Le P'tit Journal de l'association

Secteur Finistère Nord - Presqu'île de Crozon

Bulletin d'information N°2- Décembre 2026

FRANCE REIN
RÉSEAU SOLIDAIRE EN ACTION
BRETAGNE
LEON

Siège social : 95 rue Anatole France 29200 Brest 02 98 05 25 47 francerein.leon@orange.fr
Permanences : Tous les jeudis de 15h à 18h hors vacances scolaires
Répartition géographique sur notre secteur des membres de notre Conseil d'Administration :
M L Salou , P Le Goff, C Ac'h, A Berhault sur Brest - Y Kerrec Le Relecq Kerhuon – D Gouez Guilers – H Lainé Landivisiau – G Larvor Brignogan – C Mehat Plouneour Menez - G Tandé St Martin des Champs – F Colin Lesneven– G Ac'h Plouzané. - N Le Bras Plougastel-Daoulas.
Points d'informations dans chaque unité de dialyse

Bonjour à tous

L'ensemble des administrateurs de votre association
est en ordre de marche pour
continuer de vous accompagner, vous défendre,
tout en poursuivant les actions de prévention et d'information
L'année 2026 se termine,

Nous espérons qu'elle s'est bien déroulée et que malgré
les fortes chaleurs de cet été
vous avez pu profiter.

2027 sera
le temps des bonnes résolutions
et d'envie de prendre soin de soi en faisant par exemple
un peu d'exercice physique
et pourquoi pas
d'adhérer à notre association

L'équipe de France Rein Bretagne Léon:
Yves, Loulou, Patrick, Christian, Annie, Nathalie, Hervé, Gilles, Fabienne,Guy, Claude, Gwenaëlle, Daniel.

Fêtons ensemble la nouvelle année samedi 16 janvier en dégustant la



Prévention

L'objectif est de dépister précocement pour pouvoir mettre en place une surveillance et des traitements adaptés aux causes des dysfonctionnements des reins, d'éviter une détérioration graduelle et irréversible de la fonction rénale qui peut conduire à la dialyse voire la greffe.



France Rein Léon- AUB Santé

Un stand commun qui est composé d'espaces : accueil et information, de dépistage, d'auto mesure tensionnelle, un soutien médical et un espace diététique





A Brest
800 visiteurs au salon CPTS BO
1 100 visiteurs au salon Alv'héol

La démarche du « Aller Vers » « Mes reins, j'y tiens, j'en prends soin »

Les équipes de France Rein Léon et de la Fondation AUB Santé ont allié leurs compétences et leur savoir-faire avec le camion des MarSOINS du bout du monde et l'unité mobile de prévention MOBISanté du Contrat Local de Santé du Pays de Brest pour faire du dépistage itinérant

Nous ciblons un territoire sensible d'un point de vue de l'accès aux soins du fait d'une population socialement fragile et de la pauvreté de l'offre de soins. Cela fait partie de nos valeurs, la solidarité, l'égalité des soins pour tous sans discrimination.





Les Unités Mobiles en action

Carhaix Centre de dialyse AUB Santé
Le Tréhou, parking de la Recyclerie
Crozon au Resto du Coeur
Brest Centre Social de Kerourien
Le Folgoët Epicerie Solidaire et Resto du Coeur
Brest Centre Social Les Amarres de Keredern

Solidarité et convivialité



Les galettes des rois

Le 17 janvier à Guipavas et le 17 janvier à Morlaix

Des rendez-vous très attendus par les adhérents, leurs familles, aidants, amis et sympathisants. L'occasion pour l'équipe dirigeante de présenter ses vœux et au président de remercier les membres du CA et d'annoncer les actions à venir .





De nombreux échanges entre les participants, une occasion de prendre des nouvelles des uns et des autres.

L'Assemblée Générale

C'est un moment important dans la vie de notre association.

Les adhérents présents assistent à la présentation des différents rapports (moral, actions, financier) . Un nouveau Conseil d'Administration est élu et choisit son bureau.

Madame la Maire de la ville de Landivisiau première ville nommée Ambassadrice du Don d'organes dans le Finistère, clôture cette assemblée .





C'est au restaurant, dans une belle ambiance que s'est terminée cette assemblée.

LANDIVISIAU

France Rein soutient les insuffisants rénaux

France Rein Bretagne Léon a tenu son assemblée générale à Landivisiau, dimanche. L'occasion de mettre en avant l'engagement de l'association envers les patients souffrant d'insuffisance rénale et la promotion du don d'organes dans le Finistère.



Yves Kerrec, président de l'association (5e au premier rang en partant de la gauche), avait invité les adhérents à se retrouver salle Lyautey, dimanche matin.

