Netzwerk Erzählcafé
Réseau Café-récits
Rete caffè narrativi

Organiser des cafés récits

Guide pratique et matériel pour nouveaux animateurs et animatrices

Le Réseau suisse café récits (www.cafe-recits.ch) encourage la création et l'implantation de cafés récits animés avec soin. Il s'agit d'une initiative conjointe de la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (FHNW) et du Pour-cent culturel Migros.

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

MIGROS Pour-cent culturel

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

Fachhochschule Nordwestschweiz
Hochschule für Soziale Arbeit

Avec le soutien du:

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Impressum

Éditeur
Réseau suisse café récits
Fédération des coopératives Migros
Case postale 1766
8031 Zurich

Tél. +41 (0)58 570 30 04

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

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

Auteurs
Rhea Braunwalder, Johanna Kohn

Nous remercions chaleureusement
Yvonne Brogle, Lisbeth Herger, Anne Marie Nicole,
Johanna Kohn und Maya Zurbrügg Steiner

3e édition, mai 2022

« Le café récits permet à ceux qui racontent de porter un regard nouveau sur leur propre biographie. »

Maya Zurbrügg Steiner, animatrice

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

Lisbeth Herger, animatrice

Sommaire

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 du déroulement de mon café récits 23
M6 : Structure de base d'un café récits 24
M7 : Exemple fictif d'un dépliant 25
M8 : Liste des tâches pour un café récits 26
M9 : Réflexion ultérieure 27

À propos du Guide pratique

Vous désirez organiser votre premier café récits et en êtes aux prémices de votre planification?L'équipe du Réseau suisse café récits a conçu ce guide pour vous accompagner lors de la mise en place de votre propre café récits.
Les cafés récits sont des discussions de groupe, guidées par un·e animateur·trice, au cours desquelles les histoires de vie des participant·e·s occupent le devant de la scène.[1] Le guide décrit notre vision d'une animation soigneuse 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 thématique
3. Promotion du café récits
4. Réalisation de votre café récits
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. À chaque phase sont rattachés 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 bulles de B.D. rouges. Les notes rouges en marge indiquent quant à elles du maté- riel disponible sur notre site Internet : **www.cafe-recits.ch**

Dans la dernière partie du guide, différents formats de cafés récits vous seront présentés à titre 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 ajouter et à réaliser vos propres idées. Les citations qu'il contient nous viennent d'animatrices et d'animateur·trice·s 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 tenons à votre disposition pour toute question éventuelle.

À propos des cafés récits

Les cafés récits sont des groupes de récits biographiques guidés par un·e animateur·trice, au cours desquels les expériences et histoires de vie des participant·e·s occupent le devant de la scène. Il ne s'agit ni de débattre ni de remettre en question, mais de raconter et d'écouter avec respect.

Les cafés récits se tiennent dans des bibliothèques, centres communaux, homes ou paroisses à l'occasion d'expositions, de con- grès ou d'anniversaires. La parole est donnée aux participant·e·s, 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 un échange respectueux au sein du groupe. Il ou elle fixe également le cadre thématique, temporel et organisationnel de la rencontre.

Après une partie encadrée d'environ 60 minutes consacrée aux récits, suit une partie informelle d'une longueur similaire, au cours de la laquelle les participant·e·s peuvent échanger en petits groupes, dans une atmosphère détendue autour d'un café. Voilà d'où vient le mot « café »! Il ne désigne pas un lieu, mais est le symbole de l'ambiance agréable et familière de la rencontre.

Le Réseau suisse café récits

Le Réseau suisse café récits est 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. Depuis 2015, il encourage la création et l'implantation de cafés récits animés avec soin, principalement par le biais de formations, de congrès et d'intervisions (rencontres 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. En plus d'un blog avec des articles intéressants et les dernières nouvelles du Réseau, vous y trouverez un agenda avec tous les cafés récits passés et à venir dans les différentes régions de Suisse, des informations détaillées sur les formations et échanges proposés, les coordonnées des animatrices et animateurs ainsi qu'une liste d'ouvrages de référence.

