

ÉVÉNEMENTS POUR
TOUS PUBLICS

1^{er} mars
7 avril
2024

À VOTRE SANTÉ!

Le mois de la santé et
de la recherche médicale
en Grand Est
Programme :
Champagne-Ardenne

Inserm



À VOTRE SANTÉ!

Le mois de la santé et
de la recherche médicale

Le mois de la santé et de la recherche médicale permet de s'informer sur les avancées de la recherche médicale et les sujets d'actualité liés à la santé.

À l'heure où les sources d'information sur la santé et la médecine se multiplient, à l'heure où la fréquentation du web sur ces sujets est en forte hausse « à votre santé ! » permet de dépasser les idées préconçues et de poser toutes vos questions aux scientifiques.

Du 1^{er} mars au 7 avril (journée mondiale de la santé), de nombreuses animations près de chez vous ou en ligne : animations, conférences, débats, discussions, ciné-débats, expositions avec des chercheurs, médecins.

Le mois de la santé et de la recherche médicale en Grand Est est un rendez-vous incontournable avec les doctorants, les chercheurs, les praticiens et les médiateurs sur ces sujets qui nous touchent au quotidien.

Adresses internet :

Ardennes, Aube, Mame, Haute-Marne :
www.accustica.org/evenements/a-votre-sante/programme

Meuse, Moselle, Meurthe et Moselle, Vosges :
www.univ-lorraine.fr/avs

Bas-Rhin, Haut-Rhin :
www.nef-sciences.fr

PODCAST

L'ÉCHO DES SAVANTES

Pour cette édition d'A votre santé, Accustica vous propose deux séries d'interventions :

- La prématurité avec Cassandra Guittard, neuropsychologue pédiatrique au CHU de Reims et doctorante au laboratoire C2S de l'Université de Reims Champagne Ardenne
- Tatouages et corps comme espace d'expression, par Dominique Roux, professeure en sciences de gestion au laboratoire Regards de l'Université de Reims Champagne-Ardenne

Retrouvez également les saisons précédentes réalisées à Mulhouse par la Nef des Sciences et Accustica sur le cerveau, le monde des virus, la médecine régénérative et les émotions dans le cadre des troubles du développement intellectuel, la résistance bactérienne et la santé psychologique au travail.

Diffusion à 12h30 chaque jour de la semaine sur RJR et en replay sur Accustica.org

Organisé par : Accustica,
Avec : RJR et Université de Reims Champagne-Ardenne



EXPOSITION

VICTOIRE!

Tout le mois, BU Sciences et Staps, Campus moulin de la housse, Reims

Cette exposition de l'université Paris Saclay ouvre les réflexions sur l'égalité entre les femmes et les hommes dans la pratique sportive. La politique de féminisation du sport évolue aujourd'hui vers l'enjeu d'égalité réelle entre les femmes et les hommes dans le sport. L'exposition met également en lumière ces jeunes femmes qui se sont surpassées dans leur parcours de vie personnel et universitaire pour devenir des sportives de haut niveau.

Organisé par : BU de Reims
Avec : Université Paris Saclay
Entrée libre

VISIO-CONFÉRENCE

QUI VEUT GAGNER DES NEURONES ?

11 mars, 25 mars, 27 mars

Machines, réseaux et robotisations produisent-elles du rabotage émotionnel ? A nous de rester vivants et vibrants dans nos cerveaux, nos corps et battements ; loin de toute dépendance et violence..

Organisé par : IUTL
Avec : Mireille Lamiral Dupouy
Réservation : oui, iutl@univ-reims.fr

CONFÉRENCE

LES VINS MÉDECINS À TRAVERS LES ÂGES

12 mars, AFPA, salle MOB, 17 bis rue du 8 mai, Romilly sur Seine

Cette conférence fait partie d'un cycle de 10 conférences couvrant de nombreux aspects historiques, géographiques et techniques propres au développement de la viticulture en France depuis son origine

Organisé par : IUTL
Avec : Pierre Gruas, AFPA
Réservation : oui, iutl@univ-reims.fr

CONFÉRENCE

EUREKA : PETIT TRAIT, QUAND ART ET SCIENCES SE RENCONTRENT EN RÉALITÉ AUGMENTÉE

14 mars, 19h, Médiathèque Jean Falala, rue des fuselier, Reims

Le spectacle Petit Trait s'inspire librement du film et du livre jeunesse « La Grande Histoire d'un Petit trait » et propose une expérience en réalité augmentée où la danseuse interagit avec des formes projetées à l'écran. Le trio d'intervenants présentera les étapes de la conception de ce projet mêlant création artistique et recherche scientifique. Certains tableaux du spectacle permettront d'illustrer le cheminement créatif ponctué d'échanges entre éléments chorégraphiques, concepts de modélisation scientifique et contraintes techniques. Avec Céline Ravanel, directrice artistique Linfraviolet, Milena Gilabert, danseuse et praticienne somatique, Olivier Nocent, Maître de conférences laboratoire URCA / PSMS

