

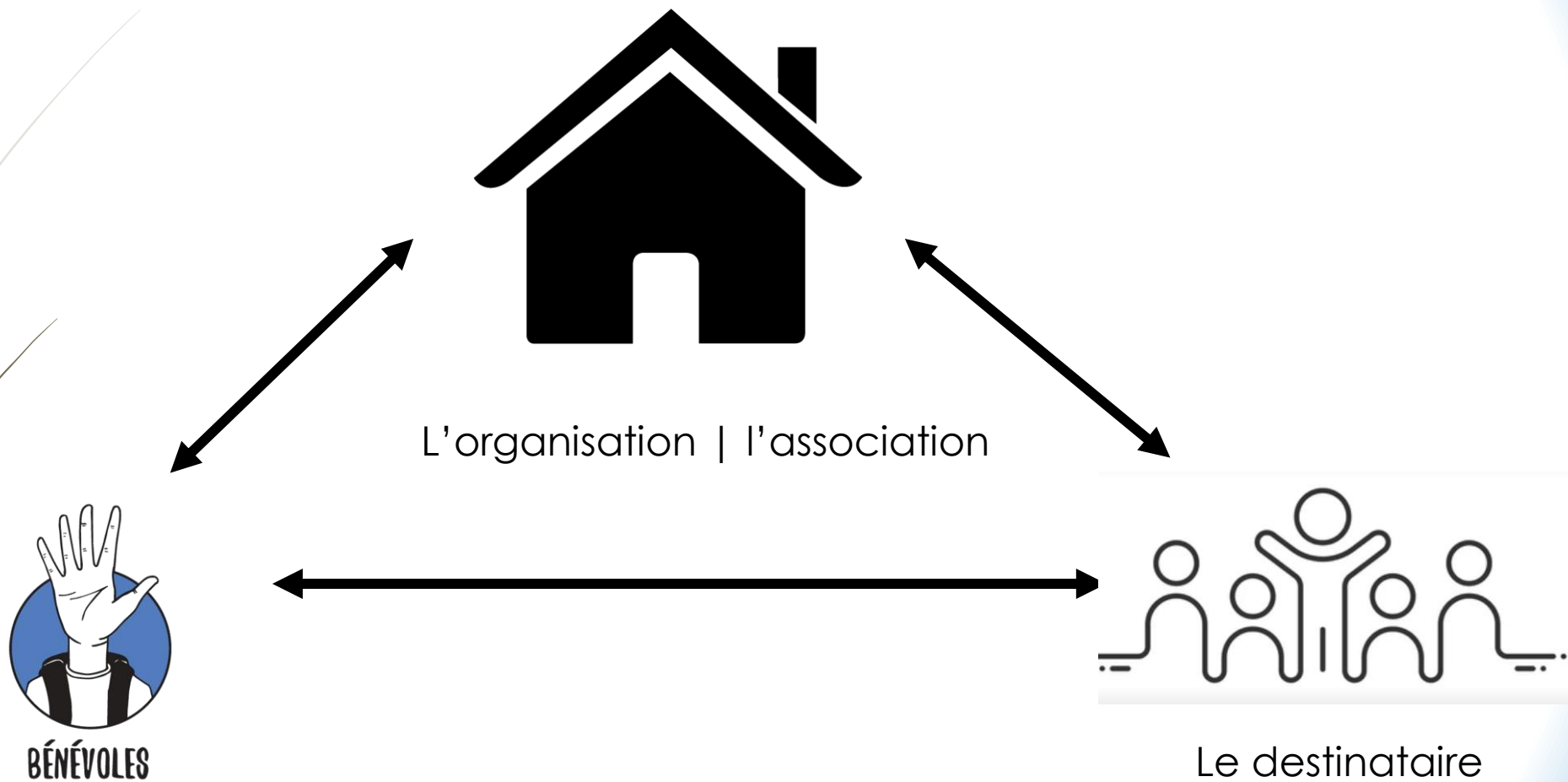
# Le Bénévolat

dimanche 25 janvier 2026

# Bénévoles Valais-Wallis : c'est quoi?

- Association faîtière cantonale du bénévolat
- Mission : soutenir, promouvoir et développer le bénévolat à l'échelle cantonale
- Moyens :
  - **Plateforme en ligne** pour faciliter la mise en relation entre les organisations et des bénévoles
  - Visibilité à travers des présentations publiques, les médias locaux et les réseaux sociaux – **Facebook, Insta et LinkedIn**
  - Catalogue de **formations** à l'attention des bénévoles, des responsables de groupes et des comités bénévoles
  - **Journée Cantonale des bénévoles** - 5 décembre
  - Soutien personnalisé des organisations membres selon les situations
  - Echange d'informations, réseautage, documents et recommandations

