

**PARTAGER DES PRATIQUES D'ÉTABLISSEMENT ET D'INTÉGRATION
QUI FONCTIONNENT**

**PARTYS DE CUISINE DE LA CÔTE EST POUR ET
PAR LES NOUVEAUX ARRIVANTS LGBTQIA+2S**

Centre des programmes pour immigrants, YMCA du Grand Halifax and
Dartmouth
Halifax, Nouvelle-Écosse

Champ de pratique:

Promotion de la santé mentale et physique

Vidéo:

<https://youtu.be/K0IG3djrazA>

Un projet de Voies
vers la prospérité

Mars 2024

Financé par :



Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada

Funded by:

Immigration, Refugees
and Citizenship Canada



**PATHWAYS TO
PROSPERITY**
Promoting Welcoming Communities in Canada



**VOIES VERS LA
PROSPÉRITÉ**
Promouvoir des communautés accueillantes au Canada

ORIGINE DE L'ORGANISATION ET IMPULSION POUR LA CRÉATION DU PROGRAMME

La YMCA du Grand Halifax et de Dartmouth est une organisation caritative à but non lucratif qui se consacre à l'enrichissement des communautés locales par le biais d'une gamme de services. Les programmes offerts sont regroupés en cinq catégories : Programmes pour enfants, Programmes pour jeunes, Programmes pour nouveaux arrivants, Programmes pour adultes et Programmes pour personnes âgées. Dans le cadre de l'engagement de la YMCA à l'égard de l'inclusivité, le Centre des programmes pour immigrants de la YMCA offre un soutien communautaire complet aux enfants et aux jeunes nouveaux arrivants, ainsi qu'à leurs familles.

Le projet Partys de cuisine de la Côte Est pour et par les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S, niché au sein du Centre des programmes pour immigrants de la YMCA, cherche à relever les défis uniques auxquels sont confrontés les jeunes nouveaux arrivants LGBTQIA+2S au Canada. Les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S sont confrontés à l'isolement social et physique dès leur arrivée, ainsi qu'à la discrimination au sein de leur propre communauté ethnique. Bien qu'ils aient accès à plusieurs services et appuis comme nouveaux arrivants, ils n'ont pas toujours les espaces requis pour des personnes LGBTQIA+2S pour tisser des liens et créer des réseaux de soutien.

S'inspirant de la tradition des partys de cuisine ou ceildhs des Maritimes, le projet Partys de cuisine de la Côte Est est spécifiquement conçu pour les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S, leur offrant une plateforme de socialisation, de partage de nourriture, d'histoires et de musique. Cette initiative vise à favoriser le sentiment d'appartenance et le développement de la communauté. Après le lancement initial du programme, les Partys de cuisine ont servi de tremplin pour le développement d'activités supplémentaires visant à renforcer le sentiment d'appartenance à la communauté.

APERÇU DU PROGRAMME

Nom :

Projet Partys de cuisine de la Côte Est pour et par les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S

Description :

Le Projet Partys de cuisine de la Côte Est pour et par les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S comporte quatre volets : 1) des partys de cuisine et des discussions sur la santé mentale, 2) un atelier de jardinage, 3) la production d'un film d'animation sur les habitudes alimentaires non informées ou malsaines, et 4) la rédaction d'un article sur le projet. Les deux premiers volets visent à favoriser un sentiment d'appartenance à la communauté et à améliorer le bien-être physique et mental des nouveaux arrivants LGBTQIA+2S. Les troisième et quatrième volets sont axés sur la mobilisation des connaissances.

1. **Partys de cuisine et discussions sur la santé mentale** : Les « partys de cuisine » consistent en six séances interactives, chacune pouvant accueillir 6 à 8 participants. Ces rencontres sont conçues pour être une expérience complète, pouvant durer jusqu'à quatre heures. Les participants choisissent à tour de rôle un plat de leur culture qu'ils s'enseignent aux autres

participants. Lors de chaque séance, ils commencent par une démonstration culinaire attrayante menée par un participant qui joue le rôle de chef cuisinier pour la séance en préparant le menu et en guidant les autres pour qu'ils réalisent le plat ensemble. Un coordinateur de programme aide à l'achat des provisions avant chaque séance et veille à ce que chaque séance se déroule sans encombre. Chaque participant est encouragé à interagir avec les autres participants aux postes de travail dédiés à la préparation des repas afin de favoriser de nouvelles relations et d'apprendre à préparer le nouveau plat.

