





## Ateliers théâtre forum pour les nouveaux retraités

**Prendre du temps pour soi est-ce forcément en avoir moins pour les autres ? Comment faire pour bien vivre cette nouvelle vie avec ses contraintes et ses possibilités ?**

**À la retraite, quelle est sa place dans sa famille, dans la société ? Quel(s) nouveau(x) rôle(s) tient-on au quotidien ?**

Dans ces ateliers menés par **ARC-EN-CIEL THÉÂTRE**, les participants pourront échanger sur les situations qu'ils vivent, fabriquer des scènes à partir de ce qui leur pose question et soulève problème, confronter leurs points de vue et ainsi participer à une recherche collective pour mieux vivre et interroger ce passage à la retraite.

### **L'OBJECTIF :**

Ober du lien par le partage et l'échange dans un cadre bienveillant et agréable.

Les ateliers ne demandent aucun prérequis, animés par des comédiens-intervenants du réseau Arc-en-ciel, travaillant avec des jeux et des techniques issus du théâtre et de l'éducation populaire.

**Pour en savoir plus :** <http://www.arcencieltheatre.com/>

Ces activités sont financées dans le cadre de la Conférence des financeurs en faveur d'actions de prévention de la perte d'autonomie à destination des personnes âgées de 60 ans et plus, et/ou de leurs proches aidants, vivants sur le territoire de la Haute-Garonne.

