

DOSSIER DE PRESSE

La Semaine du Cerveau 2026 À Marseille et alentours

Du 10 au 29 mars 2026



Thème 2026

Mon cerveau, mon corps et moi *Penser, bouger, s'adapter*

Programme

www.cerveaupointcomm.fr

Contact presse : Serge ALONSO

presse@cerveaupointcomm.fr - serge.alonso.2024@gmail.com 06 67 26 16 28

MARSEILLE ET ALENTOURS

10 — 29 MARS

SEMAINE
DU CERVEAU
2026



#SDC2026

MON CERVEAU MON CORPS ET MOI

Penser, bouger, s'adapter

Organisation



Programme



cerveaupointcomm.fr

CONFÉRENCES
BISTROT-SCIENCES
DÉBAT
CAUSERIES
SPEED SEARCHING
SPECTACLE
ANIMATIONS SCOLAIRES

MARSEILLE
AIX-EN-PROVENCE

ALLAUCH

AVIGNON

BERRE-L'ÉTANG

CHABOTTES

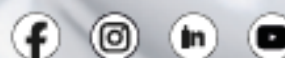
GARDANNE

GÉMENOS

LES PENNES-MIRABEAU

MARTIGUES

TOULON



PARTENAIRES FINANCIERS LOCAUX



PARTENAIRES ORGANISATIONNELS LOCAUX



Contenu

LA SEMAINE DU CERVEAU 2026	4
L'ASSOCIATION CERVEAU POINT COMM	4
QU'EST-CE QUE LA SEMAINE DU CERVEAU ?	4
PROGRAMME 2026	5
MON CERVEAU, MON CORPS ET MOI - Penser, bouger, s'adapter	5
LES DIFFÉRENTS FORMATS D'ÉVÉNEMENTS	5
Les événements pour tous les publics	5
Les rencontres avec les scolaires	6
LES ÉVÉNEMENTS PROGRAMMÉS EN 2026	7
Conférence : Axe Cerveau-Intestin-Muscle: Penser, Manger et Bouger	7
Conférence : Dormir pour mieux se souvenir : mythe ou réalité ?	7
Conférence : Le Programme 13-Novembre : comprendre la construction et l'évolution de la mémoire humaine	8
Conférence : Les interfaces cerveau-machine et leurs applications à la restauration de la vision chez les aveugles	8
Bistrot-Sciences : Le cerveau a-t-il un corps ?	9
Conférence : Être un corps : comment les sens construisent le soi ?	9
Conférence : Cerveau et sport	10
Conférence : Cannabis et cerveau en développement: de la grossesse à l'adolescence	10
Conférence : Le cerveau, le corps et le monde : un trio inséparable	11
Causerie : Électrophysiologie : quésako ?	11
Causerie : Comment nos cerveaux se construisent-ils ? Bouger pour mieux manger	12
Bistrot-Sciences : Comment mon cerveau sent mon corps	12
Conférence : Mon avatar: un moi virtuel qui influence mes décisions	13
Conférence : Maladie d'Alzheimer : et si le cerveau pouvait se défendre ?	13
Bistrot-Sciences : Emotions, plaisir, addictions. Comment le cerveau se joue de nous ?	13
Causerie : Neuromythes-Fake news : entre illusion et réalité	14
Conférence : Le cerveau attentif	14
Conférence : Dans les coulisses de la communication neuronale	15
Speed-searching : Rencontre avec des chercheurs	15
Débat : Plongez-avec nous dans les conditions extrêmes	15
Conférence : Ce que vous pensez savoir sur le cerveau... et qui pourtant est faux !	16
Conférence : Notre cerveau aujourd'hui. Quels enjeux pour demain ?	16
Spectacle : Un monde (presque) parfait	17
LES PARTENAIRES 2026	17
PARTENAIRES FINANCIERS	17
PARTENAIRES ORGANISATIONNELS	18

LA SEMAINE DU CERVEAU 2026

La 28ème édition de la [Semaine du Cerveau](#) aura lieu en mars 2026 en France et dans 62 pays dans le monde. Plusieurs villes du département des Bouches-du-Rhône et de la région PACA sont largement impliquées dans la programmation des événements dans notre région.

Elle est coordonnée à Marseille et alentours par l'association [Cerveau Point Comm](#) sous l'égide de la [Société des Neurosciences](#) et sous le haut patronage de Monsieur Philippe Baptiste, Ministre de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Espace. L'édition 2026 permettra de débattre des relations entre notre cerveau et notre corps. Elle aura lieu du 10 au 29 mars 2026.

La [Semaine du Cerveau](#) est une manifestation internationale qui offre au grand public une occasion privilégiée d'échanger avec des chercheurs, enseignants-chercheurs et médecins travaillant dans le domaine des Neurosciences.

Vingt-trois événements gratuits sont organisés cette année à Marseille et alentours. La programmation est, comme de coutume, de grande qualité cette année avec de nombreux chercheurs venant de toute la France.

