



Prévention et promotion de la santé

CAP AUTONOMIE SANTÉ - ETP

Prévention & Promotion de la santé

Le Mag des aidant.e.s

Un nouvel épisode du Mag des aidant.es est en ligne sur Radio Balises depuis le 15 janvier 2025. Cet épisode porte sur le thème des addictions.

Dans cet épisode, Didier Le Rezollier, membre de l'association Soutien Addicts Hennebont et patient expert pour le programme "Addict Atelier" à Cap Autonomie Santé, partage son parcours de soin, explique son rôle de pair-aidant et présente les actions de son association.

De son côté, Émilie, aidante de son mari souffrant d'alcoolisme et membre de l'association, témoigne sur son vécu. Elle met en avant l'importance des groupes de parole mensuels, qui abordent des thématiques variées et explique les bienfaits de ces ateliers pour les aidants : renforcer la relation avec son proche, libérer la parole et acquérir des outils pour mieux accompagner au quotidien.

[Retrouvez toutes les émissions](#)

sur Radio Balise 99.8 FM



Du théâtre forum sur la thématique de l'isolement

Cap Autonomie Santé s'engage sur la question du lien social et de l'isolement.

Lors des étés 2023 et 2024, des ateliers de théâtre forum ont été organisés pour réfléchir ensemble à nos représentations de l'isolement.

En 2023, un Français sur trois est en situation de fragilité relationnelle, et un sur cinq se sent régulièrement seul. **L'isolement social constitue un enjeu majeur de santé publique**: il représente la deuxième cause de suicide, accélère la perte d'autonomie et complique l'accès aux soins et aux droits.

Face à cette réalité, nous proposons cette année de nouvelles dates :

Bubry : ☒ Salle Liamzzer – 3 rue de la libération
18h à 21h : Lundi 24 février, lundi 3 mars et lundi 10 mars 2025

Grox : ☒ Salle Le Dai-Mai - Lomener
18h à 21h : Mardi 25 février et mardi 4 mars 2025
16h15 à 21h : Vendredi 14 mars 2025

Un buffet sera prévu lors des ateliers.

L'idéal est de participer aux 3 ateliers à Bubry ou Groix mais sinon, il est possible de n'en faire qu'un ou deux !

Ces ateliers sont gratuits et ouverts à toutes et tous de 12 ans... à 112 ans !

Pour s'inscrire, veuillez contacter Ludivine MESLE
au 07.88.05.09.17 ou par mail :

l.mesle@capautonomiesante.bzh



A vos agendas!

THÉÂTRE FORUM SUR L'ISOLEMENT

24/02 de 18h à 21h: Salle Liammzer – 3 rue de la libération BUBRY
25/02 de 18h à 21h: Salle Le Daï-Maï - Lomener GROIX
03/03 de 18h à 21h: Salle Liammzer – 3 rue de la libération BUBRY
04/03 de 18h à 21h: Salle Le Daï-Maï - Lomener GROIX
10/03 de 18h à 21h: Salle Liammzer – 3 rue de la libération BUBRY
14/03 de 16h15 à 21h: Salle Le Daï-Maï - Lomener GROIX

Inscriptions auprès de Ludivine MESLE :

07.88.05.09.17 ou l.mesle@capautonomiesante.bzh



Retrouvez toutes les dates en imprimant
l'agenda de la newsletter!

SAVE THE DATE

Assemblée générale de Cap Autonomie Santé
programmée le

Jeudi 24 avril 2025

À 19h00

A la maison de l'agglomération de LORIENT

[Pré-inscrivez-vous!](#)

Mise à jour de vos informations de contact : Aidez-nous à mieux vous informer !



Dans le but de renforcer notre communication et d'optimiser les échanges avec nos partenaires et contacts, nous procédons à une mise à jour de nos fiches de contact. Cette démarche nous permettra de cibler plus précisément la diffusion de nos informations en fonction de vos besoins et intérêts. Nous vous invitons donc à prendre quelques instants afin de mettre à jour vos informations pour compléter ce questionnaire: [Cap Autonomie Santé: mise à jour de votre fiche contact](#)

Merci de votre coopération !



CAP AUTONOMIE SANTE

7 Rue Leo LAGRANGE - 56600 LANESTER

02 97 30 00 00

contact@capautonomiesante.bzh

Retrouvez nous sur le Web!
Capautonomiesante.bzh



Retrouvez toutes les actualités des services de CapAS

En cliquant sur le logo



La coordination des parcours de situations individuelles vers la coordination territoriale

Le Centre de Coordination en Cancérologie —3C



Education Thérapeutique du Patient



Imprimé par nos soins - janvier 2025