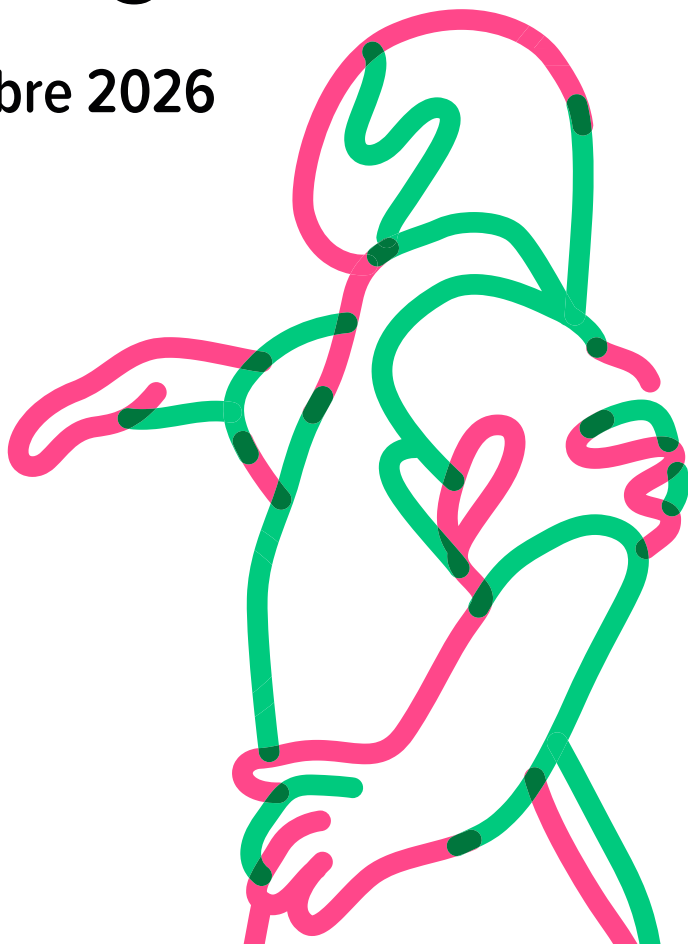


Le programme du Triangle

De septembre 2026
à juin 2027



FALC

FAcile à Lire et à Comprendre

Qui contacter au Triangle ?



Catherine



Marie



Vous pouvez voir Catherine et Marie :

- pour acheter des places de spectacles,
- pour vous inscrire à un atelier,
- pour poser des questions.



téléphone : 02 99 22 27 27



par sms uniquement : 07 57 01 40 39



infos@letriangle.org

Le Triangle c'est quoi ?

Le Triangle est un lieu culturel.



© Gwendal Le Flem

Un lieu culturel est un lieu
qui accueille du public et des artistes pour :

- des spectacles,
- des ateliers artistiques,
- des expositions,
- aller à la bibliothèque.

Le Triangle est dans le quartier du Blosne
à Rennes,
à côté de la station de métro Triangle.

Voici la liste des spectacles :

- ⑥ **Présentation de saison**
rencontre, danse
- ⑧ **Boum de rentrée**
invitation à danser
- ⑩ **Roses**
spectacle, danse
- ⑫ **Décoloniser le dancefloor**
spectacle, danse, conférence
- ⑭ **Tadam!**
spectacle, danse, musique
- ⑯ **Labes**
spectacle, danse, musique live
- ⑱ **Danser Ensemble**
spectacle, danse
- ⑳ **Threshold**
spectacle, danse, musique live
- ㉑ **Cabaret Téhéran**
spectacle, cabaret, théâtre
- ㉓ **Kinetic Art**
+ **Le Bassin de Diana**
spectacle, danse
- ㉕ **Recóndito**
spectacle, danse, musique flamenco
- ㉗ **Festival Waterproof**
événement
- ④
- ③① **Valse avec W**
spectacle, danse, théâtre
- ③② **Imminentes**
spectacle, danse
- ③④ **Blind dreams**
+ **Jour futur deployed**
spectacle, danse
- ③⑥ **Guillaume et Harold**
spectacle, danse, théâtre
- ③⑧ **M'aider**
spectacle, danse, récit documentaire
- ④① **La demande d'asile**
spectacle, danse, théâtre
- ④② **Zone Urbaine à Danser**
événement
- ④④ **Les ateliers du Triangle**
- ④⑤ **Comment bien organiser ma venue ?**
- ④⑥ **La billetterie du Triangle**
- ④⑦ **Comment acheter mes places ?**
- ④⑧ **L'équipe du Triangle**
- ④⑨ **La salle de spectacle**
- ⑤① **La Bibliothèque du Triangle**

Ces dessins vous expliquent comment profiter des spectacles.



