

Cette année, on se fait un cadeau au moral, à l'ego et à l'expérience de vie en offrant quelque chose à une association. Don d'argent, engagement de temps ou partage de compétences : que glisserez-vous sous votre beau sapin ?



TEXTE
CÉLINE FION
ILLUSTRATIONS
KLAAS
VERPLANCKE

JUSTES CAUSES

1 — Donner du temps

Relever ses manches
pour faire la différence.

«C'est du donnant-donnant, loin de tout esprit paternaliste.»

Le Petit Vélo Jaune, à Watermael-Boitsfort, offre aux familles en difficulté un accompagnement de proximité régulier et gratuit.

On dit parfois qu'il faut tout un village pour élever un enfant. Ce qui est certain, c'est que même avec la meilleure volonté et d'énormes qualités, quand l'isolement, la monoparentalité, la migration ou la précarité s'empilent, la tâche peut paraître insurmontable. Chaque bénévole du Petit Vélo Jaune se rend une fois par semaine dans une famille pour l'accompagner en fonction des besoins du moment. « On parle de coéquipier, car il y a une notion d'égalité. C'est du donnant-donnant, loin de tout esprit paternaliste, insiste Vinciane Gautier, coordinatrice. Il s'agit d'un binôme entre quelqu'un qui est noyé à un moment de sa vie et quelqu'un qui a du temps et de l'énergie à lui consacrer. Parfois, la visite portera sur des tâches administratives, des conseils d'organisation, un tour du quartier pour présenter les services qui existent. Et parfois, l'urgence sera de boire un thé avec une maman qui vient de passer la pire nuit de sa vie et aura besoin d'écoute. Il faut en quelque sorte être ce bon voisin que la personne n'a pas eu la chance de rencontrer. » De quoi permettre aux parents de reprendre leur souffle, dans un cadre non institutionnel. Difficile de promettre une visite par semaine durant un an ? Dès janvier, l'association recrutera aussi des « coéquipiers animation » qui consacreront cinq ou six après-midis à jouer et sortir avec une famille pour lui transmettre leurs astuces du quotidien pour s'amuser ensemble.
petitvelojaune.be

Et aussi...

Veiller sur la nature

Natagora agit en Wallonie et à Bruxelles pour redéployer un maximum la biodiversité. Engagement à long terme via un groupe local qui programme des actions de sensibilisation, aide ponctuelle en répondant présent lors d'une journée de gestion de réserve ou collecte de données ornithologiques via le portail observations.be : chacun décide comment s'investir.
natagora.be

Effectuer des livraisons

Lancé durant le premier confinement, le mouvement citoyen #poureux avait essaimé dans plusieurs villes de France et de Belgique. Son ambition : apporter des repas et gourmandises préparés par des particuliers à des sans-abri. Très dynamique à Bruxelles, il se réorganise et propose la collecte de vivres chez des particuliers afin de les redistribuer via des ASBL déjà actives sur le terrain. Il suffit de disposer d'un vélo, d'une voiture ou d'un deux-roues pour devenir livreur (entre 17 et 20 heures).
facebook.com/pg/PourEuxBruxelles

Accueillir provisoirement

Afin de devenir un bon guide pour personne déficiente visuelle, le chiot doit grandir dans un environnement adapté. Au sein d'une famille, il va apprendre à aller au supermarché, prendre les transports en commun, etc. Le Centre belge pour Chiens-guides cherche des foyers prêts à accueillir un petit chien durant quatorze mois ou juste pour les vacances (chienguide.be). Alors que les refuges sont surchargés, on peut également se proposer pour accueillir provisoirement un animal abandonné, le temps qu'il soit adopté.
poilsetmoustache.be, catrescue.be, refugeapa.be... et autres.

