

Memory Cafés Nova Scotia

Une Collaboration entre Municipalités, Entreprises, Artistes, Services de Santé, Organismes de Soutien et Bénévoles pour aider à construire des Collectivités-Amies des Aînés en Nouvelle-Écosse

Qu'est-ce que c'est qu'un Café Mémoire?

Les Cafés Mémoire ont été créés au Pays Bas par un psychologue néerlandais, Bere Miesen, qui cherchait à briser la stigmatisation autour de la démence sénile en créant des espaces sociaux accueillants pour des personnes âgées souffrant de troubles neurocognitifs et leurs familles et accompagnateurs. Depuis cette époque les Cafés Mémoire se sont multipliés à travers l'Europe et l'Amérique du Nord. Ils font partie de l'initiative Collectivités-Amies des Aînés et peuvent prendre de nombreuses formes, bien que partageant deux objectifs principaux : garantir que des adultes atteints de démence et leurs aidants et familles se sentent accueillis dans leur communauté et partager des expériences sociales positives et distrayantes. Vous pouvez regarder une conférence TEDx au sujet des Cafés Mémoire ici : <https://www.youtube.com/watch?v=vje71rXP8Z0>

Pourquoi les Cafés sont-ils Importants?

En Nouvelle-Écosse nous avons de nombreuses petites communautés où les cafés tiennent une place importante. Ce sont d'excellents lieux de rencontre qui fournissent un cadre pérenne pour des rassemblements amicaux, surtout en hiver. La recherche montre que l'isolement sociale présente un facteur de risque significatif pour la santé mentale aussi bien des aidants que des personnes souffrant de démence. L'épuisement des aidants est une des raisons principales pour laquelle les personnes atteintes de démence entrent en maisons de soins de longue durée. La recherche montre également qu'un des soucis majeurs des personnes atteintes de démence est de pouvoir continuer à se sentir bien à leur place dans leur communauté.

Qu'est-ce qui se passe dans un Café Mémoire?

Les Cafés Mémoire peuvent prendre de nombreuses formes: ils peuvent avoir lieu dans des centres communautaires, ou des églises, aussi bien que dans de véritables cafés. Les participants au Café Mémoire se réunissent pour se détendre, converser, et profiter d'une activité ou de l'écoute d'un musicien invité spécialement au café. Bien sûr, on vient aussi pour déguster une boisson chaude et une collation! Parfois on peut demander à un/e invité/e de partager des informations utiles concernant, par exemple, du soutien pour les aidants dans la région, ou des ressources éducatives sur les troubles de la mémoire, y compris des supports pour la démence, ou d'autres ressources locales.

