



## CARTECULTURE : ROMPRE L'ISOLEMENT ET RECRÉER DU LIEN

Une démarche simple, pour un changement bien réel.



**Yann Roduit**  
Directeur de Caritas Valais



## Edito

La précarité ne se résume pas à des difficultés financières. Elle se manifeste aussi par l'isolement, l'épuisement ou la perte de repères. Pour y répondre, Caritas Valais propose un éventail de prestations, dont une nouvelle venue, la prestation « Désistance », pour accompagner des personnes dans leur retour à la vie sociale après un mandat pénal. Notre prestation de Conseil éducatif soutient les parents lorsque le quotidien familial devient trop lourd à porter. La CarteCulture, enfin, permet à des personnes aux revenus modestes de continuer à participer à la vie culturelle, sportive et sociale.

En 2025, Caritas Valais a été très sollicitée. Grâce au soutien de nos généreux donateurs, ce sont 319 personnes, pour un montant de 112'200 francs, qui ont été soutenues. Derrière ces chiffres, une même approche guide notre action : prévenir plutôt que réparer, agir dans la proximité et respecter la dignité de chacun.

Offrir un espace d'écoute, recréer du lien, redonner une place dans la société : c'est ainsi que, jour après jour, Caritas Valais lutte contre la précarité et l'isolement social. Parce que chaque parcours compte.



## Reprendre place dans la société, ensemble.

**Caritas Valais propose une nouvelle prestation destinée à accompagner des personnes à un moment clé de leur parcours : le retour dans la société après un mandat pénal. Cette offre, dénommée « Désistance », s'inscrit pleinement dans la lutte contre la précarité et l'isolement social que mène Caritas au quotidien.**

Cette nouvelle prestation s'adresse à des adultes suivis par le Service cantonal d'application des peines et mesures (SAPEM), notamment dans le cadre d'une probation ou à l'issue d'une détention. La participation repose sur une démarche volontaire.

La désistance est un processus progressif. Elle ne se résume pas à l'absence de récidive, mais implique de retrouver des repères, un rythme de vie et des relations sociales en dehors du cadre pénal. L'approche valorise les ressources, les qualités et les compétences des personnes concernées. Elle se concrétise notamment par l'organisation régulière d'activités collectives : sorties dans la nature, moments conviviaux, activités culturelles ou sportives. Ces temps partagés favorisent les rencontres, renforcent le sentiment d'appartenance et contribuent à rompre l'isolement. Les activités sont gratuites, accessibles sans engagement contraignant et se déroulent dans un cadre sécurisant, respectueux et non jugeant.

Complémentaires aux suivis existants, ces activités créent un lien entre la fin d'un mandat

pénal et un retour progressif à une vie sociale ordinaire. La prestation s'inscrit ainsi dans une logique de prévention à long terme, en misant sur le lien social comme facteur de stabilité durable.

Cette offre est désormais proposée par Caritas Valais dans le cadre d'un mandat confié par l'Etat du Valais.



**Marie Waldis**  
Responsable de la prestation « Désistance »



**CarteCulture:**  
redonner une place,  
pas seulement un rabais.

Demandez  
la vôtre!

**Aller au théâtre, inscrire son enfant à une activité sportive, visiter un musée ou simplement partager un moment de loisir en famille : pour beaucoup, ces gestes du quotidien sont évidents. Pour d'autres, ils deviennent progressivement inaccessibles. En Valais, la CarteCulture, portée par Caritas, agit précisément là où le lien social menace de se rompre. N'hésitez pas à la demander !**

Aujourd'hui, plus de 3'200 personnes bénéficient de la CarteCulture en Valais. Grâce à un réseau de plus de 175 partenaires – institutions culturelles, structures sportives, offres de loisirs, de formation ou d'activités familiales – elle ouvre l'accès à une grande diversité de propositions sur l'ensemble du territoire cantonal. Cette variété est essentielle, car elle permet à chacune et chacun de trouver une activité qui correspond à ses envies, à son âge et à sa situation.

La précarité concerne aujourd'hui un nombre croissant de personnes, y compris actives professionnellement, dont le revenu ne suffit

plus à couvrir l'ensemble des besoins, ni l'accès à la culture ou au sport. La CarteCulture s'adresse ainsi aux personnes et aux familles disposant de revenus modestes et leur permet de bénéficier de rabais de 30 % à parfois 100 % sur une large palette d'activités de loisirs. Pourtant, de nombreuses personnes éligibles n'ont pas encore demandé la carte, « par crainte d'être stigmatisées, par lassitude face aux démarches ou parce qu'elles relèguent la culture ou le sport, au second plan lorsque les moyens manquent », explique Pierre-Antoine Pannatier, responsable de la CarteCulture chez Caritas Valais.

Or, la CarteCulture n'est pas qu'une question de rabais. Elle permet à des personnes de ne pas se sentir exclues. Ce n'est pas seulement un soutien économique, c'est une reconnaissance. Elle permet souvent de franchir à nouveau les portes d'un théâtre, d'une salle de concert, d'un cinéma, d'une enceinte sportive... En redonnant accès à des moments vécus seul, en couple ou en famille, la CarteCulture aide à rompre l'isolement, à recréer du lien social et à se sentir pleinement partie prenante de la vie culturelle, sportive et sociale. Ces expériences ont un impact réel sur le bien-être et l'estime de soi.

**Demander la CarteCulture, c'est se donner l'opportunité de prendre pleinement part à la vie valaisanne.** Une démarche simple, pour un changement bien réel.



