

Du **16 oct.**
au **12 nov.**
2023



UN ÉVÈNEMENT DU DÉPARTEMENT

Loire
Atlantique

Enjeu à la fois sanitaire, éducatif, social, culturel et économique, le tabou des règles nous concerne toutes et tous. Chaque jour en France et dans le monde, les préjugés liés aux règles dévalorisent les filles et les femmes, et peuvent même les exclure et mettre leur santé en danger.

Et pourtant, des leviers existent : l'information, l'éducation des filles comme des garçons, la lutte contre la précarité menstruelle...

Le Département de Loire-Atlantique est fortement engagé, depuis 2020, à travers de nombreuses actions pour lutter contre la précarité menstruelle, briser les tabous liés aux règles, sensibiliser toutes les générations et accompagner les jeunes filles dès le collège ainsi que les femmes en situation de précarité. Conscient des enjeux de cette problématique, le Département propose, grâce à ses partenaires, une programmation pour libérer la parole autour des règles.

Ateliers, projections, débats, spectacle, jeux, autant de façon d'aborder ce sujet et de favoriser la réflexion et les échanges.



Près de chez vous :
loire-atlantique.fr/festival-regles

**Du lundi 16 Octobre 2023
au vendredi 10 Novembre 2023**

EXPOSITION

**Mercredi de 10h à 12h,
Vendredi de 15h à 18h,
Samedi de 10h à 12h
et de 14h à 17h
Gratuit, tout public**

**Maison Intercommunale
Allée des jardins
44670 Saint-Julien-de-Vouvantes**

Mardi 17 Octobre 2023

JEUX

**Public : de 16 à 30 ans
Gratuit, sans inscription
De 19h à 21h**

**Résidence Habitat Jeunes
30 Rue de la Libération
44110 Châteaubriant**

Mercredi 25 Octobre 2023

SPORT

**De 18h à 20h
Public : à partir de 14 ans
Gratuit, sans inscription
Infos : page facebook d'ABLD
07 88 47 67 98
aeroboxeloisirsdetente
@gmail.com**

**Salle de tennis de table
Centre Bretagne
Avenue de la Citoyenneté
44110 Châteaubriant**

« SANG POUR SANG RÈGLES »

Le Centre Hubertine Auclert a conçu cette exposition afin de lutter contre le tabou des règles, de parler santé et sexualité, et d'évoquer les informations importantes pour toutes et tous.

*Proposé par :
Association Le Relais Accueil Proximité,
Médiathèque intercommunale
de Saint-Julien-de-Vouvantes*

SOIRÉE POUR SEXPLORER

Espace d'échanges sur le sujet de la sexualité et des règles grâce au jeu « SEXPLORATION », jeu inclusif pour une éducation sexuelle informée, sans tabous, sans gêne, et sans clichés ! L'objectif est de permettre aux adolescent.es et jeunes adultes de découvrir la sexualité, la vraie et non celle des écrans.

Proposé par : Résidence Habitat Jeunes

COURS D'AÉROBOXE DÉCOMPLEXÉ

Cours d'aérobixe décomplexé autour des règles, suivi d'une discussion autour d'un verre. Venez avec des vêtements tâchés de rouge.

Proposé par : ABLD Aéro Boxe Loisirs Détente

Lundi 30 Octobre 2023

Jeudi 2 Novembre

Vendredi 3 Novembre

ATELIERS

De 10h à 12h

Public : de 12 à 16 ans

Gratuit, sans inscription

Infos : Maud Soulard

au 06 73 46 12 66

La casa des Ados

Maison des associations

2 rue Jacques Prévert

44290 Guémené-Penfao

Du 7 au 10 Novembre 2023

EXPOSITION

**Exposition visible aux horaires
d'ouverture de la médiathèque**

Médiathèque Marcelle Maurette

5 Rue Saint-Jean

4429 Guémené-Penfao

Lundi 30 Octobre 2023

ATELIER COUTURE

De 14h à 16h

Tout public

Gratuit, sans inscription

Association Rencontres

19 Rue Jacquard

44110 Châteaubriant

LES RÈGLES DE FIL EN AIGUILLE

Un groupe d'adolescent-e-s est amené, via les arts plastiques, à magnifier un sujet sinon répulsif pour beaucoup, du moins peu évoqué par nombre d'entre nous. Il s'agira de créer une œuvre textile à la fois forte et délicate, déclinant le rouge sous toutes ces nuances et des techniques de couture variées. Une œuvre rassemblant les explorations de chacun.e en matière de tissage, broderie, couture et teinture. Des techniques longtemps genrées rassemblant ici filles et garçons.

