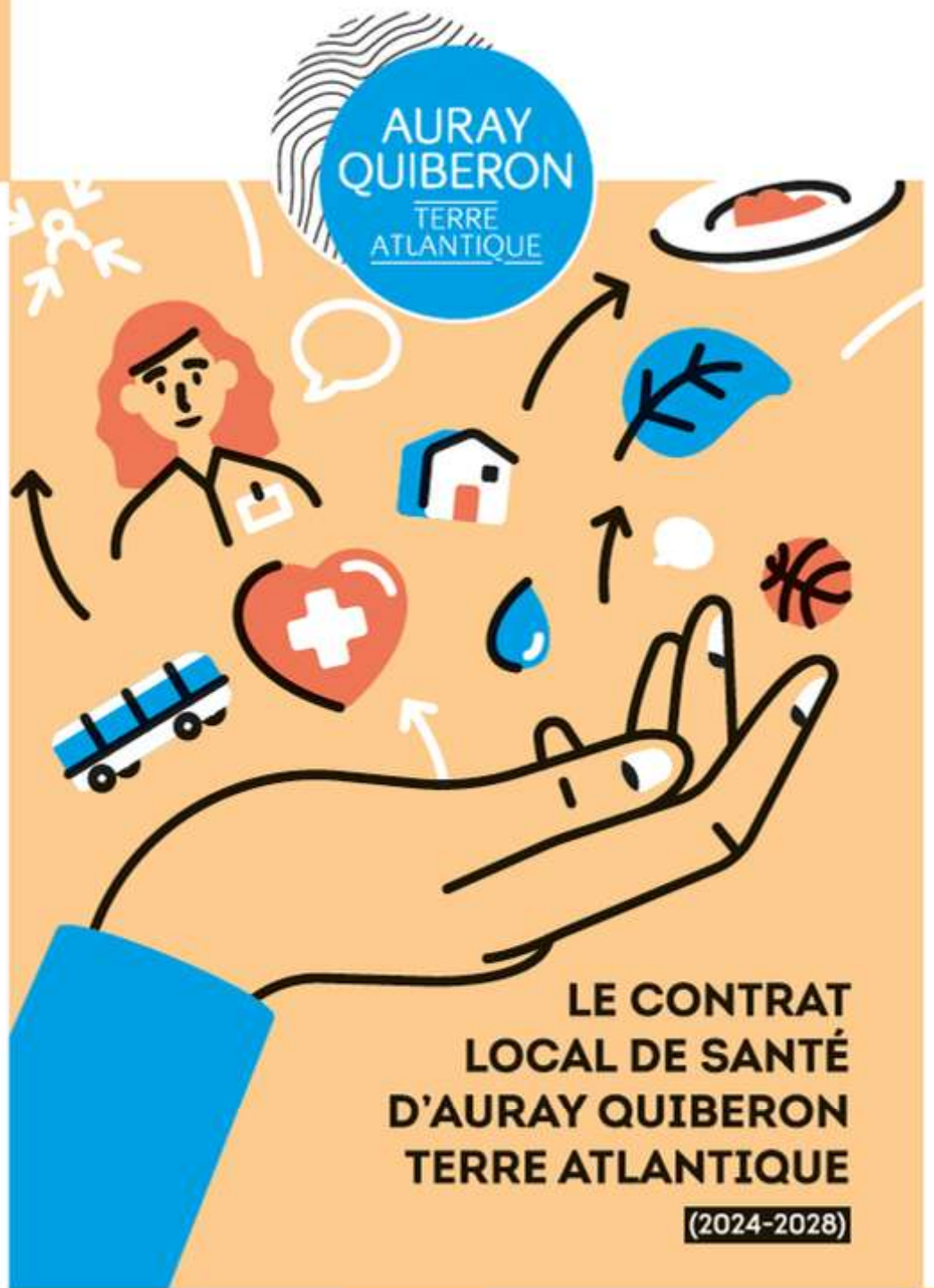




JOURNÉE INTERCONNAISSANCE CULTURE & SANTÉ

Mardi 31 mars 2026
- Médiathèque de Brec'h -

- 8H30 ● **Accueil café**
- 9H ● **Mot d'accueil et présentation de la journée**
- 9H15 ● **Conférence interactive chantante**
« Chanter pour prévenir : Hildegarde de Bingen et les fondements millénaires de la musicothérapie »
► Géraldine Gaudefroy-Demombynes, maîtresse de conférence en musicologie et histoire de la musique ancienne à l'Université de Rennes 2
- 10H45 ● **Table-ronde**
« La culture pour prendre soin : regards croisés »
► Echanges avec des acteurs des domaines de la santé et de la culture
- 12H ● **Pause déjeuner**
- 13H30 ● **Temps introductif de l'après-midi**
- 14H ● **Ateliers participatifs (deux au choix)**
(Voir description complète au verso)
► Mouvement et vibration collective
► Création théâtrale santé et lien social
► La réalité virtuelle avec des personnes atteintes d'Alzheimer
► Les professionnels en mouvement avec les jeunes enfants
► Art-thérapie : cultiver l'art et le goût de vivre
► Rendons la culture accessible
► Séries et sentiments
► Quand la médiathèque prend soin
► L'arpentage pour parler d'intimité
- 16H30 ● **Conclusion**
- 16H45 ● **Clôture**

CONFÉRENCE

« *Chanter pour prévenir : Hildegarde de Bingen et les fondements millénaires de la musicothérapie* »

Conférence interactive chantante

Découvrez, dans une approche qui mêle histoire, science et production chantée, comment la pratique vocale, illustrée notamment par les chants de louange de Sainte Hildegarde de Bingen, constitue un outil puissant de prévention santé accessible à tous. Cette conférence interactive vous invite à expérimenter collectivement les bienfaits du chant *a capella* sur le corps et sur l'esprit à travers des exercices simples (position, respiration, bourdon, mélodies savantes ou traditionnelles) issus d'une pratique multimillénaire. Venez vivre une heure quinze de partage où savoirs académiques, explorations scientifiques en maisons de soin et expérience chorale intergénérationnelle se rencontrent pour révéler quelques secrets de bien-être des Anciens.

