

Zeitschrift: RosaRot : Zeitschrift für feministische Anliegen und Geschlechterfragen
Herausgeber: Redaktionskollektiv RosaRot
Band: - (2024)
Heft: 64

Artikel: Un entretien avec le Soliznacht
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1075643>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 16.04.2026

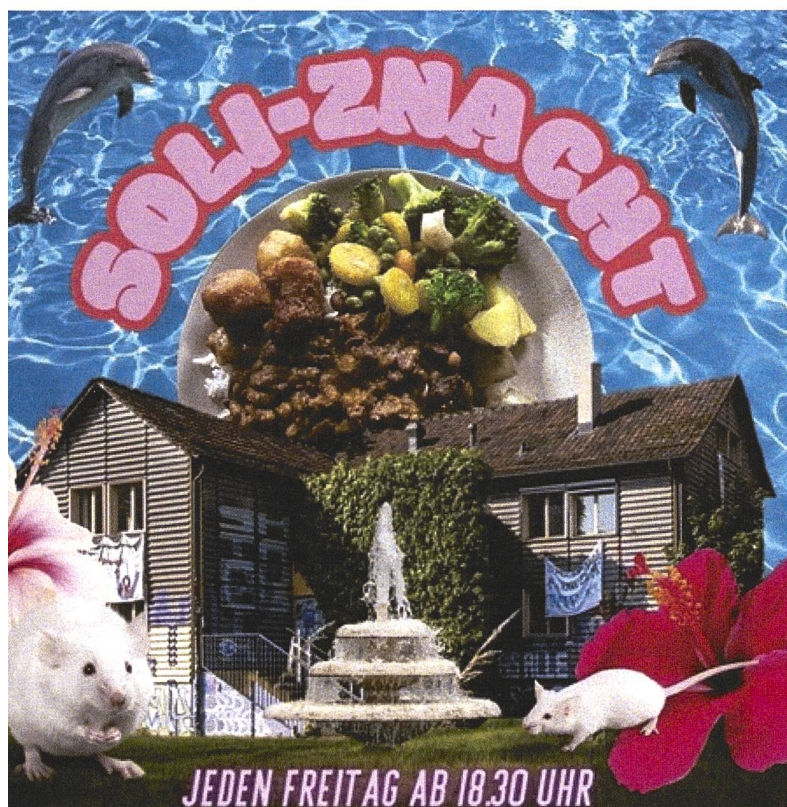
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Un entretien avec le Soliznacht

von sacha, pli, mm

Chaque vendredi, la maison de la grève féministe de Zurich propose un repas solidaire végétalien cuisiné par des personnes FINTA réfugiées. Les recettes sont reversées à 100% aux cuisinières, ce qui constitue une source de revenus importante. RosaRot a rencontré l'une des personnes derrière le Soliznacht pour un entretien.

Jeden Freitag gibt es im Streikhaus Zürich ein veganes Soli-Essen, das von geflüchteten FINTA-Personen gekocht wird. Die Einnahmen gehen 100% an die Kochenden und sind somit eine wichtige Einnahmequelle. Die RosaRot hat sich mit einer der Personen hinter dem Soliznacht zu einem Gespräch getroffen.



Wenn du den Soliznacht für einen Anlass anfragen möchtest, kannst du dich bei der RosaRot (rosarotinfo@gmail.com) melden und wir leiten dich gerne weiter!

Solliciter le Soliznacht pour un événement t'intéresse? Adresse-toi à la RosaRot (rosarotinfo@gmail.com) et nous te transmettrons le contact.

Bonsoir, merci de venir nous parler de Soliznacht! Pour commencer : Est-ce que tu pourrais nous présenter le Soliznacht?

Bonsoir! Je fais la cuisine à Soliznacht depuis quatre ans, bientôt cinq. Je présente la cuisine de mon pays, le Cameroun, mélangé avec ce que j'ai appris à faire ici - c'est-à-dire les légumes et les soupes en hiver. Je travaille avec deux autres personnes qui, elles, font de la cuisine turque et éthiopienne. Avant, j'étais seule et après je les ai amenées, parce qu'elles étaient aussi dans le besoin. Et puis maintenant on se partage les mois, chacune de nous cuisine une fois par mois, donc on fait la rotation.

