



***femmes*TISCHE**
***hommes*TISCHE**

Programme Femmes-Tische/Hommes-Tische : Impact et bases scientifiques

Femmes-Tische/Hommes-Tische est un programme sur les thèmes de la santé, de la famille et de l'intégration auquel plusieurs prix ont été décernés. Il consiste en des discussions entre personnes avec une expérience migratoire sur des questions du quotidien liées à ces thèmes. Ces discussions – appelées Tables rondes – se déroulent dans la langue d'origine des participant·es. Les Tables rondes sont animées par des pairs formé·es et accompagné·es par Femmes-Tische/Hommes-Tische.

Les Tables rondes de Femmes-Tische/Hommes-Tische s'adressent à des personnes avec une expérience de la migration, quel que soit leur niveau d'intégration. Parfois ces personnes n'ont pas bénéficié d'éducation formelle et ont peu de connaissances de la langue locale. Un élément central de Femmes-Tische/Hommes-Tische est son approche à bas seuil, spécifiquement conçu pour le groupe cible.



Grâce à l'implication des pairs et à l'approche à bas seuil, le programme touche des personnes très difficilement atteintes par les offres traditionnelles. L'atmosphère de confiance des Tables rondes permet aux participant·es de partager leurs questions et préoccupations personnelles et d'en discuter. L'objectif de l'offre informelle est notamment que les participant·es s'encouragent et se renforcent mutuellement pour gérer les questions du quotidien.

**Fondements scientifiques du programme
Femmes-Tische/Hommes-Tische**



Femmes-Tische/Hommes-Tische : participation facile grâce à l'accès bas-seuil

Les offres à bas seuil sont faciles d'accès et permettent aux personnes de se rencontrer là où elles sont au quotidien. Les conditions d'organisation (comme le lieu et l'horaire) et la conception sont adaptées au groupe cible (adéquation aux besoins, transmission des connaissances attentive au genre et à la culture). Le programme répond ainsi aux critères de bonnes pratiques de la promotion de la santé liée à la situation sociale (4). Grâce au rôle central des pairs - les animatrices et animateurs - et à l'effet multiplicateur qui en résulte, le programme facilite l'accès aux groupes cibles difficiles à atteindre. Les éléments ci-dessous sont essentiels.

→ Les pairs comme personnes de contact

Les pairs partagent avec le groupe cible des caractéristiques communes telles que le contexte socioculturel, la situation socio-économique, le genre ou l'âge. Leur identité sociale et leur statut donnent de la crédibilité aux pairs (8), qui peuvent agir comme des personnes clés : en raison de leur vécu similaire, les pairs facilitent la prise de contact et la participation aux Tables rondes. Les pairs adaptent les messages aux besoins et aux compétences du groupe et encouragent les échanges (5). Dans leur rôle d'animatrices ou animateurs, les pairs n'interviennent pas en tant qu'expert-es, mais en tant que facilitatrices ou facilitateurs des échanges d'informations, tout en veillant à une atmosphère respectueuse. Elles et ils offrent ainsi un contexte sécurisé pour l'apprentissage (5). Grâce à leur fonction de modèle, à la relation entre pairs et à la promotion

d'échanges « d'égal à égal », les pairs contribuent à ce que les contenus puissent être discutés, appropriés de manière autonome et compris de manière simple (5).

→ Échanges dans la langue d'origine et compréhension socioculturelle

Grâce à la compréhension linguistique et culturelle partagée et aux codes langagiers communs, les participant-es peuvent mieux intégrer les informations et apporter leur propre contribution (5). Les aspects du quotidien sont au cœur des discussions, ce qui est peu le cas dans d'autres offres de formation.

→ Configuration de groupe axée sur la multiplication

Les animatrices et animateurs et les participant-es invitent régulièrement de nouvelles personnes aux Tables rondes et transmettent les connaissances acquises à leur entourage. Un effet multiplicateur est ainsi atteint.

→ Flexibilité et orientation vers les besoins

Les participant-es prennent part aux décisions concernant le thème, le lieu et l'heure des Tables rondes. Le libre choix et la gratuité de la participation de même que l'organisation de la garde des enfants facilitent également leur participation.