Animée par Géraldine Gaudefroy-Demombynes, maîtresse de conférence en musicologie et histoire de la musique ancienne à l'Université de Rennes 2.

TABLE-RONDE

« *La culture pour prendre soin : regards croisés* »

Echanges avec des acteurs des domaines de la santé et de la culture

(plus d'informations à venir)

ATELIERS PARTICIPATIFS

Mouvement et vibration collective

Comment le **mouvement peut-il relier, apaiser et faire du bien** ? Dans cet atelier ouvert à tous les corps, les participant(e)s sont invité(e)s à explorer le mouvement comme un espace de liberté et de partage. Une traversée douce et joyeuse pour lâcher le mental, explorer le geste, le rythme et la présence à soi et aux autres. L'atelier vise à favoriser la détente, la conscience corporelle, la qualité de présence et faire l'expérience d'une vibration collective.

Animé par Mathilde Dinard, chorégraphe et danseuse.

Nombre de places : 20 par session

Création théâtrale santé et lien social

A partir de la trame d'un conte où d'un mythe et au travers d'un atelier de création partagée, nous explorerons ensemble les questions de la coopération et de la participation : Comment construit-on une histoire ensemble ? Qui fait quoi dans notre jeu ? Comment chacun y trouve une place qui lui convienne ?

Animé par Richard Grolleau, comédien et art thérapeute.

Nombre de places : 12 par session

La réalité virtuelle avec des personnes atteintes d'Alzheimer

La réalité virtuelle utilisée dans le cadre de l'accompagnement des personnes atteintes d'Alzheimer ?

Un atelier d'expérimentation et de présentation d'expériences immersives imaginées pour les personnes atteintes d'Alzheimer. L'occasion d'échanger autour de leur apport en matière de bien-être, de médiation culturelle et de prévention, ainsi que des conditions de mise en œuvre en bibliothèque.