*Proposé par : Association La Bande à tonton
Accueil jeunes La Casa des Ados*

PARLONS DES RÈGLES SANS TABOU

Venez découvrir l'œuvre collective textile réalisée lors des ateliers "Les règles de fil en aiguille."

CONFECTION DE SERVIETTES HYGIÉNIQUES EN TISSU

Activité couture proposée aux personnes débutantes ou confirmées. Possibilité d'amener son matériel mais il n'est pas obligatoire de disposer d'une machine pour participer à l'animation.

Proposé par : Association Rencontres

Jeudi 2 Novembre 2023

CINÉ-DÉBAT

De 19h30 à 21h30

Public : à partir de 11 ans

Gratuit, inscription par mail :
accueil@csctempo.fr
ou tél. 02 40 87 12 58

Centre Socioculturel Tempo
7 Rue du 11 Novembre
44130 Blain

Jeudi 2 Novembre 2023

ATELIERS

De 14h à 17h

Public : femmes ado et adultes
8 personnes maximum par atelier

Gratuit, places limitées,
inscription par mail :
des-orientations@protonmail.com
Infos : 07 85 03 37 53

La Barakatous
12 Rue de Redon
44590 Derval

Vendredi 3 Novembre 2023

Gratuit, places limitées,
inscription par mail :
des-orientations@protonmail.com
Infos : 07 85 03 37 53

Espace Départemental
des Solidarités
110 Impasse des Terrasses
de la Chesnaie
44170 Nozay

Dimanche 12 Novembre 2023

Gratuit, places limitées, inscription
par mail : des-orientations@
protonmail.com
Infos : 07 85 03 37 53

Atelier Tourne la terre
Le Bois Neveu
44660 Rougé

BRISER LE TABOU DES RÈGLES

Les menstruations demeurent largement exclues de la sphère publique. A partir de la diffusion de plusieurs courts-métrages, libérons la parole afin de tordre le cou aux préjugés et à certaines inégalités.

Proposé par : Centre socioculturel Tempo

CONNAISSANCE DE SON CORPS : ATELIER DE MODELAGE D'ARGILE

Sur les représentations de vulves : nommer et mieux connaître l'anatomie féminine grâce à Valérie Philippe ou Véronique Duclos, sage-femme. Modeler une vulve en argile selon son imagination, avec fantaisie ou réalisme guidé.e.s par Bérénice Pasquier, potière et céramiste. Échanger, libérer les mots dans dans un espace confidentiel dédié à l'échange.

*Proposé par :
La Barakatous, la Protection Maternelle et Infantile,
l'Espace Départemental des Solidarités de Nozay,
l'atelier Tourne la terre,
le collectif dès-orientations féministes*

Jeudi 2 Novembre 2023

DÉBAT

De 19h à 21h

Public : de 16 à 30 ans

Gratuit, sans inscription

Résidence Habitat Jeunes
30 Rue de la Libération
44110 Châteaubriant

Vendredi 3 Novembre 2023

RENCONTRE

De 9h30 à 11h30

Public : réservé aux femmes

Gratuit, sans inscription

Espace départemental
des solidarités
6 Place Saint-Nicolas
44110 Châteaubriant

Vendredi 3 Novembre 2023

ATELIER

De 10h à 12h et de 14h à 16h

Gratuit, sur inscription

au 02 40 79 35 04

Tout public

La Mano
12 Allée du Sophora
44170 Nozay

À VOS ARGUMENTS, PRÊTS, DÉBATEZ !

Atelier débat ludique pour échanger sur le sujet de la sexualité et des règles afin d'ouvrir le sens critique et mieux comprendre les idées des uns et des autres.

Proposé par : Résidence Habitat Jeunes

PAROLES DE FEMMES

Dans cet espace de parole pour les femmes, l'idée est d'offrir un temps de pause, d'écoute et de paroles, d'échanges et de réflexion, de partage d'expériences autour de thématiques ordinaires et quotidiennes touchant la question de la féminité et la maternité, des sexualités et des parentalités. Échanges ouverts et anonymes autour notamment des règles et de l'endométriose.

