

GUIDE D'ANIMATION

Organiser et animer une Agora citoyenne dans votre milieu

Ce guide accompagne les organisateurs d'Agoras citoyennes, de la conception à la tenue de l'activité. Il propose des formats variés, des repères pratiques pour la mobilisation, des outils d'animation et des gabarits prêts à utiliser qui peuvent être adaptés librement selon les réalités de votre milieu.

A. L'Agora citoyenne : qu'est-ce que c'est ?

Une Agora citoyenne offre un moment d'échange où l'on explore ensemble une question fondamentale : comment la culture fait-elle du bien ? Dans cet espace de parole ouvert, structuré et bienveillant, des personnes de profils variés peuvent exprimer leur rapport à la culture et à l'art, ainsi qu'à leur effet sur leur vie, leur santé et leur bien-être.

L'Agora n'est ni une conférence, ni un spectacle : c'est une conversation. Son format peut varier, mais son esprit reste constant : valoriser l'expérience vécue, favoriser la rencontre entre personnes d'horizons différents, et donner à entendre des voix qui ne s'expriment pas toujours dans les enceintes institutionnelles.

La question centrale de toutes les Agoras

Comment la culture vous fait-elle du bien ?

Comment contribue-t-elle à votre mieux-être, à votre santé mentale, à votre vie sociale ?

B. Choisir son format : cinq propositions

Il n'y a pas de format unique. Le bon format est celui qui correspond à votre milieu, à votre public et à vos ressources. Voici cinq propositions, avec leurs avantages, leurs enjeux et leurs conditions de réussite.

Format 1 – La discussion en cercle (plénière ouverte)

Tous les participants sont assis en cercle ou en U et prennent la parole à tour de rôle, guidés par un animateur. C'est le format le plus simple, le plus horizontal et le plus propice à la circulation de la parole entre inconnus.

Idéal pour	Groupes de 10 à 30 personnes, milieux communautaires, groupes déjà constitués (associations, clubs, groupes de vie).
Avantages	Format accessible, peu de logistique, favorise l'écoute mutuelle, ambiance de confiance.
Défis	Risque de monopolisation par certaines voix; nécessite un animateur attentif à la distribution du temps de parole.
Durée suggérée	90 min. à 2 h

Format 2 – Le panel avec interventions du public

Trois à cinq personnes (artiste, professionnel de la santé, élu, citoyen, aîné, jeune, etc.) témoignent, à tour de rôle, pendant 5 à 7 minutes chacune. Le public prend ensuite la parole, en réaction. L'animateur gère les échanges.

Idéal pour	Événements publics plus larges (30 à 100 personnes), institutions, lancements, contextes où l'on veut ancrer la discussion dans des témoignages structurés.
Avantages	Les témoignages des panélistes inspirent et déclenchent la prise de parole du public. Le panel donne une crédibilité et une profondeur immédiate à la rencontre.
Défis	Sélection des panélistes déterminante; risque de déséquilibre si le public reste passif; nécessite une animation énergique de la période de questions.
Durée suggérée	2 h à 2 h 30

Format 3 – Le Café de conversation (souvent appelé *World Café*)

Les participants sont répartis en groupes de 4 à 6 personnes. Chaque table aborde une question ou un angle relatifs à la thématique centrale. Après 20 à 25 minutes, les participants se dirigent vers une autre table (sauf le « facilitateur », qui synthétise ce qui s'est dit pour les nouveaux participants). En plénière finale, chaque table énonce ses conclusions.

Idéal pour	Groupes de 20 à 50 personnes, dans des contextes où l'on veut une co-construction riche : milieu de travail, événement festif, rencontre multidisciplinaire.
Avantages	Favorise la diversité des échanges, met chacun sur un pied d'égalité, génère beaucoup de contenu en peu de temps.
Défis	Logistique plus complexe; les gardiens de tables doivent être breffés; le retour en plénière demande une synthèse structurée.
Durée suggérée	2 h 30 à 3 h

Format 4 – Les discussions dirigées (groupes de parole structurés)

L'animateur propose une série de questions courtes et progressives (de l'expérience personnelle vers le général), que les participants abordent en sous-groupes ou en plénière. Chaque question ouvre une fenêtre sur un aspect différent du lien entre culture et mieux-être.