→ Accès inconditionnel

La participation à une Table ronde ne demande aucun prérequis. Participer est gratuit et ouvert à toutes les personnes. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire au préalable ou de s'enregistrer - ce qui est particulièrement décisif pour les personnes sans-papiers.

Femmes-Tische/Hommes-Tische favorise l'empowerment individuel et collectif

Les Tables rondes de Femmes-Tische/Hommes-Tische encouragent l'autonomisation et s'inscrivent dans une approche d'empowerment (19).

- L'empowerment est un processus multidimensionnel qui permet aux personnes jusqu'alors silencieuses et isolées d'acquiescer davantage de compréhension et de maîtrise sur les décisions qui concernent leur vie (11).
- L'autonomisation est associée à l'échange social et à la participation à des activités communautaires (7).
- Empowerment individuel et collectif : au niveau individuel, les capacités et les ressources des groupes cibles socialement défavorisés sont rendues mieux visibles et sont renforcées. Au niveau collectif, l'empowerment sert de stratégie sociopolitique visant à élargir les possibilités de l'action collective. Cela passe par la participation aux décisions et la stimulation des ressources, afin de renforcer autant que possible l'autodétermination dans sa propre vie (3).
- L'empowerment est ancré en tant que principe de promotion de la santé et de justice sociale dans la Charte d'Ottawa élaborée par l'OMS en 1986 (17).

Lors des Tables rondes, les connaissances individuelles et l'autodétermination sont renforcées au travers de l'échange social au sein du groupe, donc la mise en réseau. Les résultats importants de l'empowerment se manifestent au niveau des connaissances, des attitudes, des convictions et des comportements des participant-es (18).

La recherche confirme les effets positifs de l'approche d'empowerment, qui toutefois ne sont pas observés de manière homogène (10, 2, 7).

- Les résultats de l'empowerment en matière de santé - comme l'amélioration des capacités personnelles et des stratégies d'adaptation ainsi qu'un recours plus efficace aux services de santé -, sont mis en évidence dans différentes études (1).
- L'augmentation de l'estime de soi et de la confiance en soi, le développement d'un sens critique, une participation accrue et une plus grande motivation au changement : ce sont les résultats d'une étude de « Popular Education », qui présente des parallèles avec le programme de Femmes-Tische/Hommes-Tische (16).
- Des améliorations des connaissances et des compétences en matière de santé sont également observées (16). La perception accrue de la maîtrise personnelle a un impact positif direct sur la santé (6). Une personne « *empowered* » se sait capable d'influencer un contexte donné. Elle comprend comment le système fonctionne et agit de manière ciblée pour exercer une influence (19).

Le programme Femmes-Tische/Hommes-Tische favorise l'empowerment des participant-es grâce aux éléments suivants :

→ **Approche participative**

La participation aux processus décisionnels permet de se sentir partie intégrante du monde et d'apprendre ce qui est significatif en matière de santé (3). En choisissant les sujets de discussion et en décidant des futurs thèmes, les participant-es prennent part à l'organisation des Tables rondes. Les animatrices et animateurs participent au choix des thèmes à développer et à leur élaboration.

→ **Apprentissage social avec et par les pairs (éducation par les pairs)**

L'efficacité de l'éducation par les pairs est bien établie dans différents domaines (13). Les succès d'apprentissage de promotion de la santé grâce à l'éducation par les pairs peuvent être expliqués par la théorie de l'apprentissage social (15). Les facteurs importants sont la crédibilité des pairs et leur fonction de modèle, le renforcement positif lors des interactions et, en conséquence, la promotion de l'auto-efficacité et de l'autonomisation (15). Les animatrices et animateurs de Femmes-Tische/Hommes-Tische partagent généralement l'expérience de la migration avec les participant-es des Tables rondes. Ce sont des exemples encourageants de personnes qui ont parcouru un long chemin pour se sentir à l'aise dans une nouvelle société, dans laquelle elles prennent leur place et participent active-

ment. Elles disposent de compétences solides en matière de réseautage, d'animation de discussions, d'ouverture ou de sensibilité interculturelle, de connaissances du système suisse – auxquelles s'ajoutent une grande sensibilité aux réalités spécifiques des participant-es.