Vous pouvez venir voir le spectacle avec vos enfants.



spectacle signé

Le spectacle est traduit en LSF par un interprète en Langue des Signes Française.



spectacle visuel

Les personnes sourdes ou qui ne parlent pas français peuvent profiter de ce spectacle.



gilet vibrant

Un SUBPAC est un sac à dos vibrant pour sentir les sons.
Vous pouvez réserver un SUBPAC gratuitement, à l'accueil du Triangle sur inscription.
Les personnes prioritaires sont les personnes sourdes.



spectacle à écouter

Les personnes avec un handicap visuel peuvent profiter de ce spectacle grâce à la musique.



spectacle en audiodescription

Les personnes avec un handicap visuel peuvent profiter de ce spectacle grâce à une description audio.

Présentation de saison



en famille

Pour bien commencer l'année,
rendez-vous au café Dada.

C'est à côté du métro Triangle.

Pendant cette soirée,
l'équipe du Triangle vous présente
tous les spectacles de l'année.



présentation
signée en LSF

Cette présentation sera traduite en LSF
Langue des Signes Française.

Il y a aussi un spectacle de Bruce Chiefare.

Bruce Chiefare est un danseur et chorégraphe.

Un chorégraphe est une personne qui invente des danses.

Bruce Chiefare travaille souvent avec le Triangle.



vendredi 4 septembre 2026 à 18h30



durée 1h30



au café-restaurant Dada



gratuit



Boum de rentrée

+ 5 ans

Tout le monde est le bienvenu
en situation de handicap ou valide.



en famille

Il y a des danseuses et danseurs
qui proposent des danses à faire tous ensemble.



gilet vibrant

Il y a un DJ.

Il y a une boule à facettes.



C'est un moment joyeux.

On peut danser comme on veut.

On est là pour s'amuser !

Une salle plus calme est proposée à côté de la salle de la boum.

C'est gratuit, il n'y a pas besoin de s'inscrire.

Sur place, il y a de quoi manger et boire
pour prendre le goûter.



mercredi 9 septembre 2026 à 15h



durée 1h30



au Triangle



gratuit



Le spectacle

+ 8 ans

Roses

de Karim KH



C'est un spectacle de danse hip-hop.

Le spectacle raconte l'histoire d'un jeune homme qui rêve de s'en sortir.

Il grandit dans un quartier pauvre.

Il veut trouver sa place dans la société.

Dans l'histoire, il y a une potion magique qui s'appelle Roses.

Cette potion permet de rêver et d'effacer ses problèmes.

Le spectacle ressemble à un film d'action.

Il y a du suspense
et c'est émouvant.



mardi 6 octobre 2026 à 19h



durée 50 minutes



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! Enfant



Le spectacle

Décoloniser le dancefloor de Habibitch

Dans les boîtes de nuit,
la piste de danse s'appelle le dancefloor.

Habibitch est une artiste française
d'origine algérienne.

C'est une personne militante.

Une militante est une personne qui se bat pour ses idées.

Elle parle et danse seule sur la scène.

Elle raconte l'histoire de plusieurs danses.

Ces danses sont nées dans des boîtes de nuit.

Elle veut que l'histoire de ces danses soit connue.

Elle raconte aussi sa propre histoire.

Elle fait rire
et elle fait réfléchir.



mardi 6 octobre 2026 à 20h30



durée 1h30



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!



Le spectacle

+ 6 ans

Tadam!

de Julie Coutant



en famille

Ce spectacle mélange musique et danse.

Les musiques sont des débuts d'opéras connus.

Sur scène,
les danseurs dansent seul, à 2 ou à 3.

Ce spectacle permet de découvrir l'opéra.

Avec ce spectacle,
on voit la relation entre la musique et la danse.



jeudi 15 octobre 2026 à 14h30

vendredi 16 octobre 2026 à 14h30

vendredi 16 octobre 2026 à 19h



durée 40 minutes



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! enfant



Le spectacle

+ 10 ans

Labes

de Selim Ben Safia



en famille

Salim Ben Safia est un chorégraphe tunisien.

Un chorégraphe est une personne
qui invente des danses.

Labes veut dire tout va bien
en arabe.

Avec ce spectacle,
Salim Ben Safia veut montrer que tout va bien
même quand on a des problèmes.

Sur scène,
il y a 4 danseurs et 1 musicienne.