Devenir parrain/marraine

Le Ricochet met en place un parrainage civique pour booster l'inclusion et la participation sociale d'une personne porteuse d'une déficience mentale. Pour y participer, il suffit de s'engager à rencontrer une fois par mois son ou sa filleul(e), le temps d'une activité de loisir qui plaît à chacun. Organisation de rendez-vous, déplacements en transport en commun, maintien du lien : derrière les rencontres mensuelles, se cachent de nombreux pas vers une plus grande autonomie.
ricochetasbl.be

Alimenter le bien manger

Alimenterre, à Louvain-la-Neuve, entend donner accès à chacun à une alimentation saine et bio. L'épicerie solidaire cherche des volontaires (dès 4 heures par mois) pour s'occuper du frigo solidaire, animer des ateliers de sensibilisation ou donner un coup de main à l'épicerie. Pas besoin d'être un expert irréprochable du zéro déchet : « Nous nous sensibilisons tous un peu plus chaque jour, c'est aussi l'intérêt de travailler ensemble », décomplexe Flore Jacquemin, stagiaire de l'association.
alimenterre.be

2 — Donner de l'argent

Pour s'engager ici et maintenant, même modestement.



«Le camping-car doit être remplacé. L'avenir du concept dépend donc des dons.»

Depuis 2016, Rolling douche permet aux personnes sans domicile fixe d'accéder à un point d'eau et à de l'intimité, pour se laver. L'association a aujourd'hui besoin d'un soutien financier pour continuer à exister.

Vous avez peut-être déjà repéré cet étonnant véhicule, stationné à proximité d'une place ou d'une gare bruxelloise. C'est le camping-car de Rolling douche, un véhicule équipé pour offrir aux SDF un point d'eau personnel, le temps d'un moment intime. « La fille d'un ami m'a parlé d'un service d'hygiène mobile parisien qui fonctionnait bien. J'avais travaillé dix-sept ans dans le social, j'avais du temps, je suis allé rencontrer la présidente et on a lancé ça chez nous, se souvient Pascal Biesemans. Des structures de douches en dur

existaient à Bruxelles mais ce n'est pas anodin de quitter son carton, on a voulu aller à la rencontre des personnes sans-abri. » L'accès à l'hygiène est indispensable à l'insertion, et la douche constitue un prétexte pour créer du lien : « Les gens savent qu'ils peuvent nous faire confiance, on est là à l'heure, par tous les temps, raconte l'éducateur social. On apprend à les connaître. S'ils demandent une couverture, on s'arrangera pour l'avoir la fois suivante, on connaît le réseau, on peut les aiguiller. Notre objectif est également de leur permettre d'accéder à un logement. » Après quatre ans et 5 000 douches, le camping-car acheté d'occasion doit être remplacé, d'autant qu'il ne répond plus aux normes environnementales. « L'avenir du concept dépend donc de dons. »

rollingdouche.wixsite.com/monsite

Et aussi...

Sauver Noël

Exceptionnellement, les hottes de l'association Ce soir, c'est Noël se sont vidées dès le printemps, quand quatre-vingts tablettes ont été offertes à des maisons de repos afin de permettre aux pensionnaires de garder des liens avec leurs proches durant le premier confinement. Alors que la vente de goodies est impossible en ce moment, l'association qui envoie le Père Noël au chevet de personnes hospitalisées cherche des fonds et promet une distribution grandiose.

cscn.be

Assurer une protection

BruZelle lutte contre la précarité menstruelle grâce à des distributions discrètes de serviettes hygiéniques. Tout au long de l'année, elle récupère des paquets de protections périodiques — ainsi que des trousses cousues par des bénévoles — avant de les donner lors de maraudes, de les déposer dans les prisons ou les maisons d'accueil de femmes victimes de violences... De nombreux points de collecte étant fermés, des dons en espèces sont nécessaires pour alimenter le stock via des achats en magasin.

bruzelle.be

Permettre une vie sociale

Non, on n'est pas obligé de participer à des ateliers de bricolage quand on veut se faire des amis et que l'on est un ado en situation de handicap moteur ou mental. En voyant leurs enfants grandir, deux mamans ont lancé No Limit 4 us, organisant des activités qui donnent vraiment envie quand on a entre 15 et 25 ans. Faire une fête, aller au ciné, au restaurant, partir en vacances en bande ; les sorties sont ouvertes aux jeunes valides et nécessitent parfois de gros investissements logistiques (achat de fauteuil adapté pour participer à une course...).