Après chaque séance culinaire, une discussion animée a lieu en collaboration avec un promoteur de santé de l'équipe de promotion de la santé mentale et des toxicomanies de Santé Nouvelle-Écosse. Ces discussions explorent des thèmes essentiels tels que l'isolement physique et social, la connectivité, la sécurité alimentaire et les mythes et stigmates qui entourent les discussions sur la santé mentale. Les participants partagent leurs expériences et leurs idées par le biais d'activités telles que le brainstorming et les exercices d'ancrage afin d'améliorer leur bien-être physique et mental. Compte tenu de la nature délicate de ces sujets, les animateurs du projet sont compétents pour guider ces discussions, en précisant que même s'il ne s'agit pas de groupes de soutien par les pairs, il s'agit d'environnements favorables et sûrs. Pour aider les participants, des ressources telles que des services de conseil sont fournies. En outre, pour s'assurer que la langue n'est pas un obstacle à la participation, des interprètes sont disponibles pour aider tous les participants. Les interprètes sont informés avant et après chaque séance afin que tous les aspects de la séance soient alignés sur l'approche sensible aux traumatismes du projet.

2. **Atelier de jardinage domestique** : L'atelier de jardinage domestique enseigne aux participants des connaissances pratiques sur la plantation durable et l'approvisionnement en nourriture dans le climat canadien. Le projet aide les participants à identifier et à cultiver des plantes saisonnières pour se nourrir. Les participants acquièrent une expérience pratique de la plantation d'herbes et de légumes (ail et épinards, par exemple), en mettant l'accent sur l'autosuffisance et la résilience.
3. **Film d'animation** : Le Projet s'est associé au Wicked Bodies Project du Dr Philip Joy et à Truefaux Films Inc. pour produire un film d'animation destiné à sensibiliser les prestataires de services de santé aux relations complexes entre les habitudes alimentaires non informées ou malsaines et les identités, en particulier celles des personnes racialisées, des immigrants et des membres de la communauté LGBTQIA+2S. Ce partenariat vise à créer une plateforme permettant aux participants de s'engager en tant que co-chercheurs, en apportant leur point de vue sur les défis uniques auxquels sont confrontés les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S en matière d'alimentation et de santé.

La participation à la création du film d'animation est volontaire et les participants peuvent se retirer à tout moment. Les participants aux Partys de cuisine qui acceptent de participer sont interviewés afin de recueillir des informations qui serviront à élaborer le scénario du film. Les personnes interrogées ont la possibilité de revoir les fichiers audio avant que la version finale du film ne soit produite.

Avant les entretiens, les participants sont invités à poser aux réalisateurs toutes les questions qu'ils souhaitent sur le film d'animation, son impact sociétal et le processus d'entretien lui-même. En outre, les participants prennent part à des séances de remue-méninges au cours desquelles ils peuvent collaborer pour décider des sujets spécifiques à aborder dans le film. Dans les groupes de discussion, les participants discutent de leurs expériences collectives afin d'alimenter le son, le scénario et les images du film. La participation active des personnes interrogées à toutes les étapes favorise la transparence du processus d'élaboration des connaissances et instaure la confiance en abordant les différences de pouvoir entre les prestataires de services et les bénéficiaires. Le film d'animation sera disponible en ligne dès qu'il sera achevé, dans le courant de l'année 2024.

4. **Article** : Afin de garantir l'impact durable du programme, les collaborateurs du projet ont rédigé un article complet pour documenter les enseignements tirés de toutes les facettes du projet. Cet article fournit des conseils précieux à d'autres organisations désireuses d'adopter une approche similaire, facilitant ainsi le transfert de connaissances et l'autonomisation de diverses communautés à travers le Canada. L'article sera disponible en ligne dès qu'il sera achevé, dans le courant de l'année 2024.

Objectif(s) :

L'objectif principal du projet Partys de cuisine de la Côte Est est de faciliter les liens entre les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S en offrant un espace de discussion sur leur santé mentale, leurs besoins en matière d'établissement et leur identité, et sur la manière dont ces aspects se recoupent avec leurs expériences vécues. L'accent est mis sur la réduction de l'isolement social et la promotion d'un sentiment de communauté en créant des opportunités de se connecter et de partager des expériences.