Ce spectacle est triste au début
et festif à la fin.



vendredi 6 novembre 2026 à 20h30



durée 1h



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! enfant



Le spectacle

+ 6 ans

Danser Ensemble

d'Alice Davazoglou



en famille

Alice Davazoglou est une danseuse trisomique.



spectacle
visuel

Elle veut faire danser les chorégraphes.

Un chorégraphe est une personne
qui invente des danses.



gilet vibrant

D'habitude,
les chorégraphes font danser
les personnes en situation de handicap.

Alice veut faire danser
les personnes qui ne sont pas en situation de handicap.

Elle a choisi 10 chorégraphes.

Ils ont des styles de danses différents.

Au début du spectacle,
Alice danse seule.

Petit à petit, les chorégraphes dansent avec elle.

C'est drôle et émouvant.

Dans le hall du Triangle,
on peut voir des dessins d'Alice.



mardi 17 novembre 2026 à 21h
mercredi 18 novembre 2026 à 19h



durée 55 minutes



au Triangle



33€ tarif plein

16€ tarif réduit

12€ pour les moins de 12 ans

5,50€ avec la carte SORTIR!



Le spectacle

+ 10 ans

Threshold

d'Angela Rabaglio
et Micaël Florentz



en famille

Threshold veut dire seuil
en anglais.

Un seuil est un endroit entre 2 espaces.

Par exemple,
le seuil d'une porte c'est l'endroit
où on est dehors et dedans en même temps.

Sur scène,
il y a une danseuse et un danseur.

Ils dansent chacun leur tour puis ensemble.

Les gestes se répètent et se transforment petit à petit.

Parfois les danseurs chantent.

Il y a de la musique
et beaucoup de sons.

Le spectacle parle de la relation
et des moments où on a l'impression
de trop voir l'autre.

C'est beau à regarder.



vendredi 20 novembre 2026 à 19h



durée 45 minutes



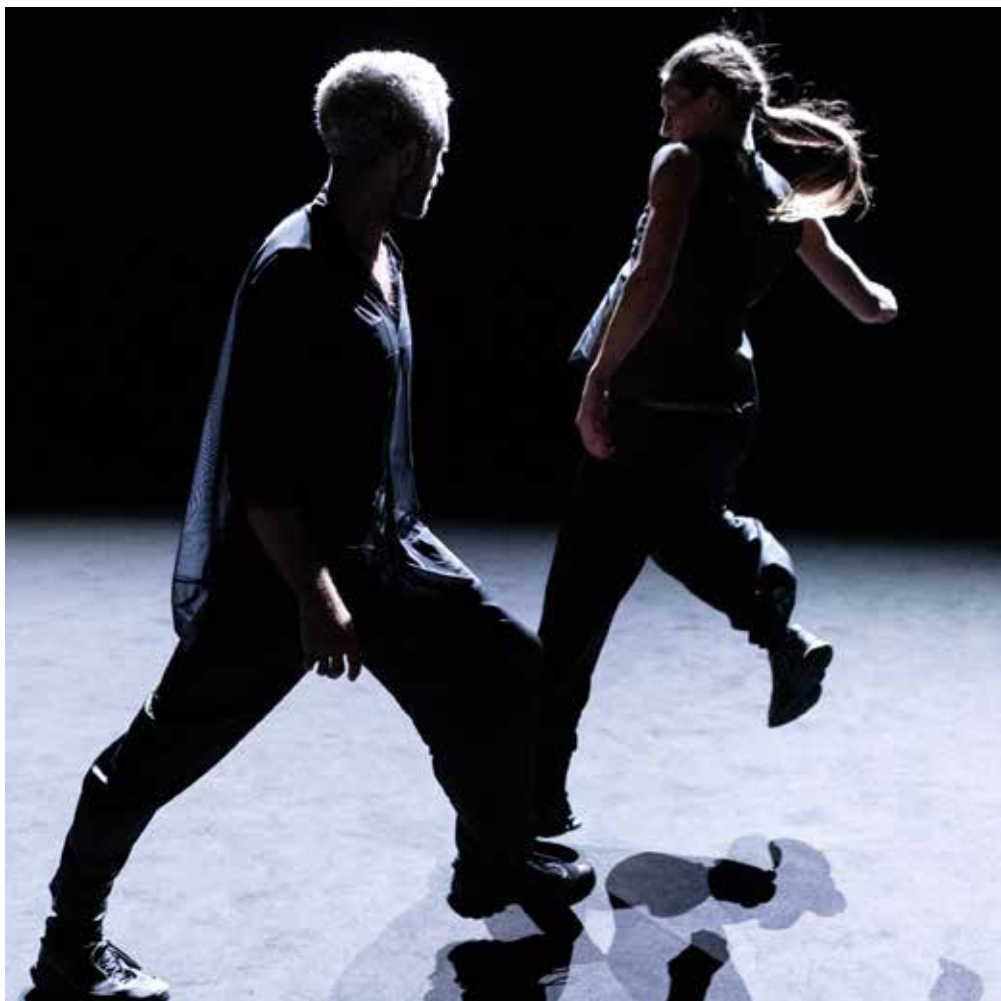
au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! enfant



Le spectacle

+ 15 ans

Cabaret Téhéran

de Gurshad Shaheman

Gurshad Shaheman est français et iranien.

