



Netzwerk Erzählcafé
Réseau Café-récits
Rete caffè narrativi

Réseau Café-récits Suisse

Rapport annuel 2021

Éditorial



L'équipe de projet (de gauche à droite): Valentina Pallucca, Johanna Kohn, Susi Sennhauser, Jessica Schnelle, Marcello Martinoni, Anne-Marie Nicole, Rhea Braunwalder

La pandémie de coronavirus a eu un fort impact sur l'organisation des cafés-récits qui créent, en règle générale, un espace de rencontre basé sur la confiance. En même temps, les cafés-récits apparaissent comme une méthode adéquate pour poursuivre ou reprendre les échanges.

Pour 2021, le Réseau Café-récits s'était fixé l'objectif de renforcer le format du café-récits et de s'étendre en Suisse. Il s'agissait notamment de renforcer la notoriété du format auprès du public, d'étendre le réseau à toutes les régions géographiques et linguistiques du pays et d'intensifier le travail de fond sur le café-récits au moyen de recherches, d'interventions, de conférences et de travaux écrits.

Le présent rapport annuel nous permet de présenter la mise en œuvre des objectifs, de refléter et de donner un aperçu des activités en Suisse romande, au Tessin et en Suisse alémanique, qui font la diversité et la vivacité du réseau. Les membres de l'équipe ont rédigé leurs contributions dans leur langue. Elles ont été traduites pour que nous puissions publier notre rapport en trois langues.

Nous vous souhaitons une lecture inspirante!

L'équipe de projet du Réseau Café-récits Suisse

Le Réseau Café-récits suisse est un projet conjoint de:



Partie de l'engagement sociétal
du groupe Migros:
migros-engagement.ch



Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Soziale Arbeit



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera



1. Le Réseau Café-récits en chiffres

1.1 En bref

Malgré les restrictions dues à la pandémie de coronavirus, le Réseau Café-récits a poursuivi la mise en œuvre de ses objectifs en 2021. Voici ses activités en chiffres:

- Les événements du réseau ont touché plus de 200 animatrices, animateurs et personnes intéressées. L'atelier-discussion international en ligne du 15 mars 2021 réunissant 87 participant-es a proposé un approfondissement théorique sur les «effets historiques, psychologiques et éducatifs des cafés-récits».
- Lors de l'intervision #6 du 30 août 2021, trilingue pour la première fois, plus de 40 participant-es ont échangé sur la manière d'aborder les tabous dans un café-récits.
- À la rencontre thématique du 8 avril 2021, le Réseau Café-récits a sensibilisé les animatrices et animateurs à des thématiques de genre ainsi qu'à la prise de contact et à la collaboration avec des institutions socioculturelles.
- Plus de 200 cafés-récits axés sur des thèmes du quotidien ont été publiés dans l'agenda.
- La veille médiatique a révélé que 64 articles et contributions dans les médias, touchant un lectorat cumulé de 3 212 151 personnes, ont été publiés en lien avec les premières Journées nationales du café-récits (juin 2021).
- Le Réseau Café-récits a proposé pour la première fois neuf cours d'initiation à l'animation de cafés-récits d'une demi-journée en allemand, français et italien à 55 personnes qui ont découvert ce format.

1.2 Mesure de soutien «Inspiration 2021»

Pendant la pandémie, les recommandations d'hygiène et règles de conduite de l'Office fédéral de la santé publique ont fortement compliqué l'organisation de cafés-récits dans leur format habituel. La mesure de soutien «Inspiration 2021» a permis au réseau de soutenir des animatrices et animateurs ayant cherché une nouvelle manière de favoriser les échanges dans ces conditions particulières.

La mesure de soutien a également permis au réseau d'inspirer des animatrices et animateurs qui réfléchissaient à la façon de poursuivre les cafés-récits. La question de savoir comment les cafés-récits favorisent la résilience et influencent de façon positive la santé psychique des participant-es a été soulevée.

En 2021, six cafés-récits dans trois régions linguistiques ont reçu un soutien, dont une variante proposant des cafés-récits par écrit, un café-récits comme programme cadre d'une semaine spéciale au théâtre et un café-récits avec les résident-es d'une maison de retraite.



