



Netzwerk Erzählcafé
Réseau Café-récits
Rete caffè narrativi

Organiser des cafés-récits

Guide pratique et outils pour nouvelles animatrices et nouveaux animateurs

Le Réseau Café-récits (www.cafe-recits.ch) encourage la création et l'implantation de cafés-récits animés avec soin. Les histoires de vie des participantes et participants y trouvent un écho. Les cafés-récits favorisent le dialogue et la cohésion sociale.

Le Réseau Café-récits est soutenue par:



Impressum

Éditeur

Réseau Café-récits
Via Bicentenario 6
6807 Tavernes

www.cafe-recits.ch
info@cafe-recits.ch

Rédaction

Rhea Braunwalder, Johanna Kohn,
Jessica Schnelle, Robert Sempach, Susi Sennhauser

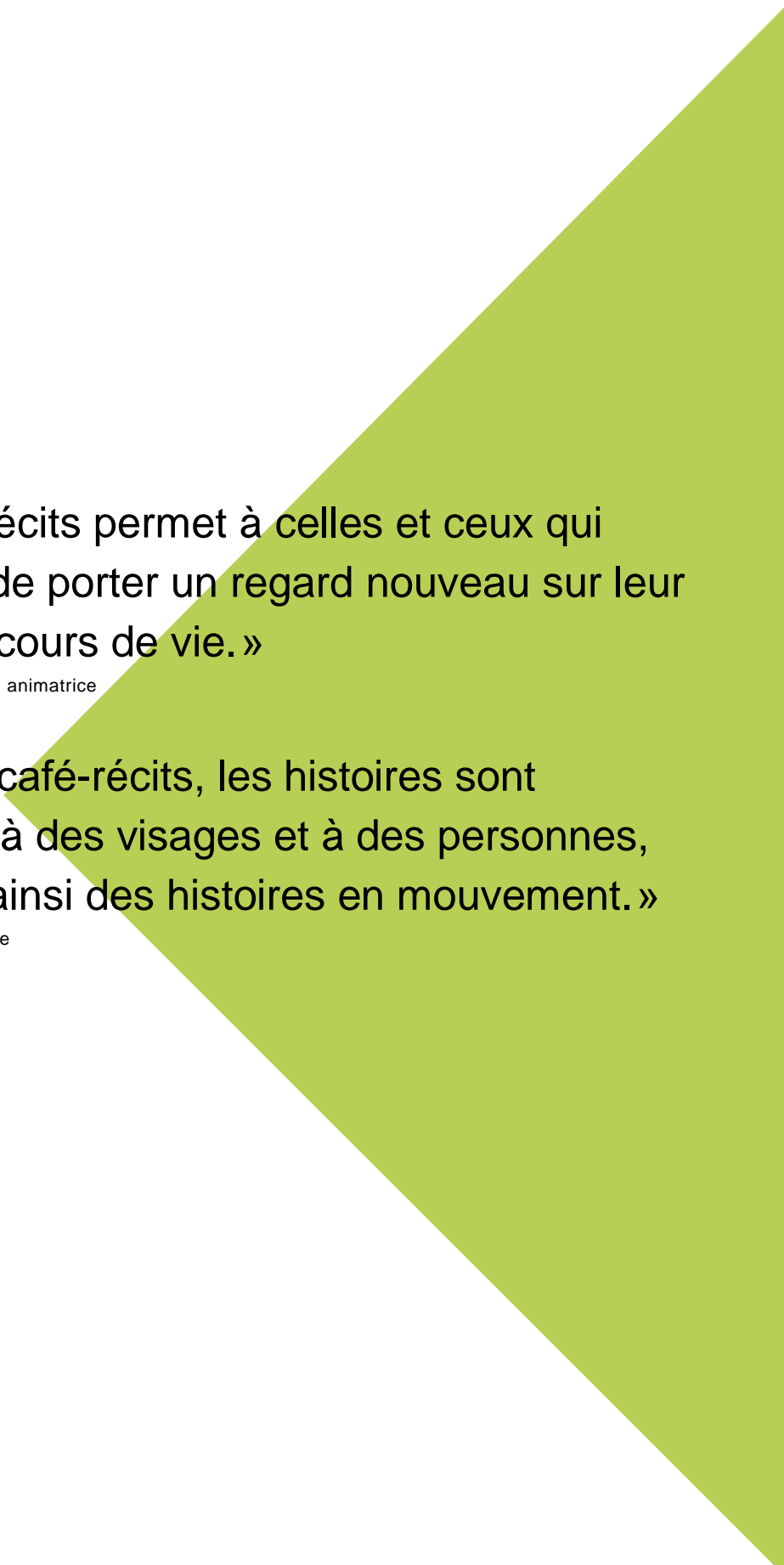
Autrices

Rhea Braunwalder, Johanna Kohn

Remerciements

Yvonne Brogle, Lisbeth Herger, Anne Marie Nicole,
Johanna Kohn et Maya Zurbrügg Steiner

3^e édition, juin 2024



« Le café-récits permet à celles et ceux qui racontent de porter un regard nouveau sur leur propre parcours de vie. »

Maya Zurbrügg Steiner, animatrice

« Dans un café-récits, les histoires sont associées à des visages et à des personnes, devenant ainsi des histoires en mouvement. »

Lisbeth Herger, animatrice

Contenu

À propos du Guide pratique	5
À propos des cafés-récits	6
1. Planification	8
2. Préparation	10
3. Promotion	11
4. Réalisation	12
5. Réflexion	12
Variantes	15
M1 – Recherche d'idées – choix du thème	17
M2 – Charte pour des cafés-récits animés avec soin	18
M3 – Formulation de questions-clés	20
M4 – Exemples de questions-clés sur le thème du téléphone	21
M5 – Plan de déroulement d'un café-récits	23
M6 – Structure de base d'un café-récits	24
M7 – Exemple de flyer	25
M8 – Check-list pour un café-récits	26
M9 – Réflexion après l'événement	27

À propos du Guide pratique

Vous désirez organiser votre premier café-récits et vous en êtes au début de votre planification ? Nous avons conçu ce guide pour vous accompagner lors de la mise en place de votre propre café-récits. Les cafés-récits sont des conversations en groupe, guidées par un-e animateur-trice, au cours desquelles les histoires de vie des participant-es occupent le devant de la scène¹. Le guide décrit notre vision d'une animation attentive d'un café-récits.

