



***männer*TISCHE**

Wir sprechen über Familie,  
Gesundheit und Integration



***femmes*TISCHE**  
***männer*TISCHE**

# Espaces de rencontre pour les pères en situation de précarité

Outils, échange d'expériences  
Jeudi 20 novembre 2025

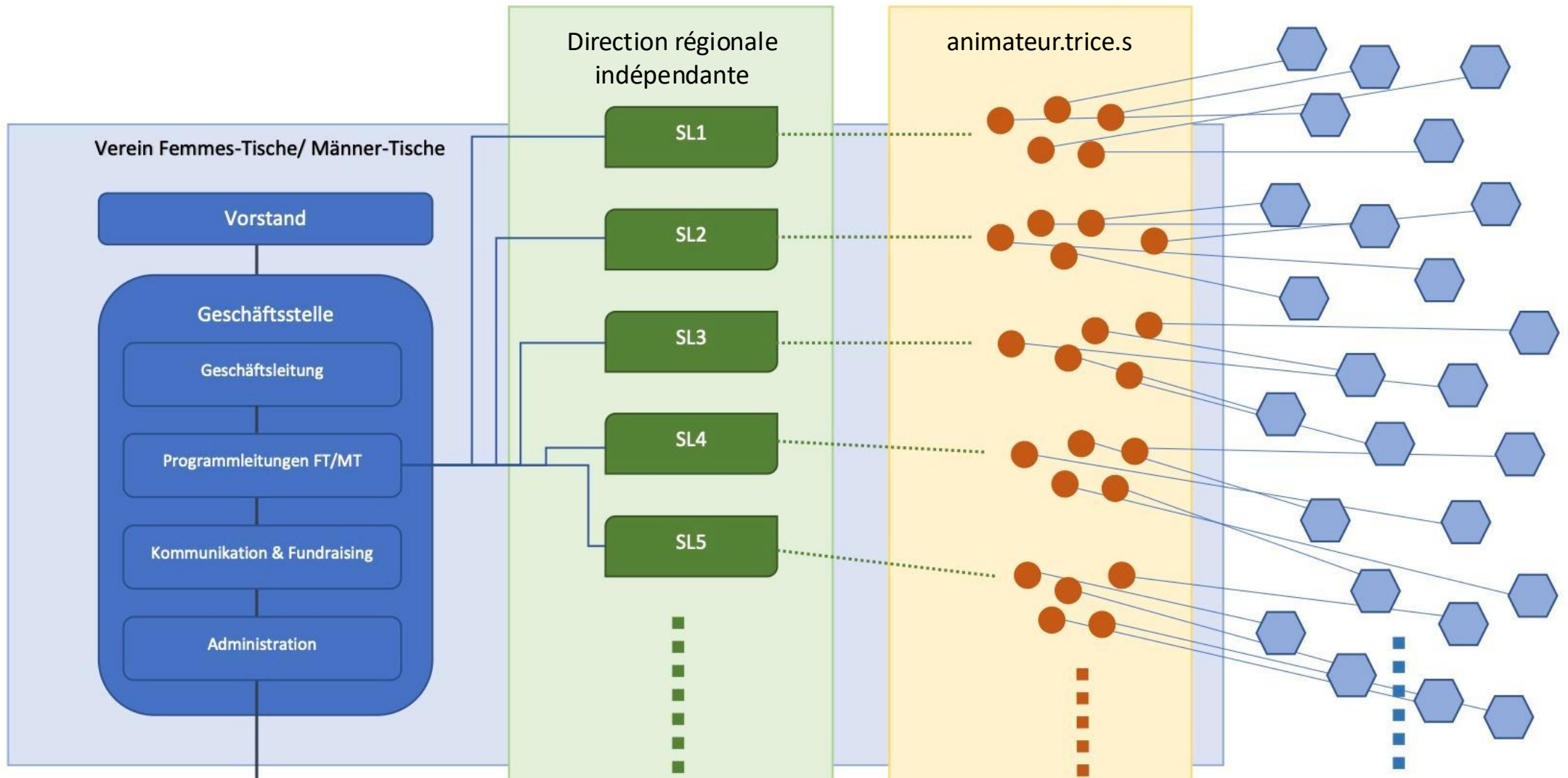
Rainer Kamber, responsable du programme « Hommes-Tische »

[rainer.kamber@maennertische.ch](mailto:rainer.kamber@maennertische.ch) [www.femmestische.ch](http://www.femmestische.ch) [www.maennertische.ch](http://www.maennertische.ch)