→ **Sensibilité au genre**

La prise en compte des aspects spécifiques au genre dans les interventions a des effets positifs sur les résultats en matière de santé (9). Une approche sensible au genre contribue à réduire les rapports de pouvoir et les inégalités entre les genres (aux niveaux familial, social, culturel ou institutionnel). Les participant-es ont la possibilité d'aborder des thèmes importants dans une atmosphère détendue et exempte de crainte.

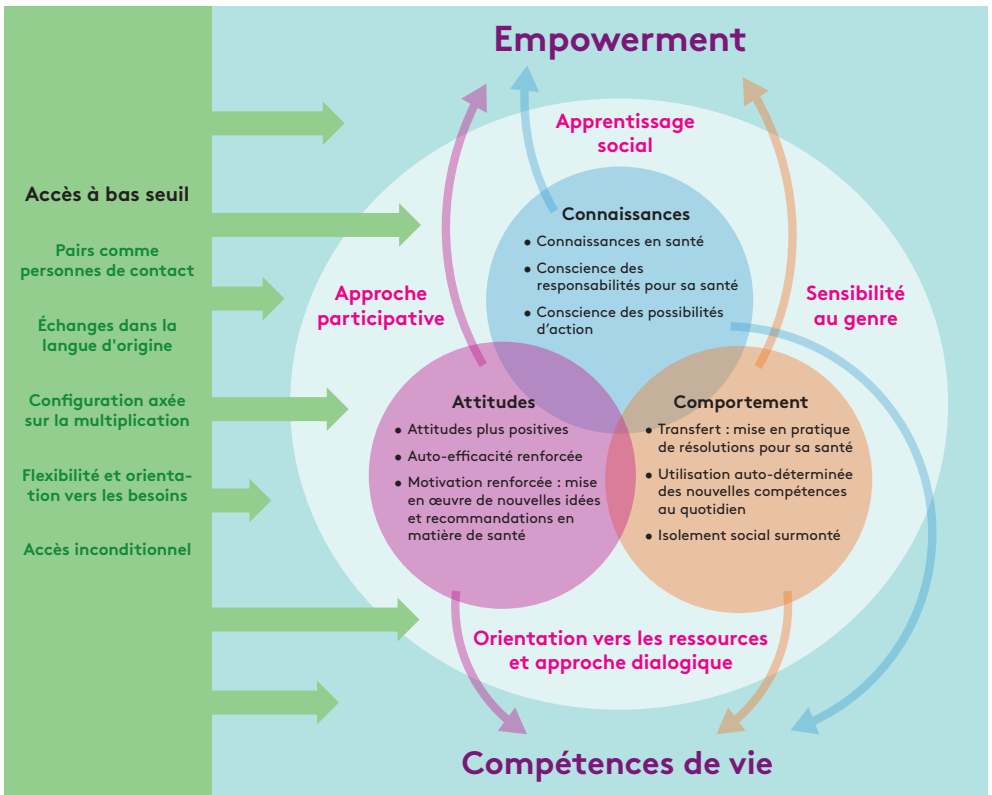
→ **Orientation vers les ressources et approche dialogique**

La promotion de l'interaction au sein du groupe favorise une dynamique interpersonnelle d'aide, de soutien, d'encouragement, d'animation et de renforcement. Cela inclut la confiance, le partage des ressources, la motivation, le feedback et la prise de décision (14). Les Tables rondes se concentrent sur les forces, les ressources et les compétences ainsi que sur le savoir-agir des participant-es. Dans le dialogue, ce ne sont pas les problèmes qui sont au centre, mais un encouragement mutuel et un partage de l'expérience personnelle dans chaque situation de vie et/ou d'éducation.

Evaluation de l'impact des Tables rondes

Les Tables rondes de Femmes-Tische/ Hommes-Tische ont été évaluées en 2019-2020 sur mandat de Promotion Santé Suisse (12). L'accent a été mis sur l'impact sur le groupe cible (résultats) : les changements du niveau de connaissances, d'attitudes, de motivation – ainsi que les modifications dans le quotidien des participant-es.