¹ Vous trouverez une définition plus détaillée dans le paragraphe «À propos des cafés-récits».

La partie principale du guide s'articule autour de cinq phases

1. Planification
2. Préparation
3. Promotion
4. Réalisation
5. Réflexion ultérieure

Ces cinq phases ne doivent pas être effectuées dans l'ordre chronologique. Il s'agit davantage d'actions qui peuvent se chevaucher dans le temps. Chaque phase comporte des conseils pratiques ainsi que du matériel comme des fiches de travail, des listes et des feuilles d'information qui peuvent être consultées le cas échéant.

Ce matériel est indiqué par des flèches rouges dans la marge (M1, M2, M3...) qui renvoient en deuxième partie de ce guide. Les notes en rouge dans la marge indiquent que du matériel est disponible sur notre site Internet : www.cafe-recits.ch

Dans la dernière partie du guide, différents formats de cafés-récits vous sont présentés comme sources d'inspiration et de motivation.

Nous espérons que ce document vous encouragera et vous sera utile lors de vos premiers pas. Considérez-le comme une suggestion et n'hésitez pas à développer et à réaliser vos propres idées. Les citations qu'il contient proviennent d'animatrices et d'animateurs dont nous avons sollicité l'avis sur les cafés-récits.

Nous nous réjouissons de lire vos commentaires et suggestions envoyés à info@cafe-recits.ch et nous sommes volontiers à votre disposition pour toute question.

À propos des cafés-récits

Les cafés-récits sont des espaces de rencontre. Accompagnées d'une animatrice ou d'un animateur, les personnes qui y participent racontent leurs vécus et leurs expériences personnelles sur un thème donné. Il ne s'agit ni de débattre ni de juger, mais de raconter et d'écouter avec respect.

Les cafés-récits se tiennent dans des bibliothèques, des maisons de quartier, des EMS ou des paroisses, à l'occasion d'expositions, de congrès ou d'anniversaires. La parole est donnée aux participant·es, qui s'expriment sur un thème communiqué au préalable. Un·e animateur·trice prépare des questions d'introduction et de relance et guide la discussion en veillant à ce que les échanges soient respectueux au sein du groupe. Il ou elle fixe également le cadre thématique, temporel et organisationnel de la rencontre.

Après une partie guidée d'environ soixante minutes consacrée aux récits, suit une partie informelle d'une longueur similaire, au cours de laquelle les participant·es peuvent continuer d'échanger en petits groupes ou en aparté, dans une atmosphère détendue autour d'un café. Voilà d'où vient le mot « café »! Il ne désigne pas un lieu, mais il est le symbole d'une ambiance conviviale de la rencontre.

L'Association Réseau Café-récits

L'Association Réseau Café-récits est née d'une initiative commune menée par la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (travail social, Institut pour l'intégration et la participation) et du Pour-cent culturel Migros. L'association encourage la création et l'implantation de cafés-récits animés avec soin, principalement par le biais de formations, de congrès et d'intervisions (échanges entre pairs) relatives aux cafés-récits.

Le site Internet www.cafe-recits.ch est une plateforme qui sert à la fois de source d'information et d'inspiration. Outre un blog avec des articles divers et les dernières nouvelles du Réseau, le site propose un agenda des cafés-récits à venir, des outils utiles, des informations sur les formations et les espaces d'échanges ainsi qu'une liste des animatrices et animateurs.

Spécificités des cafés-récits animés avec soin

Nous considérons les cafés-récits comme des offres de formation accessibles à tout le monde. Chaque rencontre est soigneusement préparée. La préparation du thème, l'animation ainsi que le déroulement clair de la rencontre distinguent le café-récits d'une discussion de bistrot ou d'une pause-café.

Du matériel
d'information sur les
cafés-récits et de
promotion est disponible
dans notre
médiathèque.

L'animateur·trice guide la discussion par des questions ouvertes et invite les participant·es à la réflexion sur leur propre histoire de vie. Il ou elle met en lumière les points communs ou les différences entre les histoires de vie partagées, créant ainsi un lien entre elles, et intègre les biographies individuelles dans un contexte social et historique plus large. Les cafés récits ne s'intéressent pas uniquement au passé. L'animation permet de créer une trame temporelle entre le passé, le présent et le futur. Les participant·es posent un autre regard sur ce qu'ils ont vécu et peuvent dessiner des projets pour l'avenir. Ils peuvent en outre apprendre et profiter des expériences et des connaissances du groupe.

Les cafés-récits sont axés sur la participation. Tout le monde peut y participer activement. Peu importe que ce soit par l'écoute ou le partage d'un récit, dans les deux cas, il y a réflexion sur des valeurs, des normes ainsi que sur ses propres connaissances et capacités. L'échange respectueux renforce le sentiment d'appartenance au groupe et la confiance réciproque. Participer à un café-récits, c'est aussi participer à la vie sociale et culturelle.

Point de rencontre entre personnes au vécu différent, les cafés-récits permettent des échanges d'égal à égal entre les générations et les cultures. Les participant·es sont confronté·es à la diversité, découvrent des univers inconnus, font de nouvelles rencontres et apprennent à accepter la différence.

Nous encourageons les cafés-récits dans le but de lutter contre la solitude, de réduire les préjugés et de renforcer l'efficacité personnelle et la confiance en soi des participant·es, et donc de la société.