# Femmes-Tische et Hommes-Tische, c'est quoi ?



- Programme national de promotion de la famille, de la santé et de l'intégration
- Plateforme pour la formation informelle (« tables rondes »)
- Méthode : éducation par les pairs, implication des pairs
- Modèle organisationnel : association, franchisage pour les membres
- Existe depuis près de 30 ans



Tables rondes



## Lieux en Suisse

**31 Femmes-Tische**

**16 Männer-Tische**

### Groupes cibles

- Origines socio-économiques défavorisées
- Personnes avec ou sans passé migratoire
- Professionnel.le.s, communes, institutions

Tranche d'âge  
À partir de 18 ans

Diversité de thématiques  
35 thèmes autour des questions quotidiennes de santé, de famille et d'intégration

### Domaines d'activité

- Éducation de parents et d'adultes
- Intégration sociale
- Promotion et prévention de la santé
- Promotion précoce
- Intégration professionnelle



### Multilinguisme

Tables rondes dans plus de 28 langues, en suisse allemande et romande

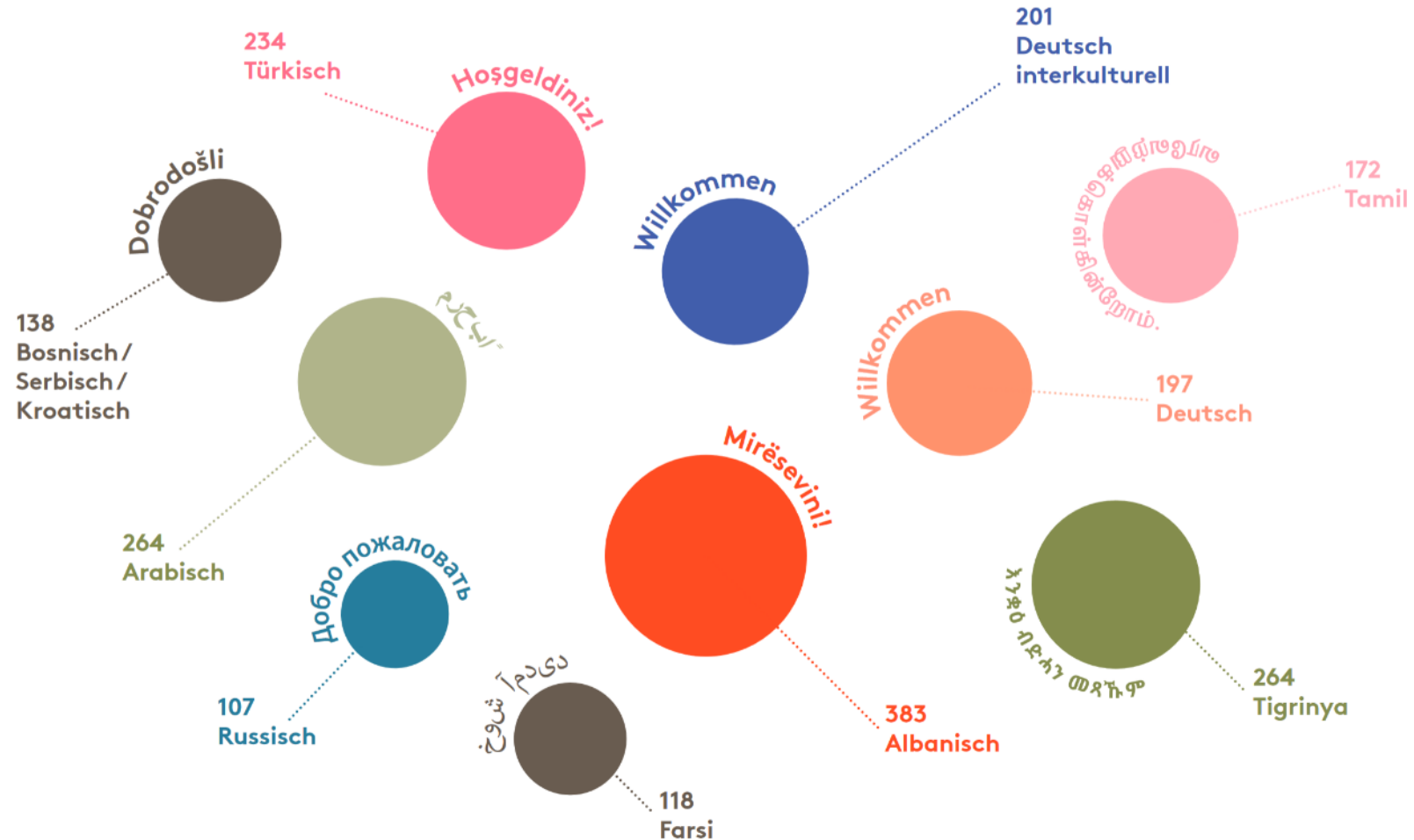
### Diffusion

31 lieux dans toute la Suisse et le Lichtenstein



# Femmes-Tische et Hommes-Tische

Les 10 langues les plus parlées dans  
les tables rondes



# Femmes-Tische et Hommes-Tische



55 % Cadre privé  
40 % Espace semi-public et public  
5 % En ligne

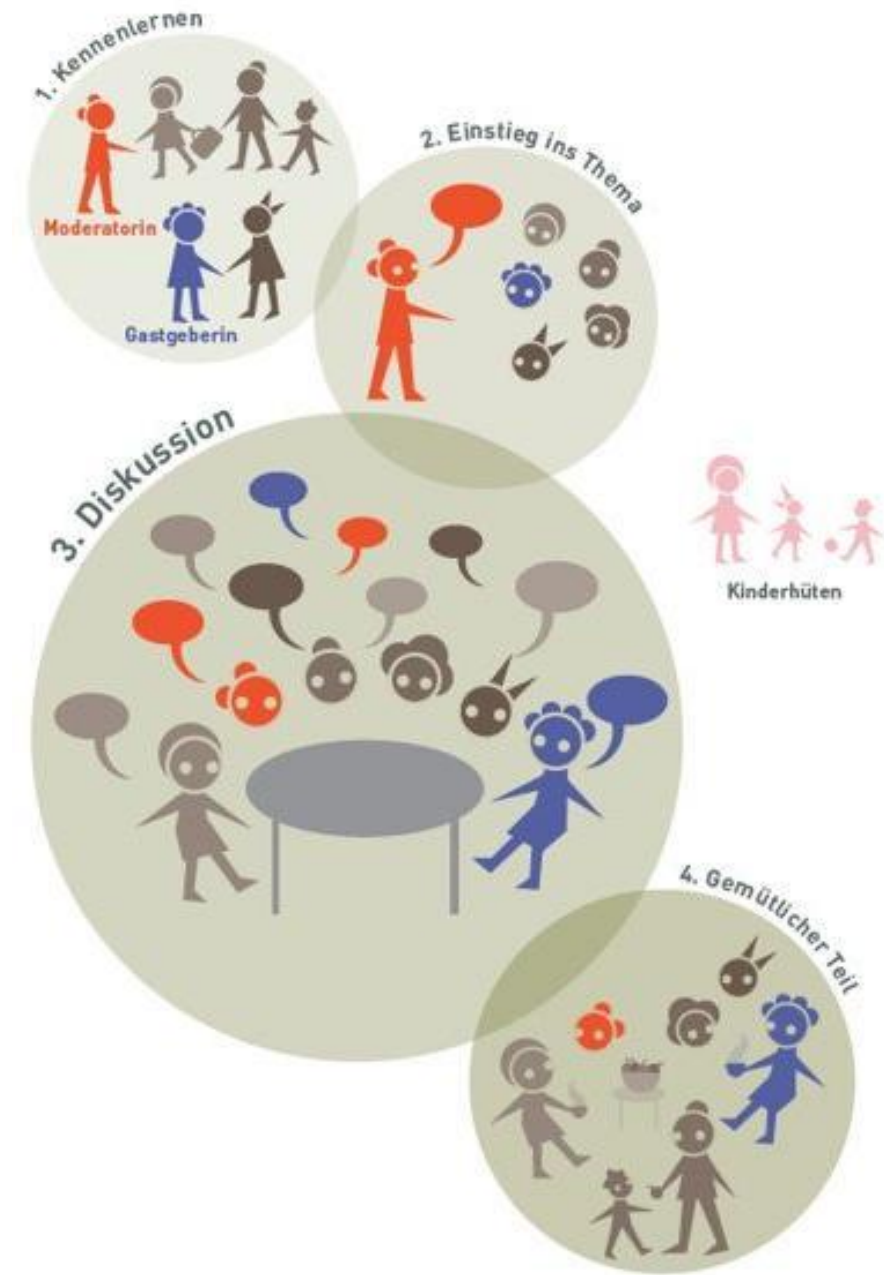


# La « table ronde »



18 février 2025

Femmes-Tische et Hommes-Tische



# Femmes-Tische et Hommes-Tische 2024



- Plus de 18 000 participations
- Plus de 3 200 tables rondes organisées
- près de 400 animateur.trice.s (dont près de 100 hommes)
- Plus de 30 sites, dont 15 avec des tables pour hommes
- Plus de 20 langues