Les résultats identifiés par l'évaluation (cercles sur le graphique) peuvent être mis en relation avec les éléments du programme Femmes-Tische/Hommes-Tische de la manière suivante :



Selon l'évaluation, les Tables rondes Femmes-Tische/Hommes-Tische élargissent les connaissances des participant-es, renforcent le sens des responsabilités, soutiennent les attitudes et les changements de comportement positifs – donc améliorent la santé mentale tout en renforçant le pouvoir d'agir. Les compétences des participant-es sont renforcées en ce qui concerne les thèmes de la santé, de la famille et de l'intégration. L'évaluation observe un élargissement des connaissances, une plus grande confiance en soi et une plus forte conviction d'auto-efficacité. On constate des attitudes positives, une motivation renforcée et des capacités améliorées.

Les participant-es utilisent les compétences nouvellement acquises de manière autonome au quotidien, mettent en place des conditions favorables au développement sain de leurs enfants, élargissent leur cercle social et deviennent ainsi des multiplicatrices et multiplicateurs.



Conclusions

Grâce à son approche à bas seuil, le setting spécifique orienté vers le groupe cible de Femmes-Tische/Hommes-Tische favorise l'accès aux Tables rondes pour les personnes avec une expérience migratoire. Comme l'illustre le cadre général d'impact (cf. figure), les éléments tels que **l'approche participative, l'orientation vers les ressources, l'approche dialogique** et **la sensibilité au genre** entraînent des processus d'apprentissage social émancipateurs au sein du groupe. Cet apprentissage social renforce les connaissances en matière de santé, la prise de conscience de la propre responsabilité et de la propre marge de manœuvre. Il encourage les attitudes positives, la confiance en soi et l'auto-efficacité. Un transfert réussi induit des résultats comportementaux tels que l'utilisation des nouvelles compétences et la rupture de l'isolement social. Les bases scientifiques mentionnées et les évaluations du programme réalisées jusqu'à présent, de pair avec les nombreuses années d'expérience de Femmes-Tische/Hommes-Tische, permettent de conclure que les approches choisies sont efficaces dans la pratique.

Plus d'informations sur l'évaluation sur :
www.femmestische.ch/analyse

Glossaire

Empowerment

L'empowerment est considéré comme un processus multidimensionnel par lequel les personnes acquièrent compréhension et maîtrise afin d'améliorer leur propre comportement et leur situation de vie. L'autonomisation personnelle est associée à l'échange social et à la participation à des activités communautaires. L'empowerment est un principe de promotion de la santé ancré dans la Charte d'Ottawa élaborée par l'OMS en 1986.

Orientation vers les ressources et approche dialogique

L'orientation vers les ressources et l'approche dialogique ne sont pas centrées sur les problèmes, mais sur l'encouragement mutuel et le partage de l'expérience personnelle dans la situation de vie et/ou d'éducation. Ces principes d'action se fondent sur l'hypothèse que chaque personne peut être encouragée par le dialogue à trouver la confiance en sa propre capacité de jugement et le sens de la « bonne » voie pour elle.

Sensibilité au genre

La sensibilité au genre signifie la prise en compte du genre social, respectivement de la compréhension spécifique des rôles associés au genre.

Approche participative

L'approche participative implique la participation individuelle ou collective aux décisions qui concernent sa propre situation sociale, économique et politique, son propre mode de vie et donc sa propre santé.

Pairs (peer education)

Les pairs sont des personnes qui appartiennent au même groupe socioculturel ou qui partagent des caractéristiques communes telles que le contexte culturel, la situation socio-économique, le genre ou l'âge. Grâce à leur fonction de modèle et à la promotion du « parler d'égal à égal », les pairs contribuent à ce que les contenus puissent être discutés de manière simple, compris et intégrés de manière autonome.