Idéal pour	Milieus thérapeutiques, CISSS, CHSLD, hôpitaux, groupes en situation de vulnérabilité, clientèles moins habituées à la prise de parole publique.
Avantages	Très structuré, sécurisant pour les participants moins à l'aise; permet d'aller en profondeur; facile à documenter.
Défis	Risque de rigidité si les questions ne laissent pas place à la surprise; nécessite une grande sensibilité de l'animateur au rythme du groupe.
Durée suggérée	60 à 90 min

Format 5 – L’Agora hybride (combinaison sur mesure)

Combinaison de deux formats : par exemple, un panel court (30 min) suivi d’un Café de conversation en sous-groupes (40 min) puis d’une plénière de synthèse (20 min). C’est le format le plus riche, mais aussi le plus exigeant en préparation.

Idéal pour	Colloques, événements institutionnels majeurs, contextes où des sous-populations distinctes sont présentes (aînés et jeunes, par exemple).
Avantages	Maximise l’engagement, offre plusieurs points d’entrée, permet de s’adapter en cours de route.
Défis	Demande deux animateurs ou un animateur très expérimenté; la transition entre les phases doit être fluide.
Durée suggérée	2 h 30 à 3 h

Tableau synthèse : quel format pour quel contexte ?

Format	Taille idéale	Niveau de complexité	Richesse du contenu	Milieus suggérés
Cercle / plénière	10 - 30	Faible	Modérée	Communautaire, associatif
Panel + public	30 - 100	Modéré	Élevée	Institutionnel, public large
Café de conversation	20 - 50	Élevé	Très élevée	Travail, éducation, événementiel
Discussion dirigée	6 - 20	Faible	Élevée	Santé, vulnérabilité
Hybride	20 - 80	Très élevé	Maximale	Colloque, événement majeur

C. Exemples d’Agoras dans différents milieux

Ces exemples illustrent comment le concept d’Agora citoyenne peut être adapté à des réalités très différentes tout en restant fidèle à son objectif : donner la parole aux gens sur la culture et le mieux-être.

Exemple 1 – Carrefour jeunesse-emploi (CJE) : Agora ouverte aux jeunes

- Public cible : Jeunes et adultes de 16 à 35 ans, en transition (emploi, études, orientation), habitués des services du CJE, ouverts à tous.
- Format suggéré : Café de conversation avec trois tables thématiques (« La culture qui m’a sauvé »; « La culture qui m’a ouvert une porte »; « La culture que je veux faire exister »).
- Mobilisation : Annonce par le CJE, réseaux sociaux, invitation personnelle par les intervenants; prévoir une collation ou un moment convivial pour briser la glace.
- Points d’attention : Assurer un registre de langue accessible et un ton sans jugement; valoriser les expériences culturelles informelles (jeu vidéo, musique, danse, graffiti, etc.) au même titre que les pratiques institutionnelles.
- Durée : 2 h; Animateur : intervenant du CJE formé ou facilitateur externe.

Exemple 2 – Université du troisième âge (UTA) : Agora avec les aînés

- Public cible : Membres inscrits à l'UTA, aînés actifs, 60 ans et plus.
- Format suggéré : Panel de 4 aînés (artiste amateur, bénévole en culture, retraité ayant découvert une pratique créative à un âge avancé, professionnel de santé) suivi d'une discussion en plénière.
- Mobilisation : Annonce dans la programmation de l'UTA; intégrer l'Agora en ouverture ou en clôture d'une session régulière; prévoir un moment de partage informel après la rencontre.
- Points d'attention : Valoriser les mémoires longues (« La culture dans ma jeunesse »); explorer la solitude et le rôle compensatoire de la culture; laisser beaucoup d'espace au récit personnel.
- Durée : 2 h; animateur : professeur, formateur ou coordonnateur de l'UTA, ou animateur externe.

