

## FILM DOCUMENTAIRE Jusqu'à s'oublier de Stéphane KAZADI

De 14h00 à 15h00 - Salle polyvalente : Projection

EN PARTENARIAT AVEC COMPTOIR DU DOC  
Inscription conseillée - Ouvert à tous

«Penser au handicap, c'est d'abord penser à la personne touchée et à ses parents.

Mais la grande oubliée dans l'histoire, c'est la fratrie, ces frères et sœurs qui grandissent dans l'ombre d'une situation que tout le monde subit.

Après la mort de mon frère qui souffrait d'une paralysie cérébrale, j'ai décidé de faire éclore cette parole, loin des tabous et lieux communs du handicap.»

Film sensible, d'un frère qui permet de donner la parole à d'autres frères et sœurs.



Pour assister à la projection du film, flashez le QR code ou connectez-vous sur <https://vqr.vc/g9J2KPFXC> et complétez le formulaire d'inscription



Lieu : Théâtre de L'Aire Libre

2 Place Jules Vallès  
35136 St-Jacques-de-la-Lande



Parking à proximité



Comment venir en transports en commun ?

Lignes de bus : Arrêt « Aire Libre »

C6 C7 13



Vous pouvez apporter votre pique-nique

Vous souhaitez participer à la journée mais votre proche aidé a besoin d'être accompagné en votre absence ?

Contactez la **Plateforme de Répit Paréo** pour trouver une solution.

NOUS CONTACTER



Plateforme d'Accompagnement au Répit, d'Écoute et d'Orientation

02 99 78 01 46

pareo@gcsms-cp2.bzh

## THÉÂTRE DE L'AIRE LIBRE Saint-Jacques-de-la-Lande

Samedi  
8 février  
9h - 16h



## FORUM

De 9h00 à 12h00 – Hall et salle polyvalente

Venez à la rencontre des acteurs locaux proposant une offre de soutien pour les aidants.

Loisirs et vacances, relaying à domicile, services d'information et de répit, pair-aidance : des professionnels et bénévoles sont présents pour vous présenter leurs activités et répondre à vos questions.



## ESPACE MÉDIATHÈQUE

De 9h00 à 12h00 – Hall

La **Médiathèque Lucien Herr** vous invite à découvrir ses ressources et une sélection de documents variés, une bibliothécaire vous accueillera pour répondre à vos questions.

Venez profiter d'un coin lecture pour un moment de détente.



## ESPACE JEUX

De 9h00 à 12h00 – Hall

La ludothèque ambulante **Le Gorille Joueur** vous propose des jeux de manipulation, de construction, de réflexion...

Profitez également d'un espace multi-sensoriel pour jouer et vous relaxer.



## ESPACE D'EXPRESSION ET DE RENCONTRE

De 9h00 à 16h00 – Hall

Les volontaires de service civique de l'**Association Unis-Cité** vous accueillent et vous guident tout au long de la journée pour découvrir le programme, rencontrer les participants, et partager des moments de convivialité.



## ATELIER SOPHROLOGIE

De 10h00 à 10h30 – Studio

**Inscription sur place - Ouvert à tous**  
**Nombre de participants limité à 12**

Besoin d'une pause détente ?

Venez découvrir la sophrologie, une méthode de relaxation, basée sur des techniques respiratoires, corporelles et mentales visant à se détendre et se centrer sur soi.

Séances animées par **Bertrand CULERIER**, Sophrologue diplômé de l'Institut de Sophrologie de Rennes (ISR)



## CAFÉ ENTR'AIDANTS

De 11h00 à 12h00 – Studio

Une parenthèse entre aidants : que vous soyez parent, frère ou sœur, descendant ou marié à une personne en situation de handicap, vous êtes bienvenus pour partager un moment chaleureux et convivial.

Cercle de parole animé par **Héloïse JAN**, psychologue à **PARÉO**

## ATELIER THÉÂTRE-DANSE

### Centrer et se centrer

De 10h00 à 12h00 – Salle de spectacle

**Inscription sur place - Ouvert à tous**  
**Nombre de participants limité à 16**

S'oublier quand on aide l'autre est courant. Mais comment peut-on se retrouver ?

Pendant cet atelier de deux heures, nous chercherons à nous recentrer sur nous-mêmes grâce à de l'exploration respiratoire, corporelle et sensible.

**Mattéo DUVAL** est un artiste mêlant théâtre, conte et arts plastiques. Venez en tenue souple

