



ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS	RDV SUR DEMANDE	GROUPES DE SOUTIEN
 <p>Mercredi 09 juillet UFC QUE CHOISIR 14h-17h45 - SUR RDV pour tous litiges 02.23.63.92.02</p> <p>Besoin d'une information ? D'un conseil ? D'aide ? D'une intervention ? Des conseillers sont à votre disposition par téléphone, sur Internet, dans les permanences.</p> <p>rennes.ufcquechoisir.fr/</p>	<p>ECHANGE ET PARTAGE DEUIL</p> <p>ADULTES - Sur Rendez-vous au 02.99.71.87.84 JEUNES - Sur Rendez-vous au 06.80.23.57.05</p> <p>"Echange et Partage Deuil / Deuil - Jeunesse" est une association d'accompagnement du deuil à Vannes, Auray, Lorient, Questembert, Ploërmel, Pontivy, Sarzeau (Morbihan) et Redon (Ille et Vilaine) en Bretagne. Elle propose soutien pour adultes et jeunes endeuillés dès 3 ans. Différentes actions sont menées pour permettre aux personnes en deuil d'échanger, de partager et d'exprimer leurs émotions tout en respectant confidentialité, non jugement, écoute et liberté d'expression, pour une traversée consciente du deuil. Elle organise mensuellement des groupes de soutien pour adultes, des groupes fermés pour les jeunes, des ateliers et rencontres intergénérationnels, des formations, des conférences, des sorties, journées et soirées à thème.</p>	<p>Vendredi 12 septembre ECHANGE ET PARTAGE DEUIL - ADULTES 18H30 - 20H30 - Sur inscription au 02.99.71.87.84</p>
 <p>Vendredi 25 juillet FRANCE ALZHEIMER 10h - 12h - SUR RDV au 07.83.43.13.00</p> <p>Pour aider les personnes malades et leurs proches aidants, France Alzheimer articule son action autour de différentes missions : Former, informer, accompagner, orienter,</p>	<p>TOUS SENSIBLES Sur Rendez-vous au 02.23.63.92.02</p> <p>Informez sur les troubles de santé liés aux pollutions électromagnétiques et chimiques. Proposer des pratiques limitant ces pollutions. S'entraider pour rechercher et partager les moyens d'améliorer notre quotidien.</p>	<p>Samedi 13 septembre ECHANGE ET PARTAGE DEUIL - ENFANTS ET JEUNES 10H30 - 12H - Sur inscription au 06.80.23.57.05</p> <p>Vendredis 12 et 26 septembre ALCOOL ASSISTANCE 20h - 22h - Renseignements au 06.24.96.18.34</p> <p>L'accompagnement est basé sur l'accueil, l'écoute de la personne par des entretiens individuels, l'orientation vers les structures de consultation et de soin en addictologie (alcool, stupéfiants, tabac, médicaments...) et l'animation d'espaces de paroles. Ceux-ci sont animés par des bénévoles favorisant l'expression de chacun, on peut s'y exprimer, être écouté et compris et trouver de la motivation et des encouragements.</p>
<p>La reprise des permanences des associations sera effective en septembre ou octobre. Toutefois certaines animent des entretiens individuels ou des groupes restreints, merci de nous contacter pour plus d'informations.</p>	<p>LA LIGUE CONTRE LE CANCER du lundi au vendredi</p> <p>Parce que la maladie cancéreuse a des répercussions physiques, psychologiques, économiques et sociales, la Ligue contre le cancer propose des services adaptés aux personnes malades et à leurs proches. Cet accompagnement vise à améliorer la prise en charge et la qualité de vie pendant et après la maladie.</p> <p>pour le 35 : 02 99 63 67 67 proxiligue.cd35@ligue-cancer.net pour le 44 : 02 40 14 00 14 info44@ligue-cancer.net pour le 56 : 02 97 54 18 18 cd56@ligue-cancer.net</p>	<p>LES RIPOSTEUSES DE REDON Le jeudi de 9h30 à 12h Renseignements au 02.23.63.92.02</p>
<p>CENTRE DOCUMENTAIRE SANTE</p>	<p>ACTIVITES GRATUITES et CHALEUREUSES pour les personnes touchées par un cancer</p>	
<p>Profitez de l'été pour relire les incontournables ou découvrir les nouveautés ! Prêt de livres pour 2 mois en nombre illimité</p> 	<p>■ à la Mutuelle au 13 rue des douves à Redon: lundi 11h - 12h : YOGA mardi 10h - 11h : PILATES mardi 11h15 - 12h15 : SOPHROLOGIE</p> <p>■ à la salle St Conwoïon, ch du bois des chapelets: vendredi 11h - 12h : ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE</p> <p>■ à Ressources Santé au 2 grande rue à Redon: 1 vendredi/mois 15h - 16h30 : GROUPE DE PAROLES Inscription à La Ligue contre le Cancer au 02.99.63.67.67</p>	<p>SOPHROLOGIE Le mardi de 11h15 à 12h15 par Dr Elise DALMAS ou Aude RAIMBAULT</p> <p>La sophrologie favorise un bon équilibre entre le corps, le mental et les émotions. Elle combine des techniques de relaxation, de respiration et de visualisation positive. C'est un outil de choix pour mieux gérer son stress, s'ouvrir à la détente et reprendre confiance en soi.</p> <p>Inscription à La Ligue contre le Cancer au 02.99.63.67.67</p>
<p>Participez aux actions des associations partenaires de Ressources Santé Pays de Vilaine !</p>		



FORMATIONS

FORMATION EMDR intégrative

Animée par **Fanny Froc**
Lieu : 13 rue des douves à Redon

NIVEAU 1

Du 25 au 28 août 2025

Formation accessible aux professionnels de santé, du soin et de l'accompagnement au cours de laquelle une sensibilisation aux psycho-traumatismes et leurs traitements seront abordés.



**FORMATIONS AUX PLANTES
MEDICINALES**

Animée par **Claire BONNET, ethnobotaniste**
Lieu : 13 rue des douves à Redon

NIVEAU 2

Vendredi 19 et samedi 20 septembre 2025

Introduction aux remèdes et soins d'Hildegarde de Bingen
Les poisons végétaux
Travaux de groupe (études de cas pratiques)



LA FORMATION AUX GESTES QUI SAUVENT

En partenariat avec la **Croix Rouge Française**
Lieu : 13 rue des douves à Redon

Formation gratuite pour les adhérents de la
Mutuelle des Pays de Vilaine

Samedi 4 octobre 2025 de 9h à 11h

Renseignements au 02.99.72.13.00



ATELIERS par SAGES FEMMES

**PREPARATION A LA NAISSANCE
5 séances**

A partir du mardi 24 juin de 14h à 16h

animé par **Anne François**
Inscription au 06.50.03.19.13
annefrancois.sagefemme@gmail.com
Lieu : 2 grande rue à Redon

Sages-femmes
Accompagnement global



SOMMEIL ET PLEURS

vendredi 11 juillet de 14h à 16h

animé par **Anne et Muriel**
Inscription sur Maiaa.com
contact@sagesfemmesredon.fr
Lieu : 2 grande rue à Redon