Certains événements nécessitent une réservation mais tous sont entièrement gratuits. Certains événements seront également interprétés en langue des signes et retransmis en direct sur YouTube.

Tous les détails sont à retrouver sur notre site internet : www.cerveaupointcomm.fr.

L'ASSOCIATION CERVEAU POINT COMM

Elle organise tous les ans l'édition locale à Marseille et dans sa région de la [Semaine du Cerveau](#), sous la coordination nationale de la Société des Neurosciences.

Créée en 2001, l'association rassemble un collectif de chercheurs, enseignants-chercheurs, étudiants et personnels de la recherche qui s'est fixé comme but de diffuser les connaissances scientifiques dans le domaine des Neurosciences.

En savoir plus sur notre site web : <https://www.cerveaupointcomm.fr/a-propos/>

QU'EST-CE QUE LA SEMAINE DU CERVEAU ?

La [Semaine du Cerveau](#) est une manifestation internationale gratuite organisée depuis 1999 en France par la **Société des Neurosciences** qui offre au grand public une occasion privilégiée d'échanger avec des chercheurs, enseignants-chercheurs et médecins travaillant dans le domaine des Neurosciences.

Elle propose :

- Une programmation scientifique de qualité : plus de 700 manifestations.
- Une belle rencontre entre le public et les chercheurs.
- La possibilité pour tous de s'informer sur l'actualité de la Recherche.
- La Semaine du Cerveau a été lancée dans le monde par la [Fondation DANA](#) aux États-Unis.

PROGRAMME 2026

Chaque année, l'association **Cerveau Point Comm** choisit un thème qui sert de fil conducteur pour le cycle de conférences de l'Alcazar à Marseille. Cette année le thème choisi est :

" Mon cerveau, mon corps et moi - Penser, bouger, s'adapter ".

MON CERVEAU, MON CORPS ET MOI - *Penser, bouger, s'adapter*

Edito :

La manière dont nous interagissons avec le monde a un impact sur nos opinions ; celles-ci prennent forme à partir de ce que notre corps perçoit, de ce que nous ressentons. Le rôle majeur du corps dans le fonctionnement cognitif est attesté par l'observation d'associations directes entre troubles sensoriels et troubles cognitifs, notamment au cours de la vieillesse. Dans cette approche " incarnée ", émotions et raison ne sont donc plus opposées mais fonctionnent de concert en influençant en permanence notre façon de penser, de décider et d'agir.

Dans un monde complexe, instable et saturé d'informations, notre cerveau ne peut pas tout analyser. Pour donner du sens à ce que nous vivons, nous cherchons à retrouver de la cohérence, nous interprétons, bref... nous nous racontons des histoires. Ces interprétations ne sont jamais neutres mais façonnées par notre histoire, notre culture, notre environnement. Si les Neurosciences montrent aujourd'hui qu'une grande part de nos décisions est guidée par des mécanismes inconscients (habitudes, automatismes, intuitions, stéréotypes, préjugés...), les expériences vécues par notre corps n'y sont donc pas étrangères.

Penser, bouger, s'adapter : ces trois actions traduisent le dialogue permanent entre le cerveau, le corps et le monde qui nous entoure. C'est cette dynamique vivante et essentielle que la Semaine du Cerveau, à Marseille, invite à découvrir et à questionner.

Au-delà des conférences, cet événement sera aussi l'occasion de rencontrer des scientifiques dans des formats plus interactifs, notamment lors de causeries, et pour les plus jeunes, lors d'échanges en milieu scolaire.

Venez découvrir, questionner et réfléchir sur le cerveau " incarné "... mais aussi sur d'autres sujets d'actualité qui seront également abordés à Marseille et alentours !

LES DIFFÉRENTS FORMATS D'ÉVÉNEMENTS

Les événements pour tous les publics

Six formats d'événements sont proposés par l'association Cerveau Point Comm pendant la Semaine du Cerveau 2026 à Marseille et alentours :

- Quatorze conférences pendant lesquelles le public pourra écouter un ou plusieurs chercheurs présenter un sujet spécifique, et poser ses questions.
- Un débat pour discuter avec les chercheurs pour exprimer et confronter des opinions ou des arguments divergents sur un sujet donné.
- Trois bistrot-science attendent un public nombreux pour discuter avec les chercheurs et un animateur autour d'une thématique dans un cadre convivial.

- Trois causeries pour converser de façon informelle et conviviale sur un sujet donné avec un ou des chercheurs.
- Un “ Speed-Searching “ pour échanger en tête à tête avec des chercheurs pendant quelques minutes
- Un spectacle pour se divertir et en apprendre toujours plus sur le cerveau.

Les rencontres avec les scolaires

L'association Cerveau Point Comm organise également des rencontres avec des scolaires, de l'école élémentaire au baccalauréat en passant par de jeunes adultes en réinsertion dans la vie active.

