



Libr'addict
Chemins de rétablissements



Education thérapeutique

Renseignements et inscriptions :
02 97 01 99 13 ou 06 86 31 67 17

Adresse mail : coordinationetpaddictologieT4@gmail.com



Libr'addict
Chemins de rétablissements



Education thérapeutique

Renseignements et inscriptions :
02 97 01 99 13 ou 06 86 31 67 17

Adresse mail : coordinationetpaddictologieT4@gmail.com

**POUR VOUS AIDER
À ACQUERIR OU MAINTENIR LES COMPÉTENCES
DONT VOUS AVEZ BESOIN POUR GÉRER AU MIEUX
VOTRE DÉPENDANCE**

Une équipe pluridisciplinaire, composée de professionnels de santé et de patients ressources, vous accompagne
les jeudis de 17h à 19h.

Maison de Santé – Salle de réunion (à l'étage)
5 Espace Victor Segalen - Rue du Pont À Tan
56230 Questembert.

PROGRAMME

Séance initiale individuelle

25 mai : Rencontre avec soi et les autres

1^{er} juin : Je fais le point sur mes habitudes et mes consommations

8 juin : Qui suis-je ?

15 juin : Je fais face aux situations à risques

22 juin : Je ressens et j'agis !

29 juin : Mes ressources pour élaborer mon projet

7 septembre : Aujourd'hui, où j'en suis ? (à 2 mois)

Séance finale individuelle



**POUR VOUS AIDER
À ACQUERIR OU MAINTENIR LES COMPÉTENCES
DONT VOUS AVEZ BESOIN POUR GÉRER AU MIEUX
VOTRE DÉPENDANCE**

Une équipe pluridisciplinaire, composée de professionnels de santé et de patients ressources, vous accompagne
les jeudis de 17h à 19h.

Maison de Santé – Salle de réunion (à l'étage)
5 Espace Victor Segalen - Rue du Pont À Tan
56230 Questembert.

PROGRAMME

Séance initiale individuelle

25 mai : Rencontre avec soi et les autres

1^{er} juin : Je fais le point sur mes habitudes et mes consommations

8 juin : Qui suis-je ?

15 juin : Je fais face aux situations à risques

22 juin : Je ressens et j'agis !

29 juin : Mes ressources pour élaborer mon projet

7 septembre : Aujourd'hui, où j'en suis ? (à 2 mois)

Séance finale individuelle