De la planification à la réflexion

1. Planification

Lors de la planification d'un café-récits, il est nécessaire de fixer un cadre organisationnel. Certains points seront plus clairs avec l'avancée du projet et ne sont donc pas déterminés immédiatement. Si vous organisez la rencontre en collaboration avec une institution qui propose régulièrement des cafés-récits, nombre de points seront déjà fixés.

Avec qui ?

Un café-récits s'organise généralement en collaboration, que ce soit avec des institutions ou des organes responsables qui mettent une salle à disposition, ou avec des associations et groupements qui font profiter de leur réseau pour approcher de potentiel·les participant·es ou coanimateur·trices.

La prise de contact avec une institution ou un organe responsable mérite d'être soigneusement préparée. Expliquez simplement et brièvement en quoi consiste un café-récits à votre interlocuteur·trice et communiquez clairement les avantages que l'institution peut retirer de ces rencontres. Accordez-vous sur les aspects liés aux coûts et à la promotion, à votre rôle d'animateur·trice, aux conditions d'utilisation de la salle et à la collation. Il se peut que d'autres collaborateur·trices de l'institution doivent également être informés de l'offre au préalable.

Pour qui ?

À qui voulez-vous vous adresser? Qui devrait participer à votre café-récits? S'agit-il d'un groupe spécifique, par exemple des seniors, des personnes de langue étrangère, en situation de handicap ou exerçant une profession particulière? Les habitant·es d'un immeuble ou d'un quartier? Un groupe hétéroclite? Une inscription préalable est-elle nécessaire?

Quelle que soit la situation, il est recommandé de se familiariser avec le groupe cible et de réfléchir à ses expériences et au contexte dans lequel il évolue. Il se peut que des préparatifs particuliers soient requis au niveau de la salle, de l'accès ou des idées que vous partagerez.

Où ?

Les cafés-récits peuvent se dérouler n'importe où! Faites preuve d'imagination. Pensez à un endroit particulièrement bien adapté à votre thème ou à votre groupe cible. Cherchez une salle calme et agréable pour le nombre prévu de participant·es. L'aménagement de la salle est important pour le déroulement de la rencontre.

L'agencement des chaises devrait être prévu en fonction de la pièce et du nombre de participant·es. Un cercle confère souvent davantage d'intimité que des rangées de chaises, mais restreint le nombre de participant·es. Un placement autour de tables, comme dans un café est aussi possible. Il faudra veiller à permettre à tout le monde de bien voir et entendre l'animateur·trice et les autres participant·es.

Des **fiches de travail** facilitant la préparation sont disponibles sur notre site Internet.

Quand ?

Fixer une date et un horaire (début et fin) et communiquez-les aux responsables du lieu où se tiendra la rencontre.

Les détails

La partie informelle, le « café », qui suit la discussion accompagnée, permet aux personnes de poursuivre les échanges et à celles qui sont restées silencieuses durant la première partie de s'exprimer. Par conséquent, cette partie doit être planifiée aussi soigneusement que le reste. Un café, une douceur ou une collation sont offerts et jouent un rôle essentiel dans un café-récits.

2. Préparation

Cette phase concerne le contenu et le déroulement de la rencontre.

Animation

La personne en charge de l'animation du café-récits guide la discussion et structure la rencontre. Pour se faire, elle commence par réfléchir aux aspects historiques et sociaux du sujet choisi. Elle pense également à ses propres expériences dans ce domaine, rassemble des questions pertinentes, des objets et des textes (contemporains ou anciens) en relation avec le sujet. Elle essaie en outre d'anticiper les difficultés qui pourraient surgir au cours de la discussion et s'y prépare. Pendant la rencontre, elle demande aux participant·es de rapporter des récits de vie passés en rapport avec le thème. Elle veille à ce que des expériences du présent puissent être exprimées et encourage les participant·es à réfléchir à l'importance du thème dans le futur. La dimension sociétale du thème est aussi un aspect important. Enfin, l'animatrice ou l'animateur protège le groupe, veille à une attitude bienveillante et respectueuse tout au long de la discussion, afin de favoriser la réflexion.

Dans sa Charte pour des cafés-récits animés avec soin (M2), le Réseau Café-récits a condensé ses attentes à propos de l'animation et du cadre des rencontres, attentes à satisfaire pour des cafés-récits animés avec soin.

Thème

Choisissez un thème (éventuellement avec la personne responsable du lieu ou avec les participant·es) proche de la vie de tous les jours et sur lequel tout le monde a quelque chose à raconter. Il est bien entendu préférable de choisir un thème qui vous intéresse. Des mind maps (cartes mentales) ou un brainstorming peuvent vous aider à faire votre choix (M1).

Préparation thématique

Abordez les diverses dimensions du thème en rédigeant des questions ouvertes (auxquelles il n'est pas possible de répondre par oui ou non) (M3). Ces questions-clés, sont essentielles au sujet traité et permettent un large éventail de réponses. Elles invitent à la réflexion et peuvent être posées aux participant·es au cours du café-récits. Les participant·es ou l'animateur·trice peuvent apporter des objets ou des photos avec lesquels aborder le thème sous un nouvel angle.

La trame temporelle du récit va du passé, au présent et à l'avenir. Il est utile de garder cette trame à l'esprit lors de la préparation de questions-clés, notamment par rapport aux dimensions suivantes :

Une **liste des animatrices et animateurs** qui peuvent être contactés figure sur notre site Internet.

► **M2** Charte pour des cafés-récits animés avec soin

► **M1** Réflexions préalables au café-récits

► **M3** Formulation de questions-clés

► **M4** Exemple de questions-clés sur le thème du «Téléphone»

► **M5** Plan du déroulement de mon café-récits

► **M6** Structure de base d'un café-récits

les valeurs, le contexte historique, politique ou social, les sentiments, les relations, les traditions, le genre, le rapport au quotidien et les aspects pratiques de l'existence. La fiche M4 propose un exemple.