Plus de 80 scientifiques bénévoles – étudiant(e)s en master, doctorant(e)s, technicien(ne)s, ingénieur(e)s, chercheuses et chercheurs – consacrent du temps pour partager leur passion avec les élèves. Ces rencontres sont des moments privilégiés de partage et de discussion entre enseignants, élèves et scientifiques.

Ces événements prennent la forme de présentations interactives sur divers thèmes des neurosciences et les métiers de la recherche. Sont abordées par exemple les émotions avec les élèves de primaire, tandis que pour les plus grands, ce sont les addictions, le rapport aux écrans, et bien plus encore !

En 2024, ce ne sont pas moins de 3 000 élèves qui ont participé à ces activités.

Les rencontres ont lieu dans les départements des Bouches-du-Rhône, du Var et du Vaucluse.

LES ÉVÉNEMENTS PROGRAMMÉS EN 2026

CONFERENCE

10 mars 2026 à 18h

Médiathèque Nelson Mandela, Gardanne

Olivier COQ

Chargé de Recherche CNRS à l'Institut des Sciences du Mouvement (ISM) Marseille

Axe Cerveau-Intestin-Muscle: Penser, Manger et Bouger

Il est désormais bien établi que l'activité physique et la sédentarité modulent la composition du microbiote intestinal, laquelle est étroitement associée aux voies métaboliques des lipides, des glucides et des protéines, ainsi qu'aux préférences alimentaires. En retour, le microbiote intestinal exerce une influence majeure sur les fonctions cérébrales via l'axe intestin-cerveau-muscle, une voie de communication multidirectionnelle médiée par de nombreuses molécules, comme par exemple des neurotransmetteurs. Les muscles, en libérant des myokines lors de l'activité physique, améliorent les fonctions cérébrales et métaboliques. Tous ces éléments forment des boucles physiologiques inter-connectées et auto-entretenues, dont les dysrégulations, comme le stress, la malnutrition ou la sédentarité sont associées à des états pathologiques. « Penser, manger et bouger » forment un trio incontournable pour « un corps sain dans un esprit sain ».

CONFERENCE

10 mars 2026 à 18h30

Idéethèque, Les Pennes-Mirabeau

Pascale QUILICHINI

Chargée de recherche INSERM, Institut des Neurosciences des Systèmes (INS), Marseille

Dormir pour mieux se souvenir : mythe ou réalité ?

On dit souvent que "la nuit porte conseil"... mais que fait réellement notre cerveau pendant que nous dormons ? Cette conférence vous invite à découvrir comment le sommeil transforme nos souvenirs, renforce nos apprentissages et influence notre capacité à retenir les informations du quotidien. Entre idées reçues, découvertes scientifiques et conseils pratiques, nous explorerons les mécanismes fascinants qui relient nos nuits à notre mémoire. Une plongée accessible et surprenante dans les coulisses de notre cerveau endormi.

CONFERENCE

11 mars 2026 à 18h

Amphithéâtre de Sciences Naturelles, faculté des Sciences de St Charles, Marseille

Francis EUSTACHE

Neuropsychologue, Directeur d'études émérite à l'Ecole pratique des hautes études (EPHE-PSL) de Paris, Unité INSERM-EPHE-UNICAEN U1077, "Neuropsychologie et Imagerie de la Mémoire Humaine" (NIMH), coresponsable du Programme 13-Novembre

Le Programme 13-Novembre : comprendre la construction et l'évolution de la mémoire humaine

Le Programme 13-Novembre a été mis en place à la suite des attentats qui ont ensanglanté Paris et sa proche banlieue dans la nuit du 13 au 14 novembre 2015. Ce programme, qui compte à ce jour pas moins de dix études, cherche à comprendre la construction et l'évolution de la mémoire humaine après cet événement dramatique qui a fait de nombreuses victimes physiques et psychiques, et a marqué la population française dans son ensemble. La conférence portera sur l'une des études qui se trouve au centre du Programme 13-Novembre, dénommée REMEMBER. Il s'agit du suivi longitudinal d'une cohorte de 200 personnes dont une partie a vécu, au plus près ces attentats, et a développé un trouble de stress post-traumatique (TSPT). Les examens psychopathologiques, neuropsychologiques et en imagerie cérébrale montrent les modifications survenues après les attentats mais aussi la plasticité qui se met en place et permet à ces personnes de se reconstruire au fil du temps. Cette résilience s'appuie notamment sur le soutien social et, au-delà, sur la reconnaissance de la société, ce qui souligne de façon inédite les liens entre les mémoires individuelles, collectives et sociales (ou sociétales).