Téhéran est la capitale
et la plus grande ville d'Iran.

A Téhéran, il y avait des cabarets.

Ce sont des lieux de spectacle.

Dans les cabarets, les femmes dansaient.

Ces cabarets sont interdits
depuis presque 50 ans.

Gurshad Shaheman est seul sur scène.
Il joue plusieurs personnages.

Avec ces personnages,
il nous raconte l'histoire des femmes en Iran.



vendredi 27 novembre 2026 à 21h

samedi 28 novembre 2026 à 15h



durée 2h



au Triangle



33€ tarif plein

16€ tarif réduit

5,50€ avec la carte SORTIR!



Les spectacles

+ 8 ans

Kinetic Art

de Naoko Tozawa



en famille

et Le Bassin de Diana

de Carmel Loanga



spectacle
visuel

Pendant cette soirée,
il y a 2 spectacles de danse.



gilet vibrant

Kinetic Art

Naoko Tozawa danse
et fait de la gymnastique.

Elle est seule sur scène.

Elle est très souple.

C'est impressionnant.

On a l'impression
que Naoko Tozawa est dans les airs.

Le Bassin de Diana

3 femmes sont sur scène.

Elles dansent.

C'est un mélange de hip hop
et de danse africaine.

La musique donne envie de danser.



jeudi 3 décembre 2026 à 14h30
jeudi 3 décembre 2026 à 19h



durée 50 minutes



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! enfant

© Frank Cocciolo



Le spectacle

Recóndito

de Lucía La Bronce

+ 10 ans



en famille

Le flamenco est un style de musique
et de danse espagnole.

Sur scène,
Lucía La Bronce danse du flamenco.

Elle a de très belles robes.

Elle danse parfois lentement
et parfois rapidement.

Elle est accompagnée par :

- 1 chanteuse,
- 1 chanteur,
- 1 homme qui joue de la guitare,
- 1 homme qui fait des percussions.

Avant le spectacle,
il y a une conférence sur le flamenco.



spectacle
à écouter



gilet vibrant



jeudi 17 décembre 2026 à 20h
vendredi 18 décembre 2026 à 20h30



durée 1h10



au Triangle



15€ ou 20€ ou 25€

4€ avec la carte SORTIR!



Le festival Waterproof

Plongez dans la danse !

C'est un festival de danse à Rennes !

Le festival est organisé par le Triangle et d'autres lieux rennais.

Il y a des spectacles et des ateliers où tout le monde peut participer.



du 27 janvier au 7 février 2027



dans plusieurs lieux



ouverture de la billetterie
à partir du jeudi 10 décembre 2026



un document FALC sera réalisé
pour présenter la programmation
du festival.



informations sur www.festival-waterproof.fr



Le spectacle

Valse avec W

de Marc Lacourt

+ 6 ans



en famille



*séance audiodécrite

5 danseurs sont sur scène.

Il y a beaucoup de décor.

Par exemple, un canapé et un frigo.

C'est du n'importe quoi.

Les objets bougent
comme par magie.

Les tableaux se déplacent tout seuls.

Les danseurs et les objets nous racontent des histoires.

C'est joyeux et drôle.



mardi 16 février 2027 à 14h30

mardi 16 février 2027 à 19h*

mercredi 17 février 2027 à 10h30



durée 55 minutes



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! enfant

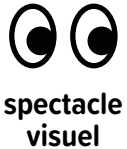


Le spectacle **Imminentes** de Jann Gallois

+ 8 ans



Imminentes est un spectacle féminin.
Sur scène, 6 danseuses dansent ensemble.
Leurs gestes se répondent.
Les femmes se tiennent et se soutiennent.
Elles s'entraident.
Les mouvements sont doux et lents.
Être ensemble rend ces femmes fortes.



SAS

Avant le spectacle,
il y a un SAS.

Pendant le SAS,
Nathalie parle du spectacle
et nous fait danser.

Nathalie est une professeure de danse.
C'est un moment pour se préparer au spectacle.

Le SAS est traduit en LSF
Langue des Signes Françaises.

