http://www.generations-mouvement.org)



En partenariat avec



VACANCES  
BLEUES

# Des lieux & des liens



Hôtel\*\*\* Royal Westminster à Menton

Avec **Vacances Bleues**,  
découvrez des  
**lieux d'exception**  
en **France** :

Hôtels, clubs et  
résidences 3 ou 4  
étoiles en France

## VOS AVANTAGES POUR VOS VACANCES

### EN INDIVIDUEL :

jusqu'à -15%  
avec le code **FNV**



**[vacancesbleues.fr](http://vacancesbleues.fr)**  
ou **04 91 00 96 30**

### EN GROUPE :

à partir de 15 personnes



contactez votre  
conseiller commercial  
Vacances Bleues :

**[groupe@vacancesbleues.fr](mailto:groupe@vacancesbleues.fr)**  
ou **04 91 00 96 98**



Kyoto, Japon

Partez à la découverte  
du monde avec  
les **Voyages  
Responsables**



# Toutes les GÉNÉRATIONS se retrouvent chez Azureva



RETROUVEZ TOUTES  
NOS DESTINATIONS



## SÉJOUR GROUPE

**15%** de remise  
**+ 1 GRATUITE**  
pour 20 adultes  
**04 84 312 312**

## SÉJOUR INDIVIDUEL

**-10%** sur votre séjour  
Code partenaire : **ER**  
*Cumulable avec certaines offres*  
**04 84 311 311**



**31** destinations  
en **FRANCE**