Événement gratuit sur réservation : <https://urls.fr/YVEyaK>

Cette conférence sera diffusée live sur la chaîne youtube de l'association Les Neuronautes : <https://www.youtube.com/@Neuronautes/stream>

CONFERENCE

14 mars 2026 à 18h

Château St Antoine, Marseille

Serge PICAUD

Directeur de Recherche INSERM, Directeur de l'Institut de la Vision, Sorbonne Université, INSERM, CNRS, Paris

Les interfaces cerveau-machine et leurs applications à la restauration de la vision chez les aveugles

La restauration visuelle est certainement le plus grand défi pour les interfaces cerveau-machine car elle nécessite de produire des images avec un nombre élevé de pixels et de les projeter avec un taux de renouvellement très rapide, proche de la vidéo. Nos avancées récentes sur des prothèses rétiniennes photovoltaïques ont permis à des aveugles atteints de dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA), pathologie qui résulte de la perte de photorécepteurs, de regagner 1/20 de la vision par la réactivation électrique des cellules rétiniennes résiduelles. Une plus grande efficacité de la restauration visuelle est recherchée par une autre approche dite "optogénétique" ciblant une résolution cellulaire.

Cette dernière est basée sur l'expression d'une protéine photosensible d'algue dans des neurones rétiniens résiduels qui deviennent ainsi activables par la lumière. Ces travaux ont abouti à une première mondiale démontrant le potentiel de cette technologie pour restaurer la vision des formes et la capacité à saisir un objet.

Lorsque le lien entre l'œil et le cerveau est perdu, la restauration visuelle implique alors de stimuler directement le cortex visuel dans le cerveau. Dans ce cas, nous avons démontré chez des rongeurs porteurs de prothèses corticales le potentiel d'une autre thérapie, dite «sonogénétique» et fiable à long terme, par laquelle les neurones sont rendus sensibles aux ultrasons. Ces nouvelles technologies offrent de grands espoirs non seulement pour la restauration visuelle mais aussi pour restaurer la fonctionnalité d'autres circuits neuronaux endommagés, notamment dans le cas de pathologies neurodégénératives.

Événement gratuit sur réservation : <https://tinyurl.com/Cerveau14-03-2026>

BISTROT-SCIENCES

16 mars 2026 à 19h

Brasserie Zoumaï, Marseille

Marie CHANCEL¹ et Olivier COQ², animation Myriam CAYRE³

¹ Chargée de Recherche CNRS au Centre de Recherche en Psychologie et Neurosciences (CRPN, UMR 7077), Marseille, ² Chargé de Recherche CNRS à l'Institut des Sciences du Mouvement (ISM) Marseille - ³ Directrice de recherche CNRS, Centre de Recherche en Psychologie et Neurosciences, Marseille

Le cerveau a-t-il un corps ?

Notre cerveau ne fonctionne pas en vase clos : il s'appuie sur le corps pour sentir, ressentir, comprendre, et communiquer. Corps et cerveau forment un système dynamique en perpétuelle communication. Nos gestes, notre posture traduisent notre pensée et nos émotions, et de multiples signaux corporels sont reçus et interprétés en permanence. Le cerveau « s'incarne » dans le corps, et le corps façonne en retour notre représentation du monde et de nous-même. Ce constat a mené au concept d' "*embodiment*", ou "cognition incarnée".

Ce bistrot-sciences explore ce concept et comment corps et esprit interagissent, de la simple expérience sensorielle aux troubles plus profonds de la perception de soi (dépersonnalisation, anosognosie, troubles du schéma corporel...).

CONFERENCE

17 mars 2026 à 18h

Bibliothèque de l'Alcazar, Marseille

Christophe LOPEZ

Directeur de Recherche CNRS, Centre de Recherche en Psychologie et Neurosciences (CRPN, UMR 7077), Marseille.

Être un corps : comment les sens construisent le soi ?

Comment savons-nous que notre corps est le nôtre ? Comment ressentons-nous que nous sommes localisés dans ce corps et pas ailleurs ? Notre cerveau combine en permanence les informations issues de nos sens (vision, toucher, proprioception musculaire, intéroception, système vestibulaire...)

pour construire un sentiment de présence corporelle et d'identité. Dans cette conférence, nous explorerons les mécanismes multisensoriels et cérébraux qui construisent le « soi incarné », à travers des recherches menées en réalité virtuelle, des études chez des patients épileptiques et des observations issues de la neurologie. Nous verrons que le sens du soi corporel est robuste mais malléable, et que certaines pathologies et illusions multisensorielles peuvent nous faire douter de l'évidence d'être un corps.

Interprétation en langue des signes et disponible en live sur la chaîne YouTube de l'Alcazar :

<https://www.youtube.com/@bibliothequesdemarseille/streams>

CONFERENCE

17 mars 2026 à 18h30

Théâtre Sevolker - Espace Giraldu, Gémenos

Agnès BAUDE

Chargée de recherche CNRS, Institut de Neurobiologie de la Méditerranée (INMED), Marseille

Cerveau et sport

Le cerveau joue un rôle essentiel dans les activités sportives et inversement, l'activité physique optimise le fonctionnement cérébral. En quoi notre cerveau et ses extraordinaires capacités peut-il optimiser les performances des athlètes ou améliorer la mémoire? Au-delà de ces questionnements et des bienfaits connus du sport pour la santé physique et mentale de tout un chacun, nous aborderons également son rôle social mais aussi son importance pour retrouver confiance et estime de soi en situation de handicap, et en tant que facteur de protection contre le déclin cognitif.

