

## EDITO

J'AVAIS TOUJOURS DIT À ISABELLE  
« QUAND JE SERAI MÉNOPAUSÉE,  
JE FERAİ UNE GRANDE FÊTE ».

J'IMAGINAIS INVESTIR LA PRAIRIE COUTUMIÈRE DU  
FLEUVE CHARENTE ET INVITER TOUTE LA VILLE DE  
SAINTES À FESTOYER.

LORS DES ATELIERS « PÉRI, PRÉ, MÉNopause »,  
PLUSIEURS PARTICIPANTES ONT ADHÉRÉ À L'IDÉE,  
LAQUELLE S'EST TRANSFORMÉE EN PROJET.  
ENSEMBLE, NOUS AVONS LAISSÉ POUSSER NOS ENVIES  
ET NOTRE AUDACE ET SOMMES DEVENUES  
"LES TONY ESTANGUET DES JO DE PARIS",  
MAIS POUR "LA FÊTE DE LA MÉNopause DE SAINTES".  
VOUS ÊTES BIENVENUS.ES À "DOUZE FOIS PAR AN  
FÊTE SA MÉNopause" ET MERCI D'ÊTRE AVEC NOUS

SÉVERINE, ISABELLE  
ET LES FEMMES DE 12

## INFORMATIONS

**LIEU :** SALLE DES MAGNOLIAS

17 RUE DE FLANDRE – SAINTES

(APRÈS LE LYCÉE PALISSY –  
DERRIÈRE LE GYMNASE DU GRAND COUDRET)

## BILLETTERIE –



- 1) LES IMPROVIDANCES
- 2) LE BAL DES INVISIBLES
- 3) ROUGE, FARCE MENSTRUELLE

## RESTAURATION SUR PLACE

### FOODTRUCKS

« IMPRIMÉ PAR LA VILLE DE SAINTES  
SUR DU PAPIER CERTIFIÉ FSC,  
ISSU D'UNE GESTION FORESTIÈRE RESPONSABLE.  
NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE »

DOUZE FOIS PAR AN C'EST :  
LE CYCLE FÉMININ DANS TOUS SES ÉTATS



DOUZEFOISPARAN.FR



DOUZE FOIS PAR AN, ENDOMETRIOSE,  
ADENOMYOSE, SAINTES



12FOISPARAN



06 50 32 80 86

MERCI  
À NOS PARTENAIRES



GRUPE VVV



Charente-Maritime



ET À TOUS.ES  
LES BÉNÉVOLES

POUR RESERVER :



LES IMPROVIDANCES



LE BAL  
DES INVISIBLES



ROUGE  
FARCE MENSTRUELLE



LA 1ÈRE FÊTE  
DE LA MÉNopause  
EN CHARENTE-  
MARITIME À  
SAINTES

**SAMEDI 17 OCTOBRE 2026**

**DE 14H30 À 18H, ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE**

**EXPOSITION ITINERANTE**  
**"EN ROUTE VERS LA MÉNOPAUSE"**  
CRÉÉE PAR **DOUZE FOIS PAR AN**



**LE VILLAGE DE DOUZE FOIS PAR AN**  
AVEC LES STANDS DES PROFESSIONNELLES ET  
LES ASSOCIATIONS PARTENAIRES DE "12"

**ACTIVITÉS ARTISTIQUES ET CRÉATIVES**

**CINDY ET L'ATELIER DU CAB** **Le Cab.**  
CRÉATIONS GUIDÉES PAR DES THÉMATIQUES  
D'INSPIRATION AUTOUR DE LA FEMME, DES SAISONS  
ET DE L'EXPRESSION PERSONNELLE



