

# Aider commence par un café



Pour la première édition, trois personnes ont rencontré une psychologue et une assistante sociale.

**S**amedi, au centre culturel, a eu lieu une première rencontre dans le cadre de l'ouverture d'un café des aidants. Il s'agit de rencontrer des personnes, autour d'un café, malade ou accompagnant un proche, pour échanger ses expériences, s'informer et recevoir des conseils de professionnels : une assistante socia-

le et un psychologue. Ces rencontres ont lieu un samedi par mois de 10 heures à 11 h 30 avec, à chaque fois, un thème différent et sont ouvertes à tous les aidants. Elles sont gratuites et sans obligation d'inscription. Une initiative soutenue par l'Association santé autonomie, en partenariat avec l'association française

des aidants, financé par le département de l'Ardèche et qui reçoit également le soutien de la municipalité lamastroise.

Le prochain café des aidants se tiendra le 8 avril.

Contact : 0 800 400 900 (appel gratuit depuis un poste fixe) ou par mail : [contact@sante-autonomie.org](mailto:contact@sante-autonomie.org).