



Bien-être et intégration des migrant-e-s : le grain de sel des associations genevoises

Dardonville Inès, Gan Jeanne-Marie, Leston Laura

La Roseraie est une association offrant un lieu d'accueil et d'information pour les nouveaux arrivants à Genève. Hors l'accueil de jour, de nombreux événements sont organisés avec ou sans inscription, sans conditions de participation. Nous nous intéressons aux cours de cuisine du mercredi.

A l'arrivée de tous les participant-e-s, les tables sont réorganisées en demi-cercle. Après avoir fait les présentations, les participant-e-s votent pour la recette qu'ils vont réaliser. Ce jour-là, une soupe de l'Escalade ainsi qu'un brownie ont été réalisés.

M. vient à la Roseraie depuis 4 ans. Ayant des enfants et petits-enfants ici, M. et sa femme sont venus à Genève dans le but d'être ensemble.



Après avoir sélectionné la recette, les ingrédients sont listés et expliqués par les animateurs. Le groupe est ensuite séparé en deux : une partie commence à découper les légumes pour la soupe, pendant que l'autre fait les courses.

Les courses sont un moment d'apprentissage permettant d'acquérir un vocabulaire "pratique" de la vie quotidienne. Des questions émergent autour du choix des ingrédients : quelle différence entre le miel dur et mou ? entre les différents chocolats ?

Pendant les courses, chacun peut parler des spécialités de son pays, et poser des questions sur les plats suisses. Cette semaine, c'était l'occasion d'en apprendre plus sur la marmite.





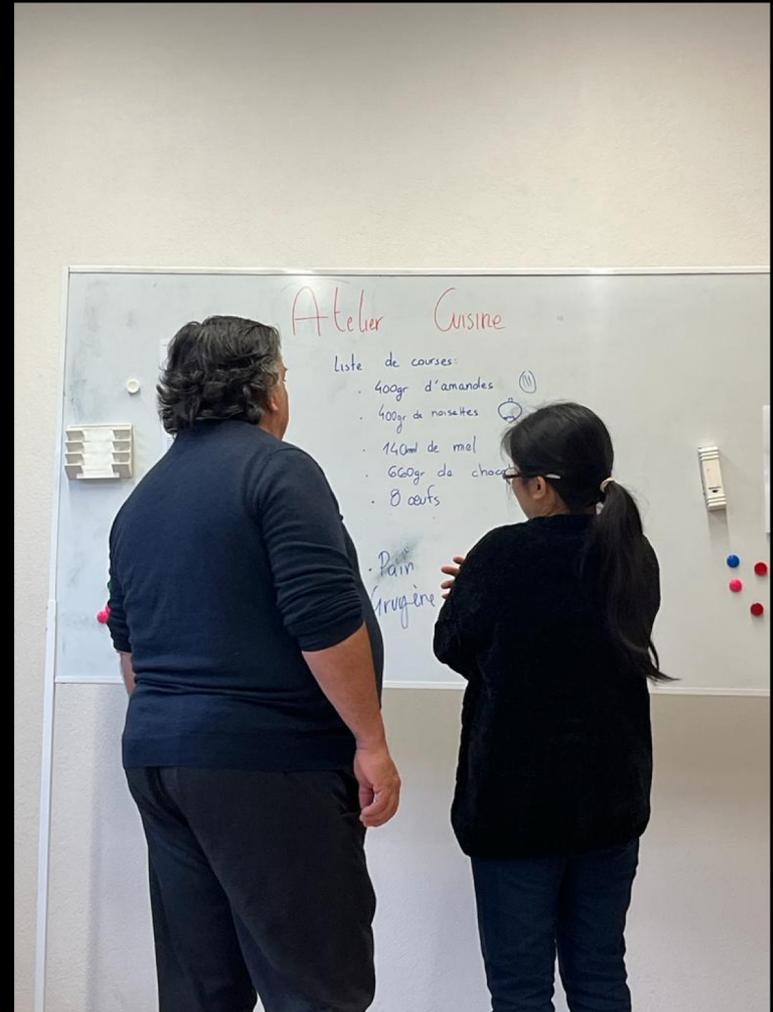
Pendant qu'une partie des participant-e-s fait les courses, l'autre découpe des légumes. C'est l'occasion de découvrir la cuisine européenne mais aussi de passer un moment convivial en discutant avec d'autres personnes tout en écoutant de la musique.

M : "J'adore la cuisine depuis beaucoup, beaucoup de temps. C'est un rêve personnel de la découvrir. La cuisine européenne, apprendre la cuisine, mais c'est, [...], c'est différent, tout complet, différent de la cuisine chilienne. Et mais j'adore tout tout."

Selon le niveau de français, différents groupes se créent : ci-contre, deux participants regardent la liste des ingrédients, essayant de les comprendre.

Une entraide et une solidarité se créent entre les participant-e-s. Bien qu'un petit nombre d'habitueés reviennent au cours chaque semaine, cela n'est pas suffisant pour construire un réseau :

M : "Je connais des gens qui viennent de tout le monde, et après 2 ou 3 mois ils disparaissent, Je les revois pas. (...) Ils essayent de venir ici à Genève pour trouver un travail, mais ça marche pas... Mais après ils disparaissent. Ils rentrent à l'Espagne ou à la Sud-Amérique et ça me touche parce qu'ici tu fais des amitiés.... Ben elles disparaissent."



L'atelier cuisine est un moment de partage dans lequel la mixité et la diversité culturelle ressortent. Ci-contre, chacun pointe sur la carte son pays d'origine.

M. souligne par ailleurs l'importance des activités associatives pour combattre la solitude :

“ [l'animatrice] m'a dit : “vous pouvez venir toute la semaine, tous les jours.” Et voilà, j'ai commencé et j'adorais. Ici, il y a de l'ambiance, (..) beaucoup de monde, différentes langues. (...) C'est vraiment une expérience formidable. On a discuté sur la solitude et beaucoup de choses qui font part de la santé mentale. Mais la solitude, c'est vraiment... ça peut t'abîmer l'esprit. C'est important de trouver [des] personnes pour ne pas être seul.”





En attendant que la soupe et le gâteau soient prêts, les participants et les animateurs se détendent. Certains mettent de la musique, d'autres chantent, dansent ou discutent.

La musique permet de dépasser la barrière de la langue et la timidité pouvant exister entre personnes ne se connaissant pas ou de cultures différentes. Ainsi, naissent connexions et partage amenant une découverte de l'autre. Le bien-être peut découler de ces moments de convivialité.

Pour M, "les activités sont bons pour apprendre le français et pour l'esprit, pour ne pas être seul, pour connaître la ville et pour commencer à s'intégrer. Ça veut dire connaître la langue, l'histoire, les habitudes, l'alimentation et tout ça".



Lorsque tout est prêt, on passe à table. C'est un moment durant lequel les participant-e-s apprécient le fruit de leur travail. Le repas est ponctué de commentaires, rendant compte des différents avis sur les plats réalisés.

Au final, la participation des migrants à des activités associatives contribue à leur bien-être et intégration car elle : combat la solitude, permet de se retrouver entre personnes vivant la même chose et d'échanger sur son vécu dans un espace sûr, contribue à l'apprentissage du français et à l'information.

“La roseraie pour moi, c'est... c'est ma seconde maison en fait.” - M.