

UNE SEANCE TYPE DE BISTROT MEMOIRE

Des séances
régulières
(bimensuelles)

En semaine
L'après-midi

Durée
3h00

Des séances thématiques

La séance de Bistrot Mémoire s'organise le plus souvent autour d'un thème qui sera introduit par le-la psychologue. La définition d'un thème apporte un cadre aux échanges. Les thèmes sont choisis en fonction des attentes du groupe.

Exemples de thèmes abordés :

Cette mémoire qui nous joue des tours	Communiquons autrement que par la parole
L'accueil en hébergement temporaire	Traverser la dépression
Le plaisir de revivre ses souvenirs d'enfance	Les liens familiaux à l'épreuve de la maladie
Prendre soin de soi	Rôle des auxiliaires de vie sociale
Questions de successions	Des solutions pour m'accompagner au quotidien
La rencontre entre jeunes et moins jeunes	Les approches non médicamenteuses
Hospitalisation et domicile, quelles aides ?	Échangeons nos recettes !
Adapter son lieu de vie pour plus de confort et de sécurité	Tutelle/curatelle : Pourquoi une protection juridique pour les personnes majeures vulnérables ?

Des interventions de courte durée

En fonction des thèmes, des interventions de courte durée sont régulièrement proposées lors des séances de Bistrot Mémoire. Elles permettent d'engager les échanges autour de questions variées, d'ordre psychologique, médical, administratif, ludique ou culturel. Des intervenant.e.s extérieurs sont sollicité.e.s pour animer ces moments, experts sur le thème choisi.

Les intervenant.e.s venant présenter un dispositif, informer les personnes sur leurs droits ou encore faire découvrir des activités de bien-être ou de loisirs, sont :

- Des professionnel.le.s du secteur médico-social, notamment du champ gérontologique : médecins gériatres, coordinateurs ou coordinatrices de CLIC, ergothérapeutes,...
- Des intervenant.e.s professionnel.le.s ou bénévoles : notaires, musiciens, art thérapeutes...

Les intervenant.e.s sont informé.e.s du fonctionnement des séances et des caractéristiques présentées par le public accueilli. S'ils ne disposent pas de connaissances préalables sur les maladies neuro-évolutives, le-la psychologue et l'équipe de bénévoles pourront leur proposer en amont un temps d'information et de sensibilisation, leur permettant d'adapter leur intervention aux besoins du public. Il est également possible de les inviter à participer à une séance de Bistrot Mémoire avant leur intervention.

En principe, leur participation est volontaire et non rémunérée. Des exceptions peuvent être envisagées et budgétées au préalable.

D'autres personnes -proches aidant.e.s ou personnes malades- peuvent également être invitées à témoigner et à s'exprimer sur leurs parcours.

Une animation au service de l'échange

L'intervention n'est pas magistrale. Il s'agit d'un propos introducteur d'environ 30 minutes, invitant à une démarche de questions/réponses. La priorité est en effet donnée à l'échange, au témoignage et à la parole des malades et de leurs proches. Les échanges entre les participant.e.s pourront apporter des réponses aux personnes en souffrance.

Le Bistrot Mémoire est avant tout un lieu de rencontre et de partage. Si de l'information peut y être donnée, elle vise à inciter, stimuler les échanges d'expériences entre les participant.e.s.

La disposition de l'espace

Au sein du Bistrot, il est nécessaire d'adopter une disposition dans l'espace qui permette de préserver la liberté de mouvements. Il est préférable de disposer de plusieurs espaces communicants, non fermés, plutôt que d'une seule grande salle afin de préserver l'intimité et de garantir la possibilité d'échanges individuels. Une disposition souple des tables est à privilégier pour pouvoir se déplacer, arriver et repartir à tout moment.

Des activités proposées aux personnes malades et à leur proche

Des événements conviviaux plus exceptionnels peuvent être organisés (ex : fêtes d'anniversaire).

Des activités à l'extérieur peuvent également être proposées, en fonction des propositions et des attentes des participant.e.s : sorties au restaurant, sorties culturelles, cinéma...