En outre, le projet cherche à réduire la stigmatisation associée aux discussions et aux maladies mentales, en particulier parmi les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S qui sont confrontés à un risque accru de développer des habitudes alimentaires malsaines ou mal informées et des troubles de l'alimentation alors qu'ils s'adaptent à leur nouvelle vie au Canada. Par conséquent, un autre objectif du projet est d'améliorer la compréhension des participants en matière de nutrition et de promouvoir leur bien-être physique et mental.

Groupe(s) de clientèle ciblé(s) :

Les clients ciblés sont les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S âgés de plus de 19 ans ayant différents parcours migratoires et différentes durées de résidence au Canada qui sont intéressés à créer des liens avec d'autres nouveaux arrivants LGBTQIA+2S.

Partenaires de livraison :

YMCA Canada, Services aux immigrants de la YMCA du Grand Halifax/Dartmouth, l'équipe de promotion de la santé mentale et des toxicomanies de Santé Nouvelle-Écosse (zone centrale), Dr Phillip Joy, Département de nutrition humaine appliquée de l'Université Mount Saint Vincent et Truefaux Film Inc.

Ressources humaines :

Le programme est géré par le coordinateur du programme des jeunes nouveaux arrivants LGBTQIA+2S de la YMCA du grand Halifax and Dartmouth, un promoteur de la santé, assisté de plusieurs interprètes, et un chercheur et des réalisateurs du Wicked Bodies Project.

Financement :

Ce programme est financé par une subvention de la Fondation pour l'innovation de YMCA Canada.

PRINCIPALES CARACTÉRISTIQUES CONTRIBUANT AU FAIT QU'IL S'AGIT D'UNE PRATIQUE PROMETTEUSE

Efficace :

Plusieurs facteurs contribuent au succès du projet Partys de cuisine de la Côte Est :

- Le projet s'appuie sur un processus de retour d'information continu avec ses participants. Les organisateurs du projet recueillent et utilisent les commentaires et les suggestions fournis par les participants après chaque séance afin d'améliorer l'efficacité et l'impact de la prochaine séance. Le processus d'évaluation démontre l'engagement du projet à la réflexivité, en ajustant ses techniques de mise en œuvre et ses sujets de discussion au fil du temps.
- Les séances rassemblent les participants autour de la cuisine, un lien commun qui favorise les échanges entre personnes de différentes origines.
- Le projet dote les interprètes de techniques d'interprétation inclusives, telles que l'utilisation d'un langage non sexiste, afin d'améliorer la communication et de créer une atmosphère respectueuse.
- La plupart des organisateurs du projet sont des nouveaux arrivants, des immigrants et des membres de la communauté LGBTQIA+2S, qui informent le cadre d'orientation et les valeurs du projet, renforçant ainsi son efficacité.
- La transparence est un aspect clé de l'efficacité du projet. Les participants sont impliqués dans la prise de décision et les organisateurs partagent ouvertement les objectifs et les méthodes du projet. Cette approche permet d'instaurer un climat de confiance, car les participants ont le sentiment de contrôler leur participation et leurs expériences.
- En incluant des nouveaux arrivants issus de différents contextes d'immigration, le projet crée une opportunité pour les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S d'interagir à travers des expériences potentiellement très différentes et de se connecter et d'apprendre les uns des autres.
- Le projet est également efficace dans la façon dont il exploite les connaissances. En tant qu'outil éducatif et ressource de plaidoyer, le film d'animation permet non seulement de sensibiliser les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S aux défis liés à des habitudes alimentaires mal informées ou malsaines, mais il constitue également un témoignage durable de l'impact du projet. En outre, il peut être utilisé pour encourager l'unité et l'implication de la communauté au fil du temps.

Efficiente :

L'accent mis par le projet sur les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S contribue à son efficacité. L'approche ciblée permet une compréhension plus rationnelle et plus précise des besoins spécifiques de cette communauté spécifique. En outre, l'efficacité du projet s'étend à son processus de sélection des partenaires, qui identifie des partenaires présentant un large éventail de forces et de compétences. De cette manière, le programme est en mesure de répondre efficacement aux besoins divers et distincts de ses clients.