CONFERENCE

18 mars 2026 à 14h

Médiathèque Chalucet, Toulon

Olivier MANZONI

Directeur de recherche à l'Institut de Neurobiologie de la Méditerranée (INMED)

Cannabis et cerveau en développement: de la grossesse à l'adolescence

Engager un dialogue éclairé sur les usages du cannabis suppose d'en comprendre les mécanismes d'action et d'en connaître les bases neurobiologiques. Le cannabis et l'humanité cohabitent depuis des millénaires. Plante tour à tour médicinale, textile, psychotrope ou rituel, il a traversé les civilisations en transformant ses usages et ses représentations. Pourtant, si cette substance n'est pas nouvelle, ses effets sur un cerveau en construction demeurent encore largement méconnus du grand public.

Pour les comprendre, il faut d'abord explorer le système endocannabinoïde, un réseau biologique fondamental présent dans notre corps et particulièrement actif dans le cerveau. Ce système régule des fonctions essentielles comme la mémoire, l'humeur, la plasticité neuronale ou encore la maturation des circuits cérébraux. Actif dès les premières phases de la vie, il est aussi particulièrement vulnérable aux perturbations extérieures.

Dans ce contexte, des travaux récents montrent que l'exposition au cannabis, notamment à ses principaux composants, le THC et le CBD, peut interférer avec le développement cérébral. Durant la période périnatale, l'enfance et l'adolescence, le cerveau traverse des étapes critiques de structuration. Le cannabis peut perturber la migration des neurones, modifier l'expression de gènes clés, altérer les fonctions synaptiques ou fragiliser les circuits impliqués dans la cognition et l'émotion. Ces effets, parfois discrets à court terme, peuvent néanmoins laisser des empreintes durables sur le fonctionnement cérébral et le comportement.

Événement gratuit sur réservation :

<https://billetterie.fr/e/semaine-du-cerveau-cannabis-et-cerveau-en-developpement-de-la-grossesse-a-l-adolescence-par-olivier-manzoni-billets-1856716>

CONFERENCE

18 mars 2026 à 18h

Bibliothèque de l'Alcazar, Marseille

Marie-Hélène CANU

Professeure de neurosciences à l'université de Lille, Unité de Recherche Pluridisciplinaire Sport, Santé, Société (URéPSSS).

Le cerveau, le corps et le monde : un trio inséparable

Les interactions avec l'environnement construisent notre cerveau tout au long de la vie. C'est en effet par un dialogue intime et permanent entre le cerveau et le corps que sont façonnées nos perceptions, nos émotions et nos actions. Cette conférence exposera quelques grandes notions générales du fonctionnement du système nerveux, puis présentera des études récentes qui mettent en évidence un lien entre intestin, humeur et comportement, ou encore qui montrent comment l'activité physique peut avoir des effets bénéfiques sur la santé mentale et les fonctions cognitives.

Interprétation en langue des signes et disponible en live sur la chaîne YouTube de l'Alcazar :

<https://www.youtube.com/@bibliothequesdemarseille/streams>

CAUSERIE

19 mars 2026 à 12h

Espace Pouillon, Faculté des Sciences Saint-Charles, Marseille

Domitille LELONG

Doctorante AMU, Centre de Recherche en Cardiovasculaire et Nutrition (C2VN) & Institut de Neurosciences de la Timone (INT)

Électrophysiologie : quésako ?

Le cerveau est un organe essentiel qui nous permet de penser, d'agir et d'interagir avec le monde qui nous entoure. Au cœur de cette incroyable machine se trouvent les neurones, des cellules capables de communiquer entre elles grâce à de minuscules signaux électriques.

Bien que presque imperceptibles, ces courants peuvent être enregistrés en laboratoire grâce à une technique fascinante: l'électrophysiologie. À l'aide de pipettes en verre et d'instruments électroniques, les chercheurs apprennent ainsi à décoder le langage des neurones longtemps resté secret.

Événement gratuit sur réservation : <https://urls.fr/26CmQn>

Naylat OMAR TOIOUIL*Doctorante AMU, Institut des Sciences du Mouvement (ISM) Marseille***Comment nos cerveaux se construisent-ils ? Bouger pour mieux manger**

Nos cerveaux, celui qui pense et celui qui digère, se construisent à travers une communication permanente avec les muscles. Cette causerie vise à présenter comment l'activité physique entretient et améliore cette communication, et comment l'axe cerveau-muscle-intestin est au cœur du développement humain. Au contraire, la sédentarité précoce dérègle les interactions entre cerveau, muscles et intestin, avec des impacts négatifs sur le fonctionnement cérébral, le métabolisme et le système immunitaire.