Organisé par : Bibliothèques universitaires et réseau des bibliothèques de Reims

Avec : Médiathèques de Reims, URCA PSMS, Cie Linfraviolet
Réservation : accès libre dans la limite des places disponibles



EXPOSITION

À TABLE LA SANTÉ AU MENU

A partir du 18 mars, Restaurant scolaire, Saint Brice Courcelles

Toutes les études scientifiques montrent le rôle essentiel de l'alimentation sur notre santé. De très nombreuses maladies sont dues à des déséquilibres alimentaires.

Bien manger, ce n'est pourtant pas si compliqué : il suffit de privilégier certains aliments et d'en limiter d'autres. L'exposition sera suivie d'un échange autour des changements alimentaires au mois d'avril.

Organisé par : Mairie de Saint-Brice-Courcelles
Avec : Accustica



RENCONTRE ATELIER
RYTHME

21 mars, 14h-16h30, Salle des Fêtes, rue Eugène Frère, Attigny

Après le vif succès de l'opération «Tout va bien» organisée par les résidents du Foyer la Baraudelle en 2023, les résidents ainsi qu'Accustica et l'EREGE organisent un temps de rencontres. Ce temps se veut le point de départ d'un projet annuel sur les rythmes. A travers trois axes : rythme et corps, rythme et société, rythme et saisonnalité, plusieurs ateliers aborderont la musique, le sommeil, les saisons ... et de nombreux sujets qui seront abordés tout au long de l'année

Organisé par : Foyer la Baraudelle
Avec : Accustica, Erega

CONFÉRENCE

BINGE DRINKING

21 mars 11h, Yschools, 217 avenue Brossolette, Troyes

Organisé par : Yschools
Avec : Fabien Gierski, neuropsychologue, laboratoire C2S / URCA, chercheur associé INSERM 1247 Groupe de Recherche sur l'Alcool et les Pharmacodépendances – UPJV

21 mars, 13h45, EPF, 2 rue Fernand Sastre, Troyes

Organisé par : EPF
Avec : Fabien Gierski, neuropsychologue, laboratoire C2S / URCA, chercheur associé INSERM 1247 Groupe de Recherche sur l'Alcool et les Pharmacodépendances – UPJV, Auto école Popeye, Addiction France

Le binge drinking correspond à l'ingestion rapide d'une quantité suffisante d'alcool permettant d'atteindre un état d'ébriété. La consommation excessive d'alcool est associée à des conduites à risques, des atteintes à l'intégrité des structures cérébrales ... « To binge or not to binge », telle est la question ! La conférence sera suivie de la tenue de stands autour de la santé et de la prévention des addictions.



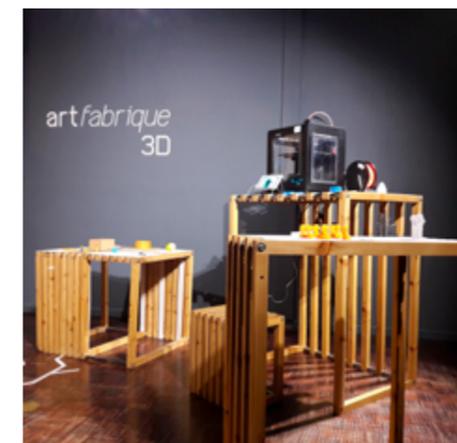
RENCONTRE

FACILITEZ VOTRE QUOTIDIEN AVEC L'IMPRESSION 3D

Date 21 mars 18h30, Saintex, culture numérique Reims, chaussée bocquaine, Reims

Découvrons ensemble comment l'impression 3D peut enrichir nos vies au quotidien et contribuer à notre bien-être. Cette technologie ouvre de nouvelles perspectives en matière de création et de personnalisation d'objets pratiques et de solutions santé. En partageant nos connaissances et en explorant les possibilités infinies de l'impression 3D, nous pouvons simplifier nos tâches, améliorer notre autonomie et trouver des solutions adaptées à nos besoins individuels. Rejoignez-nous dans cette aventure passionnante de découverte et d'échange autour de l'impression 3D !

Organisé par : Saintex, culture numérique
Avec : Centre de rééducation motrice de Châtillons, 3D Morphoz



CONFÉRENCE DÉBAT LES TIQUES

**26 mars, 18h30, MCL Ma Bohème,
21 rue d'Aubilly, Charleville-Mézières**



Tout commence par une promenade en forêt... Cachée dans les herbes, la tique guette sa proie... Vous ! En mordant, le parasite peut transmettre une redoutable bactérie, la *Borrelia burgdorferi*, responsable de la maladie de Lyme. Le début du cauchemar pour des milliers de malades infectés sans le savoir. L'an dernier, 33 000 personnes ont été contaminées. Diagnostiquée trop tardivement, l'infection peut se manifester par des douleurs articulaires et musculaires, une paralysie faciale, des problèmes cardiaques... La soirée familiale débutera par un test de vos connaissances sur le sujet, avant d'approfondir le sujet.