Plan de déroulement

Rédigez un plan (M5) fixant la chronologie et la structure du café-récits. Inscrivez-y vos questions-clés ainsi que de potentielles actions en cas de situations difficiles. Le plan constitue une sécurité et vous aide à animer la rencontre. Il n'est pas figé et vous restez libre de renoncer à certaines questions ou d'en ajouter. Malgré la flexibilité du déroulement, nous vous conseillons de bien planifier le début et la fin de la discussion et de prévoir différents scénarios. Cela vous permettra d'accompagner idéalement les participant·es lors de ces deux moments cruciaux. La fiche M6 donne un aperçu de la structure de base d'un café-récits.

3. Promotion

La planification et la préparation thématique sont importantes. La promotion du café-récits l'est tout autant afin que les participant·es potentiel·les se sentent concernés. Il ne faut pas oublier que participer pour la première fois à un café-récits demande un certain courage, surtout si les personnes viennent seules. La taille idéale d'un groupe varie selon la situation. Un groupe de 8 à 15 personnes permet à chacun·e qui le souhaite de s'exprimer. Si vous collaborez avec une institution, informez-vous du canal de communication habituel (newseltter, e-mail, courrier postal, rencontres régulières, panneau d'affichage pour des événements internes, etc.).

Si vous travaillez seul·e, il peut être intéressant de considérer les aspects suivants :

L'expérience montre qu'une invitation envoyée par un contact personnel est souvent plus efficace qu'une annonce publicitaire. Encouragez donc l'institution organisatrice et/ou les personnes responsables de la salle à informer directement leur réseau. Par ailleurs, les canaux de promotion varient selon le lieu et le public pressenti pour la rencontre. Renseignez-vous où et comment sont communiquées les manifestations dans votre environnement (feuille d'avis locale, tableau d'affichage pour manifestations publiques, etc.), et où vous pourrez toucher des personnes intéressées (associations sportives, écoles, églises, mairies, etc.) ?

► **M7** Exemple de flyer

Flyer

Un flyer (M7) informe de façon brève et concise de la date, de l'heure, du lieu, des conditions de participation et du sujet du café-récits. Il peut être distribué à des connaissances, déposé dans des lieux publics (après accord préalable des responsables), téléchargé sur des sites Internet, envoyé par e-mail ou diffusé sur les réseaux sociaux. Il est judicieux de montrer au préalable le flyer à un participant potentiel pour recueillir ses commentaires.

Si vous désirez faire davantage de publicité, contactez la presse locale et invitez-la à votre événement.

Le logo du Réseau
Café-récits est
disponible sur le site
internet et peut être
utilisé pour tous les
café-récits qui sont en
accord avec la charte.

Agenda

Le site Internet du Réseau Café-récits vous permet d'inscrire vos rencontres dans un agenda public. Les personnes intéressées par votre thème vous contacteront alors directement. Vous avez par ailleurs la possibilité de voir les thèmes, les lieux et les flyers d'autres rencontres et prendre contact avec les organisateur-trices.

4. Réalisation

► M8 Liste des tâches pour un café-récits

Le jour J, vous êtes l'hôte-sse du café-récits et avez une foule de choses à régler. N'hésitez pas à demander à l'avance de l'aide à quelqu'un. Assurez-vous que la salle soit prête, que la collation ait été préparée, contrôlez le cas échéant les installations techniques dont vous aurez besoin. Accueillez les participant-es et souhaitez-leur la bienvenue avant d'aborder le vif du sujet.

Les règles de discussion et le déroulement sont communiqués dès le début de la rencontre. Il est important que vous restiez dans votre rôle d'hôte-sse également durant la partie informelle, que vous restiez disponible et à l'écoute jusqu'à la fin de la rencontre et que vous preniez congé des participant-es. Soigner le contact avec le groupe est essentiel, surtout si vous organisez régulièrement des cafés-récits, car cela renforce la confiance et contribue à une ambiance agréable pendant la manifestation.

5. Réflexion

Félicitations! Vous avez planifié et animé un café-récits, vous avez offert aux participant-es un événement et gagné une précieuse expérience. Nous nous encourageons à réfléchir à cette expérience. Cela vous aide à vous réjouir de ce qui a bien fonctionné (c'est important!), à planifier de futurs cafés-récits et à effectuer des ajustements.

► M9 Réflexion ultérieure

(Auto)réflexion

Prenez le temps de repenser au déroulement de la rencontre et à votre animation (M9). Cette réflexion permet d'interpréter et de prendre conscience des sentiments, impressions et événements constatés au cours du café-récits. « Qu'est-ce qui m'a particulièrement plu? Qu'est-ce que les participant-es ont le plus apprécié? Qu'est-ce que je retiens pour une prochaine fois? » Ce type de questions vous guide dans votre réflexion. Ne perdez pas de vue non plus la prestation que vous avez réalisée.

Une marche à suivre avec descriptif des étapes du **Pas de deux** est disponible sur le site Internet.

Documentation

Vous avez le choix de documenter votre événement. Cela peut alimenter votre réflexion ou vous aider à rédiger un rapport sur la rencontre pour une newsletter ou à des fins internes.

Entre l'organisation et l'animation, vous n'avez pas une minute pendant la rencontre. Prévoir un-e aide est donc judicieux si vous désirez en avoir une documentation détaillée. Des notes, procès-verbaux ou photos (à condition que les participant-es donnent leur accord) font partie de la documentation. Des notes permettent de se rappeler précisément de citations ou de réactions marquantes.

Échange d'expérience et suite

Le Réseau Café-récits propose des espaces d'échange d'expériences entre animateur-trices et des formations pour approfondir les aspects méthodiques. D'autres cafés-récits animés avec soin verront ainsi le jour! La participation à des cafés-récits d'autres animateur-trices peut en outre donner de nouvelles idées et la mise en réseau générera peut-être des groupes de planification qui organiseront à l'avenir des cafés-récits communs.³

³ Plus d'infos sur les groupes de planification au chapitre «Variantes» de ce guide.