C'est gratuit.





jeudi 11 mars 2027 à 20h
vendredi 12 mars 2027 à 19h



durée 55 minutes



au Triangle



15€ ou 20€ ou 25€
4€ avec la carte SORTIR!



Les spectacles

+ 13 ans

Blind Dreams et Jour futur deployed

de Thierry Micouin

Blind Dreams

Le thème de ce spectacle est la rétinopathie.

C'est une maladie.

Les personnes qui ont cette maladie ont des hallucinations.

Une hallucination,
c'est quand quelqu'un voit quelque chose
mais cette chose n'existe pas.

Pendant ce spectacle,
on entend des personnes qui racontent leur histoire.

Ces personnes racontent leur maladie
et leurs hallucinations.

Pendant ce spectacle,
on voit aussi des images
comme si c'était des hallucinations.

Jour futur deployed

10 danseurs sont sur scène.

La danse est rythmée.

La musique est pleine d'énergie.



mercredi 17 mars 2027 à 20h



durée 1h25

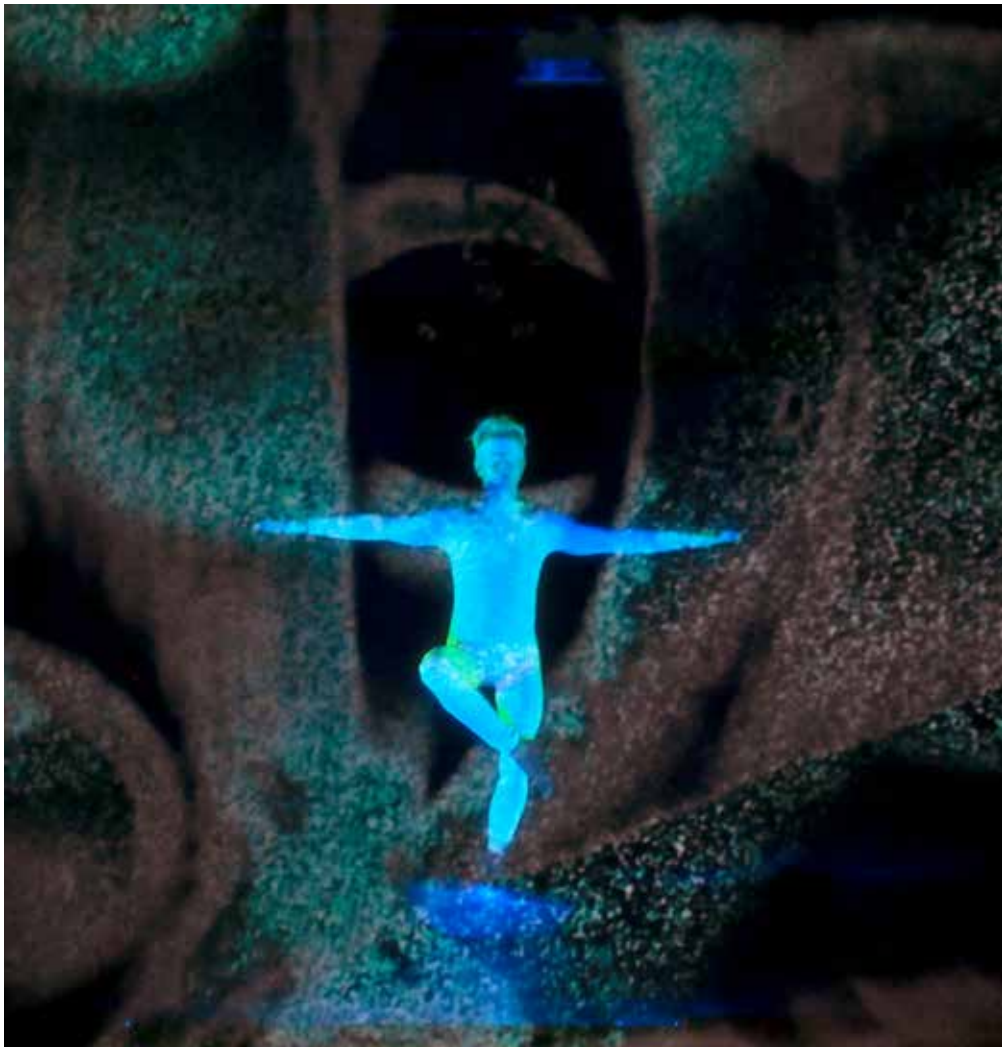


au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!



Le spectacle

+ 8 ans

Guillaume et Harold

de Gaëlle Bourges



en famille

C'est un spectacle qui s'inspire de la tapisserie de Bayeux.

