

## ACTUS

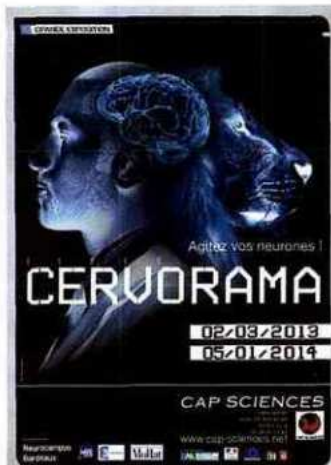
### CERVORAMA

Bordeaux, du 2 mars 2013  
au 5 janvier 2014

Mon cerveau est-il unique? Les animaux sont-ils intelligents? À quoi ressemble un neurone? Cette exposition, conçue et réalisée par Cap Sciences, invite le grand public à découvrir cet organe aux capacités d'adaptation remarquables.

Au programme, plusieurs espaces thématiques pour comprendre et se tester. Par exemple, "1 000 cerveaux, 1 000 mondes", qui révèle la diversité des modes de perception dans le monde animal; "Zoom dans le cerveau", qui montre les secrets de l'anatomie cérébrale; et des focus sur la plasticité cérébrale ou les interfaces homme-machine. Et pour passer aux travaux pratiques, le Cognitilab permet de tester ses fonctions cognitives tandis que le labyrinthe des illusions montre comment notre cerveau peut produire une interprétation faussée de la réalité...

**Programme et informations pratiques: [www.cap-sciences.net](http://www.cap-sciences.net)**

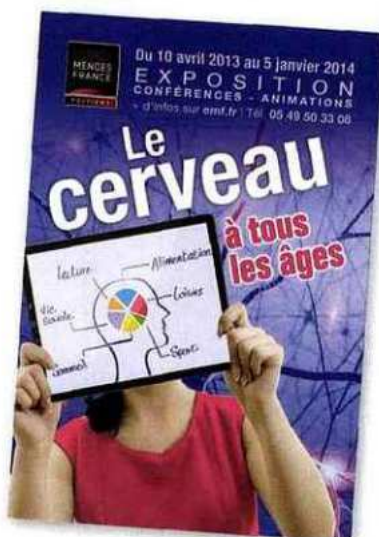


### LE CERVEAU À TOUS LES ÂGES

Poitiers, du 10 avril 2013  
au 5 janvier 2014

Cette grande exposition, réalisée avec le concours de chercheurs poitevins, s'intéresse à tous les aspects du cerveau. Elle est conçue comme un parcours progressif, en trois étapes: les idées reçues sont décortiquées, les aspects physiologiques sont présentés dans le détail, avant d'aborder la question du vieillissement du cerveau sous différents angles. Nombre de ces présentations reposent sur des recherches menées actuellement, notamment à l'université de Poitiers.

**Programme et informations pratiques:**  
<http://emf.fr/14727exposition-le-cerveau/>



### Les 5 clés pour cultiver son intelligence émotionnelle

de Claire Roy, Anne Mangin et Pia de Buchet  
(Dunod, 2013)

Comment prendre conscience de ses émotions et en tenir compte dans les relations professionnelles? Les utiliser afin d'être plus efficace? Ou développer son ouverture émotionnelle? Ce petit livre présente cinq clés pour répondre de façon simple et efficace à ces questions. Une invitation à explorer de nouveaux comportements et à se mobiliser personnellement, avec des exercices concrets pour s'entraîner.



### Manipulation – La repérer, s'en protéger

d'Ariane Bilheran (Armand Colin, 2013)

Il n'y a pas de "bonne" manipulation: elle contraint, soumet, domine, de façon occulte. Techniques d'influence, pouvoir, propagande, lavage de cerveau, ce livre décrypte les ressorts cachés des aliénations masquées... À l'aide d'exemples pratiques de la vie quotidienne et d'astuces, l'auteur propose une entrée dans l'univers des jeux de pouvoir psychiques, et en dévoile les secrets afin de ne plus en être victime.



### Heureux dans son job

de Sophie Rowan (Leduc. s Editions, 2013)

L'épanouissement au travail est un souhait largement partagé, mais il dépend de tant de choses: nos propres objectifs et attentes, les personnes que nous côtoyons, la reconnaissance que nous avons (ou pas), l'environnement de travail, etc. En se concentrant sur ce sur quoi chacun de nous peut agir, ce livre propose un parcours en 10 étapes, fait de solutions simples pour changer ce qui peut l'être.



### Vivre mieux dans un monde stressant

de Stéphanie Bertholon (Odile Jacob, 2013)

La course à la performance s'applique à tous les domaines de la société, mais elle n'est pas sans conséquence. Les nouvelles technologies ont-elles un effet négatif sur notre équilibre? Sommes-nous dépendants de ces progrès? Comment s'adapter à ces changements? Ce livre propose une analyse de ces nouveaux stress avec des moyens applicables pour conserver notre équilibre dans un monde en plein bouleversement.

