



MINISTÈRE
DES SPORTS,
DE LA JEUNESSE
ET DE LA VIE ASSOCIATIVE

*Liberté
Égalité
Fraternité*

DIRIGEANT BÉNÉVOLE SPORTIF



INTRODUCTION

Le bénévolat sportif occupe une place essentielle dans la vie des associations et des clubs sportifs. Il permet d'accueillir, d'organiser, de transmettre et de faire vivre une culture de partage et de convivialité. Aujourd'hui, cette réalité évolue : les profils se diversifient, les attentes changent, et chacun cherche des formes d'engagement compatibles avec son rythme de vie. Les associations et les clubs sportifs doivent donc apprendre à renouveler, accompagner et reconnaître celles et ceux qui donnent de leur temps.

Être bénévole, c'est avant tout un choix libre. C'est décider de s'engager pour les autres. Cet engagement peut être régulier, ponctuel, lié à une compétence ou à la gouvernance d'une association ou d'un club. Il s'adapte désormais à des vies plus mobiles et parfois plus chargées.

Le vécu des bénévoles le montre clairement. S'engager, c'est rejoindre une équipe, apporter un soutien, partager ses compétences, apprendre, rencontrer, transmettre. C'est un geste gratuit, mais qui apporte beaucoup : du lien, de la fierté, du plaisir et le sentiment d'être utile. Dans le sport, cette énergie est indispensable : sans elle, rien ne fonctionnerait durablement.

Les données récentes révèlent un bénévolat sportif plus jeune, souvent très investi et de plus en plus qualifié. Elles montrent aussi des attentes nouvelles : des missions mieux définies, davantage de reconnaissance, des possibilités de formation et une organisation respectueuse des disponibilités de chacun.

Il est également nécessaire de dépasser certaines idées reçues. Les jeunes s'engagent, mais différemment. Le temps existe, mais il doit être mieux réparti. Le bénévolat ne disparaît pas : il se transforme. Et les bénévoles ne sont plus seulement des parents : les profils se diversifient.

Les parcours de bénévolat sont variés, mais ils s'articulent naturellement. Chacun peut avancer à son rythme, selon ses envies d'engagement. On peut passer d'un parcours à un autre au fil de sa vie associative, devenir bénévole, puis dirigeant, ou l'inverse. Cette souplesse permet à chacun de trouver sa place et d'ajuster son implication en fonction de ses disponibilités et de son expérience. Elle contribue à la richesse et à la continuité de la vie associative.



50%

des bénévoles sportifs
ont moins de 45 ans
(contre 38 % dans les autres
secteurs associatifs).



46%

disposent d'un revenu
mensuel net du foyer
supérieur à 3 000 €
(contre 38 % ailleurs).



56%

ont un diplôme supérieur
au bac (contre 53 %
dans les autres secteurs).



70%

sont des bénévoles
réguliers (participation
hebdomadaire).