Pertinente :

Le projet est pertinent parce qu'il comble une lacune dans les services offerts aux nouveaux arrivants de la communauté LGBTQIA+2S qui peuvent ne pas vouloir révéler leur genre ou leur orientation sexuelle lorsqu'ils accèdent aux services d'établissement conventionnels. En outre, l'approche ciblée du projet, qui vise à combler le manque de connaissances sur les interactions entre les habitudes alimentaires, les expériences migratoires et la diversité sexuelle et de genre, témoigne d'une compréhension nuancée des forces et des défis de la communauté. Les participants apprennent à identifier les aliments à forte densité nutritionnelle qui offrent la meilleure valeur nutritionnelle par rapport à leur coût. En appliquant une optique d'équité pour inculquer des compétences pratiques par le biais de discussions et d'activités sur la nutrition et la santé mentale, le projet est susceptible d'avoir un impact durable et de rester pertinent.

Durable :

Plusieurs aspects du programme contribuent à sa durabilité. La collaboration entre le Programme de jeunes nouveaux arrivants LGBTQIA+2S, l'équipe de promotion de la santé mentale et des toxicomanies de Santé Nouvelle-Écosse et l'Université Mount Saint Vincent (MSVU) établit une base solide qui fait appel à l'expertise de divers secteurs. Cette approche multidisciplinaire garantit non seulement une compréhension holistique des questions de santé mentale, de nutrition et des questions LGBTQIA+2S, mais crée également des opportunités de coopération permanente, de partage des ressources et d'amélioration continue.

Transférable :

La conception initiale du projet « Partys de cuisine » de la Côte Est a donné la priorité à l'équité, en mettant l'accent sur le soutien aux personnes les plus isolées, en particulier dans le contexte de la pandémie de COVID-19. Cette base permet d'adapter le projet à d'autres groupes qui n'ont peut-être pas l'occasion de participer à la vie de la communauté au sens large ou de partager leurs expériences uniques.

Le projet pourrait être reproduit dans les zones rurales. Cependant, dans des populations plus restreintes, il serait important de créer des espaces sûrs, en particulier pour les participants qui ont besoin d'une plus grande intimité. L'un des moyens d'y parvenir serait de programmer les séances à des heures où les services sont peu fréquentés.

Pour reproduire ce projet avec succès, il est important que les administrateurs du programme soient en mesure d'établir une communication efficace et de s'adapter en cas de besoin. En effet, le projet est conçu pour s'adapter en permanence aux besoins uniques de ses clients. Parmi les autres compétences essentielles, citons les aptitudes à la facilitation, soutenues par une bonne compréhension de l'immigration, une bonne connaissance de la terminologie de la santé mentale et

la capacité à promouvoir des conversations sensibles à la culture, y compris un langage respectueux des différences de genre et de sexe. Enfin, il est recommandé aux organisations de collaborer à l'adoption d'une approche multidisciplinaire afin d'intégrer diverses perspectives et expertises dans le programme.

Innovatrice et visionnaire :

Le projet « Partys de cuisine » est innovant et avant-gardiste parce qu'il met fortement l'accent sur la participation et l'inclusion des participants. Il place les participants au premier plan de tous les aspects du projet, en leur permettant de donner forme aux discussions. En donnant la priorité aux perspectives des participants, le projet va au-delà des approches traditionnelles et garantit que les interventions répondent directement à leurs besoins, à leurs priorités et à leurs expériences vécues.

Reconnaissant les origines linguistiques diverses des participants, le projet prévoit des services d'interprétation pour assurer des discussions harmonieuses et renforcer l'équité en éliminant les barrières telles que le langage binaire de genre, amplifiant ainsi les voix sous-représentées. L'approche du programme en matière d'interprétation établit une nouvelle norme d'inclusion en adaptant les interprétations pour respecter les expériences et les besoins linguistiques uniques des nouveaux arrivants LGBTQIA+2S.