# Le bénévolat organisé/formel



# Bénévoles Valais-Wallis en quelques chiffres

- Un comité de 7 membres présidé par Mme Christine Müller-Ulrich



- 1 responsable administratif et 1 secrétaire générale  
au total 1.0 équivalent plein-temps



- Plus de **500** bénévoles trouvés chaque année grâce à notre plate-forme en ligne
- Plus de **230** organisations membres qui gèrent...  
...plus de **10'000** bénévoles !

Le bénévolat, ça sert à quoi ?

**LA solution pour occuper  
vos prochaines 40 années**

# Le bénévolat, ça sert à quoi ?

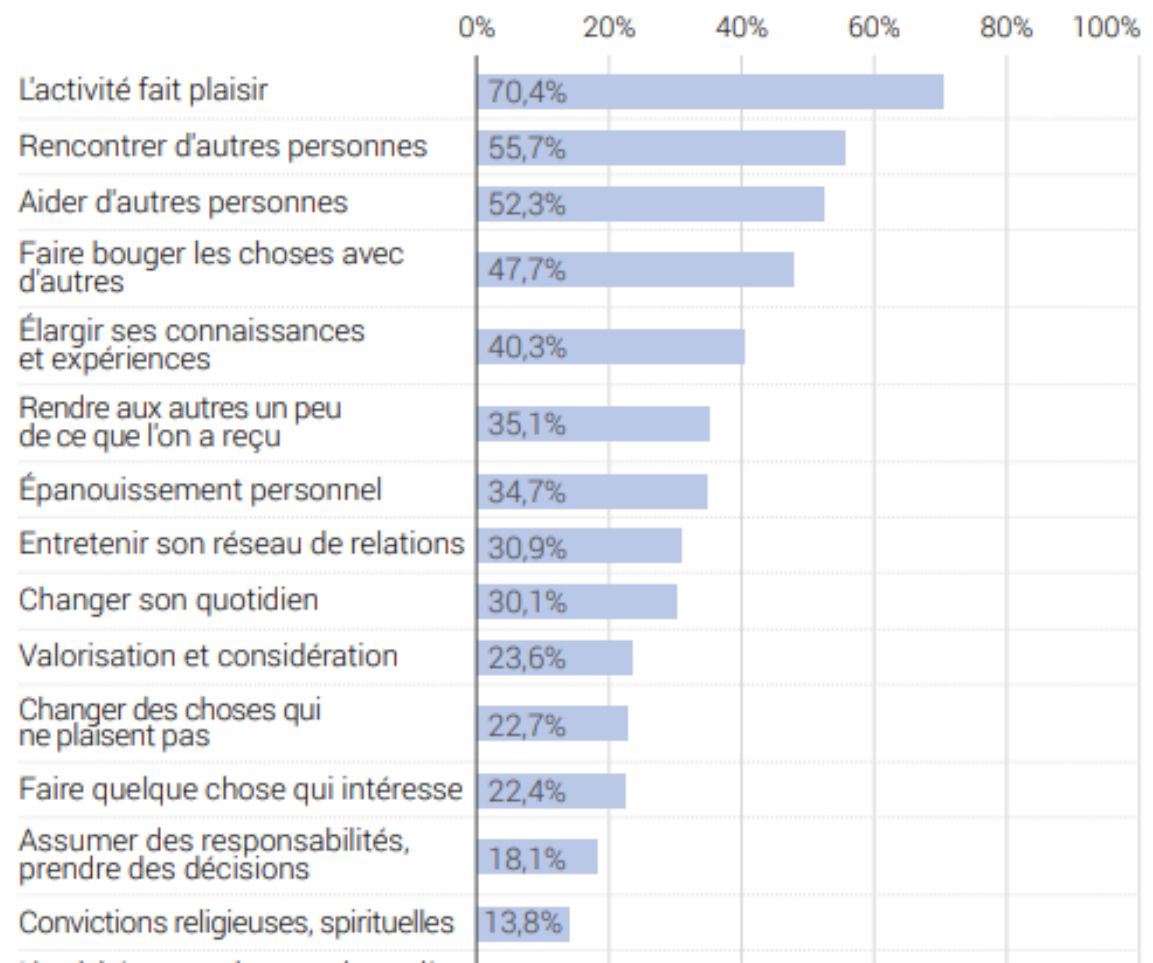
« Il est presque impensable d'imaginer la Suisse sans travail bénévole. Qu'il s'agisse des organes et postes politiques et publics, des organisations d'aide et des églises, des acteurs sociaux, des nombreuses activités de loisirs, du domaine des soins ou de l'entraide de voisinage : partout, **le travail bénévole joue un rôle central. Sans engagement bénévole, l'un des piliers de notre vie en collectivité s'effondrerait.** »