nolimit4us.com

Soutenir un projet original

Le financement participatif a le vent en poupe, et on trouve sur les grandes plates-formes telles que Ulule ou KissKissBankBank des projets associatifs en quête de participations financières. Pour soutenir spécifiquement des projets belges à impact positif, rendez-vous sur Growfunding. Actuellement, on peut par exemple donner un second souffle au repair café de Flémalle qui souhaite se relancer, ou permettre à Woman'Dô de poursuivre ses missions aux côtés des femmes exilées victimes de violence.

growfunding.be

Faciliter l'après-cancer

Parmi les défis que doivent relever les personnes atteintes d'un cancer, celui du retour au travail est souvent minimisé. Travail & Cancer sensibilise les employeurs et propose des coachings individuels pour que la reprise se passe dans les meilleures conditions. Partant du constat que les salariés ayant subi cette maladie ont développé des compétences valorisables professionnellement, l'ASBL joue la carte de l'empowerment. Elle accompagne également les proches devant combiner travail et présence auprès du malade.

travailetcancer.org

Ça ne coûte rien

- Toutes les associations le disent : un **partage sur les réseaux sociaux ou de vive voix** avec de futurs donateurs, bénévoles ou potentiels bénéficiaires a beaucoup de valeur.

- Regarder des vidéos publicitaires via l'**appli GiveActions** durant ses moments d'attente pour faire gonfler la cagnotte d'une ASBL.

- L'idée de **Solikend.com** ? Proposer une nuit dans un chouette hôtel, puis reverser le montant du séjour à la cause de son choix.

- Pour tout achat effectué avec la **Mastercard (gratuite) Goodpay**, 5 centimes sont reversés à NewB et une organisation membre.

- Avant de passer commande sur les sites d'Hema, Asos, Decathlon, Booking, etc., un passage par le tunnel d'achat **shop2hero.com** fera en sorte qu'un pourcentage (en moyenne 5,5%) ira dans les caisses d'une ASBL choisie.

En chiffres

Un repas au resto (30 euros/mois) =

garantir la scolarité d'une fille et contribuer à son accès aux besoins de base via un parrainage Plan International (1000girls.be).

Un livre de poche (7 euros/mois) =

le traitement d'un patient atteint du VIH (msf-azg.be).

Une place de cinéma (10 euros) =

20 cordes à sauter envoyées dans des camps de réfugiés ou des écoles via une HappyBox de unicef.fr.

