

## ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS

**Vendredi 4 janvier**

**LIGUE CONTRE LE CANCER**

9h30 – 12h sans RDV



**ECHANGE ET PARTAGE DEUIL (adultes)**

14h - 18h sur RDV 02.99.71.87.84

**Lundi 7 janvier**

**DIABET ACCUEIL**

9h30 - 11h30 sans RDV



**ALCOOL ASSISTANCE**

14h - 17h Sur RDV 02.99.64.30.96 / 06.63.21.62.30

**Mercredi 9 janvier**

**UFC QUE CHOISIR**

14h - 17h sur RDV TOUS LITIGES 02.23.63.92.02

**Vendredi 11 janvier**

**UNAFAM**

14h - 17h sur RDV 02.23.63.92.02



**Lundi 14 janvier**

**CLUB CŒUR ET SANTE**

10h - 12h sans RDV



**Mercredi 16 janvier**

**DIABET ACCUEIL**

10h -12h sans RDV 02.99.91.24.41

**ECHANGE ET PARTAGE DEUIL JEUNESSE**

14h - 18h sur RDV 06.80.23.57.05

**Jeudi 17 janvier**

**Association CONTACT**

14h - 17h sur RDV 06.72.22.09.92



## ACCOMPAGNEMENTS INDIVIDUELS

**Vendredi 18 janvier**

**LIGUE CONTRE LE CANCER**

9h30 – 12h sans RDV



**Lundi 21 janvier**

**UFC QUE CHOISIR**

10h - 12h Sur RDV LITIGES SANTE 02.23.63.92.02



## GROUPES DE SOUTIEN

**Samedi 12 janvier**

**ECHANGE ET PARTAGE DEUIL JEUNESSE**

10h30 - 12h (atelier jeunes) sur inscription 06.80.23.57.05

**Jeudi 10 janvier**

**TOUS SENSIBLES (adultes)**

9h30 - 11h30 Accueil libre 02.56.50.11.44

**Vendredi 11 janvier**

**ALCOOL ASSISTANCE**

18h - 20h Sur inscription 06.78.86.52.08

**Vendredi 18 janvier**

**ECHANGE ET PARTAGE DEUIL (adultes)**

20h -22h sur inscription 02.99.71.87.84

**Vendredi 25 janvier**

**MAMAN BLUES**

18h -20h sur inscription 07.67.29.77.49



## FORMATIONS

**Vendredi 18 et samedi 19 janvier**

à la mutuelle des Pays de Vilaine  
13 rue des douves 35600 REDON

**CYCLE DE FORMATION A LA DIETETIQUE  
OU « L'ART DE BIEN MANGER »**

Jeûnes et mono-diètes et l'alimentation de base du sportif

Animé par Rozenn DUBREIL



**Vendredi 25 et Samedi 26 janvier**

à la Mutuelle des Pays de Vilaine  
13 rue des douves 35600 REDON

**CYCLE D'INITIATION ET DE FORMATION  
AUX PLANTES MEDICINALES**

Les plantes du système immunitaire

Animé par Claire BONNET



**INSCRIPTIONS EN COURS**

⌘ cycle de **FORMATION A LA DIETETIQUE ou L'ART DE BIEN MANGER**  
d'octobre 2018 à juin 2019

⌘ 2ème cycle de **FORMATION AUX PLANTES MEDICINALES**  
session 2019 2020

[contact@ressources-sante-paysdevilaine.fr](mailto:contact@ressources-sante-paysdevilaine.fr)

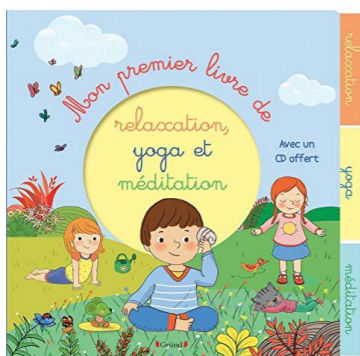
## CENTRE DOCUMENTAIRE SANTE LIVRES EN PRET



En partenariat avec la médiathèque Jean Michel BOLLE de Redon

### Nouveaux livres EN PRÊT

dont par exemple :



## ATELIERS SAGES FEMMES

Aude RAIMBAULT et Muriel VENEZIA



Tous les mardis

### SOPHROLOGIE - OUVERT A TOUS

" Pour se détendre, développer son ressenti corporel, améliorer son sommeil, renforcer la confiance en soi, ... "

10 €/pers/séance 9h30 - 10h15

Inscription au 07.69.97.20.06 / 07.69.97.38.76

### Vendredi 11 et Mardi 29 janvier ATELIER CORPOREL POUR LA GROSSESSE

Se faire du bien avec des exercices simples, mais efficace, inspirés du yoga

15 €/ pers - 10h30 - 12h00

sur inscription au 07.69.97.38.76

### Vendredi 25 janvier PORTAGE EN ECHARPE

15 €/pers - 10h30 - 12h

Inscription au 07.69.97.20.06

Venez nous rendre visite pour découvrir  
notre **MAISON POUR LA SANTE**  
ouverte à tous au cœur de Redon !

Nous vous souhaitons  
une bonne et heureuse année !