*Proposé par : Espace départemental des Solidarités
Châteaubriant, Centre de Santé Sexuelle & ABLD*

ATELIER COUTURE

Confection de culottes et serviettes lavables. Cet atelier invite à la confection de culottes et serviettes lavables ; le but étant de répondre à un double objectif : le faire soi-même et la création de protections hygiéniques qui soient respectueuses de l'environnement. Prévoir une machine à coudre, du tissu coton et du tissu imperméable.

Proposé par : Centre Socioculturel La Mano

Vendredi 3 Novembre 2023

CINÉ DÉBAT

De 18h30 à 20h
Gratuit, sans inscription

**Maison Intercommunale
Allée des jardins
44670 Saint-Julien-
de-Vouvantes**

**Mise en place d'un moyen
de garde pour les enfants**

PROJECTION DU COURT MÉTRAGE « 28 JOURS »

Projection en présence de la réalisatrice Angèle Marrey. *28 jours* est un documentaire visant à parler d'un sujet encore peu et mal abordé alors qu'il touche directement plus de la moitié de la population : les menstruations féminines !

À travers des portraits, des récits personnels mais également des dessins explicatifs, ce documentaire aura valeur d'outil pédagogique pour toutes les personnes ayant leurs règles mais aussi de support pour toutes les personnes qui ne les ont pas.

Les sujets abordés seront tous en lien avec les règles. De la politique à la pression sociale, nous parlerons de sexe, de médecine, de religion, de publicité ou encore de notre rapport au sang.

*Proposé par :
Association Le Relais Accueil Proximité
et Médiathèque Intercommunale
de Saint-Julien-de-Vouvantes*

Du 6 au 10 Novembre 2023

ATELIER

De 9h à 12h15 et de 14h à 17h
Gratuit, sans inscription

**Espace Départemental
des Solidarités
3 bis Rue Charles de Gaulle
44130 Blain**

LES RÈGLES PARLONS-EN, EXPRIMONS-NOUS !

L'Espace Départemental des Solidarités vous propose un espace d'expression autour de la réalisation d'une fresque collective.

*Proposé par : Espace Départemental
des Solidarités de Blain*

Mardi 7 Novembre 2023

SPECTACLE

20 h

Public : à partir de 11 ans

Gratuit, sur inscription :

À Châteaubriant :

<https://my.weezevent.com/spectacle-chattologie>

Émeraude Cinéma

21 Rue de la Vernisserie

44110 Châteaubriant

Mercredi 8 Novembre 2023

Salle des fêtes, salle du Nord

Place du Nord

44290 Guémené-Penfao

À Guémené-Penfao :

<https://my.weezevent.com/spectacle-chattologie-1>

Jeudi 9 Novembre 2023

Espace Mil'lieu

Rue de la Scierie

44170 La Grigonnais

À La Grigonnais :

<https://my.weezevent.com/spectacle-chattologie-2>

SPECTACLE CHATTOLOGIE

Conférence théâtralisée humoristique, Chattologie est un seule-en-scène d'utilité publique.

Parce que les règles, c'est un sujet à la fois sérieux et drôle. Chattologie s'adresse à toutes et à tous : quadras empathiques, ados fébriles, mamies révoltées, couples, frangines, cousins, futures mères et futures pas-mères, voisines, boulangers : ce sujet vous concerne.

Venez, ensemble on va mieux se connaître et poser une briquette vers un monde meilleur.

P.S. : Ceci n'est pas un spectacle sur les chatons.

Mais alors, pas du tout.

Proposé par : Département de Loire-Atlantique



Mardi 7 Novembre 2023

ECHANGES

De 20h à 22h
Gratuit, sur Inscription :
02 40 79 35 04
accueil@csc-lamano.fr
Public : adultes

Local jeunes La Mano
12 Allée du Sophora
44170 Nozay

Jeudi 9 Novembre 2023

LECTURE

À 19 h
Tout public
Prix libre, sans inscription

La Distri'
8 Rue de de Malagué
44630 Plessé

« COMMENT PARLER DES RÈGLES À SES ENFANTS ? »

Dans le cadre d'une soirée de rencontre et d'échanges, les parents sont invités à débattre autour de la question suivante : « comment parler des règles à ses enfants ? ». L'occasion de libérer la parole sur le sujet, de partager ses craintes, questionnements mais également idées et astuces.

