



Ils sont extraordinaires!

CINÉMA Le « *The Extraordinary Film Festival* » (TEFF) est le seul festival international de film autour du handicap en Belgique. Il est organisé toutes les années impaires et propose à tous une image positive des personnes en situation de handicap, à travers une sélection de films belges et étrangers (courts ou longs métrages, documentaires, films d'animation...), des débats, animations, concerts... L'objectif est de démonter les idées reçues sur le quotidien de ces personnes. C'est à Luc Boland que l'on doit cette initiative qui s'impose petit à petit comme un rendez-vous à pointer dans son agenda. Pour cette 5^e édition, plus d'une cinquantaine de films seront diffusés, dont certains seront en compétition. Des invités prestigieux et des orateurs attendront également de nombreux visiteurs! • **C.M**

► **TEFF.BE**

Le festival se tiendra jusqu'au 11 novembre 2019

BODYTALK VOUS CONSEILLE

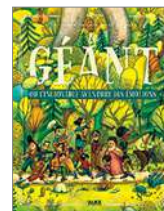


Rencontre de cerveaux!

LIVRE Steven Laureys, éminent spécialiste du cerveau mondialement reconnu, a particulièrement travaillé sur les états de coma, la conscience et les effets de la méditation. C'est justement le sujet de l'ouvrage présenté.

Le spécialiste tente de comprendre comment la pratique de la méditation agit sur notre cerveau, car il est démontré qu'elle le modifie en profondeur, mais aussi pourquoi elle nous fait tant de bien. Il était dès lors tout à fait logique qu'il rencontre, dans ce cadre, Matthieu Ricard. Cet ancien biologiste est devenu moine bouddhiste et pratique la méditation de manière intensive. Les effets de cette pratique a d'ailleurs été étudiée sur son cerveau. L'ouvrage résulte de cette rencontre de « cerveaux »! • **C.M**

► « **LA MÉDITATION, ÇA FAIT DU BIEN AU CERVEAU** » Steven Laureys, (préface de Matthieu Ricard), Editions Odile Jacob, 2019



Les émotions des petits

BD Les livres pour enfants sont souvent une belle occasion d'échanges entre parents et enfants. Et c'est le cas dans cette bande dessinée, qui aborde la question des émotions. Il est vrai que bien qu'elles fassent entièrement partie de notre quotidien, les émotions doivent pouvoir être reconnues et acceptées. Et cet ouvrage peut aider les plus petits à y parvenir. La bande dessinée s'adresse aux enfants de 5 à 8 ans, environ. Elle raconte l'histoire de personnes qui vivent tranquillement au fond des bois, dans un petit village qui est un jour frappé par un tremblement de terre provoqué par un géant. De là, les émotions des habitants s'expriment: peur, angoisse, colère, surprise...

12 posters illustrent chaque émotion, chaque sentiment traité et peut servir d'outil pédagogique pour prolonger la discussion avec l'enfant. • **C.M**

► « **LE GÉANT OU L'INCROYABLE AVENTURE DES ÉMOTIONS** », Charlotte Bellière et Ian De Haes, Editions Alice Jeunesse, 2019