La tapisserie de Bayeux est une grande toile avec des fils de laine.



*séances signées
en LSF

Cette tapisserie raconte une guerre entre l'Angleterre et la Normandie.

Guillaume le Conquérant veut devenir roi d'Angleterre et il se bat contre Harold.

Sur scène, 2 personnes dansent cette histoire.

L'histoire est découpée en plusieurs épisodes, comme une série.

C'est un spectacle amusant qui nous permet de découvrir une histoire vraie.



mardi 23 mars 2027 à 14h30*

mardi 23 mars 2027 à 19h*

mercredi 24 mars 2027 à 10h30



durée 40 minutes



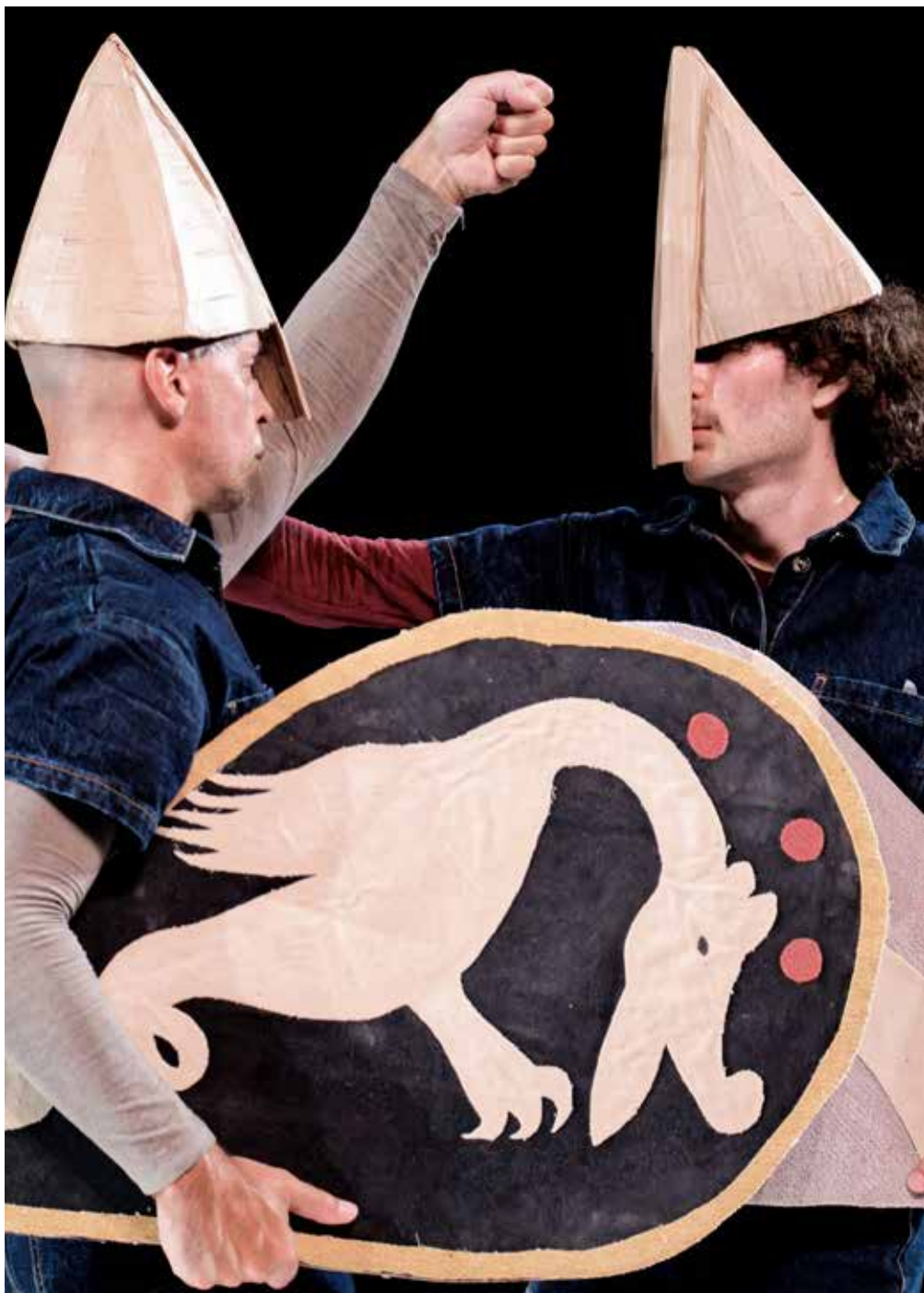
au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!