Organisé par : MCL Ma Bohème
Avec : Maison de la Nature de Boulton-Bois
Entrée libre dans la limite des places disponibles

.....

CONFÉRENCE DE LEWIS CARROLL ET PASTEUR AU MONDE INVERSÉ (DROITE/GAUCHE) DE MÉDICAMENTS, PARFUMS, SAVEURS ET PHÉROMONES

29 mars, Salle Thibaud de Champagne - prétoire, Cours d'Orléans, Sézanne

De nombreux composés naturels et synthétiques ont des formes dont l'une est le miroir de l'autre. On a alors à faire à des composés appelés chiraux dont les propriétés médicinales, organoleptiques et/ou odorantes différentes bien que leurs compositions soient identiques. Connaître ces différences est essentielle en médecine, un énantiomère pouvant être un remède et l'autre se révéler un poison. Pour le parfumeur, une nouvelle création nécessite la détermination des propriétés odorantes respectives des formes employées et de leurs seuils de détection olfactive.

Organisé par : IUTL
Avec : Jacques Muzart
Réservation : oui, iutl@univ-reims.fr

.....

ATELIERS LE BIEN-ÊTRE À TOUS LES ÂGES

30 mars, Maison de la Science Hubert Curien, Sainte-Savine

La maison de la science fait appel à différents intervenants pour proposer des ateliers axés autour du bien-être selon les âges : Snoezelen pour les petits. Cette pratique de stimulation multisensorielle accompagnée et contrôlée vise à éveiller ou canaliser la sensorialité dans une ambiance sécurisante. Aromathérapie. Pratique ancestrale, l'utilisation des huiles essentielles n'est cependant pas sans risques pour santé en raison de la concentration des molécules actives. Cet atelier, encadré par une personne certifiée en aromathérapie scientifique, permettra de faire la lumière sur les bons usages.

Art thérapie. Un atelier encadré par une infirmière spécialisée permettra de mettre en pratique l'utilisation des pratiques artistiques en santé

Les places sont limitées pour ces ateliers et la réservation obligatoire.

Organisé par : Maison de la Science Hubert Curien
Avec : Atelier de Corentine, les Bulles d'Anais
Réservation : secretariat@maisondelascience.fr



SPÉCIAL SCOLAIRES

EXPOSITION FACE AUX ÉCRANS

**Du 18 au 29 mars, Collège Eustache Descamps,
49 avenue de Bammental, Blancs-coteaux**

Durant les 20 premières années de la vie, la construction du cerveau nécessite des activités qui ne passent pas par un écran : activités manuelles, physiques et échanges avec les autres dans le monde réel. Le temps volé par les écrans à ces activités structurantes fondamentales a des conséquences graves et irréversibles sur le développement cérébral et la santé des enfants et des adolescents. Il est donc indispensable de comprendre les effets des écrans sur notre cerveau et d'établir des règles d'usage protectrices.

Organisé par : Collège Eustache Descamps
Avec : Accustica

.....

EXPOSITION SOMMEIL DE RÊVE

**Du 18 au 23 mars, Collège Pierre
Gilles de Gennes, Rue Marcel Alin,
Frignicourt**

Nous passons plus d'un tiers de notre vie à dormir. Nous avons la sensation de revivre après une bonne nuit : nul doute que le sommeil répare et reconstruit à la fois le corps et l'esprit. Cette exposition fait le point sur nos connaissances et sur les méthodes pour maintenir et retrouver un sommeil de qualité.

Organisé par : Collège Pierre Gilles
de Gennes
Avec : Accustica

.....

ATELIER MON CORPS BOUGE

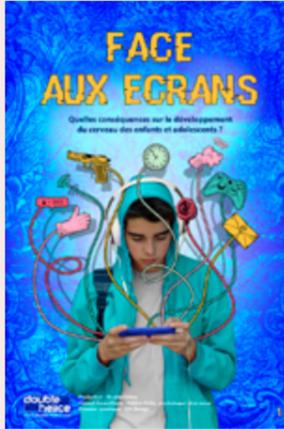
Organisé par : Accustica

**27 mars, Ateliers périscolaires, Châlons en Champagne
Avec :** direction de l'éducation et de la jeunesse de Châlons-en-Champagne

**28 mars, Dans les écoles primaires et maternelles, Langres
Avec :** DSDEN de Haute-Marne

Les mouvements du corps reposent sur deux systèmes anatomiques interdépendants : le squelette et les muscles locomoteurs. Pour manger, écrire, manipuler toutes sortes d'objets, mais aussi lors de la pratique d'activités sportives ou ludiques, ils sont connectés et produisent ensemble les mouvements du corps. Les activités et jeux proposés permettent d'aborder descriptivement pour ensuite travailler sur les mouvements plus complexes du corps par le biais d'une coordination précise de mouvements articulaires simples.