Références bibliographiques

- 1) Cyril, S., Smith, B. J., & Renzaho, A. M. N. (2015). Systematic review of empowerment measures in health promotion. *Health Promotion International*, 2016 Dec;31(4):809-826. doi: 10.1093/heapro/dav059. Epub 2015 Jul 2. PMID: 26137970.
- 2) Fumagalli, L. P., Radaelli, G., Lettieri, E., Bertele, P., & Masella, C. (2015). Patient Empowerment and its neighbours: Clarifying the boundaries and their mutual relationships. *Health Policy*, 119(3), 384-394. <https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2014.10.017>
- 3) Hartung, Susanne (2011). Partizipation - Eine relevante Größe für individuelle Gesundheit? Auf der Suche nach Erklärungsmodellen für Zusammenhänge zwischen Partizipation und Gesundheit, Discussion Paper, Wissenschaftszentrum Berlin für Sozialforschung, Forschungsschwerpunkt Bildung, Arbeit und Lebenschancen, Forschungsgruppe Public Health, No. SP I 2011-303.
- 4) Kooperationsverbund Gesundheitliche Chancengleichheit (2021). Kriterien für gute Praxis der soziallagenbezogenen Gesundheitsförderung, Kriterium «Niedrigschwellige Arbeitsweise». Köln und Berlin.
- 5) Klein, L. A., Ritchie, J. E., Nathan, S., & Wutzke, S. (2014). An explanatory model of peer education within a complex medicines information exchange setting. *Social Science & Medicine*, 111, 101-109.
- 6) Laverack, G. (2006). Improving Health Outcomes through Community Empowerment: A Review of the Literature. *Journal of health, population, and nutrition*, 24, 113-120. PMID: 16796158.
- 7) Lindacher, V., Curbach, J., Warrelmann, B., Brandstetter, S., & Loss, J. (2018). Evaluation of Empowerment in Health Promotion Interventions: A Systematic Review. *Evaluation & the Health Professions*, 41(3), 351-392. <https://doi.org/10.1177/0163278716688065>
- 8) Lorthios-Guilledroit, A., Richard, L., & Filiatrault, J. (2018). Factors associated with the implementation of community-based peer-led health promotion programs: A scoping review. *Evaluation and Program Planning*, 68, 19-33. <https://doi.org/10.1016/j.evalprogplan.2018.01.008>
- 9) Östlin, P., Eckermann, E., Mishra, U. S., Nkowane, M., & Wallstam, E. (2006). Gender and health promotion: A multisectoral policy approach. *Health Promotion International*, 21(Supplement 1), 25-35. <https://doi.org/10.1093/heapro/dal048>
- 10) Peterson, N. A. (2014). Empowerment Theory: Clarifying the Nature of Higher-Order Multi-dimensional Constructs. *American Journal of Community Psychology*, 53(1-2), 96-108. <https://doi.org/10.1007/s10464-013-9624-0>
- 11) Rappaport, J. (1981). In praise of paradox: A social policy of empowerment over prevention. *American Journal of Community Psychology*, 9, 1-25.
- 12) Schuwey, Claudia, Müller de Menezes, Rahel & Chiapparini Emanuela (2021). Schlussbericht Evaluation des Programms Femmes-Tische und Männer-Tische 2019-2020. Untersuchung mit Fokus auf die Themen Psychische Gesundheit, Gesunde Ernährung und Corona-Pandemie. Bern: Gesundheitsförderung Schweiz.
- 13) Topping, K. J. (2022). Peer Education and Peer Counselling for Health and Well-Being: A Review of Reviews. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), Article 10. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106064>
- 14) Topping, K. J., Topping, K., Buchs, C., Duran, D., Keer, H. van, & Van Keer, H. (2017). Effective peer learning: From principles to practical implementation. Routledge, Taylor & Francis Group.
- 15) Turner, G. (1999). A method in search of a theory: Peer education and health promotion. *Health Education Research*, 14(2), 235-247. <https://doi.org/10.1093/her/14.2.235>
- 16) Wiggins, N., Hughes, A., Rodriguez, A., Potter, C., & Rios-Campos, T. (2014). La Palabra es Salud (The Word Is Health): Combining Mixed Methods and CBPR to Understand the Comparative Effectiveness of Popular and Conventional Education. *Journal of Mixed Methods Research*, 8(3), 278-298. <https://doi.org/10.1177/1558689813510785>
- 17) World Health Organization. (1986). Ottawa Charter for health promotion. WHO European Regional Office.
- 18) Zimmerman, M. A. (1995). Psychological empowerment: Issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology*, 23(5), 581-599.
- 19) Zimmerman, M. A. (2000). Empowerment theory: Psychological, organizational, and community levels of analysis. In J. Rappaport & E. Seidman (Eds.), *Handbook of community psychology* (pp. 43-63). Kluwer Academic Publishers. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6_2