

Cafés-récits : renforcer la cohésion sociale en bibliothèque

Qu'est-ce qu'un café-récits ?

Un café-récits est un lieu de rencontre et d'échanges. Accompagné·es d'une animatrice ou d'un animateur, les participant·es se racontent des expériences personnelles en lien avec un sujet choisi à l'avance. Ces sujets sont aussi divers que : le « chez soi », la lecture, nos vêtements, nos petits et grands plaisirs, le téléphone, les voisins. L'objectif est de valoriser la diversité et de favoriser la réflexion sur son histoire de vie en la racontant puis en écoutant celles des autres participant·es. Ce faisant, les cafés-récits invitent à sortir de l'isolement et à combattre les préjugés, renforçant ainsi la cohésion sociale.

Café-récits et bibliothèques : des valeurs communes

Les cafés-récits et les bibliothèques partagent des valeurs communes en matière d'accueil, d'inclusion et de participation des publics. En travaillant ensemble, ils renforcent mutuellement leur impact et offrent à leurs publics des expériences enrichissantes et chaleureuses. La volonté de valoriser le lien social est d'autant plus importante dans une société hyperconnectée favorisant l'individualité.

Créer des espaces de rencontre

Les cafés-récits offrent un cadre pour la discussion et le partage, s'accordant avec la mission des bibliothèques publiques comme lieux de rencontre et de dialogue. Mettre en place cet espace est très simple : un lieu au calme et quelques chaises suffisent.

Dans cet espace, les participant·es peuvent échanger leurs expériences, leurs réflexions et leurs émotions à propos d'un sujet. L'animatrice ou l'animateur veille à ce que les échanges au sein du groupe soient respectueux et valorisants. Le café-récits n'a pas de visée thérapeutique, mais peut être bénéfique au bien-être des participant·es.

Encourager l'inclusion

Les cafés-récits visent à faciliter les échanges d'égal à égal et à promouvoir de cette manière une culture du partage. Cette culture est rendue possible grâce à un cadre clair (prise de parole facultative, écoute obligatoire, pas de débats ni de jugements de valeur). En encourageant la participation active et la diversité des voix, les cafés-récits contribuent à favoriser un sentiment d'appartenance et d'inclusion similaire à ceux promu par Bibliosuisse¹, le Laboratoire des bibliothèques et Bibliomedia².

En règle générale, les cafés-récits sont gratuits et ouverts, sans distinction d'âge, de genre, d'origine ou de niveau socio-économique. Ils soutiennent également l'inclusion des publics en situation de handicap et les liens intergénérationnels. L'influence positive des cafés-récits sur la santé psychique des personnes âgées est confirmée par une évaluation menée par Promotion Santé suisse³.

Valoriser la diversité

À l'instar des bibliothèques, les cafés-récits sont des espaces de connaissance se voulant accessibles à toutes et tous. Partager des expériences personnelles peut avoir une influence positive sur des aspects tels que la satisfaction face à la vie, l'estime de soi, la valorisation de son parcours et l'appartenance sociale⁴.

Grâce à l'attention portée sur des parcours parfois très différents, les cafés-récits contribuent à lutter contre les préjugés. De même que la lecture de fiction nous ouvre à d'autres mondes et favorise l'empathie, écouter des histoires de vie nous fait prendre conscience de nos différences et de nos similitudes. Les histoires racontées par les autres participant·es au café-récits nous offrent l'occasion d'être touché·es et surpris·es.

Les cafés-récits en bibliothèque

Les cafés-récits s'inscrivent parfaitement dans un programme de médiation culturelle en bibliothèque, dans le cadre d'une thématique annuelle, à l'occasion d'un événement ou comme rendez-vous régulier.

Les cafés-récits sont généralement organisés par des institutions, et animés par des animatrices et animateurs formés. Le Réseau Café-récits propose également une formation à destination de groupes de professionnel·les. Et, si cela s'inscrit dans la vision de la médiation de l'institution concernée, pour les usager·ères ou les bénévoles.

Les bibliothèques suivantes ont déjà proposé un café-récits à leur public :

- Abcdé, bibliothèque-ludothèque de La Tour-de-Peilz
- Bibliothèque municipale de Baden
- Bibliothèque universitaire de Berne et Bibliothèques Kornhaus de Berne (Bibliothèque de quartier Bümpliz et bibliothèque Münstergasse)
- Bibliothèque centrale et universitaire de Lucerne
- Bibliothèque municipale d'Olten
- Bibliothèque de Pfäffikon
- Bibliothèque de Seuzach
- Bibliothèque Braille Romande et livre parlé (BBR), Genève
- Bibliothèque Sonore Romande, Lausanne
- Bibliothèque municipale, Vevey
- Bibliothèque cantonale, Bellinzona
- La Filanda, Mendrisio
- MEMO biblio&ludo+, Fribourg
- Bibliothèque municipale, Montreux-Veytaux

Témoignages

« J'ai été agréablement surpris par la rencontre entre les bénévoles et les abonnés, leur envie de faire connaissance. Nos bénévoles aiment avoir des retours concernant leur engagement au sein de notre bibliothèque. Grâce au café-récits, ils ont pu constater à quel point la lecture était importante pour les publics en situation de handicap. Et ces derniers ont été enchantés de se retrouver face aux voix qui lisent les livres pour eux. Bénévoles et usagers se sont rassemblés autour d'un amour commun pour la lecture.