Une pâtisserie (2,50 euros) =

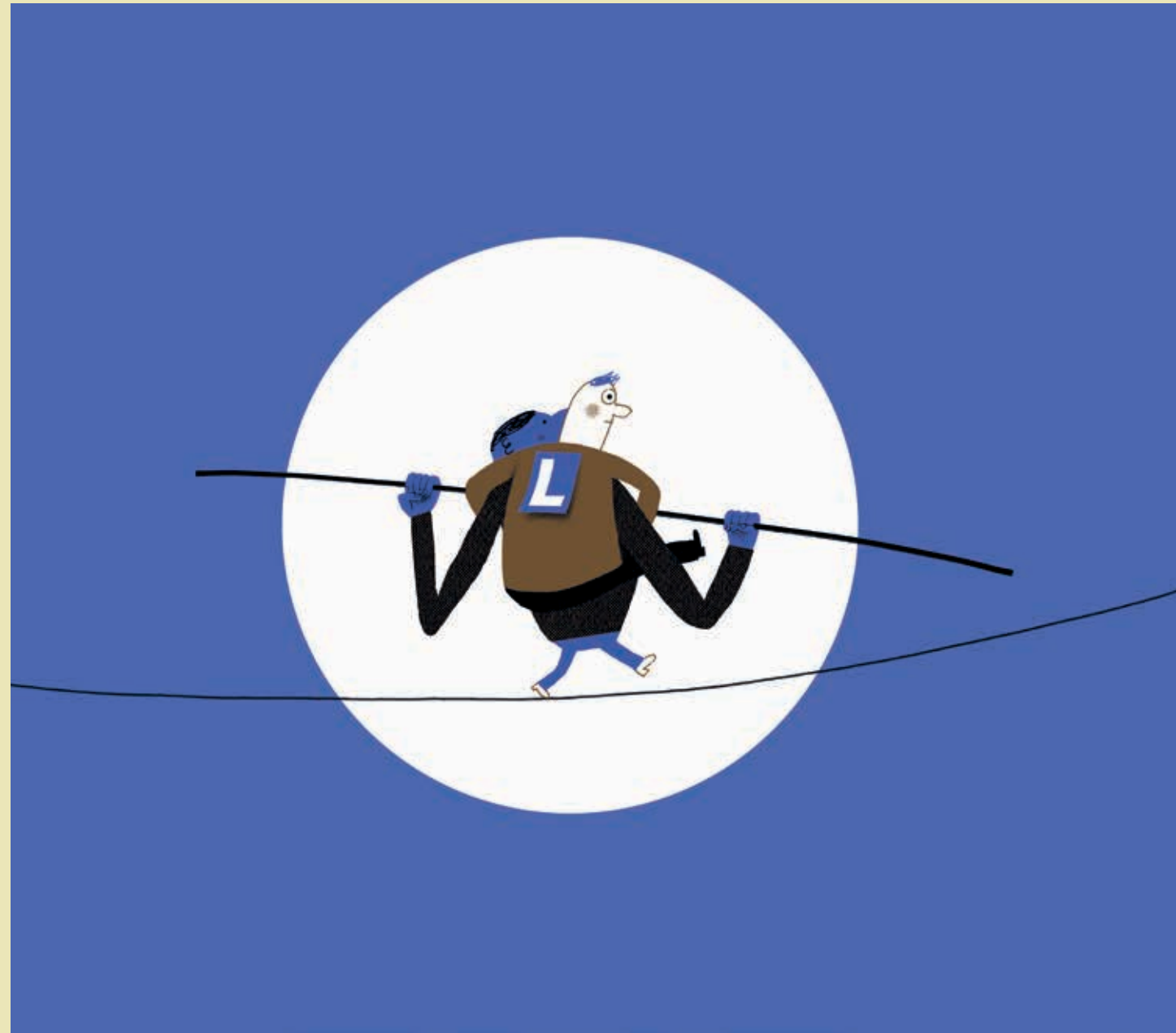
un repas offert par l'association Deux Euros Cinquante à des personnes en grande précarité.

40 euros

c'est le montant minimum du don pour bénéficier d'un avantage fiscal, tandis que 60% de la somme pourront être déduits sur vos revenus 2020 (contre seulement 45% autrefois).

3 — Donner un savoir-faire

Utiliser ses compétences, pour être solidaire.



« Donner confiance, rassurer, coacher de manière individuelle. »

L'idée de Duos de CHOQ : mettre en place des duos pour aider des jeunes chercheurs d'emploi dans leur quête, souvent ardue, d'un job à leur mesure.

Qui voudrait débarquer sur le marché de l'emploi dans le contexte actuel ? En Wallonie Picarde, le programme Duos de CHOQ associe un jeune à la recherche d'un premier emploi et un mentor, afin d'aider à passer ce cap essentiel. Un réseau, une connaissance du milieu pro et un accompagnement bienveillant peuvent faire la différence. « Cela va au-delà de la relecture d'un C.V., explique André De Graeve, directeur du CHOQ. Souvent, il est aussi question de donner confiance, rassurer, coacher de manière individuelle pour identifier un projet cohérent. Le mentor fait en sorte que le

