



Diabète'accueil à Redon

Le 14 novembre marque la Journée mondiale du diabète, symbole d'une mobilisation collective visant à faire reconnaître les différents types de diabète, à améliorer leur prise en charge et à promouvoir les moyens de prévention des complications.

Sur notre territoire, Diabète'Accueil s'engage au quotidien en ce sens. Ce collectif de personnes concernées accueille, informe et conseille les personnes touchées par le diabète ainsi que leurs proches.

Vous pouvez venir à leur rencontre dans les locaux de la Maison Ressources Santé, située au 2 Grande Rue, 35600 Redon :

- Le 1er lundi du mois de 9h30 à 11h30
- Le 3e jeudi du mois de 10h à 12h (sur rendez-vous)

Informations : 02 23 63 92 02 ou diabete.accueil.redon@gmail.com



À la retraite : cultivons notre bien-être !

Les actions sur le Pays de Redon
en novembre et décembre 2025



Le Café répit des aidants à Plessé

**3 Vendredis en novembre et décembre de
14h30 à 16h30**

Salle Iris 22 rue de Malagué - Plessé

Le Café répit est un rendez-vous ouvert à tous pour échanger et s'informer sur l'accompagnement au quotidien d'un proche malade ou en perte d'autonomie.

- Vendredi 14/11 : La culpabilité
- Vendredi 28/11 : Gestion du stress / prévenir l'épuisement
- Vendredi 19/12 : Les troubles du comportement

Informations : Alfa répit 02 40 66 94 58

Cette lettre d'information vous est proposée par le CLIC REDON Agglomération

02 99 71 12 13 - clic@redon-agglomeration.bzh

CLIC REDON Agglomération – 3 rue Charles Sillard – 35600 Redon

02 99 71 12 13 – clic@redon-agglomeration.bzh



Coeur de femmes à Béganne

Lundi 17 novembre de 10h à 12h : Ateliers

Salle associative, rue du Stade – Béganne

Les maladies cardiovasculaires sont la 1ère cause de décès chez les femmes, bien avant le cancer du sein. Elles sont pourtant méconnues.

Pour prévenir ces maladies, la Mutualité Française de Bretagne en partenariat avec la CPTS, propose

un cycle de 5 ateliers : sensibilisation, alimentation, activité physique.

Informations : MFB - 06 73 81 14 12 – Gratuit



Ma santé, tout un programme ! à Redon

Jeudi 20 novembre de 18h à 20h

REDON Agglomération, 3 rue C. Sillard à Redon

Vous vivez avec une maladie chronique et vous souhaitez mieux comprendre votre état de santé, vos traitements ou adapter votre quotidien ?

La CPTS vous propose un programme d'accompagnement concret et personnalisé en partenariat avec des professionnels de santé et l'ARS Bretagne.

Informations : CPTS 06 40 54 04 44 – Gratuit



Le relais des aidants à Guémené-Penfao

2 Vendredis, en novembre et décembre de 9h30 à 11h30

Place du marché - Guémené-Penfao

Cet espace ressources, dédié aux proches aidants, vient vers vous pour des temps de rencontres, d'informations et d'écoute.

Des ateliers sont proposés

- Vendredi 21/11 : Atelier Un petit coin pour moi
- Vendredi 19/12 : atelier créatif Créer pour souffler

Informations : Alfa répit 02 40 66 94 58



Osons le bus ! à Allaire

Lundi 24 novembre à 13h ou lundi 1er décembre à 10h : Découverte du réseau RED

Place de la mairie – Allaire

Vous n'avez jamais eu l'occasion de prendre le bus ?

Venez tester le nouveau réseau de transport en commun RED avec un accompagnateur.

Inscriptions : CLARPA 02 97 54 12 64 – Gratuit