Et comment l'idée du Soliznacht t'est-elle venue?

J'avais rencontré une jeune fille - quelqu'un de bien (sourit). J'avais des soucis, des problèmes dans mon pays avec mes enfants que j'avais laissé, et comme je ne travaille pas, elle m'a dit : „Il faut que tu commences à cuisiner ici [à Streikhaus].“ En fait, c'est elle qui a eu l'idée. Et j'ai lui dit : „Oui, si ça peut passer, moi ça m'arrangerait. Je peux le faire tout le temps, je sais très bien cuisiner.“ Et voilà, c'est comme ça que l'idée est née, et puis j'ai commencé à cuisiner. Et quand il y avait des manifestations, j'ai cuisiné pour dix, vingt, trente personnes. Et après j'ai ramené les deux autres qui étaient aussi dans le besoin d'argent. Avant, elles m'aidaient parce qu'on habitait dans la même WG (coloc) - elles m'aidaient à cuisiner et alors je me suis dit : „Au lieu de leur donner quelque chose, je les amène.“ Au début, chaque semaine on était à trois, mais ce n'était pas évident - ça veut dire qu'on faisait peut-être 100 francs, et il fallait encore diviser ça par trois. Et comme ça on a trouvé la solution que chacune de nous travaille seule, une fois par mois. Et ça fait trois ans que ça fonctionne comme ça.

Et comment vous organisez-vous ?

Chacune de nous fait ce qu'elle veut de son pays, pour proposer aux gens qui viennent manger à Soliznacht.

Danke, dass du gekommen bist, um mit uns über Soliznacht zu sprechen! Zu Beginn: Könntest du uns den Soliznacht kurz vorstellen?

Guten Abend! Ich koche seit vier, bald fünf Jahren für den Soliznacht. Ich präsentiere jeweils die Küche meines Heimatlandes Kamerun, gemischt mit dem, was ich hier gelernt habe zu kochen - zum Beispiel Gemüse und Suppen im Winter. Ich arbeite mit zwei anderen Personen zusammen, die türkische und äthiopische Küche machen. Früher war ich alleine, die beiden sind dazugekommen, weil sie in einer ähnlichen Situation waren wie ich. Und jetzt teilen wir uns die Monate, jede von uns kocht einmal pro Monat, wir haben also ein Rotationssystem.

Wie bist du auf die Idee mit dem Soliznacht gekommen?

Ich habe eine junge Frau kennengelernt - eine gute Person (lächelt). Ich hatte Sorgen, Probleme in meiner Heimat mit meinen Kindern, die ich zurückgelassen hatte, und da ich nicht arbeite, sagte sie zu mir: „Du musst hier [im Streikhaus] anfangen zu kochen.“ Eigentlich war es ihre Idee. Und ich habe ihr gesagt: „Ja, wenn das möglich ist, wäre das sehr praktisch für mich. Ich kann das immer machen, ich kann sehr gut kochen.“ Und so ist die Idee entstanden, und ich habe angefangen zu kochen. Und wenn es Veranstaltungen gab, habe ich für zehn, zwanzig, dreissig Leute gekocht. Und dann habe ich eben die anderen beiden mitgebracht, die auch Geld brauchten. Früher haben sie mir geholfen, weil wir in derselben WG wohnten - sie haben mir beim Kochen geholfen, also dachte ich mir: „Anstatt ihnen etwas zu geben, nehme ich sie einfach mit.“ Am Anfang waren wir jede Woche zu dritt, aber das war nicht so einfach - denn wir machten vielleicht 100 Franken, und das musste noch durch drei geteilt werden. Und so kamen wir auf die Lösung, dass jede von uns einmal im Monat alleine arbeitet. So funktioniert das jetzt seit drei Jahren.

Wie organisiert ihr euch?

Jede von uns kocht aus ihrem Land was sie möchte, um es den Leuten anzubieten, die an den Soliznacht kommen.

Quand il y a des gros événements, on se partage pour que chacune de nous ait quelque chose. On se partage parce que ce sont des événements qui sont un peu rares et où beaucoup de monde vient.

Vous considérez-vous comme un collectif?

La base, le socle, c'est le Streikhaus qui nous a permis de nous rassembler pour faire ce qu'on fait. Donc c'est ça le collectif. Mais aussi nous, c'est un collectif séparé, parce que maintenant, ce qu'on fait dans Soliznacht est individuel.