Caractéristiques de cafés récits animés avec soin

Le Réseau suisse café récits considère ces rencontres principalement comme des offres de formation facilement accessibles. Chaque rencontre est soigneusement préparée. La préparation thématique, la présence d'une personne chargée de l'animation ainsi que le déroulement clair de la rencontre différencient un café récits d'une discussion de bistrot ou d'une pause café.

À lire: découvrez des ouvra- ges spécialisés et des articles sur les cafés récits dans notre **médiathèque**.

En voici les grandes lignes:
L'animateur·trice guide la discussion à travers des questions ciblées et permet une réflexion sur sa propre histoire de vie. Il ou elle met par exemple en lumière les points communs ou les différences entre les histoires de vie partagées, créant ainsi un rapport entre elles. Les biographies individuelles entrent alors en relation avec un cadre social et historique plus vaste. Les histoires de tous les jours des «petites gens» se cristallisent ainsi sur une plus grande échelle temporelle. Les cafés récits ne s'intéressent d'ailleurs pas uniquement au passé. L'animation permet de créer une trame entre le passé, le présent et l'avenir. Les participant·e·s considèrent ce qu'ils ont vécu différemment et peuvent formuler des projets d'avenir. Ils peuvent en outre 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·e·s sont confrontés à la diversité, découvrent des univers inconnus, font de nouvelles rencontres et apprennent à accepter la différence.

Réflexions importantes avant de se lancer

D'où vient votre motivation à organiser un café récits? Désirez-vous créer un espace de rencontre? Favoriser l'échange entre les cultures ou les générations? Créer une offre culturelle dans votre quartier? Prenez le temps de réfléchir à ces questions (M1). Quelle que soit votre motivation, veillez à communiquer vos intentions de façon transparente aux participant·e·s lors de la rencontre.

M1 Recherche d'idées – choix du thème

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 aspects gagnent en clarté avec l'avancée du projet et ne sont donc pas fixés 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 ?

L'organisation d'un café récits est synonyme de collaboration, que ce soit avec des institutions ou des organes responsables vous mettant une salle à disposition, des associations vous faisant profiter de leur réseau pour accéder à de potentiels participant·e·s ou des coanimateur·trice·s.
Il est recommandé de préparer soigneusement la prise de contact avec une institution ou un organe responsable. Expliquez simplement et brièvement en quoi consiste un café récits à la personne en charge de votre demande et communiquez clairement les avantages que peuvent présenter ces rencontres pour l'institution. Entendez-vous sur les aspects liés aux coûts et à la publicité, à votre rôle d'animateur·trice·s, aux conditions d'utilisation de la salle et aux boissons et en-cas. Il se peut que d'autres collaborateur·trice·s 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 aînés, des personnes de langue étrangère, en situation de handicap ou exerçant une profession particulière? Les habitants 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 impulsions que vous donnerez.

Où ?

Les cafés récits peuvent se dérouler n'importe où! Faites preuve d'imagination. Pensez-vous à un endroit particulièrement bien adapté à votre thème ou à votre groupe cible? Cherchez-vous une salle tranquille et agréable pour le nombre prévu de participant·e·s? L'aménagement de la salle est décisif pour le déroule- ment de la rencontre. L'agencement des chaises devrait être pré- vu en fonction de la pièce et du nombre de participant·e·s. Un cercle confère souvent davantage d'intimité que des rangées de chai- ses, mais implique un nombre restreint de participant·e·s. Un place- ment 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.

Quand ?

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

Les petits détails

La partie informelle, le « café », qui suit la discussion encadrée, modifie la situation de récit et permet aux personnes qui sont restées silencieuses durant la discussion préalable de prendre la parole. C'est pourquoi cette partie doit être planifiée aussi méticuleusement que le reste. Un café, une douceur ou une boisson ayant un rapport avec le sujet traité seront gracieusement offerts et jouent un rôle central dans un café récits.

Vous trouverez des **fiches de travail** facilitant la préparation sur notre site Internet.