2. Journées nationales du café-récits 2021: notoriété renforcée

2.1 Nouveaux groupes cibles

Pour faire connaître encore mieux le format du café-récits en Suisse et attirer de nouvelles personnes pour l'animation, la participation et l'organisation, l'équipe de projet a organisé pour la première fois les Journées nationales du café-récits, du 11 au 13 juin 2021. Le thème des «événements de la vie» a donné lieu à 75 cafés-récits dans 36 endroits et en 5 langues.

Le but des Journées du café-récits 2021 était d'atteindre de nouveaux groupes cibles via une manifestation nationale. Finalement, les Journées du café-récits ont généré un tel nombre de demandes de nouvelles animatrices et animateurs que le réseau a organisé trois cours d'initiation supplémentaires à leur intention. Par ailleurs, la plus forte demande a conduit l'équipe à travailler activement sur l'assurance qualité et le développement du réseau.

2.2 Planification participative

La planification des Journées du café-récits a débuté en automne 2020. Jusqu'au moment de leur déroulement en juin, un groupe de résonance a réuni en ligne, toutes les six semaines, diverses personnes intéressées qui ont été informées sur l'avancement de la planification. Les participant-es ont également pu donner un feedback et exprimer leurs idées et leurs souhaits. Les retours sont ainsi directement parvenus à l'équipe de projet et ont largement contribué à une bonne planification.

2.3 Accompagnement en matière de communication



Anina Torrado, collaboratrice de projet, et Barbara Salm, responsable communication Société auprès du Pour-cent culturel Migros, ont élaboré un concept de communication complet pour accompagner l'évènement (développement d'un visuel, capsules pour les réseaux sociaux, communiqués de presse et feuilles



d'information). Parallèlement, leur travail médiatique très soutenu leur a permis d'obtenir des contributions dans Migros Magazine, la NZZ, à la radio SRF2, sur Radio Energy et dans de nombreux autres médias régionaux (voir la [revue de presse](#)).

2.4 Conclusion

Surtout pendant la période d'incertitude liée à la pandémie de coronavirus, les Journées nationales du café-récits 2021 ont donné force et motivation à l'ensemble des participant-es. Le réseau a donné le ton: c'est dans de tels moments qu'il est important de créer des espaces aux récits. C'est un message qui a aussi passé dans les médias. Une nouvelle édition des Journées nationales du café-récits est d'ores et déjà prévue, mais la date n'a pas encore été fixée.

Deux rencontres du groupe de résonance et une enquête en ligne ont permis de recueillir l'avis des animatrices et animateurs sur les Journées nationales du café-récits. Les retours ont été majoritairement positifs. Le déroulement participatif et la collaboration en réseau ont été particulièrement appréciés.

2.5 Remerciements

Sans l'engagement bénévole et actif des animatrices et animateurs ainsi que des hôtes, cette action n'aurait pas été possible. Le réseau exprime sa reconnaissance à toutes les personnes impliquées pour leur soutien et leur collaboration. Comme il n'était pas possible d'organiser une fête au vu de la situation sanitaire, l'équipe de projet a décidé de réunir toutes les personnes impliquées pour un atelier interactif en ligne.

Nadja Schnetzler et Laurent Burst de «Generation Purpose» ont animé la rencontre et ont précisé avec les personnes présentes la vision individuelle et commune des cafés-récits: «Pourquoi proposons-nous des cafés-récits et quels en sont les effets?» Les quatre citations suivantes proviennent de l'atelier:



Wir bieten Raum für den Austausch von Geschichten und das Begegnen und Verbinden von Menschen.

Wir ermöglichen durch ECs, dass Menschen sich Persönliches und Einzigartiges erzählen und gleichzeitig Verbindung und Gemeinschaft entsteht.

Wir verbinden Menschen durch Zuhören und Erzählen in einer vertrauensvollen Atmosphäre.

Par le partage des histoires de vie, nous nous engageons à apporter notre contribution à la cohésion sociale.

3. Activités du réseau dans toutes les régions de Suisse

3.1 Élargissement de l'équipe

Marcello Martinoni, de Consultati S.A., et Valentina Pallucca, coordinatrice d'AvaEva, ont rejoint l'équipe de projet du Réseau Café-récits en 2021. Ils développent ensemble le réseau au Tessin. Leurs activités ont suscité un grand intérêt et ils se sont déjà fortement impliqués dans les Journées nationales du café-récits. En outre, avec plus de 25 participant-es au cours d'introduction, ils ont contribué à la croissance réseau.

