



**Théâtre du Totem**



# THÉÂTRE DU TOTEM

## ÊTRE & DIRE...

### SCÈNE OUVERTE À SOI-MÊME

**LAURENCE COLIN**



Ce stage propose une  
rencontre sensible entre la  
sophrologie et les techniques  
théâtrales, pour faire émerger  
une présence plus libre, plus  
ancrée, plus authentique et  
laisser place à l'expression  
vivante de soi.

## WE STAGE AMATEURS ADULTES

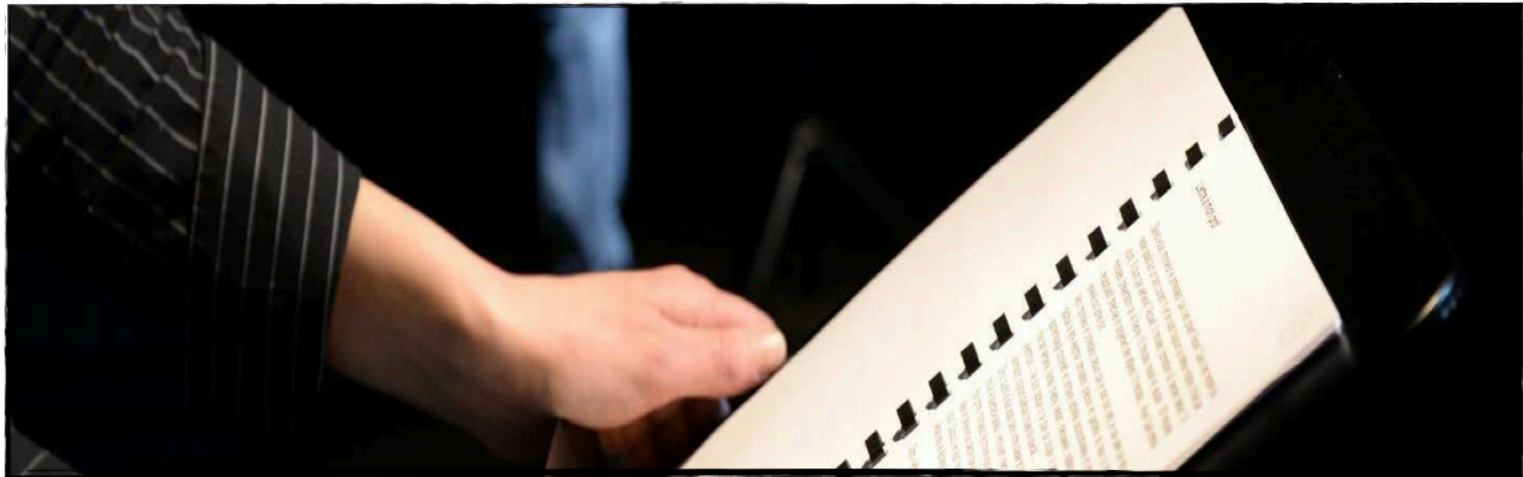
**SAMEDI 31 JANVIER 2026 > DE 14H À 19H**  
**DIMANCHE 1ER FÉVRIER 2026 > DE 10H30 À 16H30**

**INFOS/RÉSERVATION > THÉÂTRE DU TOTEM**

4 RUE DU MOULIN À PAPIER  
22000 SAINT-BRIEUC  
TÉL. : 02 96 61 29 55  
THEATREDUTOTEM@GMAIL.COM  
[WWW.THEATREDUTOTEM.COM](http://WWW.THEATREDUTOTEM.COM)

LICENCES PLATESV-R-2024-001640 – PLATESV-D-2024-005652





## « ON LIT À HAUTE VOIX AU MOULIN ! »

Avec Christophe Duffay et/ou Zouliha Magri

- **Lundi 26 janvier 2026 : de 18h à 19h30**
- **Lundi 16 février 2026 : de 18h à 19h30**
- **Lundi 9 mars : de 18h à 19h30**

3 rencontres littéraires pour donner à entendre des extraits de textes de votre choix . Nous commencerons ces RDV par une demi-heure d'échauffement et de mise en bouche. Puis vous mettrez en voix et en corps des extraits choisis afin de faire découvrir aux autres participants : un auteur, un poète, une oeuvre, un récit... et pourquoi pas un de vos écrits. (2 pages max par personne).

Un pur moment de partage, en toute simplicité !

Ouvert à tous, sans inscription. Venez seul.e ou accompagné.e.

Présentez-vous à l'heure lors de l'un des 3 lundis proposés.

**PARLEZ-EN AUTOUR DE VOUS !**

**C'est GRATUIT**

**THÉÂTRE DU TOTEM**

4 rue du moulin à papier

22000 Saint-Brieuc

Tél. : 02 96 61 29 55

Mail : [theatredutotem@gmail.com](mailto:theatredutotem@gmail.com)

Site : [www.theatredutotem.com](http://www.theatredutotem.com)



## Comment les seniors peuvent-ils se prémunir contre les arnaques ? À La Méaugon, une séance de théâtre pour y répondre

Une séance de théâtre débat est programmée jeudi 15 janvier 2026, dans la salle des Roches-Plates, à La Méaugon (Côtes-d'Armor). Elle portera sur un sujet d'actualité dans le secteur : celui des arnaques, qui visent notamment les seniors.



Sarah Oger (CIAS) et Jean-Marc Labbé (maire) ont présenté l'action engagée autour de la prévention des arnaques, via des mises en situation à travers un théâtre débat. | OUEST-FRANCE Ouest-France Publié le 23/12/2025 à 18h00

Sarah Oger, chargée de prévention santé au sein du centre intercommunal d'action sociale (CIAS) de Saint-Brieuc Armor agglomération, présente la séance de théâtre débat programmée le 15 janvier 2026, à La Méaugon (Côtes-d'Armor).

### **Pourquoi avez-vous choisi les arnaques pour thématique de ce théâtre débat ?**

Les arnaques sont de plus en plus nombreuses dans le secteur, notamment chez les seniors. Lorsque ces derniers en sont victimes, ils ont tendance à se refermer sur eux-mêmes, à ne pas en parler à leurs enfants.

Ce qui peut induire des conséquences, à court ou moyen terme sur leur autonomie. Pour autant, nous souhaitons dédramatiser les choses, car ce n'est pas une question d'âge. Des personnes bien plus jeunes se font aussi avoir. C'est pourquoi le centre intercommunal d'action sociale, en partenariat avec la mairie et le **Théâtre du Totem**, de Saint-Brieuc, propose de traiter ce sujet sous forme de mises en situation. Il s'agit d'une première initiative de ce genre à La Méaugon.

### **Concrètement, comment va se dérouler ce théâtre débat ?**

Trois sujets, relatifs aux démarchages abusifs, seront abordés, à savoir par le téléphone, à domicile et par internet (chantage, peurs, informatique...). Ils seront traités à travers des mises en scène au cours desquelles les acteurs montreront comment Marie-Rose, jeune retraitée dynamique et connectée, ancienne professeure des écoles, se fait piéger.