Agnès BAUDE¹ et Ana DOMINGUEZ BAJO²

¹ Chargée de recherche CNRS et ² Post-doctorante, Institut de Neurobiologie de la Méditerranée (INMED, UMR 1249) Marseille

Comment mon cerveau sent mon corps

Comment sait-on que quelque chose nous a fait mal à l'estomac ? Comment détecte-t-on qu'un insecte s'approche et qu'on doit bouger pour éviter une piqûre ? Comment arrive-t-on à monter les escaliers dans le noir ou à grimper sur un lit superposé sans tomber ? Toutes ces questions montrent que le cerveau et le corps se parlent en permanence. Dans le cadre de la Semaine du Cerveau, nous nous concentrerons sur deux systèmes essentiels pour répondre à ces questions : 1) le système nerveux entérique, ce "deuxième cerveau" qui contrôle notre système digestif et qui détecte ce qu'on mange, gère la digestion, influence notre système immunitaire... et 2) le système somatosensoriel, englobant la partie proprioceptive, qui, par exemple, permet de savoir où sont nos membres sans les regarder, de coordonner nos mouvements, de détecter si nos muscles sont tendus ou relâchés... Enfin, nous explorerons comment une dérégulation de ces systèmes altère les connexions entre notre cerveau et notre corps et peut nous mettre en situation de stress ou/et affecter notre sommeil. Expliquer ces connexions nous aide à mieux comprendre comment notre cerveau ressent notre corps et vice-versa.

CONFERENCE

19 mars 2026 à 18h

Bibliothèque de l'Alcazar, Marseille

Charlotte ROY

Assistante de recherche en Marketing et Neurosciences, Kedge Business School et Aix-Marseille Université, Institut des Neurosciences de la Timone, Marseille.

Mon avatar: un moi virtuel qui influence mes décisions

Un avatar, c'est une version numérique, souvent personnalisée, de nous-mêmes dans un monde virtuel, et il joue souvent un rôle bien plus important qu'on ne l'imagine. En nous identifiant à lui, à travers un jeu, lors d'une interaction virtuelle, ou en personnalisant son apparence, il peut influencer nos émotions, nos comportements et même nos décisions d'achat sans que nous en ayons pleinement conscience.

Interprétation en langue des signes et disponible en live sur la chaîne YouTube de l'Alcazar :

<https://www.youtube.com/@bibliothequesdemarseille/streams>

CONFERENCE

19 mars 2026 à 19h

Les sentiers de la connaissance, Usine Électrique, Allauch

Maud GRATUZE

Chargée de recherche au CNRS, Institut de Neurophysiopathologie (INP), La Timone, Marseille

Maladie d'Alzheimer : et si le cerveau pouvait se défendre ?

La maladie d'Alzheimer tue les neurones, et avec eux, les souvenirs. Mais le cerveau ne se résume pas aux neurones. Il contient aussi des cellules qui les protègent et les nourrissent : la microglie et les astrocytes. En temps normal, elles sont les gardiennes du cerveau. Mais dans la maladie, quelque chose déraile. Pourquoi n'arrivent-elles plus à faire leur travail ? Sont-elles elles aussi abîmées ? C'est ce que nous cherchons à comprendre dans mon équipe car si nous parvenons à réactiver leur rôle protecteur, alors peut-être pourrions-nous sauver les neurones... et la mémoire.

BISTROT-SCIENCES

19 mars 2026 à 20h30

Café des Sciences, restaurant " Chez Françoise ", Avignon

Sylvie THIRION¹ et Arthur GODINO²

¹ Maître de conférence à Aix-Marseille Université, Institut de Neurosciences des Systèmes (INS, UMR 1106), Présidente de l'association Valbiome, ² Post-doctorant, Institut de Neurobiologie de la Méditerranée (INMED), Marseille

Emotions, plaisir, addictions. Comment le cerveau se joue de nous ?

Les émotions sont au cœur de nos vies : elles orientent nos choix, colorent nos relations, influencent notre santé et notre mémoire. Mais comment naissent-elles dans le cerveau ? Quels circuits s'activent lorsqu'une émotion devient plaisir, désir... ou parfois excès ?

Au fil de cette discussion, nous explorerons les mécanismes cérébraux des émotions et du plaisir, en mettant en lumière le rôle clé du circuit de la récompense et de ses messagers chimiques. Nous verrons comment ces systèmes, façonnés par nos expériences et notre environnement, peuvent favoriser le bien-être mais aussi nous entraîner vers des comportements difficiles à contrôler, comme les addictions. Un éclairage scientifique pour mieux comprendre comment le cerveau peut, parfois, se jouer de nous.