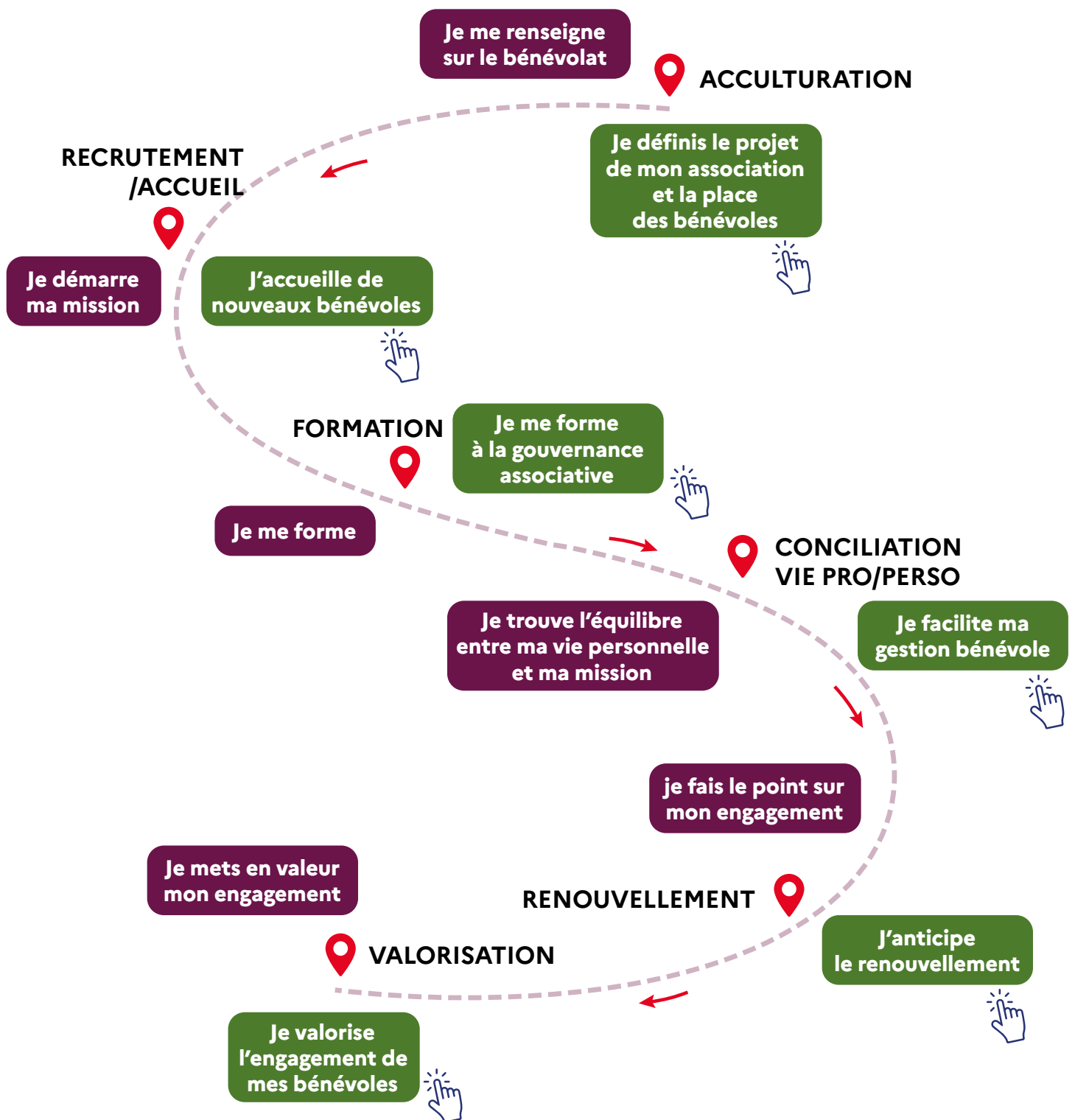


80%

sont engagés
depuis plus d'un an.

À CHAQUE ÉTAPE DE MA VIE, JE PEUX TROUVER LE RÔLE QUI ME CORRESPOND

LE PARCOURS DE L'ENGAGEMENT D'UN BÉNÉVOLE ET D'UN DIRIGEANT BÉNÉVOLE



“ Un bénévole heureux est un bénévole qui reste ”

“ A chaque étape de ma vie,
je peux trouver le rôle qui me correspond ”

JE DÉFINIS LE PROJET DE MON ASSOCIATION ET LA PLACE DES BÉNÉVOLES

Je me pose des questions

- **Comment j'adapte mon association ou mon club aux nouvelles formes d'engagement ?**
Aujourd'hui, les bénévoles n'ont pas tous les mêmes disponibilités. Je dois proposer des missions plus courtes, plus souples, plus claires. Je pense aussi à remercier, valoriser, donner de la visibilité. Quand je m'adapte, mon association ou mon club devient plus attractif et plus vivant.
- **Comment je lutte contre les idées reçues ?**
Je montre l'impact réel des bénévoles : ce qu'ils apportent, ce qu'ils rendent possible. Je partage leurs réussites, leurs histoires. Plus je les mets en lumière, plus leur engagement inspire et attire.
- **Comment j'intègre le bénévolat dans mon projet d'association ou de club ?**
 - Je clarifie ma vision : le bénévolat n'est pas un "plus", c'est un pilier de l'association ou du club. Je l'intègre dans ma stratégie.
 - Je donne du sens aux missions : chaque mission doit être utile, claire et motivante. Les bénévoles doivent comprendre pourquoi leur action compte.
 - J'identifie mes besoins humains : je propose des missions adaptées aux profils, aux compétences et aux disponibilités. Ça facilite l'entrée en engagement et la fidélisation.
 - Je fais du bénévolat un levier de développement : le bénévolat peut renforcer l'association ou le club sportivement comme socialement.
- **Comment je comprends les motivations des bénévoles ?**
 - Je propose de la flexibilité : missions courtes, régulières, à distance...
 - Je valorise l'engagement : un merci, une mise en avant, un moment convivial.
 - Je clarifie les missions : un rôle simple, précis, rassurant.
 - Je crée une bonne ambiance : c'est souvent ce qui donne envie de rester.

