



**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](mailto: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](mailto: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

Jeudi de 17 h à 19h

Salle de conférence  
2 rue du Pratel  
AURAY

**PROGRAMME**

**Les coordinateurs :** Alexandra IGUI

**Séance initiale individuelle**

**14 mars :** Rencontre avec soi et les autres

**21 mars :** Je fais le point sur mes habitudes et mes consommations

**28 mars :** Qui suis-je ?

**4 avril :** Je fais face aux situations à risques

**11 avril :** Je ressens et j'agis !

**18 avril :** Mes ressources pour élaborer mon projet

**20 juin :** 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

Jeudi de 17 h à 19h

Salle de conférence  
2 rue du Pratel  
AURAY

**PROGRAMME**

**Les coordinateurs :** Alexandra IGUI

**Séance initiale individuelle**

**14 mars :** Rencontre avec soi et les autres

**21 mars :** Je fais le point sur mes habitudes et mes consommations

**28 mars :** Qui suis-je ?

**4 avril :** Je fais face aux situations à risques

**11 avril :** Je ressens et j'agis !

**18 avril :** Mes ressources pour élaborer mon projet

**20 juin :** Aujourd'hui, où j'en suis ? (à 2 mois)

**Séance finale individuelle**