CAUSERIE

20 mars 2026 à 12h30

*Bibliothèque Universitaire, Faculté des Sciences Médicales et Paramédicales -
La Timone, Marseille*

Sara SIMULA

Post-doctorante AMU, Institut de neurosciences des systèmes (INS) équipe physionet

Neuromythes-Fake news : entre illusion et réalité

Aujourd'hui, on entend parler de *fake news* partout. Mais elles ne concernent pas seulement la politique ou les réseaux sociaux : elles touchent aussi la science ! On voit souvent circuler des titres sensationnalistes comme « Le cerveau gauche est dédié à la logique » ou « On n'utilise que 10% de notre cerveau »... Comment peut-on savoir ce qui est vrai, ce qui est faux, ce qui est prouvé et ce qui relève du *neuromythe* ? Souvent fondées sur des résultats déformés, ces croyances influencent pourtant nos opinions, nos choix en matière de santé et notre confiance dans la science. Mais pourquoi existent-elles ? Quels sont leurs risques et comment peut-on les reconnaître ? En discutant ensemble du processus scientifique et de sa diffusion auprès du public, nous chercherons à mieux comprendre comment naviguer dans l'océan tumultueux des neuromythes et ne pas se laisser enchanter par leurs chants séduisants.

Événement gratuit sur réservation : <https://urls.fr/x6uN3c>

CONFERENCE

20 mars 2026 à 18h

Bibliothèque de l'Alcazar, Marseille

Jean-Philippe LACHAUX

Directeur de Recherche Inserm - Centre de Recherche en Neurosciences de Lyon

Le cerveau attentif

Notre perception du monde est déterminée par ce que l'on appelle "l'attention" qui échappe bien souvent au contrôle volontaire et permet au cerveau de sélectionner les informations qui lui paraissent importantes. Les connaissances actuelles sur ses mécanismes intimes permettent aujourd'hui de mieux appréhender les voies possibles pour résister aux pièges de la distraction en nous concentrant sur l'essentiel. Apprendre à protéger notre cerveau de l'éparpillement de l'attention s'avère particulièrement crucial à l'ère des technologies numériques qui envahissent aujourd'hui notre quotidien, notamment en milieu scolaire où les enseignants expérimentent une crise majeure de l'attention. En nous aidant à mieux comprendre les mécanismes cérébraux sous-jacents, cette conférence proposera des solutions concrètes pour développer notre équilibre attentionnel.

Interprétation en langue des signes et disponible en live sur la chaîne YouTube de l'Alcazar :

<https://www.youtube.com/@bibliothequesdemarseille/streams>

CONFERENCE

20 mars 2026 à 18h30

Médiathèque Le Chabotté, Chabottes

Delphine PINATEL

Docteure en Neurosciences, Ingénieure de Recherche à l'Institut de Neurobiologie de la Méditerranée (INMED), Marseille

Dans les coulisses de la communication neuronale

Comment les neurones communiquent-ils ? A chaque instant, des milliards de neurones échangent des messages qui reposent sur des signaux rapides et précis. Pour mieux comprendre comment le cerveau traite ces informations, une exploration de l'activité électrique du cerveau est rendue possible grâce à l'électrophysiologie. Cette conférence présentera cette technique qui permet d'enregistrer les signaux neuronaux jusqu'à l'échelle d'une seule cellule nerveuse en temps réel et qui permet de mieux comprendre comment les neurones transmettent l'information neuronale en conditions physiologique et pathologique.

SPEED-SEARCHING

21 mars 2026 de 16h30 à 17h45

Bibliothèque de l'Alcazar, Marseille

Rencontre avec des chercheurs

DEBAT

21 mars 2026 à 18h

Bibliothèque de l'Alcazar, Marseille

Nicolas VALLEE¹, Christian GESTREAU², Nathalie LORENZO³- Modération: Olivier COQ⁴

¹ Chercheur, chef de projet de recherche, Institut de Recherches Biomédicales des Armées, Équipe de Recherche Subaquatique Opérationnelle, Toulon, ² Professeur Aix-Marseille Université, Institut de Neurobiologie de la Méditerranée, ³ Ingénieure au Centre de Recherche en Psychologie et Neurosciences, ⁴ Chargé de Recherche CNRS, Institut des Sciences du Mouvement.

Plongez-avec nous dans les conditions extrêmes

Comme dit l'adage: le souffle c'est la vie. Notre manière de respirer reflète même notre état physique et émotionnel. Un individu normal ne peut donc pas interrompre sa respiration bien longtemps et respirer autre chose que l'air atmosphérique peut s'avérer dangereux. Comment font donc les apnéistes professionnels pour rester aussi longtemps sous l'eau, sans respirer? Quels sont les défis relevés par les plongeurs en bouteille ou en scaphandre autonome à des profondeurs extrêmes? Ces questions interrogent au sens large la relation corps-cerveau. Lors de ce débat nous dévoilerons quels sont les secrets des champions apnéistes et plongeurs. Nous résumerons quelques mécanismes clés qui nous permettent de contrôler notre respiration, de nous préparer avant d'effectuer une apnée, ou encore de nous adapter aux différents gaz utilisés dans la plongée extrême. Enfin, nous parlerons des risques liés à ces pratiques dont l'ivresse des profondeurs.