Animé par Vincent Gérard, fondateur de la société Live Out.

Nombre de places : 10 par session

Les professionnels en mouvement avec les jeunes enfants

Que provoque l'entrée d'une chorégraphe dans une crèche ? Qu'en est-il de l'apport de la danse auprès des enfants et de leurs assistantes maternelles ?

Le mouvement joue un rôle déterminant dans le développement psychomoteur et sensoriel du tout petit.

Et si le mouvement dansé se partage avec par exemple les professionnels de la petite enfance, que se passe-t-il ?

Animé par trois animatrices de Relais Petite Enfance d'AQTA (Aurélie Lanza, Marie-Pierre Le Touzo et Karine Geslin), Jenny Gallego, chorégraphe au sein de compagnie Les Jeunes Pousses et Caroline Hissette, directrice de la crèche d'Erdeven.

Nombre de places : 15 par session

Art thérapie : cultiver l'art et le goût de vivre

Quel rôle de l'art-thérapie dans la prévention ? Peut-on réduire le stress, soulager nos douleurs et retrouver de l'élan grâce à des ateliers créatifs ?

Cet atelier, centré sur l'expression libre et sensible à partir de matériaux variés (collage, dessin, écriture créative), vous permettra de stimuler les sens, le ressenti, l'imaginaire et la créativité autour du thème de l'art et de la culture.

Animé par Sandrine Cochet art-thérapeute spécialisée en santé intégrative.

Nombre de places : 10 par session

ATELIERS PARTICIPATIFS

Rendons la culture accessible

Comment favoriser l'accès à la culture des personnes vulnérables ? Comment penser l'inclusion dans vos projets culturels ?

Un atelier d'échanges et d'expérimentation qui propose de réfléchir à l'accessibilité à la culture, en mettant en lumière des outils essentiels comme le FALC (Facile A Lire et à Comprendre) et l'utilisation de la langue des signes français, qui permettent de lever les barrières de compréhension et de communication afin que chacun puisse participer à la vie culturelle.

Animé par Cindy Thomas, référente de la Commission Intercommunale pour l'Accessibilité d'Auray Quiberon Terre Atlantique.

Nombre de places : 10 par session

Séries et sentiments

Comment les imaginaires relationnels dans la pop culture peuvent influencer positivement nos vies affectives et sexuelles ? Cet atelier vous donnera des clés pour aborder la thématique de la vie affective et sexuelle avec des jeunes. Inspirons nous de récits positifs pour créer le dialogue !

Animé par Justine Soubrier, infirmière et accompagnatrice en péri-natalité, et Camille Boulay-Laurent, formatrice Education à la Vie Affective Relationnelle et Sexuelle auprès des jeunes et professionnels de la jeunesse.

Nombre de places : 10 par session (une seule session)

Quand la médiathèque prend soin

Quelle place pour la santé et la prévention dans un espace culturel ? La médiathèque, actrice de santé ?

A partir de plusieurs retours d'expériences (médiation animale, écriture et santé, actions culturelles locales, etc.) des médiathécaires du réseau d'Auray Quiberon Terre Atlantique, cet atelier est l'occasion d'échanger sur le rôle des acteurs et lieux culturels en matière de santé.

Animé par Emilie Rousseau, en charge du développement de l'accessibilité et des publics éloignés de la médiathèque d'Auray Sylvie Catologna, responsable de la médiathèque de Belz, et Marina Nicolas, responsable de la médiathèque de Landévant.

Nombre de places : 15 par session

L'arpentage pour parler d'intimité

Comment les récits peuvent aider à casser les tabous autour de la santé sexuelle ? Comment peut-on faire de la prévention autrement ?

Un atelier d'initiation à un outil de lecture collective, issu de l'éducation populaire, utilisé dans une démarche d'éducation à la santé.

Animé par Justine Soubrier, infirmière et accompagnatrice en péri-natalité, et Camille Boulay-Laurent, formatrice Education à la Vie Affective Relationnelle et Sexuelle auprès des jeunes et professionnels de la jeunesse.

Nombre de places : 10 par session (une seule session)