La sortie annuelle

Un déjeuner aux portes de l'enfer





Le Yeun Elez est une vaste dépression une zone de marécage, située au coeur des Monts d'Arrée. Au milieu des tourbières se trouve un trou, une flaque verdâtre, d'un abord dangereux, sans fond. Cette flaque, c'est le Youdig (la petite bouillie), une des portes de l'enfer, qui parfois se met à bouillir, et alors malheur à qui s'y pencherait à cet instant : il serait saisi, entraîné, englouti par les puissances de l'invisible.

Rien n'a effrayé la trentaine de participants ce dimanche 20 septembre. Ils ont poussé la porte du Youdig, se sont attablés, et ont dégusté le meilleur Kig ha Farz de la région. Le repas s'est terminé par des chants breton repris en choeur par l'assemblée.

Après la visite de l'étonnant musée d'Annick Le Lann, à découvrir, nous sommes toutes et tous rentrés repus, et bien vivants du Youdig.

« Rendez-vous des artistes » Mettre de la couleur sur les murs



Les tableaux sont accrochés dans le hall et le couloir principal du centre de dialyse de l'AUB de Morlaix.

C'est une façon de mettre de la couleur sur les murs, de rendre plus agréable les déplacements dans le centre de soins.

Les soignants comme les patients ont profité pendant trois semaines de ces tableaux.



Guy passe une partie de mon temps en dialyse. (à droite sur la photo)

« Je dois vivre avec ce traitement et cela est contraignant mais en dehors de mes séances je reste actif.

L'insuffisance rénale est une maladie chronique dont on ne guérit pas, on vit avec, plus ou moins bien. Avec cette initiative je souhaitais montrer que l'on peut mener une activité soit professionnelle, soit de loisir malgré notre maladie. »

Ah….Les vacances,

Un moment attendu par beaucoup d'entre nous, un moment d'escapades et de découvertes, de retrouvailles familiales ou amicales, un moment de mise entre parenthèse du quotidien, bref, se ressourcer, changer d'idées …

Sauf que pour les patients dialysés c'est plutôt, où vais je pouvoir me rendre ? Vais je pouvoir assister à une réunion familiale ou amicale ? Est-ce que je vais pouvoir trouver une unité de dialyse à proximité de mon lieu de vacances ? Qu'est ce que je réserve en premier ? J'attends la confirmation de la possibilité des soins au risque de ne pas trouver de location ou de place de train ou d'avion ? Ou je réserve mon transport et mon logement au risque de ne pas pouvoir être soigné ? Et pour les soins, j'appréhende de changer d'équipe, et si j'ai un cathéter, ça va être encore plus compliqué de trouver une unité, et parfois même je devrai faire 1h ou plus de trajet avant et après la séance (3 jours perdus sur la semaine) quant à mes finances elles sont très impactées par mes difficultés à travailler… Et que dire, si je suis habituellement dialysé de nuit et cette offre de soins n'existe pas où je souhaite me rendre…

Au final, je ne partirai pas en vacances et ma famille non plus…. c'est trop compliqué et j'appréhende de changer mes habitudes qui me rassurent.

Patrick et sa famille au Maroc

Je suis dialysé au Centre B.Braun de Brest et j'ai choisi d'organiser mes vacances familiales au Maroc. La ville de Fès, capitale spirituelle et culturelle du Maroc reconnue pour sa médina médiévale sera notre destination. Les dates sont arrêtées, l'hébergement trouvé et les balades touristiques notées.



J'ai pris contact avec le centre de dialyse marocain El Quaraouyine , j'ai réservé mes dialyses aux dates souhaitées, une fois les dates confirmées par le centre j'ai acheté les billets d'avion et réservé notre séjour. Mon dossier médical est transmis.
Nous avons choisi comme hébergement un riad familial, organisé autour d'un jardin intérieur, situé dans la Médina et non loin de mon centre de dialyse. L'escapade à Chefchaouen, la ville bleue, nous a enchanté . Ce beau séjour dépaysant nous a fait oublier le quotidien.

Une belle rencontre



Guy habite à St Martin des Champs et Johan à la Feuillé, dialysés tous les deux à l'AUB Santé de Morlaix St Fiacre, ne se sont jamais rencontrés. Guy et Johan passent de belles vacances, le premier à Ploemeur et le second à Quiberon. Ils se sont retrouvés, au centre de dialyse tout neuf de l'AUB de Lorient, et accueilli chaleureusement par une équipe soignante au top.
Depuis ils ont gardé le contact et Guy est heureux de nous annoncer qu'au retour de ses vacances Johan a reçu une double greffe « Rein - Pancréas » .Après 10 jours d'hospitalisation à Nantes il a retrouvé son chez lui. Il est en forme et supporte très bien ses soins.
Les vacances c'est possible et elles nous réservent de belles rencontres

L'exercice physique, un atout bien être.