« L'animation d'un café-récits repose sur une curiosité saine et respectueuse pour les histoires de vie des participant·es et cherche à faire émerger des trésors cachés de sagesse, de compétence et d'aptitudes.

Elle demande aussi le courage d'accepter ce qui est douloureux, de rejeter ce qui dévalorise et d'ouvrir, inlassablement, la porte à la parole des auditrices et auditeurs silencieux.

Elle est l'art de donner de la visibilité à l'individu dans sa singularité ; elle fait prendre conscience que cette singularité n'apparaît qu'à travers la communauté, qu'elle dépend des autres et qu'elle est toujours marquée par les conditions sociales et historiques. »

Johanna Kohn, animatrice

Variantes

Le Réseau Café-récits veut promouvoir la tenue de cafés-récits participatifs et intégratifs, en lien avec les histoires de vie. Les cafés-récits se déclinent en autant de versions qu'il y a de thèmes ou d'organisateur-trices. Ce chapitre décrit quelques-unes des nombreuses formes possibles.

Groupe de planification

Plutôt que de planifier un café-récits seul-e, vous pouvez créer un groupe de planification. La planification s'effectue de façon participative, tous les membres du groupe prennent part aux décisions, leurs intérêts et leurs besoins donnent forme au café-récits. Il peut être utile de définir un objectif ou une vision commune pour le café-récits. Lors de la rencontre, les membres du groupe se répartiront les différentes tâches (p. ex. préparer des gâteaux, prendre des photos, aménager la salle, etc.). Les rencontres préparatoires permettent de nouer des contacts sociaux et d'échanger avant la tenue du café-récits.

Équipe d'animation

Un café-récits peut être animé et géré par plusieurs animateur-trices. Dans ce cas, il est important de définir au préalable le rôle de chacun-e. Pendant la rencontre, ils peuvent se soutenir mutuellement, ce qui constitue un avantage précieux.

Des témoins

Dans cette version, le récit initial d'un-e invité-e permet de lancer la phase de narration. L'invité-e peut faire partie de votre cercle de connaissances, être un-e expert-e du thème choisi ou encore une personnalité publique. Si vous vous chargez de l'invitation, rencontrez cette personne au préalable et préparez-la à la situation particulière d'un café-récits. L'invité-e doit être informé-e du déroulement de la rencontre et doit pouvoir définir avec l'animateur-trice sa contribution. Il est essentiel que la discussion ne se transforme pas en une interview entre l'invité-e et la personne chargée de l'animation, mais qu'à la suite du récit introductif, l'ensemble des participant-es puissent intervenir.

Café-récits itinérants

Les cafés-récits-itinérants ou cafés-récits extra muros sont des groupes qui varient leurs lieux de rencontre. Les personnes chargées de l'animation restent toutefois les mêmes. Tous les cafés-récits d'une série peuvent soit traiter du même thème général dans ses différentes dimensions, soit s'intéresser à des sujets diversifiés. Les participant-es intéressé-es peuvent également accueillir le café-récits chez eux, auquel cas ils ou elles se chargent alors d'inviter les autres participant-es et de coordonner sur place (aménagement de la pièce, heure, boissons et collation).

Objets et accessoires

Dans ce type de rencontre, les participant-es sont invité-es à apporter des objets en rapport avec le thème. Ils peuvent alors servir à guider la discussion et à réveiller les souvenirs. Ces objets peuvent parfaitement bien illustrer le rapport entre l'individu et son environnement matériel au fil du temps. Les participant-es doivent naturellement en être informé-es au préalable.

M1 – Recherche d'idées – Choix du thème

Vous trouverez ci-après divers exercices permettant de rassembler des idées et de clarifier vos pensées. Ils vous aideront à comprendre la raison pour laquelle vous désirez organiser un café-récits ou à découvrir un thème vous voulez y aborder.

Brainstorming

Sur une page blanche, inscrivez tous les sujets et idées qui vous viennent à l'esprit. Rien n'est impossible, ennuyant ou trop compliqué! Une fois la recherche terminée, faites le tri dans vos idées. Des catégories apparaîtront peut-être ou des thèmes se recouperont. Sélectionnez ensuite votre thème ou champ thématique favori.

Mind map

Au milieu d'une page, inscrivez votre thème dans un cercle. Dans notre cas « Sujets potentiels pour un café-récits » ou « Pourquoi est-ce que j'organise un café-récits? ». Autour du cercle, notez vos premières idées en rayons. Des thèmes proches vous viendront à l'esprit par association d'idées. Inscrivez ces idées secondaires en les regroupant. Lorsqu'un rapport existe entre les idées, reliez-les avec des lignes, afin de donner une structure à votre « carte mentale ». Vous visualiserez ainsi les domaines pour lesquels vous avez beaucoup d'idées et pourrez choisir votre sujet en fonction.

Former une vision

Cet exercice vous fait prendre conscience de ce qui vous motive et quelle vision vous avez pour votre café-récits. Si, au cours de la planification, vous avez le sentiment de ne plus avancer, revenir à vos motivations et à votre vision initiale pourra vous être utile. Complétez les phrases suivantes⁴. Il n'y a rien qui soit juste ou faux. Laissez libre cours à vos pensées et inscrivez plusieurs possibilités.

⁴ L'exercice s'inspire de la méthode en trois étapes utilisée en conseil rédactionnel.

1. J'organise un café-récits sur

_____ ,
(quel en sera le sujet?)

2. parce que je

(quelle est ma motivation?)

3. et que j'aimerais bien

(quel est mon objectif?)

Sélectionnez la combinaison qui vous correspond le mieux et conservez-en une version, afin de pouvoir y revenir en tout temps.

