

**Lundi à 13 h 30, Guy Noël fera le point sur
le développement international :
après 60 ans d'expériences, où en sommes-nous?**

S'appuyant sur son expérience de terrain et sur son regard de psychologue, **Guy Noël** clarifiera d'abord ce qu'on entend par « **développement international** » : c'est une réalité qu'il faut mettre en contexte au point de vue historique, du XV^e siècle à nos jours.

Il questionnera ensuite la réalité contemporaine : le développement international est-il une utopie? Chaque projet vise-t-il à instaurer un changement? Quel rôle y joue la culture? Quels enjeux et quels défis la modernité instaure-t-elle dans les pays en émergence?



Diplômé de l'École des psychologues praticiens de l'Université de Paris et titulaire d'un doctorat en psychologie organisationnelle et du travail de l'Université de Montréal, **Guy Noël** s'est engagé dans divers projets de développement international, de développement organisationnel et de gestion des compétences.

Depuis 1981, il a agi comme conseiller ou directeur dans huit projets à long terme dans des pays tels le Bénin, le Togo, le Cameroun, la Côte d'Ivoire, le Mali, le Burkina Faso, le Niger, la Bulgarie, le Bangladesh, le Congo et le Maroc. Il a travaillé sur des thèmes aussi variés que la gestion de l'entretien routier, la foresterie sociale et le développement institutionnel.

Il a aussi effectué une douzaine de mandats de courte durée dans le domaine de la formation professionnelle et du développement de capacités dans des pays d'Afrique, d'Asie et d'Océanie.

M. Noël a publié deux ouvrages sur le sujet : *Le développement international et la gestion de projet* (PUQ, 1996) et *Accompagner le développement international* (Paris, L'Harmattan, 2015).

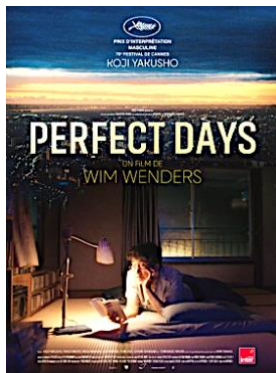
En présence au collège Brébeuf

- **Entrées possibles** aux portes du **5605 / 5625, av. Decelles** (accès à l'ascenseur).
ou du **5575, av. Decelles** (Pavillon Coutu : accès plus rapide et moins achalandé; un escalier à monter).
- Dans le hall de la **salle Jacques-Maurice**, vous pourrez vous inscrire, recevoir votre carte d'abonnement ou obtenir un droit d'entrée pour la conférence (10 \$).

Virtuellement, via Zoom

Toutes les **personnes abonnées** recevront une invitation et un lien pour la diffusion de la conférence la veille, dimanche soir. Si vous n'avez rien reçu lundi matin, avisez-nous par courriel : fculturelle@brebeuf.qc.ca

Les cours et ateliers de cette semaine



Mardi à 13 h 30, le ciné-club, animé par Jean St-Amant, se réunit sur Zoom

pour discuter du film *Perfect Days* du célèbre réalisateur **Wim Wenders**. Hirayama entretient des toilettes publiques de Tokyo et s'épanouit dans une vie simple mais nourrie par sa passion pour la musique, les livres et les arbres qu'il photographie. C'est une réflexion émouvante et poétique sur la recherche de la beauté dans le quotidien. Le film représente le Japon dans la course aux Oscars.

[Bande annonce et documentation ici](#)

[Salles où le voir](#)

Mercredi, de 12 h 30 à 14 h 30,
en présence au local G1.133 et en ligne, via Zoom,
Normand Doré termine la série de trois cours sur
César Borgia et son temps

Le second cours nous a fait découvrir le génie de César Borgia qui a réussi à berner le roi de France dans les guerres d'Italie.

Monsieur Doré a mis en évidence les relations avec Lucrece, qui se remarie avec Alfonso d'Aragon, puis avec Alfonso d'Este. Il a aussi contredit la perception historique d'une famille incestueuse.

Le troisième et dernier cours nous conduira de la troisième campagne de Romagne à la mort de César Borgia à Viana en Navarre

Nous le verrons à Urbino avec Léonard de Vinci et Machiavel.

Nous apprécierons son extraordinaire habileté, voire son génie, pour déjouer la conspiration de Sinigaglia.

Enfin, nous verrons sa déchéance et sa mort en Navarre dans la campagne de Viana.



Lucrece Borgia
par Pintoricchio

Jeudi, de 13 h 30 à 16 h 30,
Rencontre de l'atelier d'écriture animé par Michèle Plomer
au local A2.06

L'atelier d'écriture *Liens* a été inspiré par l'écrivaine Kim Thuy qui revendiquait, dans un entretien, le droit d'être plurielle et libre. Il propose d'explorer notre pluralité autant par notre relation avec des personnes, des lieux et des événements qui nous ont façonnés, que les connexions entre les multiples facettes de nous-mêmes.

Au moyen de brefs exposés, d'exercices d'écriture, de lectures et de discussions dans la bonne humeur, chacune des six rencontres aborde un pan du thème.

Comment garder son cerveau en santé en vieillissant?

Lundi dernier, dans une atmosphère chaleureuse, empreinte de simplicité, le neurologue **Étienne de Villers-Sidani** a expliqué comment le cerveau se comporte au cours du vieillissement et il a suggéré quelques pistes pour éviter les pertes cognitives.

La santé du cerveau est particulièrement préoccupante dans une société vieillissante puisque les études montrent que la maladie d'Alzheimer se développe entre 75 et 85 ans dans 13 % de la population et qu'elle atteint une personne sur trois après 85 ans.

