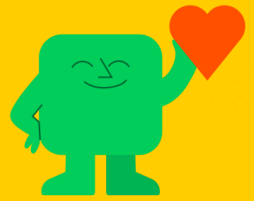


Le temps
c'est bien plus
que de l'argent

Tendre l'oreille
c'est tendre la main

Une écoute 7 jours sur 7
et 24 heures sur 24

MINISTÈRE DE LA SANTÉ, DES FAMILLES, DE L'AUTONOMIE ET DES PERSONNES HANDICAPÉES

Santé publique France

Union Nationale Prévention Suicide

Fédération Française pour les liens sociaux

Aide en santé Label qualité

www.sosamitie.org

SOS Amitié ANGERS

• Répondre présent •

Projet associatif S.O.S Amitié Angers - Saumur pour 2026-2030

SOS Amitié
ANGERS

• Répondre présent •

Sommaire

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN

SOS Amitié
ANGERS

Qui sommes-nous ?

- Notre mission
- Notre histoire
- Nos valeurs
- Nos convictions
- L'apport de notre association

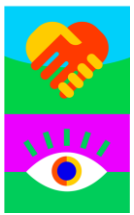
Où en sommes-nous ?

- Nos forces et nos points de vigilance
- Notre contexte

Où voulons-nous aller d'ici 2030?

- **Notre cap**
- **Nos priorités**
- **Les actions que nous voulons développer**

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN



SOS Amitié
ANGERS

1 . Qui sommes-nous ?

• Répondre présent •

Notre mission

Les écoutants bénévoles de S.O.S Amitié accueillent 24h/24, chaque jour de l'année, la parole de toute personne qui traverse une période difficile et qui ressent le besoin d'être écoutée :

au téléphone : 24h/24h

en chat : de 13h à 3h

en messagerie : réponse sous 48h

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN

SOS Amitié
ANGERS

• Répondre présent •

Notre histoire

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN

1953 : Création à Londres par CHAD VARAH :

- Prêtre anglican, bouleversé par plusieurs suicides dans sa paroisse, il publie dans la presse locale une annonce : « *Avant de vous suicider, téléphonez-moi à MAN 9000* » « *Il vous est possible de parler à quelqu'un* »

1961 : Création en France de la première association locale « l'Amitié », située à Boulogne Billancourt

- A l'origine, un groupe d'humanistes, variés, ouverts : le PDG du Bazar de l'hôtel de ville, le président de la fédération des protestants de France, le président du secours catholique, le grand rabbin de France, des médecins psychiatres du service d'hygiène mentale de Paris

1965 : Création par les associations locales de la Fédération Nationale et qu'elles prennent le nom de « S.O.S Amitié »

1967 : Reconnaissance d'Utilité Publique

1976 : 1ère version de la Charte et livre blanc de la formation

1979 : Création de l'association d'Angers

1997 : Création du 1er site internet national

2005 : Mise en place de l'écoute par messagerie

2007 : Mise en place de l'écoute par « Chat »

2011 : Création de l'antenne de Saumur

2020 : Mise en place de l'écoute à domicile (notamment pour palier le confinement)

SOS Amitié ANGERS

Nos valeurs

- L’absence de jugements et de conseils
- L’anonymat et la confidentialité
- L’empathie et la solidarité
- L’accueil inconditionnel : aconfessionnel et apolitique

SOS Amitié ANGERS

Nos convictions - SOS Amitié Angers-Saumur

La qualité d'écoute, comme pierre angulaire de notre engagement

- La qualité de l'écoute implique nécessairement une formation exigeante qu'elle soit initiale ou continue. C'est un préalable auquel notre Association Locale est très attentive.