- **Je m'adapte aux nouvelles formes d'engagement**
 - Engagement ponctuel : missions rapides, ciblées.
 - Engagement à distance : outils numériques, tâches réalisables de chez soi.
 - Engagement en équipe : binômes, groupes, commissions.

Mes ressources

- [Promouvoir l'égalité entre les femmes et les hommes dans les associations sportives](#)
- [Guide du bénévole pour diriger son association](#)
- [Guide "Recourir au bénévolat"](#)
- [Dispositif local d'accompagnement \(DLA\)](#)

Mes bonnes pratiques

- Je m'appuie sur les structures sportives : comités départementaux, fédérations..., outils, formations.
- Je me forme ou me renseigne sur tous les aspects de la direction bénévole : juridique, comptabilité, management...
- Je partage mon projet associatif : ça donne du sens et motive les bénévoles.

TÉMOIGNAGE

« Sans ces femmes et ses hommes qui s'engagent, beaucoup de ce que nous faisons comme accueillir, inclure, créer du lien, n'existeraient tout simplement pas »

Faiza, Manager, 47 ans

J'ACCUEILLE DE NOUVEAUX BÉNÉVOLES

Je me pose des questions

- **Comment je recrute efficacement ?** Je commence par clarifier mes besoins : quelles missions, quelles compétences, quelle autonomie, quelle durée. Plus c'est clair, plus j'évite les erreurs de casting. Je décris concrètement ce que le bénévole fera, avec qui, et pourquoi c'est utile. Une information simple et transparente donne envie de s'engager.
- **Comment j'attire de nouveaux profils ?** Je varie mes canaux : je veux aider (plateforme dans mes ressources), réseaux sociaux, affichage local, écoles, plateformes, événements du club. Je mets en avant l'ambiance, la convivialité, l'impact concret des bénévoles. Je propose des missions flexibles et évolutives pour toucher des publics différents.
- **Comment je cible des compétences spécifiques ?** Je définis précisément ce que je cherche : communication, arbitrage, gestion, logistique... Je crée une fiche mission claire : objectifs, tâches, durée, compétences. Plus la mission est lisible, plus elle attire les bonnes personnes.
- **Comment je définis le cadre de la mission ?** Je précise : les besoins exacts, la durée et la fréquence, le niveau d'autonomie, le contexte (événement, saison, fonctionnement), la forme d'engagement (ponctuel, régulier, à distance, en équipe), les contraintes éventuelles et les objectifs concrets

Mes ressources

- [Modèles de fiches mission](#)
- [JeVeuxAider](#)
- [France Bénévolat](#)
- [Livret d'accueil des bénévoles](#) : de nombreux autres exemples sont disponibles en ligne
- [Guides pratiques](#)
- [Ressource Assoconnect](#)

Mes bonnes pratiques

- J'organise des portes ouvertes : le contact direct crée un lien immédiat.
- Je propose une période d'observation : le bénévole teste avant de s'engager.
- Je reste flexible : missions courtes, binômes, télétravail.
- Je mobilise les adhérents : les pratiquants sont souvent les futurs bénévoles.
- Je mets en place un mentorat : un tuteur rassure et fidélise.
- Je valorise les réussites : témoignages, remerciements, mise en lumière.
- Je crée un parcours d'intégration : accueil, présentation, rencontre de l'équipe, première mission guidée.



TÉMOIGNAGE

« Quand on a été bénévole avant et que maintenant on est bénévole dirigeant et qu'on gère notre équipe, en tout cas pour moi, c'est plus facile, on se met à leur place. Donc quand on a besoin de bénévoles, on leur propose différemment »

Mathilde, Etudiante, 22 ans

JE ME TESTE : MON OFFRE DE RECRUTEMENT EST-ELLE BONNE ?