2. Préparation

Cette phase se consacre au fond et au 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 essaye en outre d'anticiper les difficultés qui pourraient apparaître au cours de la discussion et s'y prépare. Pendant la rencontre, elle demande aux participant·e·s de rapporter des récits de vie passés en rapport avec le thème. Elle veille à ce que des expériences actuelles puissent être exprimées et encourage les participant·e·s à réfléchir à la signification future du thème. Les facettes sociales du sujet constituent également un aspect important. Enfin, elle protège le groupe, veille à une attitude respectueuse tout au long de la discussion, qui encourage la réflexion des participant·e·s.

Contacts: Vous trouverez une liste d'animatrices et d'animateur·trice·s pouvant être contactés sur notre site Internet.

Dans sa Charte pour des cafés récits animés avec soin (M2), le Réseau suisse café récits a résumé ses attentes par rapport à l'animation et au cadre de ces rencontres, attentes que l'on essayera de satisfaire lors de cafés récits animés avec soin.

M2 Charte pour des cafés récits animés avec soin

Thème

Choisissez un thème (éventuellement avec la personne en charge de l'animation) 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

Penchez-vous sur diverses dimensions du thème en rédigeant des questions ouvertes (auxquelles il n'est pas possible de répondre par oui/non) (M3). Ces questions, que nous nommons également « questions clés », sont essentielles au sujet traité et permettent un vaste éventail de réponses. Elles invitent à la réflexion et peuvent être posées aux participant·e·s au cours du café récits. Des objets que les participant·e·s ou la personne chargée de l'animation désirent apporter et qui sont en rapport avec le sujet peuvent en outre permettre d'aborder ce dernier sous un autre angle.

M3 Formulation de questions clés

La trame du récit comprend le passé, le présent et l'avenir. Il est utile de garder ce cadre temporel à l'esprit lors de la préparation de questions clés, notamment par rapport aux aspects suivants :

M4 Exemples de questions clés sur le thème du «Téléphone»

valeurs, contexte historique, politique ou social, sentiments, relations, traditions, rapport au quotidien et à la pratique. Les documents sous M4 vous fournissent des exemples.

Planification du déroulement

M5 Plan du déroulement de mon café récits

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·e·s lors de ces deux moments cruciaux. La fiche M6 vous donne un aperçu de la structure de base d'un café récits.

M6 Structure de base d'un café récits

3. Promotion

La planification et la préparation thématique sont importantes, il n'est toutefois pas moins important de promouvoir votre café récits et d'attirer l'attention de potentiels participant·e·s. La taille idéale d'un groupe varie selon la situation. Un groupe de 8 à 15 personnes permet toutefois à chacun·e d'interagir de façon équilibrée. 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 évènements internes). Si vous travaillez seul·e, il peut être intéressant de considérer les aspects suivants. Les lieux et canaux de promotion varient selon l'endroit et le public cible de la rencontre. Où sont communiquées les manifestations dans votre entourage (feuille d'avis locale, tableau d'affichage pour manifestations publiques)? Où pourrez-vous toucher votre groupe cible et quelles institutions locales (associations sportives, écoles, églises, mairies, etc.) correspondent à votre café récits? Il est avéré qu'une invitation venant d'un contact personnel est souvent plus efficace qu'une annonce publicitaire. Encouragez dont l'institution participant à l'organisation et/ou les personnes en charge de la salle d'informer directement leur réseau.

Dépliant

M7 Exemple fictif d'un dépliant

Un dépliant (M7) informe brièvement et clairement 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 ou encore envoyé par e-mail. Il est judicieux de montrer au préalable le dépliant à un participant potentiel pour recueillir ses impressions.
Si vous désirez faire davantage de publicité, contactez la presse locale et invitez-la à votre manifestation.

Site Internet:
Feuilletez notre Agenda en ligne et partagez des informations sur votre manifestation

Agenda

Le site Internet du Réseau suisse café récits vous permet d'inscrire vos rencontres dans un agenda public. Les personnes intéressées par votre sujet vous contacteront alors directement. Vous avez par ailleurs la possibilité de voir les thèmes, lieux de rencontre et dépliants d'autres organisateur·trice·s et de vous adresser à eux.