L'ouverture, comme état d'esprit

- La recherche d'une adaptation réelle aux évolutions de la société
  - Au-delà de la formation à l'écoute centrée sur la personne, l'association d'Angers propose également des apports sociologiques récents pour s'adapter aux évolutions de la société
  - L'ouverture à l'écoute par « chat » et messagerie

L'éthique et l'humanisme, comme postulat

- Un lien d'humain à humain, chaque bénévole étant seul dans une pièce lorsqu'il écoute
- Une grande place donnée au travail en équipe
  - Groupes d'échange et de partage
  - Commissions dédiées à la vie associative
  - Réflexions ouvertes au conseil d'administration
- Le sens de la responsabilité dans notre écoute et notre lien à la société

SOS Amitié ANGERS

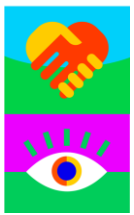
L'apport de notre association

ÉCOUTER UN ACTE CITOYEN

SOS Amitié ANGERS

Aux appelants	Aux écoutants	A la société
Être accueillis sans aucun jugement, par une écoute anonyme et bienveillante **Exister** en tant que personne, reconnue dans sa souffrance et ses singularités Nouer un **lien humain**	**Faire partie d'une équipe** : être dans une relation d'échange et de solidarité entre écoutants **Être accompagnés** dans l'écoute par des psychologues de partage et par la formation continue **Apprendre sur soi** et s'enrichir grâce aux échanges avec les appelants Améliorer **son écoute de l'autre**	Contribuer, grâce à nos statistiques, aux orientations des politiques publiques de **prévention en santé mentale** **Répondre présent** lorsque les autres structures d'aide ne sont plus là : nuit, week-end et périodes de vacances scolaires Être des **adultes repères** auprès de certains jeunes, le temps d'un appel.

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN



SOS Amitié
ANGERS

2 . Où en sommes-nous ?

Notre écoute et notre engagement
Nos forces

- La **motivation des bénévoles** et la capacité des écoutants à se remettre en cause et à progresser
- Un **cadre fédérateur** qui permet d'accueillir la diversité des écoutants
- Un process de **recrutement exigeant et rassurant,** avec notamment un premier entretien basé sur l'échange
- Une **formation** initiale et continue **de grande qualité** s'appuyant sur un référentiel fédéral commun; conjuguant l'éthique, l'humanisme et l'efficacité avec des intervenants variés, de très bon niveau; mais aussi de l'auto-formation via des partages et des écoutes entre pairs
- Un **accompagnement des nouveaux écoutants** par des parrains et marraines
- Une **solidarité** forte **entre les bénévoles** qui s'exprime lors de différents temps de rencontre: partages autour d'un psychologue clinicien, sessions de formation continue, moments de convivialité,…

SOS Amitié ANGERS

Notre écoute et notre engagement
Nos points de vigilance

- **La motivation des écoutants**, notamment par rapport aux appels répétitifs, mais aussi face à un sentiment parfois d'impuissance et à la solitude au moment de l'écoute
- **Le respect des engagements** d'écoute et tout particulièrement la capacité à honorer les **plages de nuit**
- L'engagement des bénévoles dans **la vie de l'association au-delà de l'écoute**: dans la communication, les différentes commissions et le Conseil d'Administration
- La difficulté à **convaincre de nouveaux candidats** à s'engager au sein de l'association
- **Une notoriété à développer** pour générer des candidatures spontanées
- **Les financements publics** qui risquent de diminuer à l'avenir

SOS Amitié ANGERS

Notre contexte

- **Un environnement social et sociétal anxiogène**
- **De plus en plus d'appels** : 3 856 000 en 2025 : +3,2% par rapport à 2024
- **Des pouvoirs publics qui sont de plus en plus sélectifs et exigeants** dans leur soutien financier aux associations
- **Un rapport au bénévolat qui évolue, toutes associations confondues**

Extrait de l'enquête de France Bénévolat réalisée en 2025 :

- *L'engagement selon les profils de personnes*
  - *Les moins de 25 ans s'engagent de plus en plus dans le bénévolat : ils sont 23% en 2025 contre16% en 2010*
  - *L'engagement des 35-49 ans reste stable à 18% en 2025 : il était de 17% en 2010*
  - *L'implication des 50-64 ans se stabilise à 18% depuis 2022, mais elle était à 26% en 2010*
  - *La baisse la plus significative se constate chez les 65 ans et plus : ils sont 24% à être engagés en 2025, alors qu'ils étaient 38% en 2010*
  - *Depuis 2019, on voit également une diminution dans les territoires ruraux : elle est de 6 points, contre 3 points en moyenne*
- *Ce qui pourrait conduire les personnes au bénévolat :*
  - *La relation personnelle prime, surtout chez les plus âgés.*
  - *Les réseaux sociaux ne font pas recette, sauf chez les moins de 35 ans*
  - *Les plateformes sont peu citées, même par les plus jeunes*
- *Les nouveaux bénévoles demandent plus de flexibilité et « d'horizontalité »*