.....



ATELIER SCIENCES ET SPORT

29 mars, Dans les écoles primaires et maternelles, Chaumont

Découvrez les différentes sciences impliquées dans la pratique sportive. De la mesure de la performance à l'importance de l'alimentation, en passant par la physiologie du corps en mouvement, les activités proposées permettent d'aborder différents sujets autour du sport et des sciences. La découverte de la pratique handisport par permet également d'aborder l'accessibilité et les adaptations que nécessitent certaines disciplines sportives pour être ouvertes à tous.

Organisé par : Accustica
Avec : DSDEN de Haute-Marne

.....

EXPOSITION CHOYEZ VOTRE CERVEAU

**Du 11 au 22 mars, Collège Beumonville, Troyes
Du 25 mars au 5 avril, Collège Léonard de Vinci, Witry-lès-Reims**

Notre cerveau est l'une des structures les plus complexes que nous connaissions dans l'univers. Il est le siège de la pensée et ne demande qu'à déployer ses talents, pour peu que l'on sache en prendre soin...

L'exposition permet au public de découvrir les secrets du cerveau : ses facultés à créer en permanence de nouvelles connexions, ses besoins pour bien fonctionner, les aliments les plus bénéfiques pour son développement, les activités à favoriser pour éviter le stress, les AVS, ou encore les conditions pour favoriser le sommeil

Organisé par : Accustica

.....

EXPOSITION SEXUALITÉ : AMOUR, PLAISIR ET PRÉCAUTION

**Du 11 au 22 mars, Collège Eugène
Belgrand, Ervy-le-Château
Du 25 mars au 5 avril, Collège Diderot,
Langres**

La question de la sexualité est un sujet d'éducation, qui touche de plus en plus tôt les enfants. Il est donc primordial de les sensibiliser sur la réalité de ce sujet, parfois tabou dans la société actuelle. Cette exposition est idéale pour introduire la sexualité humaine auprès des collégiens et lycéens et lever le voile sur la sexualité humaine : plaisirs partagés, contraception, genre...

Organisé par : Accustica

.....

EXPOSITION AUDITION SANS MALENTENDUS

**Du 11 au 22 mars, Collège Lucie Aubrac, Montmort-Lucy
Du 25 mars au 5 avril, Collège Arthur Rimbaud, Charleville-Mézières**

Entendre est une grande source de plaisirs, c'est une voie d'exploration du monde et notre principal moyen de communication avec les autres.

Mais attention ! Nos oreilles sont aussi précieuses que fragiles... Pour introduire le sujet auprès du grand public, l'exposition décrit le fonctionnement de l'audition et comment elle peut être dégradée (surdité, acouphènes), les traitements et les aides auditives existants, et les moyens de se protéger.

Organisé par : Accustica

.....

PROJECTION DÉBAT HYPERCONNECTÉS, NOTRE CERVEAU EN SURCHARGE

Collège Eva Thomé, 9 rue Verlaine, Attigny

E-mails, SMS, fils d'actualité et réseaux sociaux font partie intégrante de notre quotidien connecté, tant au bureau qu'à l'extérieur. Nous disposons ainsi de tout un attirail technologique qui permet de rester en contact avec nos amis, nos collègues, et qui sollicite sans cesse notre attention. Comment notre cerveau réagit-il face à cette avalanche permanente de données ? Existe-t-il une limite au-delà de laquelle nous ne parvenons plus à traiter les informations ? Perte de concentration, stress, épuisement mental, voire dépression... : si les outils connectés augmentent la productivité au travail, des études montrent aussi que le trop-plein numérique qui envahit nos existences tend à diminuer les capacités cognitives. Ce documentaire passe en revue les dangers de cette surcharge sur le cerveau. Il explore aussi des solutions pour s'en prémunir, des méthodes de filtrage de l'information aux innovations censées adapter la technologie à nos besoins et à nos limites.

Organisé par : Collège Eva Thomé



Pour découvrir l'ensemble du programme Grand Est, rendez-vous sur les sites internet de nos partenaires régionaux, Nef des Sciences, Inserm Est et Université de Lorraine

<http://www.nef-sciences.fr>
<http://inserm.fr/delegation/est>
<http://www.univ-lorraine/avs>

Renseignements :

<http://www.accustica.org> - 03 26 50 61 26

Accustica est soutenu par :