Une Randonnée sportive à Saint Fiacre



Le dimanche 28 juin est placé sous le signe de l'activité physique, des échanges et de la convivialité.

Sous une météo idéale, cinq patients de l'unité de dialyse, accompagnés de leurs aidants, des soignants de l'AUB Santé,et des bénévoles de l'association France Rein Léon se sont retrouvés pour une marche sportive.

Cette marche a été l'occasion pour les participants, de sortir du quotidien, de reprendre confiance en leurs capacités et de profiter d'un moment de partage où chacun a pu avancer à son rythme.







Viviane et Jacques témoignent

V – Avec Jacques nous sommes mariés depuis 54 ans et nous avons deux filles. Jacques a subi une transplantation hépatique il y a 11 ans et une lourde intervention cardiaque en 2023 .

J – J'ai 76 ans, adhérent à France Rein Léon, je suis en dialyse depuis 2 ans et demi. Le traitement entraîne de la fatigue, mais suivant les jours j'ai plus ou moins d'énergie. Quand c'est mieux je devrais faire un peu d'activité physique afin de me maintenir en forme mais seul c'est dur de se motiver. Quand j'ai été sollicité pour participer à cette marche cela m'a motivé et avec Viviane nous avons décidé d'y aller.

V – Deux circuits étaient proposés (2 et 5 km), ce qui permettait de s'adapter à sa forme du moment.

J – Nous avons choisi la boucle de 5 km qui partait de l'AUB de St Fiacre pour y revenir. Les bénévoles de France Rein étaient présents et nous étions rassurés par la présence de trois infirmières de l'AUB (d'autant que je suis cardiaque)

V et J – Une belle promenade riche en échanges avec de belles personnes et cerise sur le gâteau, après l'effort un goûter nous était offert. Nous nous sommes sentis moins isolés en partageant avec les bénévoles de l'association et nos infirmières un fort moment de convivialité.

J – Et en plus j'ai pu faire découvrir à Viviane la pièce où je passe 12h par semaine. Elle a ainsi visualisé l'endroit et la complexité du générateur de dialyse.

V et J – Cela nous a fait du bien. Nous sommes partants pour renouveler l'expérience



Cette action illustre l'engagement de l'AUB Santé en faveur de l'activité physique adaptée levier essentiel pour lutter contre la sédentarité et préserver la santé des patients. Elle met en lumière le rôle précieux de France Rein Léon qui contribue à l'information, au soutien et à l'accompagnement des personnes atteintes de maladie rénale chronique

Sensibiliser la population au don

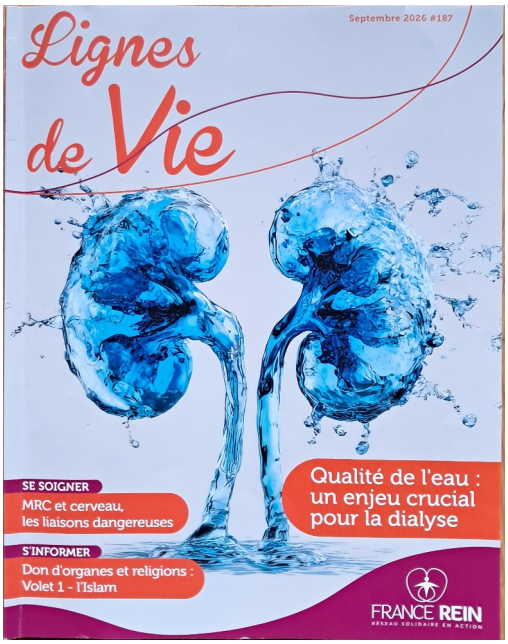
Hommage

Le vendredi 3 juillet dernier, la commune de Guimiliau inaugurait la plaque au pied du gingko biloba en remerciement aux donneurs d'organes et leurs familles.
La cérémonie était présidée par Mme Élisabeth Guillerm, maire et conseillère départementale accompagnée du conseil municipal. Elle était organisée par l'ADOT 29 et l'association France Rein Bretagne Léon était représentée par Gilles Larvor et Hervé Lainé, tous deux administrateurs.
La cérémonie s'est achevée par un pot convivial en extérieur vu la chaleur ambiante régnant sur notre région.