ÉCOUTER UN ACTE CITOYEN

SOS Amitié ANGERS

3 . où voulons-nous aller d'ici 2030 ?

SOS Amitié ANGERS

Notre cap 1/3

- **Continuer à garantir la qualité de notre écoute en tenant compte de l'évolution de la société et des appelants**
  - Valoriser l'exigence de la formation qui offre un cadre rassurant pour les appelants, mais aussi pour les écoutants

  - <u>Objectif quantifiable</u>
    - Améliorer le taux de présence aux partages et aux formations continues

- **Assurer notre contribution 24h/24 et 7J/7 par le recrutement et l'engagement des bénévoles**
  - Faire prendre conscience des enjeux autour de ces écoutes
  - Les valoriser par le partage des pratiques

  - <u>Objectifs quantifiables</u>
    - Progresser dans l'écoute de nuit et du week-end
    - Mettre en place 1 action de mobilisation par an

ÉCOUTER UN ACTE CITOYEN

SOS Amitié

Notre cap 2/3

- **Accroitre le rayonnement de l'association**
  - Amplifier notre présence auprès des municipalités qui nous soutiennent
  - Développer l'antenne de Saumur
  - Rester en veille sur la possibilité d'ouvrir une antenne à Cholet

  <u>Objectifs quantifiables</u>
  - Augmenter notre participation à des événements et à la vie sociale des villes qui nous soutiennent et impliquer les bénévoles dans ces actions
  - A Saumur : augmenter le nombre de bénévoles et trouver d'ici 4 ans un local spécifique SOS Amitié, en adéquation avec l'augmentation espérée du nombre des bénévoles

- **Diversifier les financements de l'association**
  - Particuliers : poursuivre l'action testée par le Conseil d'Administration d'envois d'appels aux dons auprès de nos relations familiales et amicales et l'élargir à tous les adhérents
  - Entreprises : continuer à solliciter des partenariats

  <u>Objectifs quantifiables</u>
  - Financer de nouvelles actions de communication et de développement
  - Garantir un résultat financier à l'équilibre

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN

SOS Amitié
ANGERS

Notre cap 3/3

- **Faire association**
  - Œuvrer au bien être et à l'épanouissement des bénévoles
  - Chercher le bon équilibre des rencontres pour favoriser la convivialité
  - Proposer une information sur la vie de l'association facile d'accès pour les bénévoles
  - Continuer à participer à la vie de la Fédération Nationale

  <u>Objectifs quantifiables</u>
  - Augmenter la durée d'engagement des écoutants
  - Accroître le nombre et la diversité des bénévoles présents aux manifestations auxquelles participe l'association d'Angers/Saumur
  - Organiser le Congrès National en 2029

SOS Amitié ANGERS

Communication : nos priorités

- Développer la **notoriété** de l'association
- Accentuer l'efficacité de notre communication, notamment sur les **réseaux sociaux**
- Optimiser nos **messages**
- **Impliquer** tous les bénévoles dans la communication

SOS Amitié ANGERS

Communication : nos actions

- Trouver des étudiants susceptibles de nous aider dans une démarche de calcul de notoriété : IRCOM, ESPL, ...
- Participer à des actions de communication externe, mieux utiliser les réseaux sociaux, les plateformes, les «groupes prescripteurs» (CHU, CESAME …), les entreprises organisant des temps de préparation à la retraite, par une communication plus ciblée notamment auprès des actifs
- Réécrire nos annonces avec l'aide des retours des candidats sur la façon dont ils ont connu l'association
- Impliquer tous les membres dans la communication
- Lister les avantages que l'on retire à l'écoute S.O.S Amitié en recueillant les témoignages des écoutants, sous forme d'une courte vidéo ou montage images à diffuser largement : Facebook, stands ...
- Faire prendre conscience des engagements de l'écoutant en utilisant la fiche de mission de l'écoutant sur les stands, lors des entretiens de recrutement,…