M2 – Charte pour des cafés-récits animés avec soin (07.06.2024)

Objectif de la charte

La méthode des cafés-récits est mise en œuvre avec des publics différents et dans des contextes différents (activités intergénérationnelles, projets avec les jeunes ou les seniors, musées, intégration professionnelle, travail de quartier, récits de vie, migration et intégration, bibliothèques, lieux culturels, développement d'organisation, promotion de la santé, etc.).

Pour le Réseau Café-récits, des cafés-récits animés avec soin sont des événements participatifs et facilement accessibles, dont l'animation sérieuse met en lumière la diversité des histoires de vie individuelles. Il s'agit d'organiser le présent et le proche avenir en se basant sur le passé. Dans sa charte, le Réseau Café-récits formule ses attentes en termes d'animation et de cadre, attentes à satisfaire lors de cafés-récits animés avec soin. Les contenus développés dans la charte sont sans cesse réexaminés et adaptés au gré des expériences vécues par les participant-es et les animateur-trices.

Contenu de la Charte

CADRE

- ▲ En règle générale, un café-récits se compose d'une partie dédiée aux histoires de vie, et d'une partie « café », qui clôt la manifestation de façon agréable.
- ▲ Les récits des participant-es constituent l'élément central des rencontres et la majeure partie du temps disponible leur est consacrée.
- ▲ La partie « café » favorise le partage d'autres récits, tout en laissant la place à des discussions individuelles et informelles. Dans la mesure des possibilités, les situations difficiles ou sensibles rencontrées en première partie seront abordées ici avec tact et délicatesse.

ANIMATION

La personne chargée d'animer le café-récits adopte une attitude ouverte et respectueuse.

Elle acquiert son expérience de l'animation par la pratique et l'échange, ce qui lui permet d'accompagner les rencontres avec l'attention nécessaire.

1. Attitude

- ▲ Écouter est tout aussi important que raconter. Personne n'est obligé de parler.
- ▲ Les récits biographiques sont traités avec respect, ils ne font l'objet ni de débats ni de jugements.
- ▲ Il n'y a aucune attente en termes de résultat ou de bilan d'un café-récits.

2. Préparation sérieuse

- ▲ L'animateur·trice prépare les thèmes, le matériel et les questions-clés.
- ▲ Il ou elle est prêt·e à réfléchir à sa propre histoire de vie et tient compte par exemple des aspects liés à l'origine, la culture ou le genre dans son rôle d'animateur·trice du café-récits.
- ▲ Il ou elle sait quels thèmes conviennent à quels types de groupe et à quelles situations et quelles peuvent être les significations personnelles des sujets traités pour les participant·e·s.

3. Toute personne chargée d'animer un café-récits devrait présenter les compétences suivantes

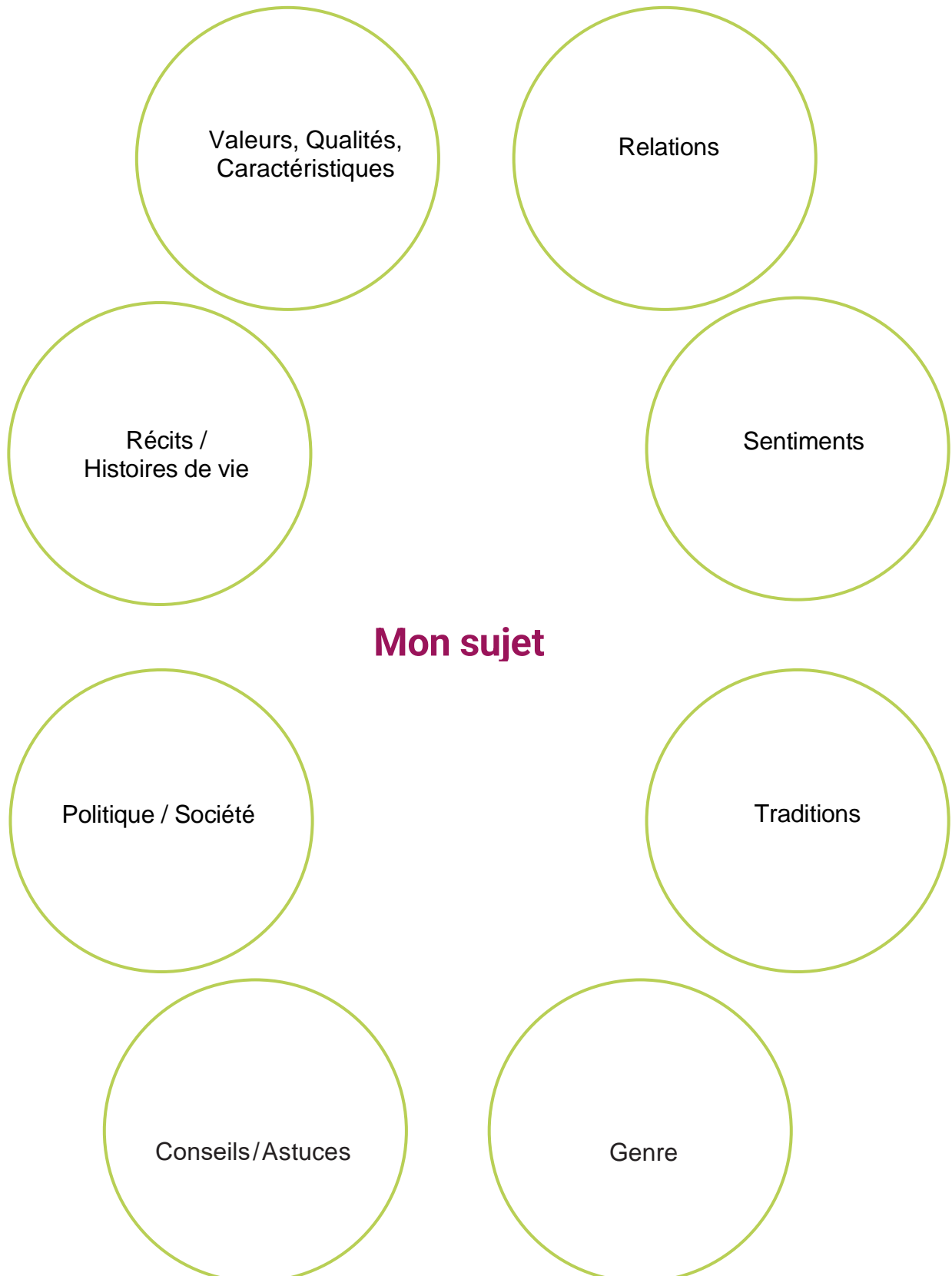
- ▲ Se réjouir de la profondeur des petites histoires
- ▲ Être capable d'encourager les participant·e·s à partager leurs propres récits de vie et de poser des questions ouvertes
- ▲ Faire preuve de respect et d'estime envers les récits rapportés
- ▲ Être en mesure de créer une trame temporelle
- ▲ Avoir de l'expérience avec les processus de groupe
- ▲ Définir et s'en tenir à des règles du jeu pendant l'animation.