4. Réalisation

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 les boissons et en-cas aient été préparés, contrôlez le cas échéant les installations techniques dont vous aurez besoin. Accueillez les participant·e·s et souhaitez-leur la bienvenue avant d'aborder le vif du sujet.
Il est également judicieux de communiquer les règles de discussion et le déroulement de la rencontre dès le début. 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·e·s. 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.

M8 Liste des tâches pour un café récits

5. Réflexion

Félicitations! Vous avez planifié et animé un café récits, avez offert aux participant·e·s une rencontre intéressante et gagné une précieuse expérience pratique. 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, le cas échéant, à effectuer des ajustements.

(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, événements et impressions constatés au cours du café récits. « Qu'est-ce qui m'a particulièrement plu? Qu'est-ce que les participant·e·s 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 performance que vous avez effectuée.

M9 Réflexion ultérieure

Documentation

Il n’est pas obligatoire de documenter votre manifestation. Cela peut cependant servir d’aide-mémoire à 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 avoir une documentation détaillée de la rencontre. Des notes, procès-verbaux ou photos (à condition que les participants donnent leur accord) sont des moyens courants de documentation. Des notes permettent de se rappeler précisément de citations ou de réactions marquantes.

Échange d’expérience et suite

Le Réseau suisse café récits vous propose d’échanger vos expériences avec d’autres animateur·trice·s et d’approfondir les aspects méthodiques par le biais de formations. D’autres cafés récits animés avec soin verront ainsi le jour! La participation à des cafés récits d’autres animateur·trice·s 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]

Téléchargez une marche à suivre vous guidant dans les étapes du **Pas de deux** sur notre site Internet.

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

« L'animation d'un café récits vit d'une curiosité respectueuse pour les histoires de vie des participant·e·s et y recherche des trésors cachés de sagesse, de compétence et d'aptitudes. Elle vit aussi du courage d'accepter ce qui est douloureux, de rejeter la dévalorisation et d'ouvrir, sans se lasser, la porte vers la parole aux auditeurs silencieux.

Elle est l'art de rendre l'individu visible dans son unicité et fait prendre conscience que cette unicité 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 suisse café récits veut promouvoir la tenue de cafés récits participatifs, intégratifs et avec un lien biographique. Ces derniers se déclinent en autant de versions qu'il y a de thèmes ou d'organisateur·trice·s. Ce chapitre décrit quelques-unes des nombreuses formes possibles.

Groupe de planification

Plutôt que de planifier un café récits seul·e, vous pouvez fonder un groupe de planification. La planification s'effectue de façon participative, tous les membres du groupe prennent part aux décisions, et leurs intérêts et besoins influencent le 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·trice·s. Dans ce cas, il est important de définir au préalable le rôle de chacun. Pendant la rencontre, ils peuvent se soutenir mutuellement, ce qui constitue un avantage précieux.

Un ou plusieurs invités spéciaux

Dans cette option, le récit initial de l'invité permet de lancer la phase de narration. L'invité peut faire partie de votre cercle de connaissances, être un expert du sujet traité 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 doit être informé du déroulement de la rencontre et doit pouvoir définir avec L'animateur·tricece qu'il est prêt à raconter et où se situent ses limites. Il est essentiel que la discussion ne se transforme pas en une interview entre l'invité et la personne chargée de l'animation, mais qu'à la suite du récit introductif l'ensemble des participant·e·s puissent intervenir.

Café récits itinérant

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 sous différentes facettes, soit s'intéresser à des sujets différents. Les participant·e·s peuvent également contacter l'organisateur· trice et inviter le café récits à se tenir chez eux. Ils se chargent alors de l'invitation des participant·e·s et de la coordination sur place (aménagement de la pièce, heure, boissons et collation).

Objets et accessoires

Dans ce type de rencontre, les participant·e·s sont priés d'apporter des objets en rapport avec le sujet. Ils peuvent servir d'éléments d'impulsion ou d'aide-mémoire lors de la narration. Le rapport entre l'homme et son environnement matériel au fil du temps peut être particulièrement bien illustré dans ces manifestations. L'information préalable des participant·e·s constitue un aspect crucial de ce type de rencontre.

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 prendre conscience de la raison pour laquelle vous désirez organiser un café récits ou quel thème vous désirez y aborder.

