

Cafés mortels : La mort on en parle ensemble ?

Parce que parler de la mort et du deuil ça ne fait pas mourir !
« Le café mortel, c'est un moment où la communauté des vivants parle de la communauté des morts. » Bernard Crettaz (inventeur des cafés mortels)

EN RESUME :

TOUJOURS SUR LA BASE DU VOLONTARIAT !

Les règles de base sont
primordiales :

- 1) **écouter** les gens qui parlent,
- 2) **respecter** le point de vue des autres,
- 3) **respecter** la confidentialité.

Les **participants décident des sujets** qu'ils veulent aborder, en fonction de leur importance à leurs yeux.

Tout comme la vie, les cafés mortels ont un **début, un milieu et une fin.**

Il faut compter **en général 2 heures** d'échanges selon **la taille** du groupe et le **rythme des discussions.**

COÛT DU PROJET

Les cafés mortels **sont gratuits**, l'intervention n'est pas facturée mais **des frais liés au déplacement** peuvent être à prévoir*.

Le seul **coût** peut être lié à la **location de salle, la fourniture de boissons et collations.**

POURQUOI UN TEL PROJET ?

La mort fait partie de la vie et c'est la seule expérience que l'humanité entière partage car nous la traverserons tous sans distinction.

Ce projet a pour but de permettre à des professionnels et futurs professionnels d'échanger sur le thème de la mort et du deuil dans un cadre différent.

Créer un espace de parole bienveillant, sans jugement et libre pour que chacun puisse s'exprimer comme il/elle en a envie.

COMMENT ET POURQUOI ?

M. Crettaz estime que « les vivants se distinguent des morts par le partage de nourriture et de boissons ».

Lors d'un café mortel, les **participants** se réunissent pour **boire** du thé, du café ou tout autre boisson (sans alcool), **manger/ grignoter** des collations et **parler de la mort.**

L'objectif est :

- de « susciter une prise de conscience sur la réalité inéluctable de la mort afin de nous aider à profiter pleinement de notre vie. »
- D'alléger le discours et partager une expérience unique.

Un café mortel est une **discussion de groupe** sur le thème de la mort **sans ordre du jour, sans but ni même de sous-thème prédéterminés.**



Il ne s'agit pas d'une séance thérapeutique ni d'un groupe de soutien pour endeuillés.

Les cafés mortels sont toujours offerts :

- **Sur une base non-lucrative** – une récolte de dons peut être mise en place en choisissant au préalable l'organisme (association de parents endeuillés par exemple.)
- Dans un **endroit/espace accessible**, le plus **chaleureux** possible, **respectueux et confidentiel.**
- **Sans l'intention d'influencer** les participants sur des idées, des produits ou des actions à prendre. (Pas de publicité lors de l'évènement)

* Forfait déplacement pour les structures distantes de plus de 20kms du cabinet situé à Nieul le Dolent (tarif appliqué 0.631cts du kilomètre et distance évaluée à partir de mappy.fr)

DEUX FORMULES POSSIBLES

- **MODÈLE « CAFÉ »** : Lorsque l'animateur demeure avec le groupe tout au long de la séance. La taille de groupe idéale est de 6 à 12 personnes, avec 3 personnes minimum et 20 maximum.
- **MODÈLE « SALON »** : Lorsque plusieurs groupes s'animent eux-mêmes. L'animateur présente la séance puis évolue d'un groupe à l'autre au besoin. Ce modèle fonctionne bien pour les groupes importants, divisés en petits groupes de quatre à huit personnes. Un « médiateur » sera alors désigné en amont de la séance pour chaque groupe afin d'être le garant des règles de base.

CONCRETEMENT COMMENT FAIRE ?

- 1- **Prise de contact** pour identifier le besoin avec le choix de la « formule », choix d'une ou plusieurs dates.
- 2- Définition du lieu, de l'horaire et du nombre de participants, définition des modalités d'inscription.
- 3- Organisation par le demandeur (échanges réguliers par mails ou tél. avec l'animateur pour que tout soit prêt pour le jour J) :
 - ⇒ D'affiche ou moyen de communication du café mortel avec les modalités d'inscription
 - ⇒ Finaliser l'installation du lieu (petits îlots de tables par ex.) et avoir anticiper les problématiques d'assurance, d'accès au lieu, en cas de prêt de salle. En cas de lieu tel qu'un « café »/bar/pub, s'assurer d'avoir un espace dédié et au calme, et s'assurer que le propriétaire soit d'accord pour que l'on parle ouvertement de la mort dans son établissement.
 - ⇒ Organisation de la préparation pour les boissons et collations (Soit à acheter, soit sous forme de « partage » : avec les participants définir qui apporte quoi), si lieu tel que café/bar/pub échanger avec le propriétaire pour négocier l'achat d'une boisson par chaque participant par ex et le spécifier dans les modalités d'inscriptions.
- 4- Une charte de participation peut être élaborée pour l'organisateur avec le respect des règles de base et un engagement par exemple à respecter les conditions d'accueil, respect du lieu, engagement à consommer une boisson payante si dans un lieu prêté, pourquoi pas proposer une aide pour l'installation ou le rangement à la fin etc.

TRES IMPORTANT LE CAFÉ MORTEL N'EST PAS :

- Un groupe de soutien des endeuillés ni une thérapie. Le café mortel ne fonctionne pas pour les personnes qui, pour une raison ou une autre, n'arrivent pas à parler de la mort ouvertement et aisément. D'où la notion de volontariat !
- Une occasion de donner de l'information sur la mort et le mourir, peu importe l'utilité ou l'importance de cette information. C'est une occasion de parler de la mort sans attentes ou attentes.
- Un moyen de mobilisation communautaire, de recherche ou de consultation. Je ne suis pas présente en café mortel pour faire la publicité de mon cabinet. Je l'évoque pour dire qui je suis et c'est tout !

QUI SUIS-JE ?

Je suis infirmière depuis 20 ans, j'ai côtoyé la mort à de nombreuses reprises lors de ma carrière.

J'ai été formée aux soins palliatifs et à la fin de vie ainsi qu' à l'accompagnement au deuil (qui est différent des soins palliatifs, le deuil c'est tout « le après »).

Diplôme de praticienne en hypnose

Diplôme de praticienne en programmation neuro linguistique

J'ai encadré et accompagné des équipes de soins pendant près de 18 ans.

Très bonne connaissance du milieu médico-social

CONTACT :

Mme Jordane GUERINEAU
2 lieu-dit La monerie
85430 NIEUL LE DOLENT

Tél : 02 51 05 85 84
Mail : myaide85@gmail.com
Site internet : www.myaide85.fr