Nous nous sommes demandées si tu considères Soliznacht comme un projet politique?

Non, non, celui-là n'est pas un projet politique. C'est juste, comment je peux appeler ça, c'est un soutien, c'est véritablement un soutien que le Streikhaus apporte aux femmes immigrées.

Et pour toi, cuisiner c'est... ?

C'est une passion pour moi. J'aime voir le bonheur sur les visages des gens et qu'ils sont contents quand ils mangent. J'aime cuisiner, je cuisine avec beaucoup d'amour (sourit). Et j'apprends tous les jours. Par exemple, quand je te vois cuisiner, j'en regarde ce que tu fais. Ce que je peux enlever, j'enlève, ce que je peux ajouter, j'ajoute, donc c'est comme ça.

Et est-ce qu'il y a parfois des choses qui sont difficiles?

Mais bien sûr, on est dans la vie, c'est normal, la vie n'est pas un long fleuve tranquille, il y a toujours les hauts et les bas. Mais bon, en tant qu'humain, je pense qu'on a le droit de tout gérer pour pouvoir avancer. En fait, c'est le plus important. Donc quand il y a des moments difficiles, on cherche des solutions, c'est tout. Il y a un proverbe chez nous, dans mon pays, qu'il y est "une main, il (sic) ne peut pas faire le paquet" - ça veut dire qu'il faut se mélanger. Donc en cas de crise, il faut se soutenir, il faut se parler parce que se parler c'est très important.

Wir haben auch einen Chat, in dem wir miteinander kommunizieren, zum Beispiel wenn es Veranstaltungen gibt. Wenn es grosse Veranstaltungen gibt, teilen wir uns auf, damit jede von uns etwas hat. Wir teilen uns auf, weil diese Veranstaltungen eher selten sind und viele Leute kommen.

Betrachtet ihr euch als Kollektiv?

Die Basis, der Sockel, ist das Streikhaus. Es hat uns ermöglicht, uns zusammenzuschliessen, um das zu tun, was wir tun. Das ist also das Kollektiv. Aber wir sind auch eine Art separates Kollektiv, weil das, was wir für den Soliznacht machen, jetzt individuell ist.

Wir haben uns auch gefragt, ob du den Soliznacht als ein politisches Projekt betrachtest?

Nein, nein, das ist kein politisches Projekt. Es ist einfach, wie soll ich es nennen, es ist eine Unterstützung, es ist wirklich eine Unterstützung, die das Streikhaus geflüchteten Frauen ermöglicht.

Und für dich ist Kochen...?

Es ist eine Leidenschaft für mich. Ich mag es, das Glück auf den Gesichtern der Menschen zu sehen und dass sie zufrieden sind, wenn sie essen. Ich koche gerne und mit viel Liebe (lächelt). Und ich lerne jeden Tag dazu. Wenn ich dich zum Beispiel beim Kochen sehe, schaue ich mir an, was du machst. Was ich davon weglassen kann, lasse ich weg, was ich hinzufügen kann, füge ich hinzu, so ist das.

Und gibt es manchmal Dinge, die schwierig sind?

Aber natürlich, wir sind im Leben, das ist normal, das Leben ist kein langer ruhiger Fluss, es gibt immer Höhen und Tiefen. Aber ich denke, dass man als Mensch das Recht hat, alles zu bewältigen, um weiterzukommen, das ist das Wichtigste. Wenn es also schwierige Momente gibt, sucht man nach Lösungen, das ist alles. Es gibt ein Sprichwort bei uns, in meinem Land: „Eine Hand kann nicht das Paket zubinden“ - damit ist gemeint, dass man sich zusammentun muss. In einer Krise muss man sich also gegenseitig unterstützen, man muss miteinander reden, denn miteinander reden ist sehr wichtig.

Récemment, j'ai eu une double fracture de l'épaule. C'était pas facile pour moi, pendant quatre mois, ce n'était pas possible pour moi de cuisiner. Donc j'avais le soutien des autres.

As-tu des souhaits ou des idées pour l'avenir de Soliznacht ?