Brainstorming

Sur une feuille vierge, inscrivez tous les sujets et idées, qui vous viennent à l'esprit par rapport à votre question. Rien n'est impossible, ennuyant ou trop compliqué! Une fois la recherche terminée, mettez de l'ordre dans vos idées. Des catégories ou des familles thématiques se cristalliseront peut-être. Sélectionnez ensuite votre thème ou champ thématique favori.

Mindmap

Au milieu d'une page, inscrivez votre sujet 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 pensées, reliez-les avec des lignes, afin de donner une structure à votre « carte mentale ». Vous visualiserez ainsi les domaines particulièrement riches 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 suivantes.[4] Il n'y a rien qui soit juste ou faux. Laissez libre cours à vos pensées et inscrivez plusieurs possibilités.

1. J'organise un café récits sur _____,
   (quel en sera le sujet?)

2. parce que je _____
   (quelle est ma motivation?)

3. Et que je serais heureux·se de, _____.
   (quel est mon objectif?)

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

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

M2: Charte pour des cafés récits animés avec soin (17. Juli 2017)

Objectif de la charte

Les café récits sont menés avec des groupes cibles différents et dans des contextes divers (travail intergénérationnel, projets axés sur les jeunes ou les aînés, 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 suisse café récits, «animer avec soin» signifie favoriser la participation des personnes présentes, garantir un accès facile à la manifestation et montrer, grâce à une animation sérieuse, 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 suisse café récits formule ses attentes par rapport à l'animation et au cadre de ces rencontres, attentes que l'on essayera de satisfaire lors de cafés récits animés avec soin. Les aspects développés dans la charte sont sans cesse réexaminés et adaptés par les participant·e·s au Réseau suisse café récits.

Contenu de la Charte

CADRE

- En règle générale, un café récits se compose d'une partie consacrée aux histoires de vie et d'une partie « café », qui permet de clore la manifestation de façon agréable.
- Les récits des participant·e·s constituent l'aspect central des rencontres et la majeure partie du temps disponible leur est consacrée.
- La partie « café » est conçue de façon à permettre le partage d'autres récits, tout en laissant la place à des discussions individuelles. Dans la mesure des possibilités, les situations difficiles ou pesantes rencontrées en première partie seront retraitées ici avec tact et délicatesse.

MODERATION

La personne chargée d'animer le café récits adopte une attitude ouverte et respectueuse.
Elle forge son expérience dans le domaine par la pratique et l'échange, ce qui lui permet d'animer les rencontres avec l'attention nécessaire.

1. Attitude

- Écouter est tout aussi important que raconter. Il n'y a aucune obligation à prendre la parole.
- Les récits biographiques sont traités avec respect, ils ne font l'objet ni de débats ni de jugements.
- Il n'y a aucune attente par rapport au résultat ou au bilan d'un café récits. Nous sommes ouverts à tout résultat.

2. Préparation sérieuse

- L'animateur·trice prépare des sujets, du matériel et des questions clés.
- Il ou elle est prêt·e à réfléchir à son rôle d'animateur·trice café récits ainsi qu'à sa propre histoire de vie en se concentrant par exemple sur l'origine, la culture ou le genre.
- 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 grandeur de petites histoires

- Être capable d'encourager les participant·e·s à partager leur 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 au récit
- Avoir de l'expérience avec les processus de groupe
- Définir et se tenir à des règles du jeu pendant l'animation.

Des exemples de règles du jeu utilisées dans la pra- tique sont disponibles sur **le forum en ligne** du Réseau Café récits.