Proposé par : Centre Socioculturel La Mano

LECTURES COLLECTIVES AUTOUR DES RÈGLES

Au travers de différents ouvrages (albums jeunesse, romans, essais, bandes dessinées...). L'idée est de s'interroger sur la place des règles dans notre société. La Distri' et ses libraires proposent une sélection de supports à découvrir ensemble afin de croiser les époques, les cultures, et les réflexions...

Proposé par : La Distri'

Vendredi 10 Novembre 2023

JEU

De 18h à 19h30
A partir de 8 ans
Gratuit, inscription
au 02 28 01 20 54

La Minothèque
21 bis Rue Louis Guihot
44130 Bouvron

LES "RÈGLES DU JEU"

Temps de jeu proposé aux adolescents et aux adultes pour aborder de manière ludique et décomplexée la thématique des règles et du rapport au corps. Un échange avec une intervenante sage-femme ou puéricultrice suivra l'animation. Pour l'occasion, livres et bandes-dessinées seront disponibles à La Minothèque.

Proposé par :
La Minothèque & Mairie de Bouvron

Dimanche 12 Novembre 2023

ÉCHANGES

De 16h30 à 18h30
Gratuit, sans inscription

Espace arc-en-ciel
1 Rue de la Gare
44660 Rougé

ATELIER ET DISCUSSION AUTOUR DE LA MÉNOPAUSE

À partir d'extraits de livres, de podcasts et des informations médicales d'une sage-femme (présence de Véronique Duclos) nous vous proposons de dénouer la pelote de laine de la ménopause, de ses représentations aux réalités sociales et médicales, et donc politiques.

Proposé par :
Collectif dés-orientations féministes

the 1990s, the number of people in the UK who are aged 65 and over has increased from 10.5 million to 13.5 million (15.5% of the population).

There is a growing awareness of the need to address the needs of older people, and the Government has set out a strategy for the 21st century in the White Paper on *Ageing Better: A Strategy for the 21st Century* (Department of Health 1999). This sets out a vision of a society in which older people are able to live well, and to contribute to society.

The White Paper sets out a number of key objectives, including:

- to improve the health and well-being of older people;
- to ensure that older people are able to live independently and to contribute to society;
- to ensure that older people are able to access the services and support they need.

The White Paper also sets out a number of key principles, including:

- *Choice* – older people should be able to choose the services and support they need;
- *Independence* – older people should be able to live independently and to contribute to society;
- *Well-being* – older people should be able to live well and to enjoy life.

The White Paper also sets out a number of key actions, including:

- to improve the health and well-being of older people;
- to ensure that older people are able to live independently and to contribute to society;
- to ensure that older people are able to access the services and support they need.

The White Paper also sets out a number of key actions, including:

- to improve the health and well-being of older people;
- to ensure that older people are able to live independently and to contribute to society;
- to ensure that older people are able to access the services and support they need.

The White Paper also sets out a number of key actions, including:

- to improve the health and well-being of older people;
- to ensure that older people are able to live independently and to contribute to society;
- to ensure that older people are able to access the services and support they need.

The White Paper also sets out a number of key actions, including:

- to improve the health and well-being of older people;
- to ensure that older people are able to live independently and to contribute to society;
- to ensure that older people are able to access the services and support they need.

The White Paper also sets out a number of key actions, including:

- to improve the health and well-being of older people;
- to ensure that older people are able to live independently and to contribute to society;
- to ensure that older people are able to access the services and support they need.

Retrouvez toute la programmation et les infos sur :
loire-atlantique.fr/festival-regles



Département de Loire-Atlantique
Délégation Châteaubriant
Service développement local
10 B rue d'Ancenis
44110 Châteaubriant
Tél. 02 40 99 10 00
Courriel : contact@loire-atlantique.fr
Site internet : loire-atlantique.fr

Conception et impression: Département de Loire-Atlantique
Illustration de couverture: © Louise Ganot
Septembre 2023