Exemple 3 – CISSS ou CIUSSS : Agora avec des professionnels et des usagers

- Public cible : Mélange de professionnels de la santé (infirmières, travailleurs sociaux, ergothérapeutes, médecins), de patients en rétablissement et de gestionnaires.
- Format suggéré : Discussions dirigées en sous-groupes de 6, avec questions progressives (de l'expérience personnelle vers la pratique professionnelle), suivies d'un bref retour en plénière.
- Mobilisation : Appui de la direction des soins ou de la direction des programmes; invitation par les chefs d'unité; s'arrimer à une réunion ou formation existante pour réduire les barrières de disponibilité.
- Points d'attention : Respecter la confidentialité des expériences des usagers; éviter le registre clinique ou thérapeutique; positionner l'Agora comme un espace de parole citoyenne, pas comme une intervention de santé.
- Durée : 90 min; animateur : médiateur culturel ou professionnel formé à la facilitation, idéalement externe à l'établissement.

Exemple 4 – CHSLD ou maison de soins palliatifs : Agora adaptée à un public fragilisé

- Public cible : Résidents (selon capacités), familles, préposés, personnel soignant, bénévoles.
- Format suggéré : Cercle de parole de petite taille (8 à 12 personnes), questions très simples et évocatrices, soutenues par des photos ou des courts extraits musicaux comme déclencheurs de mémoire et d'émotion.
- Mobilisation : Coordination avec la direction des soins ou des activités; invitation directe et personnalisée; prévoir un format court (60 min maximum) pour respecter les capacités de concentration.
- Points d'attention : Adapter le rythme au groupe; ne jamais forcer la prise de parole : le silence peut être une réponse; prévoir un soutien émotionnel si des expériences lourdes émergent.
- Durée : 60 à 75 min; animateur : médiateur culturel formé ou animateur de milieu de vie avec sensibilité culturelle.

Exemple 5 – Hôpital : Agora avec les équipes soignantes

- Public cible : Infirmières, médecins, préposés, auxiliaires, gestionnaires d'unité, volontaires.

- Format suggéré : Panel court (trois témoignages de collègues sur comment la culture les ressource dans leur pratique) et échange en plénière. Peut être intégré à une pause repas ou à un 5 à 7.
- Mobilisation : Appui de la direction des ressources humaines ou d'un comité pour la qualité de vie au travail; valoriser la participation comme moment de reconnaissance et de soutien au personnel.
- Points d'attention : Le personnel soignant est souvent épuisé; l'Agora doit être vécue comme un cadeau de temps, non comme une obligation; les questions sur la culture comme ressource personnelle (et pas seulement pour les patients) sont très puissantes dans ce contexte.
- Durée : 75 à 90 min; Animateur : coordonnateur RH ou médiateur culturel externe.

Exemple 6 – Organisme communautaire : Agora ouverte à la communauté

- Public cible : Clientèles de l'organisme et personnes du quartier, partenaires locaux, élus, bénévoles.
- Format suggéré : Agora hybride : 20 min de témoignages (2 ou 3 personnes), puis Café de conversation de 40 min en sous-groupes, synthèse collective en 15 min. Prévoir une activité culturelle courte en ouverture (chanson, lecture, performance) pour plonger d'emblée dans le thème.
- Mobilisation : Réseaux de l'organisme, partenaires du quartier, affiches, réseaux sociaux, relance téléphonique des personnes habituées. Prévoir un léger goûter pour favoriser l'atmosphère conviviale.
- Points d'attention : Accueillir la diversité des définitions de la culture (culture populaire, culture d'origine, culture de rue, etc.); valoriser les pratiques non institutionnelles.
- Durée : 2 h à 2 h 30. Animateur : coordonnateur de l'organisme avec expérience en animation ou facilitateur externe.

D. Préparer son Agora : les étapes clés

La réussite d'une Agora repose sur une préparation rigoureuse et une mobilisation active. Voici le parcours de préparation recommandé, de 6 à 8 semaines avant la rencontre.