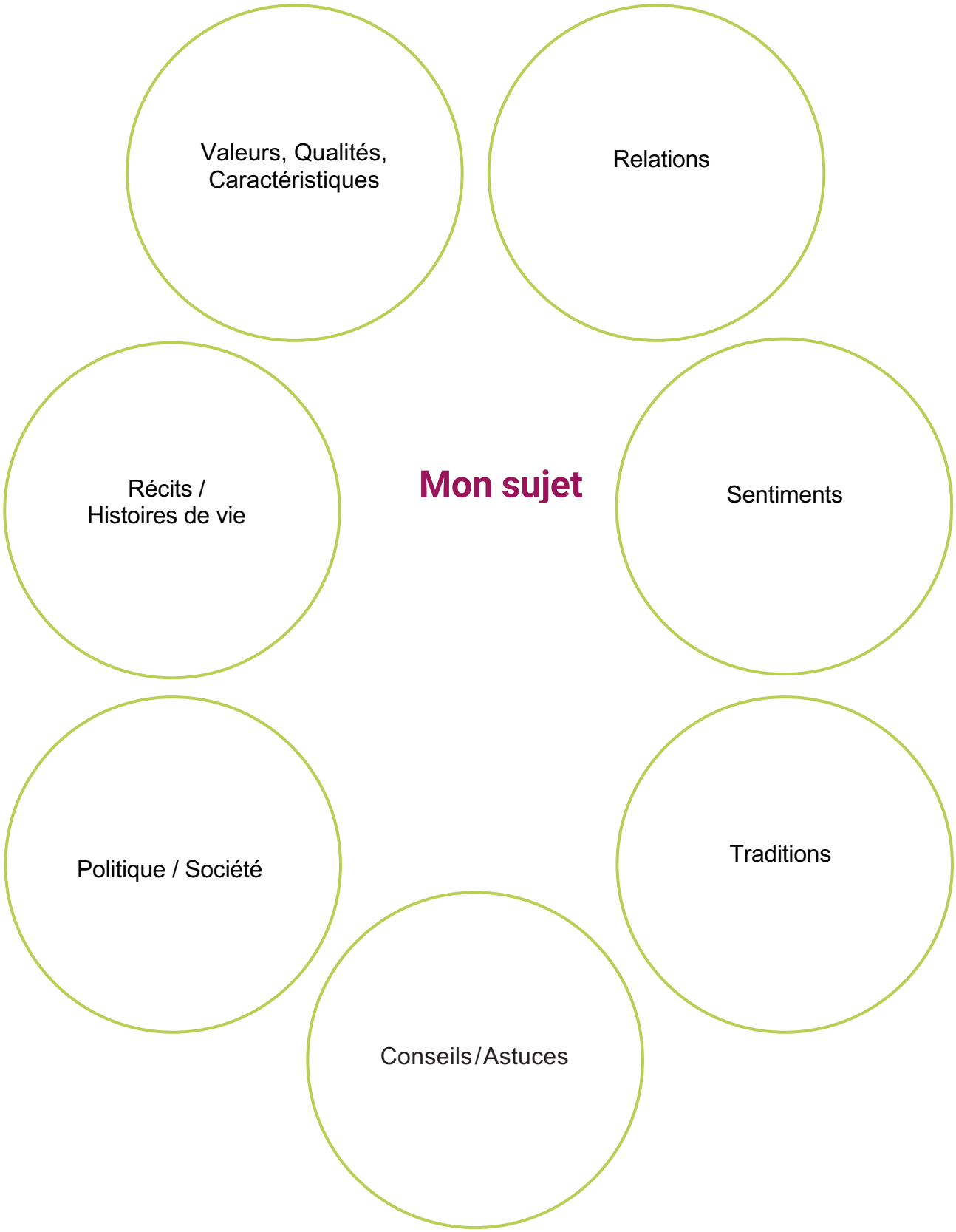
4. Compétences particulières pour l'animation de cafés récits biographiques

- 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 traiter le récit rapporté ainsi que la personne le rapportant avec estime et respect
- 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 complète et protectrice
- Capacité, dans des cas graves, à indiquer une aide professionnelle ou des offres de soutien

Le Réseau suisse café récits (www.cafe-recits.ch) est un projet de coopération de la Haute école spécialisée du Nord-Ouest de la Suisse (FHNW) et du Pour-cent culturel Migros visant à encourager la création et l'implantation de cafés récits animés avec soin en Suisse.

M3: Formulation de questions clés

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



M4: Exemples - Questions clés sur le thème du «Téléphone»[5]

5 L'animatrice Yvonne Brogle a rédigé et utilisé ces questions clés pour le café récits du 28.2.2017 à la bibliothè- que municipale de Baden.