2€ avec la carte SORTIR! enfant



Le spectacle **M'aider** de Fiona Houez

+ 12 ans



en famille

Guillaume est un sauveteur marin.

Cela veut dire qu'il sauve des personnes
sur un bateau.

Il sauve des migrants.

Les migrants sont des personnes
qui quittent leur pays pour se protéger
et avoir une vie meilleure.

Dans ce spectacle,
Guillaume danse
et fait des gestes de sauveteur marin.

Le son du spectacle,
c'est le son enregistré sur un bateau de sauvetage
pendant une attaque.

C'est beau mais triste.

À la fin du spectacle,
venez rencontrer et poser des questions
à Guillaume et à la chorégraphe.



mercredi 14 avril 2027 à 20h30

jeudi 15 avril 2027 à 14h30

jeudi 15 avril 2027 à 19h



durée 1h



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!



Le spectacle

+ 12 ans

La demande d'asile

de Nicolas Barry



Quand une personne migrante veut rester en France, elle doit faire une demande d'asile.

Elle est interrogée par un agent.

Dans ce spectacle, il y a une demandeuse d'asile et une agente.

L'agente pose des questions.

Elle répète les mêmes questions.

On voit que la demandeuse d'asile fatigue.

On voit que son corps fatigue.

On voit qu'elle a de moins en moins de force pour se battre.

C'est un mélange de théâtre et de danse.



jeudi 15 avril 2027 à 20h30



durée 50 minutes



au Triangle



9€ ou 12€ ou 15€

4€ avec la carte SORTIR!



L'événement de fin d'année

Zone Urbaine à Danser

Venez fêter la fin de l'année du Triangle.

Tous ensemble,
on va cuisiner, manger et danser.

Un défilé est organisé
dans le quartier du Triangle.

Tout le monde se déplace
et il y a des petits spectacles de danse.

C'est une très bonne ambiance.



du mardi 08 au samedi 12 juin 2027



au Blosne



gratuit



Les ateliers du Triangle

Au Triangle on peut :



Danser



Faire du yoga



Jouer de la musique



Faire du clown



Apprendre les arts plastiques

Atelier de danse mixte

Il y a aussi un atelier
de danse mixte.

Nathalie fait danser ensemble
des personnes valides
et des personnes en situation de handicap.

Il y a 6 ateliers dans l'année

Les ateliers ont lieu le samedi.



Marie



Qui contacter ?

Vous pouvez voir Marie
pour vous inscrire aux ateliers.



téléphone : 02 99 22 27 27



marie.minne@letriangle.org

Comment bien organiser ma venue ?



Le Triangle a un parking avec 2 places réservées aux personnes à mobilité réduite.



Si vous avez un handicap, dites-le nous pour que nous vous organisions le meilleur accueil.



Tous les spectacles sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.



Le Triangle a un accès handistar

Si j'ai envie de venir mais que j'ai du mal à choisir un spectacle je peux :



regarder des vidéos des spectacles sur le site www.letriangle.org



demander des conseils à Marie ou à Catherine.



Marie peut échanger avec moi en Langue des Signes Française.

La billetterie du Triangle



Pour aller au spectacle,
je dois acheter un billet de spectacle.

Certaines personnes sont plus riches que d'autres
et peuvent donc payer plus cher.

Ces personnes permettent à d'autres personnes
de payer moins cher.



Au Triangle, il y a 3 tarifs.
C'est moi qui choisis mon tarif.

Je dois donc réfléchir
et choisir ce que je peux payer.

Je peux payer :

- Le tarif solidaire, à 9 euros
- Le tarif suggéré, à 12 euros
- Le tarif de soutien, à 15 euros.



Si j'ai la carte SORTIR!, je paye 4 euros.
Si mon enfant à la carte SORTIR!,
je paye 2 euros pour la place de mon enfant.

Comment acheter mes places ?

Au Triangle, vous pouvez payer

- en espèces,
- en chèque,
- par carte bancaire,
- avec des chèques vacances,
- avec des chèques culture.

Si vous ne pouvez pas payer
il y a des billets gratuits
pour certains spectacles.

Quand acheter mes places ?

- le mardi de 14h30 à 18h30
- le mercredi de 10h à 18h30
- le jeudi de 14h30 à 18h30
- le vendredi de 14h30 à 18h30



téléphone : 02 99 22 27 27



par sms uniquement pour les personnes malentendantes :
07 57 01 40 39



www.letriangle.org

L'équipe du Triangle

Voici les personnes qui travaillent au Triangle.
Nous avons hâte de vous rencontrer !