junior ne se sente pas seul face à ses démarches, à des refus ou à l'absence de réponse des employeurs. » Autrefois réservée aux retraités, l'action s'associe désormais à des bénévoles actifs. « En moyenne, il faut prévoir une disponibilité de quatre à six heures par mois, évalue le directeur. Les duos se forment en fonction des compétences. Quelqu'un qui connaît le fonctionnement des tests Selor, par exemple, sera d'une grande aide pour un candidat qui se prépare à ces concours souvent stressants. » Duos de CHOQ entend passer prochainement la barre des cent emplois obtenus suite à un accompagnement. Notons que l'équipe est basée à Tournai. Mais pour les Liégeois et Bruxellois, Duo for a job (duoforajob.be) propose également du coaching intergénérationnel. choq.be

Et aussi...

Bricoler solidaire

Fée de l'électricité ou Luigi des plomberies ? Engagez-vous auprès des Compagnons dépanneurs, présents dans toute la Wallonie. L'ASBL intervient aux côtés des personnes les plus démunies pour dessiner un cadre de vie décent via de petits et grands travaux dans les logements. Pas besoin d'être un as du bricolage : de nombreux services sont requis, depuis le jardinage jusqu'aux transports vers la déchetterie en passant par la revalorisation de meuble, le tamisage ou les travaux de peinture.

compagnonsdepanneurs.be

Crocheter du lien

Il y a huit ans, une jeune Danoise a croché une pieuvre pour son bébé prématuré, avant de réaliser que, s'agrippant aux tentacules, son enfant en couveuse semblait apaisé et tirait moins sur sa sonde. La mère a rendu public le patron de ce doudou magique et depuis 2014, le projet vit en Belgique via des personnes « relais » qui vérifient la sécurité de chaque ouvrage et déposent les pieuvres dans les services de néonatalogie. Tutoriels, recommandations et astuces sur le site Web.

petitepieuvresensationcocon.weebly.com

Equiper informatiquement

Tous les foyers ne sont pas égaux face à l'accès aux outils numériques, les deux confinements l'ont rappelé. L'association de Braine-le-Château Solidarité informatique sans frontières n'a pas attendu la crise pour prendre le problème à bras-

le-corps. Depuis 2006, ses bénévoles récupèrent du matériel pour lui offrir une seconde vie. Pas besoin d'être ingénieur pour donner un coup de pouce, mais bien sûr, les personnes ayant des connaissances spécifiques s'avèrent très utiles pour reconditionner certaines machines.

<https://sisf.ovh>

Ecouter les soignants

Stress, peur, colère, culpabilité, insomnies, fatigue émotionnelle extrême... Les difficultés rencontrées par les soignants et acteurs du soin ne disparaissent pas à la fin de la journée de travail. Psyformed leur offre des rendez-vous confidentiels en visio ou par téléphone. Seuls les psychologues, psychiatres ou médecins diplômés en psychothérapie peuvent répondre aux appels. L'association recherche néanmoins d'autres profils pour traduire le contenu de la plate-forme, collecter des informations pertinentes qui pourraient aider les psys, gérer l'organisation, etc.

psyformed.com

Vendre ses talents

Celles et ceux qui possèdent un talent particulier peuvent mettre leurs précieuses compétences à profit via une levée de fonds. Vendre des pâtisseries ou ses créations couture, organiser un défi sportif parrainé, un concert ou une chasse aux trésors, mettre en place une visite guidée de sa ville, céder un service aux enchères... Les possibilités sont infinies et peuvent servir à soutenir l'association de son choix. Exemple : la Fondation contre le cancer, qui met à disposition un manuel complet pour faciliter les démarches.

cancer.be

Bon à savoir

- Les sites giveaday.be et levolontariat.be proposent des informations concrètes sur le volontariat et publient des annonces d'associations en quête de bénévoles avec la possibilité de filtrer par région, centres d'intérêt...

- Avant d'effectuer un don ou pour découvrir de nouvelles associations, un petit tour s'impose par donorinfo.be, plate-forme indépendante qui veille à la transparence des organisations.