(Rapport de l'observatoire du bénévolat en Suisse, 2020)

# Motivation des bénévoles en Suisse

590 millions d'heures sont consacrées chaque année au travail bénévole en Suisse.

Observatoire du bénévolat en Suisse, rapports de 2020 et 2025



# C'est quoi un bénévole ?

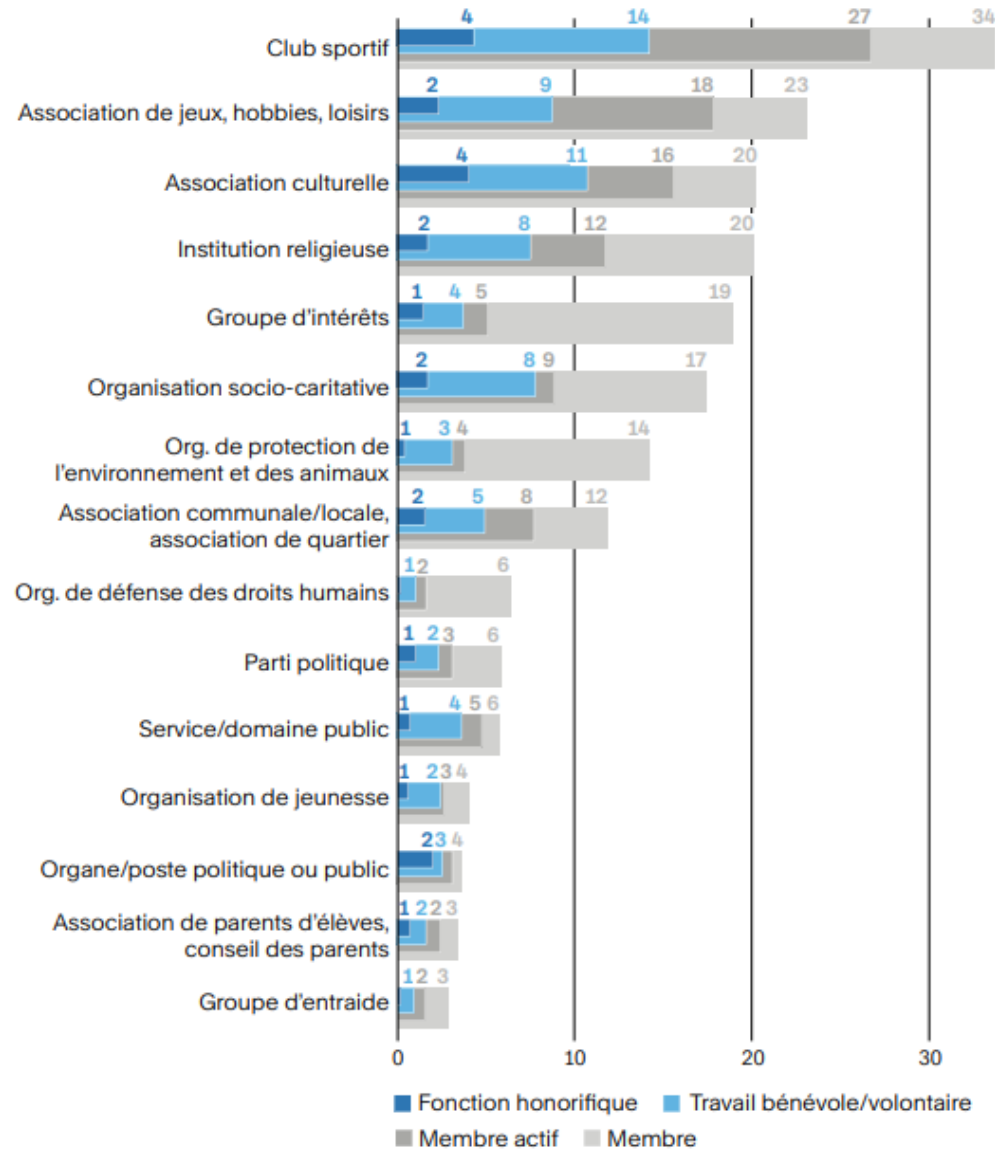
➤ L'image du bénévolat dans l'imaginaire collectif...



