

# «Être là de la manière dont chacun·e a besoin»

Cet été aux Bains de Pâquis, plus de 130 bénévoles organisés en association offrent à quiconque en a envie ou besoin un espace d'écoute bienveillant, gratuit et confidentiel. Interview de Sacha Millet, coordinateur du projet.



Première session d'écoute à Genève,

le 17 juin 2023 © S.M.(REISO) Après avoir été à la rencontre de Genevois-es sur les bancs publics<sup>[1]</sup>, vous offrez cette fois-ci de l'écoute gratuite dans l'espace public, tous les dimanches jusqu'au 24 septembre 2023 aux Bains de Pâquis. Quel est le but de cette action intitulée « Viens t'asseoir, je t'écoute », qui aura à son terme compté dix sessions ?

(Sacha Millet) Il y a de nombreux objectifs et bénéfices possibles à ce projet que je coordonne avec Florian Parini. Pour en citer quelques-uns : développer la bienveillance et l'attention, créer du lien et de la mixité sociale, lutter contre l'isolement.

**Quels constats vous ont menés à proposer cet espace d'écoute dans l'espace public ?**

Transports, internet, informations : nous vivons dans une société hyperconnectée d'une multitude de points de vue. Pourtant, nous constatons qu'au sein de notre société, nous interagissons de moins en moins dans l'espace public avec nos concitoyen-ne-s. De surcroît, notre capacité d'attention, et donc notre capacité d'écoute, semble s'être détériorée, et ce même pour nos proches. Avec ce projet, nous espérons, à notre petite échelle, recréer du lien et faire prendre conscience de la déconnexion qui existe entre les êtres humains, grâce à l'émergence de liens désintéressés, sans jugement, inclusifs de tous types de personnes.

**Écouter, c'est aussi prendre soin, l'un des piliers du développement de l'espèce humaine...**

En effet, on trouve également dans ce projet des enjeux liés plus généralement à ce qu'on appelle le « care », ou ce que l'on pourrait traduire par « bienveillance » dans le cadre de ce projet : au-delà de créer des liens, d'apprendre à se connaître, comment peut-on apprendre à prendre soin les un·e-s des autres ? Notre réponse : en commençant à s'écouter. Les passant·e-s bénéficient d'une oreille attentive, les bénévoles apprennent à offrir leur attention.

“

Le contenu de cet échange peut sembler anodin, mais nous rappelons aux bénévoles que cette conversation pourrait être la seule que cette personne aura dans sa journée.

”

**Est-ce que le fait d'être dans l'espace public permet à des personnes désabusées de trouver de l'aide plus facilement ?**

Il est difficile de savoir si ces personnes n'effectueraient pas les démarches d'aide sans ce projet, mais il est certain que nous agissons comme une plateforme de réorientation vers des services professionnels. Un élément essentiel est que nous demandons aux bénévoles de ne pas prodiguer de conseils. Nous offrons une écoute active, posons des questions, mais notre rôle s'arrête là, car nous ne sommes pas des professionnel·le·s de la santé mentale. Ainsi, dès lors qu'une personne demande une aide, ou semble en avoir besoin, ce que nous faisons est de prendre le temps, avec elle, de trouver l'institution locale, ou l'association qui serait le plus à même de lui venir en aide.

#### Qui sont alors les bénévoles qui participent à ce projet ?

Toute personne souhaitant offrir son écoute de manière bienveillante et désintéressée. Nous ne demandons aucune expérience ou formation particulière aux bénévoles, seulement de lire attentivement notre cadre et de s'engager à le respecter. Les trois points essentiels sont : la bienveillance et le non-jugement, la confidentialité, et ne pas donner de conseils.

#### Quelles sont les thématiques/problématiques majoritairement partagées par les passant·e·s qui viennent s'asseoir dans l'espace que vous proposez ?

Nous rencontrons une grande variété de personnes et donc d'histoires. Nous tâchons d'être là de la manière dont chacun·e a besoin, sans attente particulière, sans objectif particulier. Bien sûr, il arrive régulièrement que des personnes se confient sur des expériences douloureuses, telles que des histoires d'abus, de grande précarité, de dépendances. Mais il y a aussi des gens qui s'asseyent pour discuter de la pluie et du beau temps ou partager des souvenirs de voyage. Le contenu de cet échange peut sembler anodin, mais nous rappelons aux bénévoles que cette conversation pourrait être la seule que cette personne aura dans sa journée.

(Propos recueillis par Céline Rochat)

#### « Viens t'asseoir, je t'écoute »

Genève, Bains des Pâquis, tous les dimanches de 16h à 19h jusqu'au 24 septembre 2023. Des actions similaires sont en préparation pour les villes de Lausanne, Paris et Bruxelles.

[En savoir plus](#) (ou s'inscrire comme bénévole)

[Vers la page instagram du projet](#)

<sup>[1]</sup> Voir : [« Photographier et raconter pour affaiblir les préjugés »](#). REISO, publié le 18 janvier 2022.