**LAURENCE DE LA BELLE ÉTOILE, MAISON FERTILE**  
TISSE, RELIER LES HISTOIRES, CRÉER DES LIENS



**19H30 : ENTRÉE À PARTIR DE 6 EUROS - BILLETTERIE**



**LES IMPROVIDANCES**

**PAR LA COMPAGNIE SENSITIVE**  
- AUTEURE ET INTERPRÈTE : LOONA, DANSEUSE  
CHORÉGRAPHE, COMPOSE SUR L'INSTANT.  
GUIDÉE PAR LE HASARD, ELLE JOUE AVEC  
ÉMOTIONS, MUSIQUES ET CONTRAINTES TIRÉES  
AU SORT PAR VOS MAINS COMPLICES, POUR  
CRÉER UNE CHORÉGRAPHIE SUR MESURE,  
INSPIRÉE PAR LES DIVERSES MANIFESTATIONS DE  
LA MÉNOPAUSE ET PAR CETTE RENCONTRE  
INSOLITE AVEC VOUS.



**21H-MINUIT : ENTRÉE 6 EUROS - BILLETTERIE**

**LES BAL DES INVISIBLES**  
DANSONS SUR LES ANNÉES 70, 80, 90, 2000 ETC

**DIMANCHE 18 OCTOBRE 2026**

**9H**

**ACCUEIL PAR ISABELLE ET SÉVERINE**  
**DE DOUZE FOIS PAR AN**



**CYCLE DE CONFÉRENCES**

**MATIN**

**9H30**

**QUE RESTE-T-IL DE L'HÉRITAGE DE SIMONE B. ?**  
**PAR BRIGITTE ESTEVE - BELLEBEAU**  
PROFESSEURE AGRÉGÉE EN PHILOSOPHIE  
ET SPÉCIALISÉE EN ÉTHIQUE  
ACADÉMIE DE POITIERS

**10H30**

**LA MÉNOPAUSE : LE REGARD DE LA SOCIOLOGIE**  
**PAR CÉCILE CHARLAP**  
ENSEIGNANTE - CHERCHEUSE  
UNIVERSITÉ DE TOULOUSE

**11H30**

**LA MÉNOPAUSE : SA DÉFINITION,  
SES MANIFESTATIONS, SA PRISE EN CHARGE**  
**PAR CLAIRE POUTRAIN**

**MÉDECIN GÉNÉRALISTE SPÉCIALISÉE EN GYNÉCOLOGIE**  
**CH DE ST-JEAN D'ANGÉLY - SAINTES**



**TOUTES LES CONFÉRENCES SONT GRATUITES**  
**BILLETTERIE SUR PLACE**

**DIMANCHE 18 OCTOBRE 2026**

**CYCLE DE CONFÉRENCES**  
**APRÈS-MIDI**

**14H**

**LA CONSULTATION MÉNOPAUSIQUE**  
**PAR ANNA GOSSET**  
GYNÉCOLOGUE MÉDICALE  
CENTRE DE LA MÉNOPAUSE DU CHU DE TOULOUSE

**15H**

**LA MÉDECINE GLOBALE ET INTÉGRATIVE**  
**POUR LES FEMMES**  
**PAR BÉRENGÈRE ARNAL - MORVAN**  
MÉDECIN DES FEMMES  
MA-REINE DE DOUZE FOIS PAR AN



**LAURIANNE DU PETIT GRIS,**  
FACILITATRICE GRAPHIQUE



**ILLUSTRERA LE CYCLE DE CONFÉRENCES**



**19H : ENTRÉE À PARTIR DE 8 EUROS - BILLETTERIE**

**THÉÂTRE : ROUGE, FARCE MENSTRUELLE**  
**PAR SANDRINE PETIT - AUTEURE INTERPRÈTE**



**UN SEUL EN SCÈNE THÉÂTRAL,**  
**ENTREMÊLÉ DE TÉMOIGNAGES DU**  
**RÉEL. DES CLINS D'OEIL À DES**  
**PERSONNAGES DE CONTES.**

**EMBARQUEZ DANS LA TRAVERSÉE DE**  
**ROUGE, PERSONNAGE EN**  
**MÉTAMORPHOSE.**

**POUR TOUS.ES, SANS LIMITE D'ÂGE**