4. Compétences particulières pour l'animation de cafés-récits biographiques

- ▲ Intérêt pour la recherche biographique et la connaissance de la construction sociale de biographies
- ▲ Connaissances de la signification des dynamiques et des constellations familiales
- ▲ Capacité à valoriser et traiter avec respect le récit rapporté ainsi que la personne le rapportant
- ▲ Capacité à aborder et à résoudre des conflits ou des situations de discussion difficiles
- ▲ Sensibilité pour les traumatismes et capacité à les traiter de façon adéquate
- ▲ Capacité, dans des cas graves, à indiquer une aide professionnelle ou des offres de soutien

M3 – Formulation de questions-clés

Développez des questions touchant aux dimensions énoncées ci-dessous de votre thème. Elles vous aideront à le considérer sous différents angles et peuvent être utilisées pour encourager la narration des participant-e-s.



5 Les questions-clés de ce fil rouge ont été préparées par Yvonne Brogle pour un café-récits à la bibliothèque municipale de Baden.

M4 – Exemple de fil rouge sur le thème du «Téléphone»⁵

Valeurs/Qualités/Caractéristiques

- ▲ Qu'est-ce qui reste une fois que l'image disparaît? Uniquement la parole. Comment cela influence-t-il un entretien téléphonique?
- ▲ Comment la qualité de la communication s'est-elle transformée au fil du temps? Une discussion a-t-elle davantage de valeur lorsqu'elle coûte plus cher?
- ▲ Les discussions téléphoniques avaient-elles davantage de valeur jadis? Pouvez-vous nous rapporter une anecdote ou un souvenir à ce propos?

Récits/Histoires de vie

- ▲ Y a-t-il eu des entretiens téléphoniques qui ont joué un rôle-clé dans votre vie? Qui furent le coup du destin?
- ▲ Que ce soit dans le sens positif ou négatif? Pouvez-vous nous raconter une expérience?

Sentiments

- ▲ Est-ce que le téléphone constitue pour vous le seul lien entre personnes/parents géographiquement éloignés?
- ▲ Quels sentiments associez-vous aux appels téléphoniques? Joie, tension, chagrin... Quels autres sentiments?
- ▲ Le son de la voix exprime des sentiments, la communication non verbale n'intervient pas lors d'un appel téléphonique. Parvenez-vous à interpréter correctement les émotions de personnes proches ou étrangères? Pouvez-vous influencer votre voix?
- ▲ Aujourd'hui, on n'a plus la surprise de savoir qui nous appelle... Jadis, cette surprise était présente à chaque coup de fil: qui m'appelle?
- ▲ En quoi cela change-t-il notre relation au téléphone?
- ▲ Arriver à supporter le silence au téléphone: est-ce possible, faut-il le faire? Des histoires à ce propos?

Politique/Société/Genre

- ▲ Des entretiens téléphoniques politiques importants?
- ▲ À quand remonte votre premier téléphone sans fil? À quand remonte votre premier téléphone portable?
- ▲ Le portable comme symbole visible du statut. Des expériences à ce sujet?
- ▲ Dans la société, les femmes ont souvent la réputation de téléphoner beaucoup ou souvent. Est-ce que cela correspond à ton expérience? As-tu des contre-exemples?

Relations

- ▲ Les relations à longue distance sont devenues possibles grâce au téléphone. Quel impact sur les rituels et les habitudes? Comment les gérer?

- ▲ Y a-t-il des personnes avec lesquelles il est plus facile de téléphoner? Ou plus difficile?
- ▲ Un appel téléphonique peut-il être plus facile qu'une visite? Est-ce plus facile d'appeler une personne que l'on connaît ou une personne que l'on ne connaît pas?
- ▲ Comment faire passer des messages importants? Vous préparez-vous à un appel téléphonique important?
- ▲ Est-ce la même chose dans votre vie privée et votre vie professionnelle? Vos expériences et histoires à ce propos?

Tradition

- ▲ Y a-t-il dans votre famille une tradition en lien avec le téléphone?
- ▲ Des rituels? Des appels réguliers, des particularités? Des particularités culturelles?

Conseils/Astuces

- ▲ Avez-vous des conseils pour réussir les entretiens téléphoniques? Quel déroulement, par quoi débiter? Des à faire et à ne pas faire.
- ▲ Que faites-vous pendant que vous téléphonez? Du dessin, des coloriages, les cent pas? Qu'est-ce qui vous a aidé dans le cadre d'appels téléphoniques difficiles?
- ▲ Appels publicitaires, comment les gérer?