# Éducation par les pair.e.s (EP)

L'EP est un format éducatif dans lequel des personnes non professionnelles d'âge, de statut et d'expérience similaires échangent activement des informations et apprennent les unes des autres en dehors de toute relation de pouvoir.

Cette méthode nécessite de former les animateurs et un cadre dans lequel elle peut être appliquée de manière informelle et sans contrainte.

- L'approche par les pair.e.s est le facteur clé du programme Femmes-Tische et Hommes-Tische. Les réseaux privés des animateurs et animatrices (pair.e.s) permettent d'atteindre des personnes vulnérables et socialement défavorisées qui sont difficiles à atteindre par le système d'aide classique, par exemple.
- D'une part, les animateur.trice.s et les participant.e.s aux tables rondes intègrent en permanence de nouvelles personnes au programme et, d'autre part, les participant.e.s transmettent les connaissances acquises lors des tables rondes à leur entourage, ce qui permet d'obtenir un effet multiplicateur.
- La flexibilité dans l'organisation des tables rondes et l'orientation vers les besoins permettent à un plus grand nombre de personnes de participer. Au contraire des cours à horaires fixes pour lesquels ça ne serait généralement pas le cas.



# Éducation par les pair.e.s (PE)

- Langage commun, partage d'expériences communes, rôle de modèle des animateur.trice.s, égalité : discussion, échange d'expériences, relations sociales, amitiés.
- Les modérateurs et modératrices désignés comme pair.e.s doivent disposer de compétences variées et spécifiques :

compétences en matière de mise en réseau, capacité à constituer un groupe approprié, compétences en matière de conduite d'entretiens et de transculturalité, connaissance du système et des structures suisses, sensibilité aux questions de genre, sensibilité aux traumatismes, capacité à mettre en œuvre l'approche d'autonomisation.



# Éducation par les pair.e.s (PE)

- Autres facteurs clés : participation facile (volontaire, gratuite, avec garde d'enfants si souhaité, possibilité de répéter et d'impliquer des expert.e.s externes...).
- Également essentiel : pertinence personnelle des thèmes pour les participant.e.s, approche participative, recrutement continu, formation et accompagnement professionnel des animateurs et animatrices.
- Facteur de réussite : la mise en réseau systématique des sites dans les régions et au niveau suprarégional (effets multiplicateurs au niveau structurel).



# Empowerment

## Accès facile

Pair.e.s comme  
personnes de contact

Échanges dans la  
langue d'origine

Cadre axée sur la  
multiplication

Flexibilité et en  
fonction des besoins

Accès inconditionnel

Approche  
participative

Apprentissage  
social

Sensible au  
genre

Orienté ressources et  
attitude de dialogues

### Savoir

- Gesundheitswissen
- Gesundheitsbezogenes Verantwortungsbewusstsein
- Bewusstsein über Handlungsoptionen

### Posture

- Positivere Einstellungen
- Gestärkte Selbstwirksamkeit
- Gestärkte Motivation, neue Ideen umzusetzen/ gesundheitsbezogene Empfehlungen zu befolgen

### Comportement

- Transfer: Realisieren von Vorsätzen bezüglich Gesundheitsverhalten
- Selbstbestimmte Nutzung der neu erworbenen Kompetenzen im Alltag
- Überwindung sozialer Isolation

## Compétences de vie



# Femmes-Tische et Hommes-Tische



## Thèmes populaires

Santé psychologique	288
Être en bonne santé et le rester	253
Le racisme	171
Grandir de manière multilingue	147
Mon enfant à l'école	143
Compétence médiatique + famille + médias	142
Vieillir en Suisse	98
Alimentation saine	96
Moi, la famille et le travail	95
L'alimentation et l'activité physique	90
Rester en mouvement	83





