

## FICHE MISSION BÉNÉVOLE

### CAFE DES AIDANTS

#### Le pôle Aide et soins à domicile

C'est dans le pôle « Aide et Soins à domicile » **au café des aidants** que vous souhaitez apporter votre contribution et nous vous en remercions.

#### Qu'est ce que le café des aidants ®?

Le café des Aidants est un temps convivial d'échanges et d'information pour les aidants qui accompagne un proche malade, âgé ou handicapé . Il est ouvert à tous les aidants.

Le café est co-animé par une psychologue et une professionnelle de santé. Une thématique différente est proposée chaque mois.

Ses missions auprès des aidants sont de :

- Favoriser l'expression du vécu et les échanges avec d'autres aidants
- Orienter et informer les aidants sur les dispositifs existants ( aide financière, humaine, les droits etc...). « Déculpabiliser les aidants ». Permettre aux aidants de disposer d'une vie sociale et d'éviter l'épuisement

#### Compétences développées :

- ✓ Compétences dans l'accompagnement de personnes âgées, malades et/ou handicapées
- ✓ Sens du devoir de réserve et de la discrétion (notamment par rapport au secret médical)
- ✓ Relationnel et savoir être adapté à ce public
- ✓ Travailler en équipe avec des bénévoles et des salariés

#### Fréquence d'intervention, jour et lieu :

2 fois par mois : 1 mardi et 1 samedi de 9h30 à 12h30 (En fonction de vos disponibilités, possibilité d'intervenir une fois par mois).

Les accompagnements se déroulent principalement sur Montpellier, et il vaut mieux être véhiculé.

#### Description des missions :

En fonction des souhaits et compétences du bénévole, le positionnement peut se faire sur une ou plusieurs missions.

Le bénévole peut participer à :

- **Se rendre au domicile de la personne malade, âgée et/ou handicapée** pour permettre à l'aidant de participer au café des aidants. Pendant ce temps d'accompagnement à domicile, le bénévole peut **proposer des activités variées : lecture, jeux, sorties, utilisation du numérique...**

Les activités proposées doivent bien évidemment être en adéquation avec les difficultés de la personne accompagnée.

- **Participer aux différentes actions extérieures** du « café des aidants » (journée nationale des aidants par exemple).

#### Nous contacter :



Par mail : [association@gammes.org](mailto:association@gammes.org)

Par téléphone au 04 67 92 90 76

[www.gammes.org](http://www.gammes.org)