M5 - Plan de déroulement d'un café-récits

Date _____
Heure _____
Lieu _____
Sujet _____

Contenu

Matériel/Remarques

Introduction

Souhaiter la bienvenue
Expliquer les règles de discussion
Introduction du sujet

Objets (facultatif)

Phase de narration : le passé

Question-clé :

Si la discussion ne démarre pas :

Questions d'approfondissement :

Transition

Phase de narration : le présent

Question-clé :

Si la discussion ne démarre pas :

Questions d'approfondissement :

Transition

Phase de narration : le futur

Question-clé :

Si la discussion ne démarre pas :

Questions d'approfondissement :

Conclusion

Résumé
Transition à la partie informelle

M6 – Structure de base d'un café-récits

Les phases animées d'un café-récits sont l'introduction, une ou plusieurs phases narratives et la conclusion. Suit une partie d'échange informel, qui n'est pas animée.




Bienvenue

La personne en charge de l'animation souhaite la bienvenue aux participant-es, elle se présente et explique le déroulement du café-récits ainsi que les règles de discussion.



Introduction

L'introduction a pour objectif de préparer les participant-es au sujet et de « lancer » la phase de narration. Pour ce faire, il est possible de recourir à du matériel, par exemple des films, des photos, de la musique, des objets, des poèmes, des citations, etc.




Phase narrative animée

Des questions-clés guident les participant-es dans leurs récits de vie en relation avec le thème et écoutent les histoires des autres. L'animateur-trice guide la discussion et pose ensuite des questions permettant un échange au sein du groupe. Selon le temps disponible, il est possible de prévoir plusieurs phases de narration. L'animateur-trice pourra, dans ce cas, prendre brièvement la parole entre deux, par exemple pour ajouter une information sur le contexte historique ou résumer ce qui a été dit.



Conclusion

La conclusion est l'occasion de s'exprimer une dernière fois. L'animateur-trice résume les points forts de la discussion et formule quelques perspectives d'avenir. Le trame entre le passé, le présent et le futur est ainsi tissée. Il ou elle remercie ensuite les participant-es et assure la transition à la partie informelle.



Échange informel

Cette partie permet aux participant-es de poursuivre la discussion en petits groupes, d'échanger leurs expériences tout en buvant et mangeant quelque chose, de raconter et de s'écouter mutuellement. L'animateur-trice peut s'adresser en particulier à certaines personnes et s'assurer que tout va bien, avant qu'elles quittent le cadre protégé du café-récits.

M7 – Exemple de flyer

Café-récits au Centre communal Notre café quotidien

Quand 28.9.2024 / 18h00 – 19h30

Où Salle du Centre XYZ



Pour beaucoup, une tasse de café est un rituel quotidien. Mais comment préparer un café parfait? Et comment le boire? Quelle était la valeur du café jadis? Et aujourd'hui? N'hésitez pas à apporter votre tasse préférée!

Participation gratuite et sans inscription préalable.

Jean Dupont répondra volontiers à vos questions: jean.d@mail.ch



Netzwerk Erzählcafé
Réseau Café-récits
Rete caffè narrativi

M8 – Check-list pour un café-récits

Avant la rencontre

1. Mettre en place le cadre

- Fixer les objectifs de la rencontre
- Contacter l'institution / la personne responsable
- Lieu
- Date
- Heure
- Public-cible
- Boissons et collation
- Contrôle technique si besoin (son, lumière, image)

2. Préparer le contenu

- Définir sur l'animation
- Choisir et préparer un thème
- Préparer des questions-clés
- Planifier le déroulement par écrit
- Inviter un hôte (facultatif)
- Préparer du matériel, des objets (facultatif)

3. Inviter les participant-es

- Créer un flyer
- Diffuser les flyers
- Solliciter et inviter personnellement les participant-es
- Inscrire votre café-récits dans l'agenda du Réseau Café-récits

Pendant la rencontre

4. Endosser le rôle de l'hôte ou de l'hôtesse

- Préparer la salle : décoration, chaises, etc.
- Préparer les boissons et la collation
- Documenter la rencontre (facultatif) : photos, notes, procès-verbal

Après la rencontre

5. Travail de réflexion

- Évaluer sa propre prestation
- Retenir les aspects positifs et négatifs
- Rédiger un rapport (facultatif)
- Poursuivre?

M9 – Réflexion après l'événement

Cette fiche de travail vous suggère des questions qui vous aideront à passer en revue la rencontre. Prenez le temps de répondre aux questions peu après la tenue de votre café-récits. Cela vous permet de prendre conscience de votre prestation sur le plan de l'organisation et de l'animation.

Déroulement de la rencontre

Comme base de réflexion, essayez de reconstruire le déroulement de la rencontre aussi objectivement que possible.

- ▲ Combien y a-t-il eu de participant-es? Quel était le profil des personnes présentes?
- ▲ Comment ont-elles participé? Quels sujets ont été abordés? Comment était l'ambiance dans la salle? Quelles questions ont suscité de nombreux récits?
- ▲ Qu'est-ce qui a pris beaucoup de temps/peu de temps?

Sentiments

Après cette analyse objective, passez aux aspects subjectifs.

- ▲ Quels moments m'ont particulièrement ému-e?
- ▲ Qu'est-ce que je retiens comme point fort personnel? Ai-je eu des moments de crainte, joie, peur, surprise?
- ▲ Qu'est-ce que j'ai trouvé difficile/facile?

Interprétation

Tentez d'interpréter vos sentiments.

- ▲ Pourquoi ai-je ressenti de la crainte, joie, peur ou surprise dans les situations susmentionnées?
- ▲ Comment puis-je réagir en tant qu'organisateur-trice / animateur-trice dans ces situations?
- ▲ Comment ai-je influencé la situation en tant qu'organisateur-trice / animateur-trice?

Conclusions

Résumez vos réflexions pour une prochaine édition.

- ▲ Le café-récits a-t-il attiré mon attention sur certains sujets, aspects ou perspectives?
- ▲ Quelles expériences peuvent m'être utiles pour de prochains cafés-récits?
- ▲ Comment le Réseau Café-récits ou l'échange d'expériences peuvent-ils m'être utiles lors de la planification d'autres cafés-récits?
- ▲ Qu'est-ce que je retiens d'utile pour mon quotidien?