# Le besoin en FTMT

- Intégration
- Éducation
- Santé
- Égalité des chances

→ Indicateurs d'intégration

<https://www.bfs.admin.ch/bfs/de/home/statistiken/bevoelkerung/migration-integration/integrationindikatoren/schluesselindikatoren.html>



# Quel est l'impact des tables rondes ?

## Effets structurels

Le programme donne des impulsions pour le développement structurel dans le domaine de la migration en Suisse :

- renforcement des réseaux entre les institutions et les différents acteurs spécialisés, multiplication des offres
- Échanges professionnels continus entre toutes les parties prenantes, consolidation des connaissances empiriques et des bonnes pratiques

# Empowerment



## Accès facile

Pair.e.s comme  
personnes de  
contact

Échanges dans la  
langue d'origine

Cadre axée sur la  
multiplication

Flexibilité et en  
fonction des besoins

Accès  
inconditionnel

g

**Approche  
participative**

**Apprentissage  
social**

### Savoir

- Gesundheitswissen
- Gesundheitsbezogenes Verantwortungsbewusstsein
- Bewusstsein über Handlungsoptionen

**Sensible au  
genre**

### Posture

- Positivere Einstellungen
- Gestärkte Selbstwirksamkeit
- Gestärkte Motivation, neue Ideen umzusetzen/gesundheitsbezogene Empfehlungen zu befolgen

### Comportement

- Transfer: Realisieren von Vorsätzen bezüglich Gesundheitsverhalten
- Selbstbestimmte Nutzung der neu erworbenen Kompetenzen im Alltag
- Überwindung sozialer Isolation

**Orienté ressources et  
attitude de dialogues**

## Compétences de vie



# Les besoins des participant.e.s

## *Témoignages des participant.e.s :*

« Avant de venir ici, je n'avais pas d'idée précise. Je pensais qu'il s'agissait simplement d'une rencontre. Maintenant, je me sens plein d'énergie. »

« Ces réunions sont très importantes pour nous, surtout pour nous, les réfugiés, car nous devons tout laisser derrière nous, notre patrie, notre famille, et nous sommes seuls. Venir ici nous donne de la force et réchauffe nos cœurs, car nous pouvons discuter ensemble, partager nos sentiments, et cela nous aide tout simplement. »

« Je pense qu'il ne faut pas être trop fier et croire qu'on sait déjà tout. »

« Nous échangeons des informations et nous parlons simplement dans notre langue. »

« J'étais très heureux de venir et je veux toujours apprendre quelque chose. Peu importe quoi. Cela m'intéresse tout simplement. Je veux toujours progresser afin de pouvoir comprendre plusieurs sujets.

« Les sujets qu'il nous explique sont très intéressants. Nous en avons vraiment besoin tous les jours. »



# Le point de vue des modérateur.trice.s et des SL

## ***Témoignages des modérateur.trice.s :***

« Un homme a mentionné qu'il souffrait d'une maladie grave et que son médecin lui avait remis une liste indiquant comment il devait s'alimenter, c'est-à-dire une pyramide alimentaire. Cependant, il n'avait pas bien compris comment il devait s'y prendre. »

« Le thème [de la table ronde sur l'alimentation] est considéré comme très important par les participants, car il n'a jamais été abordé à l'école, alors qu'il les concerne au quotidien. »

## ***... des responsables des tables rondes pour hommes :***

« C'est un avantage de pouvoir travailler avec des hommes en tant qu'homme. Ce ne serait pas la même chose si un homme, un modérateur, en tant que migrant, écrivait à une cheffe de projet le week-end. »

« Je pense que le défi réside dans le fait que c'est différent des tables rondes pour femmes. On ne peut pas simplement transposer les tables rondes pour femmes aux hommes. »





# Liens, sources

## **Programme Migration et santé 2002-2017 et évaluation de ce programme**

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitsstrategien/gesundheitsliche-chancengleichheit/programm-migration-und-gesundheit-2002-2017.html>

## **Activités visant à promouvoir l'égalité des chances**

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitsstrategien/gesundheitsliche-chancengleichheit/aktivitaeten-zur-foerderung-der-chancengleichheit.html>

## **Recherche sur l'égalité des chances en matière de santé**

<https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/strategie-und-politik/nationale-gesundheitsstrategien/gesundheitsliche-chancengleichheit/forschung-zu-gesundheitlicher-chancengleichheit.html>

## **Plateformes pratiques**

<https://www.migesplus.ch/> <https://www.femmetische.ch>