© Le Triangle

La salle de spectacle du Triangle

Voici une photo de la grande salle du Triangle.
C'est ici que nous accueillons
presque tous les spectacles.
Environ 600 personnes peuvent s'asseoir
dans cette salle.



© Thomas Garnier

La Bibliothèque du Triangle

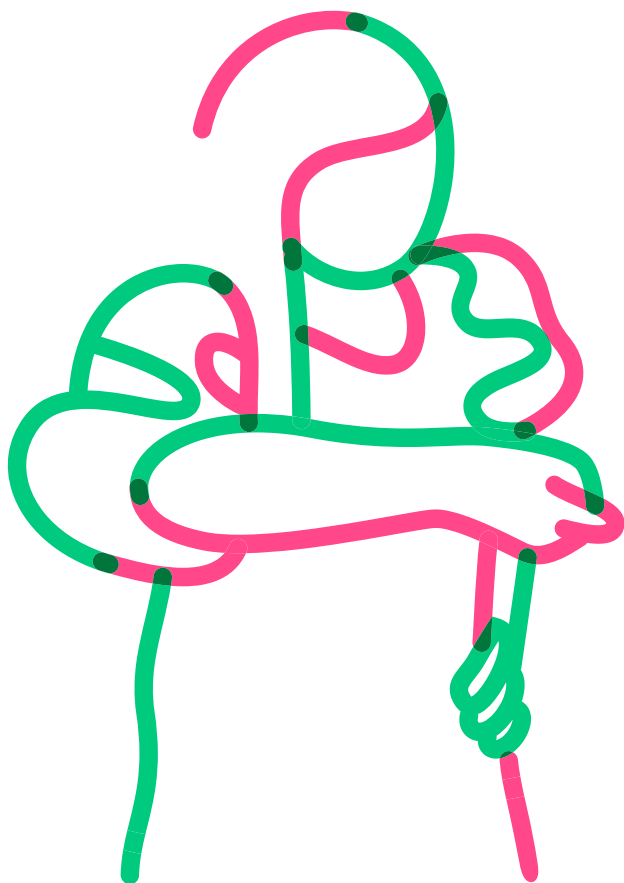
À la bibliothèque vous pouvez

- lire des livres,
- emprunter des livres,
- emprunter des CDs...

La bibliothèque est ouverte :

- Le lundi, le mardi et le vendredi de 14h30 à 18h30.
- Le mercredi de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h30.
- Le samedi de 10h à 12h30 et de 14h30 à 18h.





Textes : Aurélie Chasles www.aureliechasles-falc.fr

Mise en page : Margot Duval / Le Triangle

Ce document a été travaillé avec le Foyer de vie de l'association ALAPH. Merci à Élocie, Nathalie et Étienne.

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe. Pour plus d'informations : www.inclusion-europe.eu/easy-to-read

Comment venir au Triangle ?



Métro ligne **A**
Arrêt Le Triangle



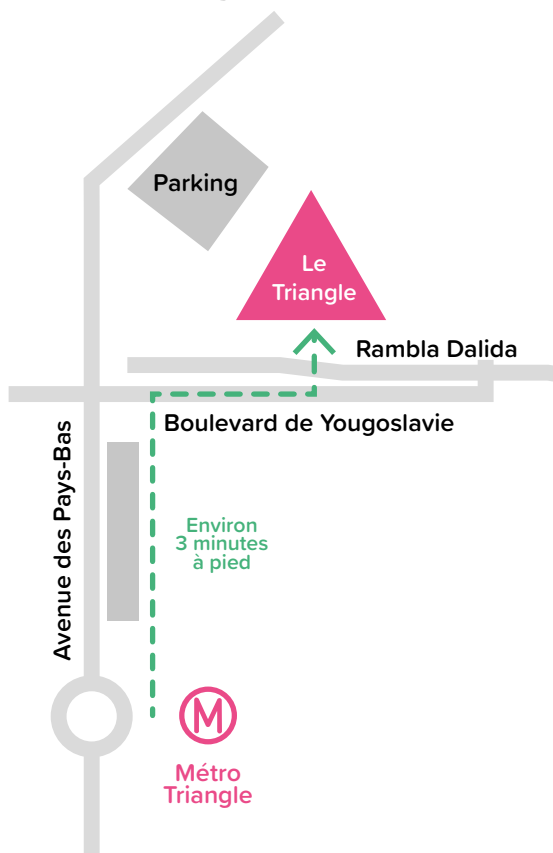
Bus **13**, **61** ou **161ex**
Arrêt Triangle



En voiture,
il y a un parking gratuit
à côté du Triangle.
Il y a 2 places PMR
sur le parking.



Accès handistar



Quand venir au Triangle ?

