

Démarrer un Café Mémoire: Guide de l'Hôte

- **Qui** : L'hôte d'un café mémoire peut être toute personne qui souhaite créer un environnement accueillant pour des personnes vivant avec des troubles neurocognitifs et leurs aidants ou famille. Nous recommandons un maximum de 20 participants par groupe.
- **Quoi** : Un café mémoire est un lieu de détente et de convivialité au sein de la communauté. Nul besoin d'un équipement spécialisé, le sourire suffit! Nous mettons à disposition des images d'art plastifiées pour démarrer une conversation non basée sur la mémoire, afin que tout le monde puisse participer.
- **Où** : Un café local, ou tout autre lieu accessible où le groupe peut se réunir et partager une boisson chaude et une collation.
- **Quand** : Memory Café NS offre une série de 5 séances une fois par mois pendant l'hiver/printemps (décembre à avril). Il y a 3 séances en personne (décembre, mars, avril) qui durent 1h - 1h30 chacune, généralement l'après-midi. Memory Café NS offre également 2 séances virtuelles en janvier et février, ouvertes à tous nos hôtes et groupes participants.
- **Pourquoi** : Nos sondages d'assurance qualité depuis 5 ans montrent que la participation aux cafés mémoire améliore le sentiment de bien-être des participants et leur connexion sociale, en étant en plus très agréable pour les hôtes! Les cafés mémoire sont distrayants et favorisent l'insertion dans la communauté locale de personnes souffrant de troubles neurocognitifs.
- **Quel sera le coût?** : Les cafés mémoire ont un faible coût! Trouver un café participant avec une ambiance chaleureuse est l'élément clé. Dans ce cadre les participants sont libres de choisir leurs boissons et gâteaux. Memory Café NS peut payer les honoraires des musiciens ou artistes invités qui animent les cafés en Nouvelle-Écosse. Nous mettons à disposition un ensemble de ressources gratuites pour aider ceux qui désirent démarrer leurs propres cafés mémoire dans d'autres provinces.
- **Soutien** : Le site web de Memory Café NS <https://memorycafens.ca> offre une « boîte à outils » gratuite avec des séries dont vous pouvez vous inspirer, des formulaires d'inscription (et autres) téléchargeables, des images d'art et des enregistrements musicaux. Nous travaillons en collaboration avec des partenaires municipaux qui peuvent aider pour les inscriptions, la publicité et les modalités d'accueil. Pour plus d'information contactez-nous : info@memorycafé.ns.