- ☐ La mission est-elle claire ?
- ☐ Le temps demandé est-il réaliste ?
- ☐ Le message donne-t-il envie ?
- ☐ Le rôle est-il accessible à un nouveau bénévole ?

JE ME FORME À LA GOUVERNANCE ASSOCIATIVE

Je me pose des questions

- **Comment je me forme à la gouvernance ?**
Être dirigeant, c'est gérer des responsabilités juridiques, financières et humaines. Je dois comprendre les obligations légales, la gestion budgétaire, la coordination des équipes, la conduite de projet. Il existe beaucoup de ressources pour m'aider : formations, guides, accompagnements, réseaux d'entraide. Me former sécurise mes pratiques et renforce l'efficacité de mon association ou mon club.

Mes ressources

- [Club des 300](#)
- [Dirigeants de demain](#)
- [Guide du bénévole pour diriger son association](#)
- [Certif'Asso, le certificat en gestion associative](#)



Mes bonnes pratiques

- Je limite la durée des mandats : ça évite l'usure et fait circuler les responsabilités.
- J'encourage la polyvalence : comprendre tout le fonctionnement de l'association ou du club, si possible en ayant occupé une autre place de bénévole auparavant.
- Je favorise la transversalité : ça renforce la cohésion et la vision globale.
- Je mets en place un mentorat interne : accompagner les nouveaux dirigeants sécurise la prise de poste.

TÉMOIGNAGE

« Je suis passé d'éducateur à dirigeant dans le club en me formant petit à petit, quand j'avais le temps et envie »

Fabrice, Surveillant en collège, 50 ans

JE ME TESTE : SUIS-JE UN DIRIGEANT DE DEMAIN ?

- ☐ J'aime prendre des initiatives
- ☐ J'aime comprendre et améliorer l'organisation
- ☐ J'aime travailler en équipe
- ☐ J'ai envie d'avoir un impact durable
- ☐ Je suis prêt à apprendre et à me former

Plus je coche de cases, plus je suis prêt à évoluer vers un rôle de gouvernance.

JE FACILITE MA GESTION BÉNÉVOLE

Je me pose des questions

- **Comment je simplifie mes démarches ?** La gestion associative peut vite devenir lourde : administratif, communication, événements, coordination... Je simplifie en utilisant des outils adaptés, en clarifiant les rôles et en créant des processus simples. Je délègue pour éviter la surcharge et l'isolement. Une bonne organisation, c'est quand chacun peut être remplacé facilement.
- **Comment je deviens plus efficient ?** Être efficient, ce n'est pas tout faire. C'est créer les conditions pour que chacun contribue efficacement à la vie de l'association ou du club. Je structure les missions, je facilite la coopération, je fluidifie l'information. Je favorise l'autonomie des bénévoles pour gagner en impact tout en préservant l'énergie de l'équipe.



Mes ressources

- [Solutions digitales pour le sport](#)
- [Outils numériques pour associations](#)
- [Guid'Asso](#)

Mes bonnes pratiques

- Je mets en place une co-présidence de préférence mixte : partager la responsabilité évite la surcharge.
- J'adapte mes statuts : des statuts plus souples permettent de mieux répartir les rôles.
- Je délègue de manière structurée : des missions claires confiées à des référents.
- J'intègre des outils numériques : j'automatise ce qui peut l'être et si possible, je choisis les outils qui conviennent le mieux aux bénévoles.
- Je crée des rituels : je communique régulièrement sur mes activités et mon temps disponible.
- J'organise, je communique, j'anticipe : avec l'ensemble des acteurs.

TÉMOIGNAGE

« Fonctionner en équipe dirigeante m'aide : il y a toujours quelqu'un pour prendre le relais si j'ai besoin de plus de temps pour moi »

Aly, Éducateur spécialisé 28 ans

JE ME TESTE : SUIS JE EFFICIENT DANS MON RÔLE ?

- ☐ Je délègue facilement
- ☐ J'utilise des outils adaptés
- ☐ Je connais mes priorités
- ☐ Je partage la charge avec d'autres
- ☐ Je prends du recul régulièrement

Plus je coche de cases, plus mon organisation est efficiente.