3.2 Collaboration avec des expositions

En tant qu'organisation partenaire de «TaM – Tandem au musée», l'équipe de projet s'est engagée à créer des possibilités de rencontre dans les musées et à soutenir le récit biographique en groupe. Il en a résulté quelques collaborations avec des expositions actuelles:

- Global Happiness – De quoi avons-nous besoin pour être heureux?
L'exposition itinérante d'Helvetas s'est arrêtée à Genève de mai à octobre 2021. Comme en 2019 à Aarau, le Réseau Café-récits a proposé deux cafés-récits sur le sujet (en juin et en octobre 2021 dans un espace de coworking à Genève). Les récits de vécus difficiles ont occupé la conversation du premier café-récits, tandis que lors du deuxième, il a davantage été question de sérénité, de plénitude et de joie de vivre.
- Mühlerama Museum Zürich – *Hungergeschichten*: le Réseau Café-récits a recueilli des histoires sur le thème de «la faim» avant l'exposition. Les visiteuses et visiteurs peuvent les écouter jusqu'au 13 mars 2022. Parmi ces



histoires, on trouve celles d'animaux domestiques affamés ou de nourriture oubliée. L'exposition présente les aspects biologiques, psychologiques et sociaux du sujet. Des cafés-récits ont été proposés dans le programme cadre.

3.3 Nouvelles animatrices et nouveaux animateurs

En raison de la forte demande, nous avons proposé pour la première fois des cours d'initiation d'une demi-journée en 2021 (cf. chapitre 2).

Cours d'introduction en français

Outre les ateliers de préparation pour les Journées du café-récit, un premier cours d'initiation à l'animation de cafés-récits a été proposé en français en novembre 2021. En raison de la pandémie, cette introduction s'est déroulée en visioconférence. Des personnes d'horizons personnels et professionnels différents étaient présentes, mais toutes ont montré le même intérêt pour le format du café-récits.

Le cours s'est révélé précieux non seulement pour les participant-es, mais aussi pour l'équipe de projet. Quelques questions ont été posées sur le déroulement et le contenu d'un café-récits, notamment sur la gestion des imprévus ou des situations difficiles. La perspective d'animer un premier café-récits en solo a laissé apparaître une certaine appréhension et des interrogations chez les futures animatrices ou animateurs. Ces questions sont donc l'occasion pour l'équipe de projet de réfléchir à la meilleure façon de soutenir les animatrices et animateurs. Dans cette optique, des rencontres thématiques et autres espaces d'échanges seront aussi proposés en Suisse romande dès 2022..

Cours d'initiation en italien

Le 17 novembre, trente personnes ont participé au premier cours d'initiation pour les animatrices et animateurs en italien, à Bellinzzone. L'équipe de projet n'avait pas prévu un tel engouement. La présentation a dû être adaptée à court terme pour permettre le déroulement sans heurts de l'après-midi et transmettre aux participant-es les informations les plus importantes.

Cours d'initiation en allemand

Quatre cours d'initiation pour les animatrices et animateurs ont eu lieu dans le cadre des Journées du café-récits. Trente-cinq personnes, dont une majorité de femmes, y ont participé. Toutes les personnes souhaitaient proposer des cafés-récits à l'occasion des Journées du café-récits ou à un autre moment. Les cours ont permis de renforcer la confiance en soi et ont encouragé les participant-es à lancer leur propre café-récits ou à nouer des contacts rassurants au préalable.



4. Intensification du travail de fond

4.1 Recherche

Les animatrices et animateurs sont souvent confrontés au fait de devoir «apporter des preuves» de l'impact des café-récits à leurs parties prenantes. Or il est difficile de montrer comment la méthode, simple à priori, du café-récits agit sur les participant-es.

On peut supposer que des changements individuels, difficilement observables de l'extérieur, n'interviennent qu'après coup et ne sont pas non plus déclenchés directement par le café-récits. Le Réseau Café-récits a mis en place une collaboration scientifique, afin d'étudier le sujet et d'évaluer l'impact de la participation à un café-récits:

- Une étude qualitative de la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (FHNW), menée au moyen d'analyses vidéo et d'auto-évaluations des participant-es, a cherché à savoir dans quelle mesure les participant-es éprouvent de l'empathie.
- Un appel à témoignages écrits, lancé par la *Dokumentation lebensgeschichtlicher Ereignisse* de l'Université de Vienne, a demandé aux participant-es de noter leurs réflexions après avoir participé à un café-récits.
- Une étude d'évaluation d'Interface, mandatée par Promotion Santé Suisse, a examiné chez des personnes âgées les effets de la participation sur la santé mentale au niveau quantitatif et qualitatif.