S'INFORMER

Le Magazine



Les Guides pratiques





Les Guides pratiques

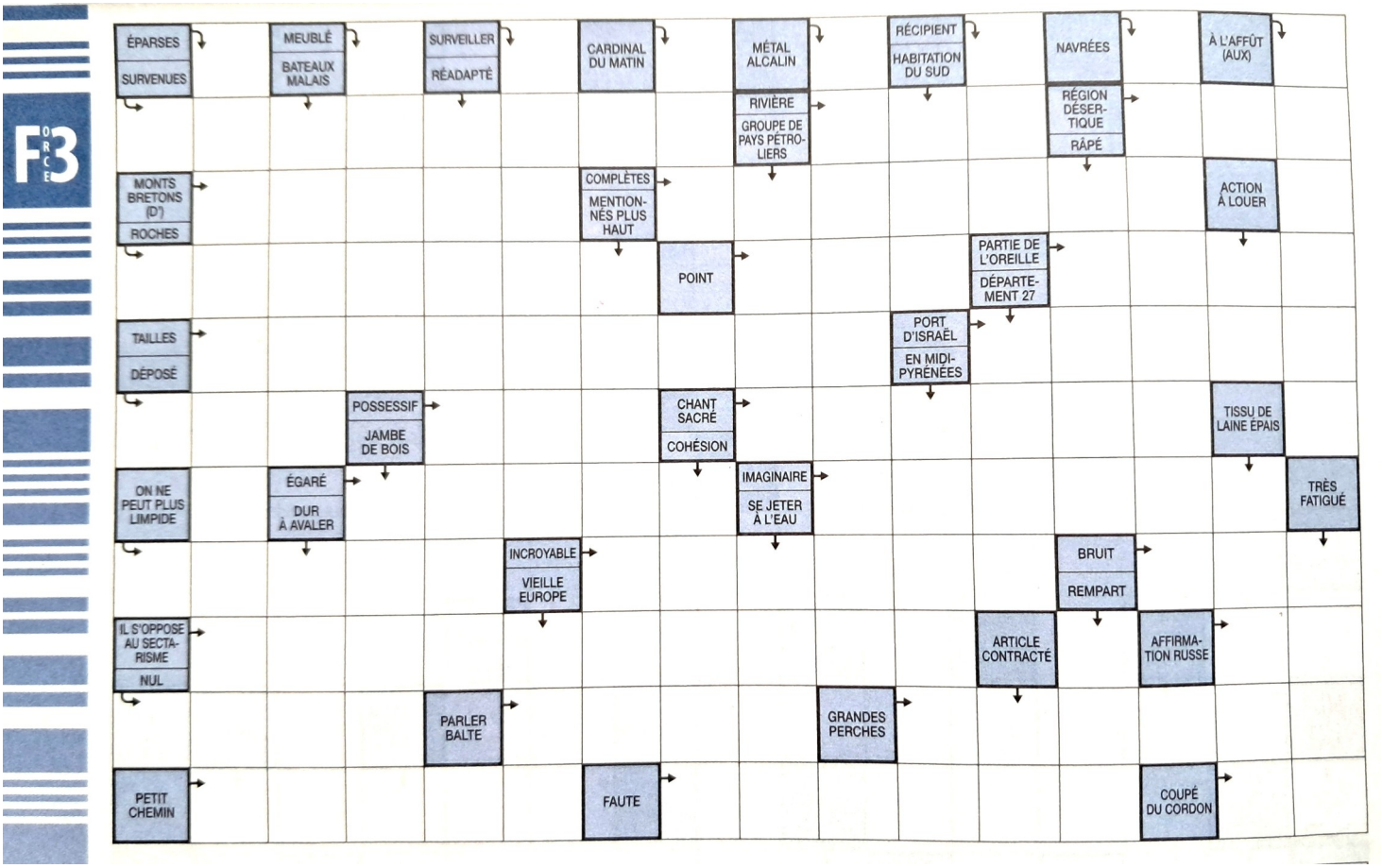




Les Feuillets



Mots Fléchés - Sudokus



moyen

	1		7		6		2	
	9						8	
				2				
			3		4			
2				8				4
9			2		1			5
	5			3			6	
		3		4		8		
		1	6	5	2	4		

Force 2

		7	3		8		1	
		6					5	
	8	1						7
9	4	8				1		
				9			6	
2				6			7	
	5			7				4
			4				3	

difficile

	4	2	8					
		3		6	2			
						6	8	
8			5					1
5	2		6		1			
4			9					3
						2	3	
		7		4	9			
	5	4	3					

Je deviens adhérent de France Rein Bretagne Léon

Nom : .....
Prénom : .....
Adresse : .....
Ville : ..... Code Postal : .....
Téléphone : .....

Recevoir la newsletter France Rein :
E-mail : .....@.....

- J'adhère (sans abonnement) ☐ 28 €
- J'adhère et je m'abonne au magazine (version papier) ☐ 39 €
- Je fais un don ☐ .....€

66 % de votre adhésion et de votre don sont déductibles de vos impôts
revenu imposable. Exemple : Une adhésion à 28€ ne vous coûte que 9,52 € –

Chèque au nom de France Rein Bretagne Léon à envoyer à l'adresse de :
Mme Salou Loulou 33 rue Gérard de Nerval 29200 Brest
Vous pouvez également adhérer en ligne sur francerein.org