Valeurs/Qualités/Caractéristiques

- Qu'est-ce qui reste une fois que le visuel 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·e 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. Par- venez-vous à interpréter correctement les émotions de personnes proches ou étrangères?
- Pouvez-vous influencer votre voix?
- Aujourd'hui, l'on ne connaît souvent plus le suspense de savoir qui nous appelle... Jadis, ce suspense était présent 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

- 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?

Relations

- Les relations à longue distance sont devenues possibles grâce au téléphone. Quel impact sur les rituels et 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 de téléphoner avec une personne que l'on connaît? Ou est-ce éventuellement plus facile de téléphoner avec une personne que l'on ne connaît pas?
- Comment faire passer des messages importants? Vous préparez-vous à un appel téléphonique important?
- Est-ce identique 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 autour du téléphone? Des rituels? Des appels réguliers, des particularités? Des particularités interculturelles?

Conseils/Astuces

- Avez-vous des conseils pour réussir les entretiens téléphoniques? Quel déroulement, par quoi débuter? 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 du déroulement de mon café récits

Date _____
Heur _____
Lieu _____
Sujet _____

Contenu	Matérial/Remarques
Introduction	
Souhaiter la bienvenue Expliquer les règles de discussion Introduction du sujet	Objets (facultatif)
Phase de narration: **le passé**	
Question clé: Questions d'approfondissement:	Si la discussion ne démarre pas:
Transition	
Phase de narration: **le présent**	
Question clé: Questions d'approfondissement:	Si la discussion ne démarre pas:
Transition	
Phase de narration: **l'avenir**	
Question clé: Questions d'approfondissement:	Si la discussion ne démarre pas:
Conclusion	
Résumé Transition à la partie informelle	

M6: Structure de base d'un café récits

L'animation concerne le début et la fin de la rencontre ainsi que la ou les phases narratives. Vient ensuite une partie consacrée à l'échange informel, au cours duquel L'animateur·trice n'intervient pas comme au même titre.

Bienvenue

La personne en charge de l'animation souhaite la bienvenue aux participant·e·s, 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·e·s au sujet et de « lancer » la phase de narration. Pour ce faire, il est possible de recourir à du matériel, par exemple à des films, photos, enregistrements, objets, poèmes, citations, etc.

Narration guidée

Des questions clés guident les participant·e·s dans leurs récits biographiques en relation avec le sujet et ils écoutent les 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.

Clôture

La phase de clôture est l'occasion de s'exprimer une dernière fois. L'animateur·trice résume les grands axes de la discussion et formule quelques perspectives d'avenir en guise de conclusion. Le boucle entre le passé, le présent et l'avenir est ainsi refermée.
Il remercie ensuite les participant·e·s et effectue la transition à la partie informelle.

Échange informel

Cette partie permet aux participant·e·s 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 de façon ciblée à certaines personnes et s'assurer que tout va bien, avant qu'elles quittent le cadre protégé du café récits.

M7: Exemple fictif d'un dépliant

Café récits au Centre communal

Notre café quotidien

Quand 28.9.2019 / 15h00 – 16 h30
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/est la valeur du café jadis et aujourd'hui?
N'hésitez pas à apporter votre tasse préférée!

Participation gratuite et sans inscription préalable.
Jean Durand répondra volontiers à vos questions: jean.d@gmail.ch

Netzwerk Erzählcafé
Réseau Café-récits
Rete caffè narrativi

M8: Avant la rencontre

Mise en place du cadre

1. Mise en place du cadre

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

2. Préparation du contenu

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

3. Invitation des participant·e·s

- ☐ Créer un dépliant
- ☐ Distribuer les dépliants
- ☐ Inscrire votre café récits dans l'agenda du Réseau suisse 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 performance
- ☐ Retenir les aspects positifs et négatifs
- ☐ Rédiger un rapport (facultatif)
- ☐ Poursuivre?

M9: Réflexion ultérieure

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 performance 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·e·s? De quel type de personnes s'agissait-il?
- 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 instants m'ont particulièrement ému·e?
- Qu'est-ce que je retiens comme point fort personnel? Ai-je eu des instants 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 cas?
- 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 suisse 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?