**Pierre-Antoine Pannatier**  
Responsable de la CarteCulture

### \* Comment obtenir la CarteCulture ?

Les bénéficiaires reçoivent un courrier de la Caisse cantonale de compensation leur permettant de s'inscrire en ligne via le site : [www.carteculture.ch/valais](http://www.carteculture.ch/valais). Une fois accordée, la carte doit être renouvelée chaque année, tant que le droit aux subsides LAMal est reconnu.



**3'250**  
bénéficiaires

**+170 offres**  
formations, cinémas, piscines, sports,  
spectacles, musées, éducation, etc.

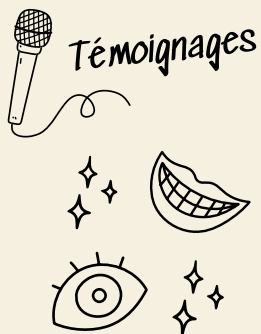
**30% à 100%**  
de réduction sur les prestations  
proposées



« Grâce à la CarteCulture, mes enfants ont pu vivre des expériences formidables ! »

Après avoir reçu un courrier m'informant que j'avais droit à la CarteCulture, j'ai décidé de faire la démarche. Grâce à ce soutien, mes enfants ont pu vivre des expériences formidables, comme des projections avec La Lanterne Magique ou un camp nature avec le WWF, des activités qui n'auraient pas été possibles sans cette aide. Lors d'une balade à Lausanne, j'ai réalisé que la CarteCulture offrait également des rabais dans des commerces et des lieux accessibles aux bénéficiaires de Caritas. C'est vraiment un dispositif précieux !

Daiana Héritier



## Hérisson sous gazon : un festival pour partager la culture, sans barrières

« En devenant partenaire de la CarteCulture, nous affirmons notre volonté de faire partie d'un réseau engagé pour une culture ouverte et proche des gens. Si nous pouvons, à travers notre festival, offrir des moments de bonheur et de découverte à des enfants et des parents qui en ont le plus besoin, alors nous aurons pleinement rempli notre mission. »

## FC Sion : favoriser l'inclusion sociale à travers le sport

« Le partenariat avec la CarteCulture Caritas Valais s'inscrit naturellement dans les valeurs du FC Sion. Il nous permet de rendre le football plus accessible et de favoriser l'inclusion sociale à travers le sport. Soutenir cette initiative, c'est contribuer à offrir des moments de partage et d'émotion à celles et ceux qui en ont le plus besoin. »

# Éducation : quand demander de l'aide devient une force.



**Chaque année, une trentaine de familles font appel au service de Conseil éducatif de Caritas Valais. Les parents y trouvent un soutien ponctuel lorsque le quotidien familial devient trop lourd à porter. Michèle Comby dispense cette prestation au sein de Caritas Valais.**

**Michèle Comby, quels sont les motifs les plus fréquents de consultation ?**

Les difficultés liées à l'adolescence reviennent souvent, mais aussi celles concernant les enfants de 3 à 6 ans qui sont dans la phase d'opposition.

**Voyez-vous émerger de nouvelles difficultés ?**

Elle constate que les questionnements autour des écrans, les difficultés à mettre un cadre et de le faire respecter, ainsi que le trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité sont plus présents, parce que les situations sont mieux identifiées. Ces diagnostics permettent de comprendre les besoins des enfants et d'apporter un soutien plus adapté aux parents.

**À quel moment les parents demandent-ils de l'aide ?**

Ils viennent, souvent dans l'urgence, lorsqu'ils n'arrivent plus à sortir de leurs difficultés, mais aussi lorsqu'ils sont épuisés face à une situation qui n'évolue pas. Dans de nombreux cas, une ou deux séances suffisent pour amorcer un

changement. Dire « je ne sais plus comment faire » demande du courage et beaucoup d'humilité.

**Qu'est-ce que les parents expriment le plus souvent après une consultation ?**

Lorsqu'ils partent, beaucoup me disent que ça leur fait du bien d'avoir simplement été écoutés. Ils se rendent aussi compte qu'ils ne sont pas les seuls à avoir des problèmes, que ceux-ci sont souvent liés aux stades de développement de l'enfant ou de l'adolescent et qu'il y a souvent une solution à ceux-ci. C'est très soulageant et déculpabilisant.

**Quel message adresser aux parents hésitants ?**

Rencontrer des difficultés éducatives arrive à tout le monde. Ici, nous offrons des outils pédagogiques, mais surtout un espace de partage bienveillant et sans jugement. A noter que les consultations sont gratuites.



# CARTECULTURE

Retrouvez plus de 170 offres disponibles en Valais et 4'200 au total dans toute la suisse.

De 30 à 100% de réduction sur de nombreuses prestations.



*carteculture.ch/valais*

# FAIRE UN DON

[www.caritas-valais.ch](http://www.caritas-valais.ch)

IBAN CH73 0900 0000 1900 0282 0



# CARITAS Valais Wallis | 50

Nous aidons les personnes en détresse et les familles qui résident en Valais.



## BOUTIQUE DE SION

Rue de Loèche 19  
1950 Sion  
027 323 35 02

### LUNDI AU VENDREDI

8h30 - 12h  
13h15 - 17h30

SAMEDI  
9h - 13h

## SIÈGE CARITAS VALAIS

Rue de Loèche 19  
1950 Sion  
027 323 35 02

## ANTENNE DE MONTHEY

Avenue de l'Industrie 14  
1870 Monthey  
027 323 35 02

## ANTENNE DE BRIG

SCHULDENBERATUNG  
Viktoriastrasse 15  
3900 Brig  
027 927 60 06

## GEWALTBERATUNG

Matzenweg 2  
3900 Brig  
027 924 88 02

