

Break café, l'association des aidants familiaux

L'association Break café vient de voir le jour dans la commune. Elle s'adresse à tous les aidants familiaux d'enfants et adultes en situation de handicap qui comprend aussi bien les pathologies telles que l'autisme, le polyhandicap, la déficience, les troubles psychiques... Pourquoi une telle association ? " *Car il n'en existe pas avec cette spécificité sur le plateau Cerdan. Elle se veut répondre à des besoins exprimés par des familles. Le contexte géographique de la montagne peut accentuer l'isolement. On part du principe qu'à plusieurs nous sommes plus forts* ", explique la présidente Michelle Gandolf. Tout se résume dans le nom Break café. " *Break comme un espace de répit pour permettre aux aidants d'échanger, de se détendre, de prendre un temps pour soi, d'accéder à des informations pratiques. Le café symbolisant la convivialité et la chaleur* ".

L'association Break café donnera la possibilité à tous les aidants d'accéder à des ateliers thématiques, des groupes de parole, des activités de bien-être. Pour mieux cibler les besoins et attentes des aidants, l'association diffuse un questionnaire en ligne sur Icerdanya, Pyrénées catalanes. " *Nous tenons à saluer toutes les instances qui ont permis la création de l'association en particulier la mairie de Palau-de-Cerdagne, le Contrat local de santé et sa coordinatrice Fanny Roquette, l'association Ares, la brasserie Pyrénéistes* ", a ajouté Michelle Gandolf qui a clôturé en annonçant : " *Venez découvrir l'association le jour de son inauguration le **samedi 7 octobre** de 10 h à 17 h dans les jardins de la mairie de Palau-de-Cerdagne. Cette date n'a pas été choisie au hasard car la veille, le 6 octobre est la Journée nationale des aidants familiaux* ". À cette occasion, diverses animations ont été concoctées : vide-dressings (Ares), vide-bibliothèques (bibliothèque de Palau), vide-objets (Break café) et brasserie (les Pyrénéistes).

lebreakcafe@yahoo.com sondage : <https://jeparticipe.pyrenees-catalanes.com/project/sondage-break-cafe/questionnaire/sondage-break-cafe-projet-daide-aux-aidants>