



## LE CAFÉ DE FERNAND

### OBJECTIF

Permettre aux personnes intéressés ou confrontées à la douleur de se rencontrer dans le but de s'entraider, de discuter, de se soutenir mutuellement et de parler librement des problèmes se rapportant à la douleur.

### DESCRIPTION SOMMAIRE

Rencontre mensuelle, sur une base volontaire, de personnes souffrant de douleurs persistantes et/ou intéressées à échanger sur les façons de faire face à la douleur ou sur des sujets connexes. Les rencontres sont animées par un(e) bénévole de l'Association ayant reçu une formation appropriée. Il n'est pas nécessaire que les personnes soient membres de l'Association pour participer au Café. Le café accueille généralement un maximum de 12 personnes. Il peut être répété si la demande le justifie.

### ORIGINE :

« En 2006, pendant une réunion du Conseil de l'Association de soutien et d'information face à la douleur, j'ai mentionné que je voulais faire un café rencontre avec des personnes souffrant de douleurs, en mentionnant que cela serait un moyen de démystifier la douleur. On m'a demandé de dire comment je voyais ce café rencontre. J'ai expliqué : « *Quand je travaillais, parfois le vendredi après le travail, on se réunissait, un groupe d'amis, dans un bar; on prenait quelques bières et on se disait des choses qu'on ne disait pas ailleurs. Pourquoi ne pas essayer un café rencontre qui marcherait un peu de la même façon ?* »

Le conseil a accepté d'essayer un café rencontre. La présidente a ajouté : « C'est le café de Fernand ». J'ai donc téléphoné à des personnes souffrant de douleur, leur disant que je désirais faire un café rencontre. Je leur ai expliqué comment je voyais « le café de Fernand » et ils ont accepté d'y venir. Cela a été un succès. Après le café, les personnes m'ont demandé à quelle date se ferait la prochaine rencontre. Je leur ai mentionné qu'ils pouvaient y emmener leur conjoint ou conjointe.

Aujourd'hui, le café de Fernand continue d'attirer chaque mois des personnes qui s'y sentent chez elles... »

*Fernand Brassard*

## **MODALITÉ GÉNÉRALES DU CAFÉ DE FERNAND**

### **1 Préparation**

- ❖ Plusieurs semaines à l'avance, mettre à jour la date et l'heure du café sur le site Internet de l'Association. L'annonce du café se fait également de bouche à oreille.
- ❖ Dans le mois précédant le café : les membres sont invités à informer la permanence de leur intention de participer à un café
- ❖ La journée avant le café : la permanence fait un rappel aux membres de l'Association intéressés
- ❖ La journée même : il faut organiser l'activité : faire du café, apporter jus, boissons gazeuses, eau, chips, verres, et biscuits.

### **2 Le déroulement du café.**

- ❖ Présentation de l'animateur et de son coanimateur.
- ❖ Rappel sur l'association.
- ❖ Présenter les consignes pour un bon déroulement de la rencontre : respect, tour de paroles, confidentialité, pas de jugement, heure de fin de rencontre
- ❖ Tour de table général afin que chacune puisse parler sur « *comment il ou elle va* ».
- ❖ Favoriser la participation de tous et chacun. Toute personne qui le souhaite fait un témoignage. Les participants parlent librement des questions qui les préoccupent
- ❖ Le contenu des échanges faits au café restent au café. Chacun doit bien être au fait de cette ligne de conduite.
- ❖ Régulièrement, s'informer de leurs demandes, de leurs attentes ou de commentaires qu'ils souhaitent faire savoir à l'association.
- ❖ Ceux qui s'occupent de l'animation font circuler une feuille de présence où est inscrite la date de la journée. Les participants la signent. Cette feuille demeure confidentielle et sert à des fins statistiques seulement.
- ❖ L'heure habituelle du café est de 13h : 00 à 15h : 00. Il a lieu au 605 st-Paul, habituellement le mercredi de la deuxième semaine du mois.