Étape	Actions
6 à 8 semaines avant	Confirmer le format de l'Agora, adapté au milieu et au public. Désigner l'animateur ou animatrice principale. Réserver la salle (accessible, configuration flexible, bonne acoustique). Définir la liste des participants à inviter et les cibles de mobilisation. Soumettre la proposition à Culture pour tous (si ce n'est déjà fait).
4 à 5 semaines avant	Lancer les premières invitations (lettre, courriel, affiche). Identifier des relayeurs dans le milieu (personnes-ressources qui inviteront elles-mêmes). Préparer les questions d'animation (s'appuyer sur la banque proposée à la section E). Confirmer la logistique : matériel, papeterie, affichage, sonorisation si nécessaire.
2 à 3 semaines avant	Faire une relance active des invitations. Confirmer les présences. Breffer les panélistes ou les facilitateurs, si applicable. Compléter le gabarit de préparation (section F du présent guide).
La semaine avant	Préparer le matériel de prise de notes (gabarit, papier, crayons, notes autocollantes...). Confirmer tous les rôles (animateur, preneur de notes, accueil...). Faire une répétition ou un tour de table de préparation avec l'équipe. Prévoir un plan de contingence si le nombre de participants est inférieur aux attentes.
Le jour de l'Agora	Arriver 45 minutes à l'avance pour installer la salle. Accueillir les gens chaleureusement, sans formalité excessive. Rappeler l'objectif, le déroulement et les règles de parole en ouverture. Animer avec souplesse : respecter le plan, mais laisser la vie entrer. Clôturer par une synthèse ou un mot de chaque participant.
Dans les 10 jours suivants	Compléter le formulaire rétroactif. Rédiger une synthèse (2 à 4 pages) et la transmettre à Culture pour tous. Remercier les participants et les informer de la suite.

E. Animer une Agora : posture, règles et banque de questions

La posture de l'animateur

L'animateur d'une Agora citoyenne n'est ni un conférencier ni un thérapeute. Sa posture est celle d'un hôte bienveillant et attentif : cette personne crée les conditions pour que les autres s'expriment, protège l'espace de parole, oriente les échanges et aide le groupe à se rejoindre dans ses conclusions.

- Faire confiance au groupe : les gens ont des choses importantes à dire sur leur vie et sur la culture.
- Valoriser chaque prise de parole, sans hiérarchiser les expériences.

- Redistribuer la parole activement : « Et vous, qu'est-ce qui vous rejoint dans ce que vous venez d'entendre ? »
- Gérer les temps avec tact, sans brutalité.
- Faire émerger les convergences en cours de route et en clôture.

Règles de parole proposées (à lire en ouverture)

1. Chacun parle en son nom propre, à partir de son expérience.
2. On écoute la personne qui parle, sans l'interrompre.
3. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses : toutes les expériences ont de la valeur.
4. La confidentialité est respectée : ce qui se dit ici reste dans le cadre de cette rencontre.
5. On peut passer son tour à tout moment : la parole n'est jamais obligatoire.

Banque de questions d'animation

Ces questions sont proposées comme point de départ. L'animateur choisit celles qui conviennent au groupe et au format choisi. Elles sont conçues pour aller du plus accessible (expérience individuelle concrète) vers le plus réflexif (portée collective, politique).

Questions d'entrée en matière (brise-glace)

- Si vous deviez nommer une expérience culturelle ou artistique marquante pour vous (un livre, une chanson, un spectacle, un musée, un film, une fête) laquelle choisiriez-vous ? Pourquoi ?
- Qu'est-ce que la culture représente pour vous ? En un mot, une image ou une phrase.

Questions sur le lien culture et mieux-être

- Y a-t-il une pratique culturelle (lire, chanter, danser, créer, regarder) qui fait partie de votre façon de prendre soin de vous ? Comment vous aide-t-elle ?
- Avez-vous vécu un moment où la culture ou l'art vous ont aidé à traverser quelque chose de difficile ? Qu'est-ce qui s'est passé ?
- Comment décririez-vous la différence entre un moment de culture et un moment de simple divertissement ? Y en a-t-il une pour vous ?
- Est-ce que la culture vous aide à vous sentir moins seul ? Comment ?

