

Un Guide pour les Facilitateurs d'un Café Mémoire

Bienvenue! Voici quelques considérations pratiques tirées de nos expériences comme facilitateurs de Memory Café NS, pour vous aider à démarrer le vôtre.

Démarrer votre Memory Café et Prévenir d'Éventuels Obstacles:

Avant de démarrer votre série il est important, pour les Cafés en personne, de vous renseigner au sujet d'**éventuelles obstacles** qui peuvent exister pour certains participants, comme par exemple des difficultés de mobilité ou de transport. Il est également important d'évaluer les barrières potentielles à l'accès aux Cafés mémoire virtuels. Les facilitateurs ou autres membres de l'équipe peuvent offrir un **soutien technique** à travers un contact téléphonique avec un participant pour l'aider à résoudre des problèmes de connexion avec le groupe. Il peut y avoir d'autres problèmes techniques, notamment avec l'audio ou la vidéo. Il est important que les facilitateurs possèdent une bonne connaissance des **contrôles Zoom** à la fois sur les ordinateurs et sur les tablettes afin de pouvoir résoudre rapidement les difficultés techniques des participants aussitôt qu'elles se manifestent. Une connaissance plus étendue des fonctionnalités de Zoom est souhaitable, afin de fournir la meilleure expérience possible aux participants. Vous pouvez réviser les contrôles de Zoom ici :

(en français) <https://support.zoom.us/hc/fr/articles/201362603-Contr%C3%B4les-de-l-animateur-et-du-co-animateur-au-cours-d-une-r%C3%A9union>

(en anglais) <https://support.zoom.us/hc/en-us/articles/360021921032-In-meeting-controls-and-settings>.

Accueil et Inclusivité au Sein du Memory Café:

Il est important, au début de chaque séance, de préciser que **tout le monde est bienvenu** et que **tout le monde a sa place** dans le Café mémoire. Une manière d'accommoder ceux qui vivent avec des troubles de mémoire est de rendre visibles les noms de tout le monde, afin de rendre les échanges et les conversations aussi accessibles et confortables que possible. Lors d'un Café en personne nous utilisons des **badges** indiquant les prénoms. Pour un Café virtuel, nous faisons en sorte que le nom de chacun apparaisse dans la fenêtre Zoom. L'utilisation du nom rend les Cafés plus intimes et personnels et le facilitateur devrait utiliser les prénoms durant la séance et en menant les activités. La **capacité** maximum de notre Memory Café NS est d'environ 20 personnes, afin de faciliter le lien et de pouvoir écouter le plus possible d'histoires et de commentaires de chaque participant. Il est important de ne pas oublier que la démence peut parfois perturber les fonctions motrices, dont le langage. Pour le facilitateur, il peut être important de minimiser les stimuli sonores afin de maintenir une ambiance calme et détendue, et pour mieux entendre ceux qui parlent doucement. Lors de Cafés en personne, un microphone peut être utile s'il y a un fond sonore important. La démence peut également avoir un impact également sur la compréhension de la parole; il est donc important que le facilitateur **parle lentement** et établisse un **contact visuel** en parlant aux uns et aux autres.

Comme dans n'importe quel groupe, certains participants vont parler davantage que d'autres. Les facilitateurs peuvent réussir à inclure même les plus silencieux et ceux avec les plus grandes difficultés cognitives, en notant des choses que les participants ont dites lors de Cafés précédents et en utilisant cette information pour poser des **questions ciblées** ou pour **mettre en valeur leurs contributions** lors de séances futures. Finalement, et c'est le point le plus important, c'est que le Memory Café est un lieu où les gens peuvent se sentir bien accueillis, s'amuser, participer à des conversations distrayantes et apprécier de belles présentations d'art et de musique...alors n'oubliez pas de bien vous amuser aussi!