J'ANTICIPE LE RENOUVELLEMENT

Je me pose des questions

- **Comment je prépare mon départ et ma transmission ?** Un départ anticipé, c'est un départ réussi. Je repère les missions clés, les tâches récurrentes, les infos indispensables. Je documente : procédures, contacts, outils, astuces. Je repère les bénévoles qui pourraient reprendre le relais. Je prévois un passage de relais progressif, avec un temps d'accompagnement si possible. Je sécurise l'association et je laisse une empreinte positive.
- **Comment j'anticipe et j'accompagne le renouvellement ?** J'identifie les postes sensibles (trésorerie, secrétariat, coordination). J'encourage les évolutions internes. Je communique tôt sur les postes à pourvoir.



Mes bonnes pratiques

- Bilan annuel des ressources bénévoles : Pour identifier les forces, les besoins, les envies d'évolution. Afin de renouveler les missions ou les équipes.
- Je communique tôt sur les postes à pourvoir : j'évite les surprises.
- Je limite les mandats : je favorise le renouvellement.
- J'entretiens le lien avec les bénévoles : je les informe, je les valorise, je les fidélise.
- Pour donner envie de rester, je crée des temps conviviaux, je valorise les bénévoles, je les implique dans les décisions, je personnalise l'accompagnement.

TÉMOIGNAGE

« L'ambiance et la convivialité sont primordiales. Sans ces éléments, il serait impossible de garder les bénévoles et leur donner envie de revenir. Inutile d'en faire de trop : un bonjour et un sourire sont toujours un bon début. »

Etienne, Arbitre international en aviron,
66 Ans

JE ME TESTE : SUIS-JE PRÊT À PASSER LE RELAIS ?

- ☐ J'identifie les postes sensibles
- ☐ Je documente mes missions
- ☐ Je repère des successeurs possibles
- ☐ Je communique tôt
- ☐ Je facilite la transmission

Si je me sens prêt à réaliser ces tâches. Je mets toutes les chances de mon côté pour assurer une transition fluide.

JE VALORISE L'ENGAGEMENT DE MES BÉNÉVOLES

Je me pose des questions

- **Comment je mets en lumière les bénévoles ?**
Valoriser les bénévoles, c'est renforcer leur motivation, leur fidélité et leur sentiment d'appartenance. Je communique régulièrement, je remercie, je crée des moments conviviaux. Je mets en avant leurs parcours, leurs réussites, leurs histoires. Je peux aussi valoriser publiquement leur engagement : presse locale, réseaux sociaux. Ça renforce la fierté d'appartenir à l'association ou au club.

Mes bonnes pratiques

- Plan de communication interne : pour structurer l'information et valoriser régulièrement les bénévoles.
- Portrait du bénévole du mois : un article interne ou dans la presse locale.
- Temps annuel de remerciements : réunion, fête de l'association ou du club, remise de distinctions.
- Bilans annuels valorisant le bénévolat : pour mettre en avant les actions réalisées et les réussites.
- Trophées des bénévoles. Exemple : trophée régional en Auvergne Rhône Alpes.
- Valorisation comptable du bénévolat : pour reconnaître la valeur économique du temps donné.

JE ME TESTE : EST-CE QUE JE VALORISE BIEN MES BÉNÉVOLES ?

- ☐ Je remercie régulièrement mes bénévoles
- ☐ Je mets en avant leurs réussites
- ☐ Je communique sur leur engagement (interne, réseaux sociaux, presse locale)
- ☐ J'organise au moins un moment convivial dédié
- ☐ Je personnalise la reconnaissance (un mot, un portrait, une attention)

Plus je coche de cases, mieux je valorise mes bénévoles.

- Événements dédiés : journée mondiale du bénévolat, fête de l'association ou du club, goodies, équipements.
- Groupes de communication instantanée WhatsApp, Signal, Messenger pour maintenir le lien et valoriser au quotidien.
- Je valorise régulièrement : pas seulement une fois par an.
- Je personnalise la reconnaissance : chacun a un parcours unique.
- Je crée des moments conviviaux : pour renforcer le lien humain.
- Je mets en avant les réussites : actions, projets, initiatives.
- J'utilise plusieurs canaux : interne, externe, numérique, presse.