Questions sur la culture et la santé (mentale, physique, sociale)

- Si vous pensez à votre santé en général, pas seulement à l'absence de maladie, mais à votre vitalité, votre équilibre, quelle place occupe la culture ?
- Avez-vous l'impression que la culture vous aide à vous connecter aux autres, à votre communauté ? De quelle façon ?
- Pour ceux qui travaillent en santé ou en services sociaux : Avez-vous observé chez les personnes que vous accompagnez un effet de la culture sur leur état ? Pouvez-vous donner un exemple ?

Questions de réflexion collective (en clôture)

- Qu'est-ce qui vous a le plus touché ou surpris dans ce que vous avez entendu aujourd'hui ?

- Si vous deviez transmettre à des décideurs politiques un message sur le rôle de la culture en santé, quel serait-il ?
- Qu'est-ce qui manque dans votre milieu pour que la culture puisse mieux prendre soin des gens ?

F. Mobiliser les participants : un modèle en trois cercles

La mobilisation est souvent l'enjeu le plus crucial d'une Agora. Le modèle suivant propose de travailler en trois cercles concentriques pour assurer une participation diverse et engagée.

Cercle	Stratégie
Premier cercle (déjà convaincus)	Les personnes de votre réseau immédiat ayant un lien direct avec la culture ou la mission de votre organisation. Elles viendront facilement et serviront d'ambassadrices. Invitez-les en premier et demandez à chacune de faire suivre l'invitation à deux ou trois personnes.
Deuxième cercle (curieux et concernés)	Personnes qui ne font pas partie de votre réseau habituel mais qui sont touchées par le thème : professionnels de la santé, enseignants, bénévoles, gens d'affaires engagés, élus locaux. Pour les rejoindre, passez par des relayeurs crédibles dans leurs réseaux respectifs.
Troisième cercle (voix à aller chercher)	Individus que l'on n'entend pas habituellement dans les espaces publics : personnes en situation de vulnérabilité, personnes issues de communautés culturelles, jeunes, aînés isolés. Pour les rejoindre, il faut aller à eux, dans leur espace, via les organisations qui les accompagnent.

Outils de mobilisation recommandés

- Lettre d'invitation personnalisée (ton chaleureux, concret, non institutionnel).
- Affiche ou visuel simple, diffusable sur les réseaux sociaux et les médias locaux.
- Relance téléphonique ou par courriel personnalisés pour les cibles prioritaires.
- Partenariat avec une organisation-relais qui diffuse l'invitation dans son réseau.
- Inscription simple (courriel, formulaire court en ligne ou inscription verbale).
- Rappel 48 heures avant la rencontre.

Message clé pour vos invitations

Voici un exemple de texte court que vous pouvez adapter pour vos invitations :

« Nous vous invitons à une rencontre de discussion sur la façon dont la culture fait du bien. Pas une conférence, pas un cours : une vraie conversation, dans laquelle votre expérience compte autant que celle de n'importe quel expert. Venez partager ce que la culture, l'art et la créativité apportent à votre vie, et comment ils contribuent à votre bien-être. »

Cette rencontre s'inscrit dans la série des Agoras citoyennes des Journées de la culture, présentées dans le cadre du colloque *Médiation culturelle et santé globale*.

Une dernière pensée pour les organisateurs

Organiser une Agora citoyenne, c'est poser un acte de confiance envers les gens de votre milieu. C'est croire que leur parole compte, que leur expérience de la culture mérite d'être entendue et que les espaces de conversation authentique sont, eux aussi, une forme de soin.

Merci de contribuer à ce grand portrait collectif de la façon dont la culture prend soin du Québec.

Culture pour tous – Les Journées de la culture

M'INSCRIRE

N'oubliez pas de nommer **dans le titre ou le sous-titre de votre activité** qu'il s'agit d'une Agora. Exemple de titre :

CRÉATION D'UNE ACTIVITÉ

Les champs marqués d'un astérisque (*) sont obligatoires.

1. Information générale

Votre activité se déroule*

Sur place En ligne

Titre de l'activité*

Agora citoyenne : les bienfaits de la médiation culturelle sur la santé mentale

Pour toute question, contactez Anaïs Kechidi : akechidi@culturepourtous.ca

Merci!

Les **Agoras citoyennes** sont réalisées par Culture pour tous en collaboration avec *La Presse*