Oui, j'ai quelques idées parce que ça fait quand même presque cinq ans que je fais ça. Mais malheureusement ça ne marche pas comme ça devrait marcher. Parce qu'il n'y a pas beaucoup de gens qui viennent manger, donc c'est un peu difficile de changer de concept. Avant Corona, on avait les fêtes. On faisait beaucoup de fêtes là-bas. Et parfois, au début, on se réunissait à trois. On cuisinait beaucoup. On vendait beaucoup. Et après, on a vu que, bon, on divise chaque fête, parce qu'un été peut avoir trois fêtes. Il y avait jusqu'à 700 personnes qui venaient. Aujourd'hui il y a moins ça.

Peut-être que, aussi qu'en changeant de concept, ça peut aller, mais je ne sais pas. L'année passée, on s'est assis, on a pensé comment faire pour que ça aille davantage. De mon expérience les gens viennent parce que je fais par exemple des beignets. Les gens aiment ça énormément, les pouf pouf. Quand il n'y a pas ça, j'ai des problèmes. Alors c'est un concept que j'aimerais bien développer pour faire un peu plus grand. Par exemple si tu as un anniversaire, un événement, ou si tu as un ami, qui fait un anniversaire, un événement - ça permettrait que, si chaque semaine je peux avoir une commande, ça va m'aider à manger moi-même, à payer mon loyer, à nourrir mes enfants, à payer leur école.

Et aussi je crois qu'il faut faire beaucoup de communications, par exemple de RosaRot et d'autres petits journaux ou magazines, pour pouvoir attirer d'autres gens. Faire savoir aux gens. Faire beaucoup d'annonces, pour que les gens sachent, que les vendredis, chaque vendredi, il y a un concept de Soliznacht. Parce qu'il y a des gens qui veulent aider les femmes immigrées, mais qui ne savent pas comment faire. Visiblement, la solution serait aussi que Streikhaus grandisse, que ça prenne de l'ampleur.

Vor kurzem hatte ich einen doppelten Schulterbruch. Es war nicht einfach für mich, vier Monate lang war es mir nicht möglich, zu kochen. Also hatte ich Unterstützung von den anderen.

Hast du Wünsche oder Ideen für die Zukunft des Soliznacht?

Ja, ich habe einige Ideen, denn ich mache das immerhin schon seit fast fünf Jahren. Aber leider funktioniert es nicht so, wie es funktionieren sollte. Denn es gibt momentan nicht so viele Leute, die zum Essen kommen, also ist es ein bisschen schwierig, das Konzept zu ändern. Vor der Corona-Pandemie haben wir [im Streikhaus] viele Feste gefeiert. Manchmal, am Anfang, haben wir uns dafür zu dritt getroffen. Wir haben viel gekocht und viel verkauft. Und dann haben wir gesehen, gut, man teilt die Feste auf, denn in einem Sommer könnte es drei Feste geben. Früher kamen bis zu 700 Leute. Heute sind es weniger.

Vielleicht kann es sein, dass es besser wird, wenn man das Konzept ändert, aber ich weiss nicht. Im letzten Jahr haben wir uns hingegsetzt und überlegt, wie wir es besser machen können. Meiner Erfahrung nach kommen die Leute, weil ich zum Beispiel Beignets mache. Die Leute mögen das sehr, die Pouf Poufs - wenn ich die nicht mache, habe ich Probleme. Also das ist zum Beispiel ein Konzept, das ich gerne weiterentwickeln würde, um es ein bisschen grösser zu machen. Wenn du zum Beispiel einen Geburtstag oder eine Veranstaltung hast, oder wenn du Freund*innen hast, die einen Anlass machen - wenn ich jede Woche eine Bestellung habe, dann würde es mir helfen, damit ich selbst essen, meine Kinder ernähren meine Miete und ihre Schule bezahlen kann. Und ich glaube auch, dass man viel Öffentlichkeitsarbeit machen muss, wie zum Beispiel durch die RosaRot und andere kleine Zeitungen oder Magazine, damit man auch andere Leute ansprechen kann. Den Leuten Bescheid geben und viele Anzeigen machen, damit sie wissen, dass jeden Freitag den Soliznacht stattfindet. Denn es gibt Leute, die gern geflüchtete Personen unterstützen möchten, aber sie wissen nicht, wie sie das machen sollen. Und natürlich wäre die Lösung auch, dass Streikhaus wächst, dass es grösser wird.