Les résultats des études seront disponibles en 2022 et devraient contribuer à nourrir le débat au sein de la société.

4.2 Intervision sur le sujet «Tabou?»

Même si l'intervision #6 du 30 août s'est à nouveau déroulée en visioconférence, elle a été trilingue pour la première fois. Malgré la complexité technique et linguistique, la rencontre s'est très bien déroulée. La traduction simultanée a permis à toutes les personnes présentes de s'impliquer.

L'événement a réuni plus de quarante personnes autour de la question des tabous. Dans notre société, la mort, la vieillesse, la santé mentale, le handicap, les violences conjugales, etc., sont autant de sujets tabous. Qu'en est-il dans les cafés-récits? Y a-t-il des sujets à éviter? Et comment, en tant qu'animatrice ou animateur, se sortir d'une situation délicate? Comment réagir ou rebondir sur un récit qui pourrait heurter les sensibilités ou les valeurs des autres personnes présentes ?

Cinq invitées ont abordé des sujets souvent tabous: la naissance (Edith Auer), la mort (Rita Bonvin), le handicap (Martina Malacrida), la prison (Evelyne Mertens) et l'appartenance culturelle ou religieuse (Daniela Hersch). Les participant-es ont ensuite pu poser des questions et parler de leurs expériences.



Cette édition 2021 a une nouvelle fois montré l'importance de l'intervision pour offrir aux animatrices et animateurs un espace de réflexion, d'échange de points de vue et de discussion.

4.3 Publication

En 2019 déjà, le Réseau Café-récits appelait à l'écriture en collaboration avec la *Dokumentation lebensgeschichtlicher Aufzeichnung* de l'Université de Vienne. Il devait en résulter une publication sur les cafés-récits dans l'espace germanophone, le contexte de mise en œuvre, les conditions de réussite et les défis. En janvier 2021, l'équipe d'édition, Johanna Kohn, Gert Dressel et Jessica Schnelle, ont organisé un atelier d'écriture en ligne avec dix-sept personnes, pendant lequel les autrices et auteurs ont reçu des retours sur leur travail de la part de collègues. L'ouvrage paraîtra en septembre 2022 aux éditions BELTZ.



Conclusion

Alors que le café-récits est désormais une méthode bien établie en Suisse alémanique et en Suisse romande, elle est encore peu connue en Suisse italienne.

Une occasion d'implanter le Réseau Café-récits dans le sud de la Suisse s'est présentée lors des Journées nationales du café-récits du 11 au 13 juin 2021. Plus de 75 cafés-récits se sont déroulés dans toute la Suisse, dont six au Tessin: de Biasca à Mendrisio, l'écho de cette manifestation nationale a été très positif.

Le café-récits se distingue par sa simplicité. Après les longs mois de pandémie, il s'agissait d'une réponse parfaite au besoin toujours plus pressant de renouer des relations sociales. Nous avons la conviction qu'une partie du succès en Suisse italienne réside dans le fait que le café-récits est arrivé au bon moment et qu'il peut être mis en œuvre avec souplesse. Les participant-es ont si bien accueilli le plaisir de se réunir et de partager leurs histoires et leurs expériences avec d'autres personnes que plusieurs institutions et personnes ont décidé de proposer régulièrement de telles rencontres.

Pour certaines personnes, le café-récits est devenu un rendez-vous hebdomadaire ou mensuel fixe. La possibilité de parler de n'importe quel sujet permet à tout le monde de participer et de se sentir vraiment partie prenante d'un groupe.

Pour nous qui coordonnons le projet au Tessin, le nombre de personnes prêtes à s'engager dans un tel projet nous a agréablement surpris. Cela renforce notre motivation, car nous croyons fermement à la méthode du café-récits, à sa mise en place dans les contextes les plus divers de la vie quotidienne et à son efficacité.

Le bilan de l'année 2021 du Réseau Café-récits ne pourrait être plus positif. Nous avons élaboré pas à pas une large offre de cafés-récits et nous nous réjouissons de pouvoir encore l'étendre en 2022.

Valentina Pallucca Forte, coordinatrice du projet Suisse italienne