TÉMOIGNAGE

« Les clubs n'existent pas sans les bénévoles, c'est normal d'en prendre soin et les mettre en avant »

Laurent, Retraité, 60 ans



CONCLUSION

Le bénévolat sportif vit grâce à une dynamique collective où chacun compte. Il tient parce que des personnes différentes, celles qui donnent de leur temps et celles qui organisent, accompagnent et structurent, vont dans la même direction. Tout au long de ce livret, ces deux parcours se sont croisés : celui de la personne qui souhaite s'engager et celui de la personne qui crée les conditions pour que cet engagement soit possible. Deux chemins qui se complètent et se renforcent, et qui rappellent que la vitalité d'un club repose autant sur l'envie individuelle que sur la capacité collective à accueillir, guider et reconnaître.

Ce livret rappelle plusieurs évidences qui façonnent la vie associative :

Le bénévolat change, mais reste une force essentielle pour faire tourner un club, maintenir des activités accessibles et préserver l'esprit sportif.

- Les motivations évoluent, les formes d'engagement se diversifient, les attentes deviennent plus claires : les clubs doivent composer avec des parcours plus variés, parfois plus courts, mais souvent plus riches.
- Les dirigeants doivent adapter leurs pratiques, préciser les missions, reconnaître les contributions et anticiper les transitions pour éviter l'essoufflement et favoriser la continuité.
- Les bénévoles ont besoin de se situer, de se former, de valoriser ce qu'ils apprennent et de préserver leur équilibre pour que l'engagement reste une source de plaisir et non de pression.
- Les outils, ressources et bonnes pratiques existent : les utiliser simplifie la vie de tout le monde, renforce la dynamique collective et permet de construire un environnement où chacun trouve sa place.

UNE BOÎTE À OUTILS PARTAGÉE

Un ensemble de ressources pratiques accessibles à tous :

- [Modèles de fiches mission](#)
- [Chartes d'engagement](#)
- [Trames d'entretien](#)
- [Guides pratiques](#)

SITOGRAPHIE

Ressources institutionnelles

- [Ministère de l'Éducation nationale, de la Jeunesse et des Sports – Guides pratiques](#)
- [Guide du bénévolat 2024-2025](#)
- [Guide du bénévole pour diriger son association](#)
- [Recourir au bénévolat – Guide pratique \(Ministère du Travail\)](#)

Engagement et recrutement

- [JeVeuxAider.gouv.fr](#)
- [France Bénévolat – Passeport bénévole](#)
- [Fiches mission – Ligue Nouvelle-Aquitaine](#)
- [Livret d'accueil personnalisable](#)

Formations

- [EVA – Formations en ligne pour bénévoles](#)
- [MOOC PROSCeSS](#)
- [Portail de formations du Mouvement associatif](#)
- [Club des 300](#)

Outils numériques et gestion

- [Cartographie des solutions digitales du sport](#)
- [Outils numériques pour associations](#)

Valorisation et reconnaissance

- [Open Badges](#)
- [Compte d'Engagement Citoyen \(CEC\)](#)
- [Diagoriente](#)

Inspirations et innovations associatives

- [Les Waldeck – Pratiques inspirantes](#)
- [Kit Si T Bénévole](#)

FIDÉLISATION

Accueil chaleureux

Créer le lien dès la première minute.
Donner des repères simples.
Un référent, une mission, un sens.
Se sentir attendu, se sentir utile.

Évolution des rôles

Changer de mission, c'est possible.
Bouger, tester, évoluer.
Trouver sa place au fil du temps.

Communication fluide

Des infos claires.
Des échanges réguliers.
Une présence rassurante.
Un cadre humain.

Bien-être du bénévole

Un bénévole heureux reste.
Un bénévole valorisé reste.
Un bénévole qui se sent bien... reste.

Diversité des bénévoles

Le bénévole n'a pas un seul visage.
Des jeunes, des femmes, des seniors.
Des bénévoles en situation de handicap.
Un bénévolat ouvert, multiple, vivant.

Communauté vivante

Des moments partagés.
Des rituels qui rassemblent.
Des réussites célébrées.
Des remerciements visibles.

Accompagnement durable

Soutenir, encourager, reconnaître.
Avancer ensemble.
Construire une relation qui dure.

Écoute et ajustements

Écouter vraiment.
Adapter les missions.
Prévenir la surcharge.
Proposer des formations

Ministère des Sports,
de la Jeunesse et de la Vie associative

95 avenue de France
75650 Paris Cedex 13

www.sports.gouv.fr