Diffère de façon claire d'autres pratiques similaires :

Contrairement aux projets traditionnels, le projet Partys de cuisine de la Côte Est allie le patrimoine culturel et le renforcement de la communauté pour relever les défis auxquels sont confrontés les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S. En adoptant la tradition des partys de cuisine des provinces maritimes, le programme s'appuie sur la sagesse et les pratiques communautaires qui favorisent le bien-être, l'appartenance et la résilience, cultivant ainsi des espaces plus sûrs pour les nouveaux arrivants LGBTQIA+2S. Il s'attaque également à des problèmes tels que l'insécurité alimentaire en proposant un atelier de jardinage à domicile, en promouvant un mode de vie indépendant et durable et en renforçant l'autonomie des participants grâce à leurs connaissances, tout en encourageant un sentiment d'appartenance à la communauté. En outre, l'interprétation sexospécifique du programme ajoute à son caractère unique. En organisant des séances d'information avant et après les séances avec les interprètes, le projet les sensibilise aux différentes identités de genre et orientations sexuelles issues de milieux divers, soulignant ainsi l'engagement du projet en faveur de l'inclusion et de la prise en compte des différents besoins.

Fort attrait et bonne rétention auprès des clients :

Compte tenu de la nature hautement interactive, rapide et dynamique des séances de discussion sur la cuisine et le bien-être mental du projet, un groupe de 6 à 8 personnes par séance s'est avéré être le nombre idéal. Cela permet d'offrir des séances efficaces et percutantes. Le taux de participation et de fidélisation des clients est élevé, comme en témoignent le taux d'engagement constant lors de toutes les séances, la pleine capacité à chaque réunion et l'effet de cohorte d'apprentissage et d'évolution ensemble observé lorsque les mêmes personnes assistent aux séances. L'inscription à l'atelier de jardinage a atteint son maximum avec 12 participants, ce qui a conduit à la création d'une liste d'attente en cas d'annulation. Six participants ont choisi de participer à la réalisation du film d'animation, ce qui a prolongé sa durée de 5 minutes initialement prévue à 16 minutes.

Preuves solides de résultats concluants :

Les participants ont fait état de plusieurs résultats positifs du projet Partys de cuisine. Ils ont indiqué qu'ils comprenaient mieux les obstacles structurels à leur participation dans un cadre social et qu'ils avaient acquis les compétences nécessaires pour surmonter ces obstacles en toute confiance. Ils sont également plus conscients des ressources disponibles pour leur établissement, ont élargi leur répertoire de compétences culinaires, ont amélioré leur connaissance de la nutrition - y compris ses avantages et sa rentabilité - et ont acquis de l'expérience en matière de culture de plantes dans le contexte canadien. Les participants ont également acquis une meilleure compréhension de la santé mentale; des connaissances en matière d'alimentation pour surmonter les mauvaises habitudes alimentaires; de leur propre culture alimentaire; et ont noué des liens avec des personnes issues de différents milieux culturels et de l'immigration. En s'engageant activement dans toutes les composantes du projet, y compris en partageant leurs expériences par le biais du film d'animation, les participants ont gagné en confiance et ont acquis un sentiment d'autonomie qui s'est étendu à d'autres aspects de leur vie.

MESURE DE RENDEMENT ET STRATÉGIE D'ÉVALUATION

Le projet Partys de cuisine de la Côte Est évalue son efficacité et son adéquation avec les besoins des clients de trois manières. Premièrement, il recueille les commentaires des participants, de manière informelle et formelle, par le biais d'enquêtes post-séance pour les partys de cuisine, le film d'animation et l'atelier de jardinage à domicile. Le retour d'information est intégré à l'ordre du jour de chaque séance afin de garantir un bon taux de réponse. Cette boucle de rétroaction continue fournit des informations sur l'expérience des participants, ce qui permet de procéder à des ajustements immédiats lors des séances suivantes.

Deuxièmement, le programme encourage les discussions de réflexion entre les administrateurs de tous les partenariats à la fin de chaque séance. Au cours de ces discussions, ils comparent les forces et les faiblesses de la dernière séance aux précédentes et examinent l'efficacité des interventions introduites. Ce processus permet d'affiner la stratégie d'engagement pour la séance suivante.

Enfin, le programme suit la rétention des participants dans toutes les composantes du projet et identifie les thèmes qui permettent de prédire l'attrition et la rétention des participants. Le projet documente également l'engagement et l'interaction des participants au cours de chaque séance. Avec le retour d'information fourni par les participants et les administrateurs du projet, le projet mesure et évalue la réalisation des résultats immédiats et intermédiaires.

POUR PLUS D'INFORMATIONS

YMCA du Grand Halifax/Dartmouth

<https://www.yishfx.ca>