➤ En réalité: missions diverses et variées !







## Engagement bénévole dans les associations et organisations par domaine

Observatoire du bénévolat 2025

# Quelques exemples

- Assurer le ravitaillement pour une course pédestre
- Aider pour l'entretien des animaux d'un refuge
- Préparer les jeux et conseiller les membres dans une ludothèque
- S'engager en tant que membre de comité d'une association
- Faire de la conversation en français avec des personnes migrantes
- Livrer des repas à domicile pour un CMS
- Participer au montage et au démontage d'une manifestation culturelle
- Faire des travaux de secrétariat pour une association
- Etc.

# Comment trouver l'engagement bénévole qui me convient ?

[www.benevoles-vs.ch](http://www.benevoles-vs.ch)



The screenshot shows the homepage of the website 'benevoles valais-wallis'. The header features the logo 'benevoles valais-wallis' and a background image of hands stacked together. Below the header is a navigation bar with links: 'BÉNÉVOLES VALAIS | ACTIVITÉS BÉNÉVOLES | ORGANISATIONS MEMBRES | ÉVÈNEMENTS | FORMATIONS' and a language selector 'FR | DE'. The main content area has three columns. The first column has a blue box with the text 'NOUS SOMMES UNE ORGANISATION' and an icon of a hand pointing to a person icon. The second column has a dark blue box with the text 'JE SUIS BÉNÉVOLE' and an icon of a hand pointing to a person icon. The third column has a section titled 'QUI SOMMES-NOUS ?' with a paragraph of text and a blue button labeled 'Boîte à outil des organisations' with a right arrow icon.

**benevoles valais-wallis**

BÉNÉVOLES VALAIS | ACTIVITÉS BÉNÉVOLES | ORGANISATIONS MEMBRES | ÉVÈNEMENTS | FORMATIONS FR | DE

**NOUS SOMMES UNE ORGANISATION**

**JE SUIS BÉNÉVOLE**

**QUI SOMMES-NOUS ?**

Bénévoles Valais-Wallis est une association faîtière cantonale de proximité, visible et innovante. Elle est au service de ses membres et la référence pour un bénévolat de qualité

**Boîte à outil des organisations**

## RECHERCHER UNE ACTIVITÉ BÉNÉVOLE



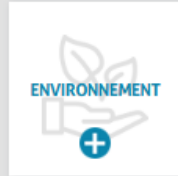
CULTURE



SANTÉ/SOCIAL



SPORT



ENVIRONNEMENT

## NOUVELLES ACTIVITÉS BÉNÉVOLES

### 22ÈME RALLYE DU CHABLAIS

Aigle (Vaud)  
Annuel

Rallye International du  
Chablais



### BÉNÉVOLES – BARS DU CARNAVAL DE SAINT-MAURICE 2026

Grand-Rue, 1890 Saint-  
Maurice

Carnaval de St-Maurice

Mission ponctuelle sur un ou  
plusieurs créneaux entre le  
13 et le 15 février 2026.



### RECHERCHE AIDE POUR HÉRISSONS

Saxon ou chez vous  
Selon vos disponibilités, mais  
engagement à long terme  
après la formation.