Mais le **vieillessement normal** débute, comme pour le reste du corps (la peau, les os, les muscles...), dès la fin de la trentaine. Les facultés cognitives (vitesse du traitement de l'information, mémoire, raisonnement...) sont à leur maximum entre 20 et 30 ans, puis commencent à décliner. Ce qui peut compenser cette « programmation » du vieillissement, c'est l'expérience, les connaissances et les stratégies qui permettent de contrer l'effet de l'âge. Les facultés cognitives changent donc au fil des années, mais elles ne déclinent gravement que s'il y a un trouble neurologique causé par une maladie ou par des habitudes qui seraient réversibles.

C'est ce dernier aspect qui intéresse le docteur de Villers-Sidani : dans quelle mesure peut-on ralentir la diminution des fonctions cognitives dans un vieillissement normal ?

Il faut alors considérer **la plasticité du cerveau**, définie par les changements entre les connexions des neurones. La plasticité repose sur des noyaux dans le cerveau qui s'activent en fonction de situations vécues depuis l'enfance. C'est en effet la plasticité qui permet d'apprendre (une langue par exemple), et elle change tout au long de la vie. On s'en rend compte quand il devient difficile de bien comprendre une conversation au milieu du bruit ambiant.

Comment **garder le cerveau en santé** ? Il n'y a pas de recette universelle. Mais les recherches montrent qu'il y a une différence quand le cerveau est entraîné... et quand l'entraînement est régulier. Dans cette perspective, le docteur de Villers-Sidani a mis en évidence, et en ordre,

les **facteurs de risques** pour développer de la démence : la perte auditive, l'isolement social et la dépression, l'éducation, la cigarette et l'alcool, puis l'inactivité physique et l'obésité.

Ces facteurs de risque, particulièrement la perte auditive et l'éducation, incitent à discriminer le meilleur entraînement. Ainsi, un entraînement visuel est supérieur aux mots croisés (faisant appel à des connaissances acquises qui ne déclinent pas). **L'étude INHANCE** réalisée au Neuro cherche à voir si l'entraînement visuel peut améliorer les déséquilibres chimiques liés au vieillissement du cerveau. Elle observe l'effet du vieillissement sur le système cholinergique, très impliqué dans l'attention. L'automne prochain, on saura si l'entraînement cognitif expérimenté a pu renverser ou réduire le déficit cholinergique cérébral. À suivre...

Finalement, Etienne de Villers-Sidani a expliqué l'importance des **pertes auditives dans les pertes cognitives**. C'est une surcharge cérébrale que des prothèses auditives peuvent éviter. Si l'approche personnalisée paraît résolument optimale, en fonction des objectifs de chacun, **entraîner les sens** (ouïe, vue, toucher) semble être ce qui a le plus d'impact.

En conclusion, notre conférencier a présenté une définition de l'intelligence, notre amie, qui comprend et s'adapte facilement. Il nous a conseillé de ne pas trop nous en faire avec notre mémoire, l'anxiété et l'excès de contrôle étant pires que les oublis; et il nous a suggéré de nous adonner à la méditation et à la « pleine conscience ». Il a ensuite répondu à de nombreuses questions dont nous ne rendons pas compte; mais il y aura des suites à cette conférence très appréciée.

Prolongement de la conférence

Le docteur de Villers-Sidani éprouve des problèmes de santé qui l'ont empêché de nous communiquer les liens évoqués dans sa conférence. Dès qu'il se rétablira, il nous les enverra.

En attendant, vous pouvez suivre les pistes suivantes auxquelles il se référerait :

Programme d'entraînement cérébral du neuro : <https://cru.mcgill.ca/fr/entrainement-cerebral/>
Neuro Plan (en anglais) : <https://www.theneuroplan.com/blog/10-ways-to-enhance-your-brain/>

En prévision des cours consacrés à l'*Odyssée*

Dans ce voyage littéraire avec Ulysse, Germain Derome s'appuiera sur deux ouvrages :

- *L'Odyssée* d'Homère (Il utilisera la traduction de Victor Bérard dans le Livre de poche, mais vous pouvez lire la version que vous avez sous la main.)
- Daniel Mendelsohn, *Une odyssée. Un père, un fils, une épopée*, Flammarion, J'ai lu, 2017

Il serait souhaitable que les participants aient lu, pour le premier cours (6 mars) :
les 4 premiers chants de *l'Odyssée* (appelés « Télémachie »)
et la première section du livre de Mendelsohn (« Proème: Invocation »).

Notez que ces ouvrages se trouvent en bibliothèque ou en librairie, en version imprimée ou numérique. La traduction française d'Homère est disponible aussi sur le Web :

<http://iliadeodyssee.texte.free.fr/aatexte/berard/accueilberard/odysberard.htm>

Conférences et cours en mode virtuel (en ligne)

Votre abonnement ou votre inscription vous donne accès aux conférences et aux cours en ligne. Vous recevrez une invitation et un lien Zoom par courriel la veille de l'activité.

Si vous souhaitez vous rafraîchir la mémoire ou vous familiariser avec l'application Zoom, vous pouvez consulter ou télécharger notre **Guide d'utilisation ICI**.

Si vous avez besoin d'une aide supplémentaire, vous pouvez le demander par courriel (fculturelle@brebeuf.qc.ca).

Vous pouvez consulter notre « **politique sur la protection des renseignements personnels** » en cliquant sur le lien suivant :

<http://www.fondationculturellebrebeuf.org/confidentialite/>

Si vous ne souhaitez pas recevoir ce courriel hebdomadaire,
veuillez nous en faire part à cette adresse : fculturelle@brebeuf.qc.ca

Fondation culturelle Jean-de-Brébeuf
5625, av. Decelles,
Montréal, H3T 1W4

Téléphone : 514.342.9342, poste 5412
www.fondationculturellebrebeuf.org