SOS Amitié ANGERS

Recrutement : nos priorités

- **Maintenir** le nombre d'écoutants à **Angers**
- **Développer** le nombre d'écoutants à **Saumur**
- Recruter des écoutants qui **s'engagent durablement** dans l'association

SOS Amitié ANGERS

Recrutement : nos actions

- Impliquer les bénévoles pour qu'ils parlent de S.O.S Amitié et donnent éventuellement envie à des personnes de leur entourage de rejoindre l'association

- Instaurer une relation privilégiée avec un contact référent
  - Le bénévole S.O.S Amitié qui a échangé avec une personne sur une manifestation, la recontacte quelques jours après, avant que la commission recrutement organise l'entretien

- Pendant l'entretien
  - Continuer à privilégier l'expression des candidats dans un échange informel où les bénévoles présents témoignent de ce que S.O.S Amitié leur apporte à titre personnel
  - Proposer la revue S.O.S Amitié à la fin de l'entretien

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN

SOS Amitié
ANGERS

Formation : nos priorités

Pour la formation initiale :

- Proposer une formation toujours plus **complète et diversifiée**
- **Mieux articuler** formation théorique et formation pratique

Pour la formation continue :

- Viser au mieux **les besoins des écoutants**

SOS Amitié ANGERS

Formation : nos actions

ÉCOUTER
UN ACTE
CITOYEN

SOS Amitié
ANGERS

Pour la formation initiale

- Favoriser les entrées multiples pour la richesse de la formation (rogérienne, psychologique, sociologique ou sciences humaines)
- Optimiser la formation et le positionnement des double-écoutants
- Proposer des double-écoutes internet et des double-écoutes de nuit
- Préciser l'engagement des parrains ou marraines auprès des nouveaux écoutants
- Initier les nouveaux bénévoles aux outils de notre communication interne

Pour la formation continue

- S'appuyer sur les thèmes récurrents repérés par les psychologues lors des partages
- Varier les intervenants et identifier des partenaires locaux
- Mieux utiliser nos outils d'évaluation et de synthèse
- Identifier les différentes formations proposées par des organismes extérieurs : ARS, Ville d'Angers, associations partenaires qui pourraient intéresser les bénévoles et organiser leur participation

Vie de notre Association Locale : nos priorités

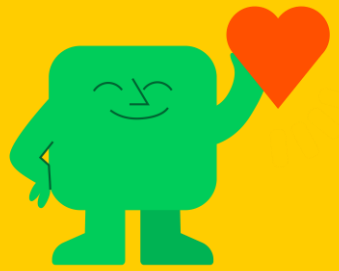
- Stimuler **l'engagement des écoutants** notamment pour les écoutes de nuit
- Être attentif au **bien être des bénévoles**
- Développer une **vie associative** riche et équilibrée

SOS Amitié ANGERS

Vie de notre Association Locale : nos actions

- Accueillir : faciliter l'accès au poste pour les personnes à mobilité réduite, accueillir les bénévoles qui arrivent en cours d'année
- Informer : à chaque moment de convivialité prévoir quelques minutes d'information de la part d'une commission, de la Direction de Poste et/ou de la Présidence
- Connaître les attentes des bénévoles : lancer une enquête individuelle auprès des écoutants
- Accompagner les bénévoles sur la durée : une réunion annuelle des promos de 4 ans et plus
- Mettre en valeur les écoutes de nuit et de week-end par exemple par des témoignages d'écoutants de nuit ou l'organisation d'un marathon de l'écoute
- Equilibrer les moments de convivialité

SOS Amitié ANGERS



Tendre l'oreille c'est tendre la main

Aide en santé
Label qualité

www.sosamitie.org

S.O.S AMITIÉ FRANCE
83 Boulevard Arago
75014 PARIS

SOS Amitié
ANGERS

• Répondre présent •