Association Tombapic



[Toutes les activités bénévoles](#)

## RECHERCHER UNE ACTIVITÉ BÉNÉVOLE

Tous les domaines ▼  
Bas-Valais ▼  
Toutes les régions  
Bas-Valais  
Haut-Valais  
Valais Central

Toutes les catégories ▼  
Recherche par mots-clés  
Rechercher

ACTIVITÉ	ORGANISATION
22ÈME RALLYE DU CHABLAIS Aigle (Vaud) Annuel	Rallye International du Chablais >
50ÈME CORRIDA D'OCTODURE DU 14.11.2026 - MARTIGNY Martigny 1 x par année	Corrida d'Octodure >
ACCOMPAGNEMENT À UNE ACTIVITÉ EXTRA-SCOLAIRE Collombey Hebdomadaire Tous les mardis	Fondation la Chaloupe >
ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL D'UNE PERSONNE MALVOYANTE Monthey Environ 1x par semaine 1h	Pro Senectute Valais >

## AIDE POUR L'ENTRETIEN DES ANIMAUX ET TRAVAUX DE BRICOLAGE

**Organisation:****Refuge La Bouche qui rit****Description de l'activité:**

L'entretien consiste à abreuver, nourrir et nettoyer les parcs et abris des animaux. Il n'y a pas de prérequis et notre équipe sur place se fera un plaisir de former les nouveaux bénévoles. Nous recherchons aussi des bons bricoleurs pour nous aider dans divers travaux hors entretien des animaux ! Le travail dans un refuge n'est pas de tout repos, est ingrat, physique et fatigant... Mais qu'est-ce qu'il est bénéfique ! Être à l'air libre, entourés d'animaux pour lesquels vous donnez de votre temps, de gens sympathiques et d'une super ambiance : ça aide à garder le moral et qu'est-ce que c'est gratifiant !

**Lieu:**

Saxon

**Date:**

Dès que possible

**Horaires:**

Equipe de matin : 08:30-09:00 à 14:00 environ  
Equipe du soir : 16:00 à 18:00.

**Type d'engagement:**

Régulier

**Fréquence:**

Selon vos disponibilités.  
L'entretien des animaux se fait tous les jours de 08:30-09:00 à 14:00 environ et de 16:00 à 18:00.

**Prérequis:**

Aucun

**Défraiement:**

-

**Personne de contact:**

Wendy Pichard 079.157.54.60

**Domaine:**

environnement

**Région:**

Bas-Valais

[Je m'intéresse à cette activité bénévole](#)

Vous êtes ici > Organisations membres > Liste des membres > Corrida d'Octodure > 50ème Corrida d'Octodure du 14.11.2026 - Martigny

## 50ÈME CORRIDA D'OCTODURE DU 14.11.2026 - MARTIGNY

Organisation:	Corrida d'Octodure
Description de l'activité:	Course pédestre dans le centre de Martigny pour enfants et adultes - écoles et entreprises
Lieu:	Martigny
Date:	Dès que possible
Horaires:	vendredi 13.11.2026 de 18 h 00 à 20 h 00 Samedi 14.11.2026 de 8 h 00 à 19h30 possibilité d'être bénévole une partie du temps.
Type d'engagement:	Occasionnel
Fréquence:	1 x par année
Prérequis:	--
Défraiement:	ravitaillement sur place (sandwich et boisson) dès 18 h 45 - 19 h 00 "Raclette à votre bon coeur"
Personne de contact:	Terrettaz Jean-Pierre - Rue des Finettes 27 - Martigny Mobile 079 606 26 53 et email <a href="mailto:jpterrettaz@bluewin.ch">jpterrettaz@bluewin.ch</a>
Domaine:	sport
Région:	Bas-Valais

[Je m'intéresse à cette activité bénévole](#)

# [www.benevoles-vs.ch](http://www.benevoles-vs.ch)

Nom:

Prénom:

Localité:

E-Mail:

Téléphone:

Message:



Veuillez recopier le code du dessus

> Envoyer



"Si le bénévolat n'est pas payé ce n'est pas parce qu'il ne vaut rien mais parce qu'il n'a pas de prix."

> Sherry Anderson

Merci pour votre  
attention...  
et votre futur engagement !