Disponible en live sur la chaîne YouTube de l'Alcazar :

<https://www.youtube.com/@bibliothequesdemarseille/streams>

CONFERENCE

23 mars 2026 à 14h30

Université berroise du Temps Libre, Auditorium de la Mairie, Cadaroscum, Berre l'Etang

Christophe RODO

Vulgarisateur en Neurosciences, auteur du podcast « La Tête Dans Le Cerveau », Marseille

Ce que vous pensez savoir sur le cerveau... et qui pourtant est faux !

Nous n'utilisons que 10% de notre cerveau", " Moi, j'ai une mémoire visuelle... ", " Écouter du Mozart rend plus intelligent ! "... Même si certaines de ces croyances largement répandues peuvent parfois prêter à sourire, elles véhiculent surtout de fausses informations sur le fonctionnement du cerveau. Au cours de cette conférence interactive, déconstruisons ensemble ce que vous pensez savoir sur le cerveau et qui pourtant est faux ! Déconstruisons ces neuromythes.

CONFERENCE

26 mars 2026 à 18h

Mairie, Martigues

Olivier BOSLER

Directeur de Recherche honoraire CNRS, Marseille

Notre cerveau aujourd'hui. Quels enjeux pour demain ?

La construction des Neurosciences d'aujourd'hui est le fruit de développements technologiques spectaculaires qui ont jalonné la fin du XXème siècle. Issus des progrès en physique, optique, génie génétique et informatique, ceux-ci ont permis des avancées majeures dans la compréhension de l'organisation et du fonctionnement de notre cerveau. Tout en nous invitant dans l'intimité du langage de nos neurones, ces avancées permettent désormais de mieux appréhender les processus mentaux sous-jacents aux fonctions cognitives et révèlent des propriétés longtemps insoupçonnées de cet "organe de la pensée". La conférence illustrera par exemple comment, loin d'être figé, notre cerveau se modifie sans cesse pour permettre nos apprentissages tout au long de la vie, notre adaptation à un environnement en évolution permanente, l'ajustement de nos comportements à notre vécu et au final la construction de notre personnalité et de notre propre histoire. Au XXIème siècle, nous sommes encore loin de comprendre tous les mystères de notre cerveau mais nous verrons aussi combien les neurotechnologies les plus récentes sont riches de promesses, non seulement pour l'évolution des connaissances mais aussi, grâce à l'émergence des thérapies cellulaires et géniques et au développement des interfaces cerveau-machine, pour le traitement des maladies neurodégénératives et la réparation neuronale en cas d'atteintes du système nerveux.

Sébastien BIZZOTTO*Auteur, metteur en scène et comédien***Un monde (presque) parfait**

Nous vivons tous sur un petit caillou perdu dans l'immensité de l'espace. Sébastien Bizzotto, lui, cherche sa place dans l'univers à travers un spectacle documenté, drôle et poétique mêlé de chansons parfois grinçantes.

Il nous invite surtout à nous poser des questions essentielles : Qu'est-ce qui se passe dans notre cortex cérébral si on range sa brosse à dent dans le réfrigérateur ? Pourquoi 1986 n'était pas une année si pourrie ? Est-ce que quelqu'un a la moindre idée de ce que peut bien être le temps quantique ?

Un spectacle documenté, drôle et musical qui nous prend par la main pour nous émerveiller des miracles de la nature et tenter de nous redonner confiance en l'avenir alors que nous ne sommes que de petits humains fragiles qui ne rêvons que d'une chose : Rire ensemble dans un monde presque parfait.

Événement gratuit sur réservation : <https://urls.fr/v6sRYs>

LES PARTENAIRES 2026

PARTENAIRES FINANCIERS



Région Sud, Département des Bouches du Rhône, Ville de Marseille, NeuroSchool AMU, Institut de Neurobiologie de la Méditerranée, Institut de Biologie du Développement de Marseille, Institut de Neurosciences de la Timone, Institut de Neurosciences des Systèmes, Institut de neuro physio pathologie, Centre de Recherche en Psychologie et Neurosciences, Centre de Résonance Magnétique Biologique et Médicale

PARTENAIRES ORGANISATIONNELS



CNRS, INSERM, Aix Marseille Université, Hôpitaux de Marseille, Bibliothèque de l'Alcazar, Les Neuronautes, Université du Temps Libre AMU, Toulon et Métropole Aix Marseille, Château St Antoine, Médiathèque Nelson Mandela Gardanne, Maison de l'Apprenti, Les Sentiers de la Connaissance, Médiathèque le Chabotté Chabottes, Brasserie Zoumaï, Relais Amical du Golfe de Fos, Théâtre Antoine Vitez, Café des Sciences Avignon, Université berroise du Temps Libre