



# France Alzheimer Essonne

## France Alzheimer Essonne

Association Loi 1901, affiliée à France Alzheimer et maladies apparentées, association reconnue d'utilité publique  
Représentante des usagers dans les instances hospitalières ou de santé publique - arrêté n°2006/1524

---

### **Qu'est-ce qu'un café mémoire et à qui est-il destiné ?**

#### **Un espace de partage pour les proches de personnes atteintes de maladies de la mémoire**

L'objectif du Café Mémoire est d'offrir un lieu de partage et d'information aux proches des malades d'Alzheimer ou malades apparentés.

Les échanges, soutenus par la présence d'une psychologue et d'un bénévole, favorisent un travail d'acceptation de la maladie et permettent de prendre du recul par rapport au quotidien.

#### **A qui s'adresse le café mémoire ?**

Principalement aux proches de malades : conjoint, enfants mais aussi voisins, amis. La personne malade est la bienvenue.

#### **Comment ça se passe ?**

Aucune inscription préalable n'est nécessaire. On arrive et on repart quand on veut. Il est seulement demandé de prendre une consommation dans le café.

Après avoir pris des nouvelles les uns des autres, chacun peut parler d'une difficulté rencontrée pour savoir si d'autres personnes y ont déjà été confrontées et trouver des pistes de solutions.

#### **A qui ça sert ?**

Dans les 4 cafés mémoire, voici ce que disent les participants :

« Il n'y a que dans ce lieu que je peux parler de la maladie et de son accompagnement. Ailleurs on ne me comprend pas »

«Maintenant que mon conjoint est malade, notre conversation est très limitée. Ça fait du bien de pouvoir parler de tout et de rien aussi »

« J'ai compris dans ces cafés comment je devais me comporter avec mon parent. Avant, je m'énervais vite, je croyais qu'il le faisait un peu exprès. Maintenant, je sais que ça ne sert à rien. Echanger avec des personnes dans la même situation et avec la psychologue m'a permis d'adopter la bonne attitude »

« C'est là que j'ai trouvé tous les trucs et astuces qui me facilitent le quotidien ».

#### **Où et quand ?**

Dans un café et/ou restaurant bien situé dans la ville.

Une après midi de 15h à 18h toutes les deux semaines, hors vacances scolaires.

**Pour vous renseigner**, vous pouvez appeler France Alzheimer Essonne entre 9h et 12h30 au 01 64 99 82 72.