Tout le monde a eu du plaisir à échanger autour de la thématique. Les gens étaient ouverts et motivés à parler, sans qu'il y ait besoin de les encourager. Je ne m'attendais pas à ce qu'ils se dévoilent autant. Beaucoup d'anecdotes se référaient à l'enfance. Il n'y a pas eu de gêne ni de temps mort. Ce café-récit était très bien conduit, l'animatrice savait cadrer avec humour. »

*Philippe Cosandey, responsable services aux usagers
Bibliothèque Braille Romande et livre parlé*

« Le café-récits permet d'approfondir les relations avec les usagers et usagères. Nous nous découvrons autrement et tissons des liens de qualité. J'ai été surprise par la qualité de la conversation qui a découlé du cadre très clair et bienveillant instauré par l'animatrice. Ce fut un moment doux et chaleureux. J'ai beaucoup apprécié cet échange et les histoires, les relations à la lecture que je ne soupçonnais pas. J'ai découvert le potentiel des cafés-récits en bibliothèque ! Le cadre et le fait que ce soit une personne extérieure à notre équipe a permis un échange riche et un moment suspendu entre les personnes de ce groupe qui se fréquente depuis peu ou depuis des années. J'ai été surprise de voir que l'on peut dire beaucoup en très peu de temps. »

*Mylène Badoux, responsable de la médiation culturelle
Bibliothèque de Vevey*

« Le café-récit a été un moment très touchant au sein de l'animation de l'habituel club de lecture. Il permet de sortir du cadre habituel – discuter de nos coups de cœur – et entrer dans des discussions plus intimes sur nos pratiques de lecture. C'est un moyen de se connaître autrement, tout en restant dans la thématique de ce qui nous occupe : en l'occurrence, la lecture. Prendre notre sujet de conversation de biais (en posant des questions sur nos pratiques, notre rencontre avec la lecture) est un moyen d'ajouter une dimension plus personnelle, plus forte à ces rencontres. Il me semble aussi que cela ajoute une relation plus horizontale entre toutes et tous : il n'y a aucun jugement de valeur, juste un partage d'anecdotes et de souvenirs.

Étonnamment, l'aspect intime de l'événement n'a pas du tout été un frein : tout le monde avait des choses à partager, et l'animation aurait pu continuer encore un bon moment. Conclure cette animation avec un apéritif était alors une excellente idée pour que la fin ne soit pas brutale et que les conversations se poursuivent de manière informelle. Le café-récit s'est passé dans le respect et l'écoute, c'était un moment très fort. Je ne peux que recommander d'intégrer cette animation au sein des bibliothèques et autres institutions. »

*Chloé Luthier, assistante médiation culturelle
Bibliothèque de Vevey*

« Dans un café-récits, on dévoile un petit peu de son histoire devant le groupe. Certaines participantes se connaissaient, mais d'autres pas du tout. Une femme qui apprend le français avait l'air de se sentir à l'aise pour prendre la parole, alors qu'elle ne connaissait personne. Les autres l'ont écoutée. Ça tisse forcément des liens. Peut-être que les participantes qui vont venir à la bibliothèque auront une autre relation avec les bibliothécaires qui étaient présentes. Chaque anecdote racontée a un effet de résonance. Ça a fait revenir des souvenirs que j'avais complètement oubliés. Pour moi, c'est un moment d'introspection, mais en même temps de partage et de lien. Et c'était visible dans l'attitude des participantes. »

*Laure Meystre, directrice
Bibliothèque municipale de Montreux-Veytaux*

Association Réseau Café-récits

Le Réseau Café-récits est une association à but non lucratif qui encourage la création de cafés-récits animés avec soin. Il réunit les personnes qui participent aux cafés-récits, celles qui les animent et celles qui les organisent. Il propose des initiations à l'animation, des formations continues, des espaces d'échanges, des ateliers et des mises en réseau au niveau national. Nous nous ferons un plaisir de vous faire découvrir les cafés-récits et de vous aider à ancrer durablement les cafés-récits comme lieux de rencontre dans votre bibliothèque.

Autrices : Rhea Braunwalder, Yvonne Brogle, Evelyne Mertens
Merci à Johanna Kohn, Birgit Libiszewski, Karin Naville et Yvonne Zwissig

Mai 2025

¹ Voir le descriptif de la Commission Diversité de BiblioSuisse. <https://www.bibliosuisse.ch/fr/apropos/commissions/diversite>

² Voir le programme de formation continue et de médiation culturelle de Bibliomedia. <https://www.bibliomedia.ch/fr/>

³ Évaluation par Promotion Santé Suisse : « Café-récits. 2021-2022. Des histoires de vie qui créent des liens » https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-12/Feuille_d_information_077_Evaluation_Cafe_recits_2021-2022_0.pdf

⁴ Kohn, J. & Caduff, U. (2010). Erzählcafés leiten: Biografiearbeit mit alten Menschen. In B. Haupt et al. (éditeurs), Biografiearbeit und Biografieforschung in der Sozialen Arbeit: Beiträge zu einer rekonstruktiven Perspektive sozialer Professionen (p. 193-216). Berne : Editions Peter Lang