



*Entre absence et retrouvailles, les liens entre les êtres ont été un sujet majeur pendant la crise sanitaire. La situation a mis en lumière les différents bienfaits des relations humaines, qu'elles soient familiales, amicales ou simplement de voisinage. Chaque individu représente également un soutien potentiel pour son entourage. Les cercles d'écoute concrétisent parfaitement ce besoin d'échange. Ils visent à répondre aux nécessités de liens sociaux bienveillants dans la population genevoise.*

Lancés en 2021, [les cercles d'écoute](#) sont des espaces libres d'accès et confidentiels. Ouverts à toutes et à tous, ils offrent la possibilité d'être écouté-e par un groupe de manière non-jugeante et inconditionnelle, et de pratiquer à son tour une véritable écoute. Porté par [La Main Tendue Genève](#) et [l'Association minds](#), ces espaces gratifient la population genevoise de nombreux bienfaits et répondent à des objectifs multiples : offrir, d'une part, des espaces d'écoute accessibles librement et, d'autre part, aider à prévenir les effets psychologiques et sociaux d'un contexte mondial inquiétant.

S'il représente donc un espace libre, un cercle d'écoute ne vise ni à prodiguer des conseils, ni à résoudre des problèmes. Ce n'est pas un lieu d'interaction, d'interpellation, ni de questions-réponses. C'est un endroit où l'on dépose, en toute sécurité et dans la bienveillance, ce qui se vit intérieurement ou éventuellement ce qui est blessé. Il est par ailleurs tout à fait possible de faire le choix de garder le silence.

Chaque cercle est conduit par un ou une modérateur·trice. Son rôle est d'accompagner les participant·e·s, sans pour autant aider ou dispenser des recommandations. En ce sens, cette personne n'est pas responsable du groupe. Le réseau des cercles est aussi grand que le nombre de personnes qui le porte, et quiconque ayant expérimenté une rencontre peut à son tour devenir modérateur·trice. Les individus intéressés doivent alors participer à une séance d'information.

Les cercles d'écoute ne nécessitent aucune inscription, il suffit de venir, de s'asseoir et de se laisser porter par un cadre de modération simple et bienveillance. Le cercle est lancé de manière assez naturelle en se basant sur le ressenti du moment présent. Il est cependant difficile d'en décrire plus précisément le fond et la forme car c'est une expérience qui se vit. Elle est d'ailleurs véritable et unique à chaque fois.

