

DOSSIER DE PRESSE

Conférence de presse: mardi 13 septembre 2016, 11h

Vernissage: mardi 13 septembre 2016, 18h30

Site presse: www.museedelamain.ch/pasdepanique-presse



Contact presse

carolina.liebling@hospvd.ch

Direct: 021 314 49 56 / Accueil du musée: 021 314 49 55

SOMMAIRE

1. PAS DE PANIQUE!.....	3
UN PARCOURS DANS LES MÉANDRES DE LA PEUR	3
LE CATALOGUE DE L'EXPOSITION.....	5
2. DES ÉVÉNEMENTS.....	5
3. RÉALISATION ET PARTENAIRES.....	7
4. INFORMATIONS PRATIQUES.....	9
5. LÉGENDES DES IMAGES DE PRESSE	10

1. PAS DE PANIQUE!

La peur, notre meilleure amie ou notre pire ennemie?

14 septembre 2016 – 23 avril 2017

Exposition trilingue : français /anglais /allemand

Vernissage: mardi 13 septembre 2016 à 18h30

Musée de la main UNIL-CHUV, Lausanne

S'ils font l'objet de nombreuses études scientifiques, les troubles phobiques ou liés à l'anxiété sont toujours aussi méconnus du grand public. Pourquoi certaines personnes ont-elles peur des araignées? Pourquoi d'autres s'angoissent-elles tellement à l'idée de sortir de chez elles? Comment la peur naît-elle dans notre cerveau et dans celui des animaux? Comment se transmet-elle ensuite à l'organisme? Que se passe-t-il quand ces mécanismes se grippent? Quelles sont nos phobies discrètes et nos angoisses envahissantes?

Cette exposition tout public, interactive et ludique, offre un voyage aussi surprenant qu'inattendu au pays de la peur, une émotion que chacun d'entre nous a ressentie sans pour autant en connaître les ressorts intimes. Les aspects neurologiques, physiologiques et comportementaux y sont explorés de manière simple et amusante, une occasion d'en apprendre plus sur nos petits et nos grands frissons et sur les traitements qui sont aujourd'hui proposés pour soigner certains troubles anxieux.

A découvrir jusqu'au 23 avril 2017 au Musée de la main UNIL-CHUV.

Une exposition conçue par Pierre-Yves Frei et Dr Mona Spiridon, Université de Genève en collaboration avec l'Université de Zurich, et réalisée par le studio KO.

UN PARCOURS DANS LES MÉANDRES DE LA PEUR

La peur est en nous. Elle fait partie de nous. Comme toutes les émotions d'ailleurs. Sauf qu'elle possède peut-être ce petit quelque chose de plus qui en fait un sujet éternel de fascination. Elle est polymorphe et sa diversité ressemble à celle de l'humanité.

Sans peur, les êtres vivants seraient incapables de fuir un prédateur ou de l'affronter. De plus, ils seraient incapables de se souvenir de tous les dangers rencontrés au quotidien. Cette capacité nous donne une chance de mieux affronter les périls ou de les contourner à l'avenir.

C'est presque tout dans la tête

La peur fascine les neurosciences qui l'étudient depuis des décennies. Elle est sans doute la mieux connue des émotions. S'il existe encore de nombreuses zones d'ombre, les recherches ont découvert une « circuiterie » complexe impliquant plusieurs régions du cerveau. La peur, comme nombre d'autres affects, est intimement liée à la mémoire. L'enregistrement du souvenir d'un danger offre à l'individu une chance d'y échapper s'il se représente à nouveau.

Attention, un serpent! Ah non ce n'est qu'un bout de bois...

Ce premier espace plonge le visiteur dans les méandres du cerveau. Il y pénètre par un œil, immense, inquiet et se retrouve au milieu des neurones. Il découvre alors les régions impliquées dans les mécanismes de la peur.

Peur au corps

Si la peur est avant tout une question de neurones, elle s'accompagne d'une multitude de manifestations physiques qui contribuent à marquer notre mémoire. Tout le monde a éprouvé cela à des degrés divers: le cœur qui accélère, la respiration qui augmente, la peau qui transpire, la bouche qui sèche, l'appétit qui disparaît...

La peur, comme les autres émotions, a forgé notre langage et continue de le faire en nous suggérant mille façons de les dire: «Avoir la chair de poule»; «Trembler comme une feuille»; «Avoir des sueurs froides»; «Blanc comme un linge»; «Le cœur qui bat la chamade»; «Le souffle court»; «Claquer des dents»... paroles de peur!

Le visiteur se balade à travers les organes qui réagissent lorsqu'on a peur. Un module permet aussi de se voir en train d'avoir peur (très drôle) et surtout de voir les réactions des autres visiteurs qui ont eu peur avant nous (encore plus drôle!).

Peurs animales

La peur n'est pas le propre de l'être humain. Des milliers d'autres espèces ressentent cette émotion. Sidération, immobilisation, attaque, fuite, sursaut, léchage ou grattage: dans le monde animal les réponses comportementales face au danger sont d'une incroyable diversité. Elles contribuent à la survie des espèces qui ont la capacité de la ressentir, voire même de la communiquer. Chez l'être humain, par exemple, les expressions faciales sont caractéristiques et aisément interprétables par ses congénères.

Dans cette partie, un totem et des vidéos explorent différentes stratégies utilisées dans le monde animal pour faire face à la peur et transmettre des signaux d'alerte de danger aux congénères. Le visiteur se découvre avec les poils hérissés, grâce à un dispositif de réalité augmentée.

Peur aux deux visages

Les différences entre peur normale et peur pathologique sont subtiles. Les deux reposent sur les mêmes mécanismes. Mais la seconde semble se déclencher trop facilement et trop souvent. Pourquoi certaines personnes développent-elles des troubles anxieux et d'autres non? Ces différences tiennent sans doute au fait que chacun d'entre nous possède son propre parcours de vie et son propre héritage génétique.

Des expériences visuelles et tactiles permettent de comprendre le fonctionnement du système d'alarme, et de mieux saisir les rapports subtils entre les causes génétiques (inné) et les influences de la vie (acquis).

Ces peurs qui nous dérangent

Les phobies figurent sans doute parmi les désordres anxieux les plus répandus. Elles affectent plus d'une personne sur dix et peuvent être plus ou moins handicapantes. Quels sont les mécanismes derrière ces phobies? Non seulement la science de la génétique n'a pas encore identifié tous les gènes et leur rôle respectif, mais elle ignore combien de gènes sont impliqués dans le système de la peur. Ce qu'on peut certainement affirmer, c'est que les troubles anxieux, notamment les phobies, résultent d'un mélange subtil entre causes génétiques et causes extérieures.

Jeu des phobies: les noms donnés aux phobies sont souvent bien compliqués: Coulrophobie, Myrmecophobie, Sidérodromophobie... Essayez de deviner quelle phobie se cache derrière chaque nom. Dans cet espace le visiteur peut aussi tester son degré d'arachnophobie en s'approchant de plus en plus d'une araignée animée... frissons garantis!

Ces peurs qui nous paralysent... et qui se soignent

Trop souvent, les troubles anxieux sont vus comme des faiblesses de caractère. Mais l'anxiété généralisée, le trouble de panique ou la phobie sociale sont des maladies à part entière que l'on soigne grâce aux médicaments, aux thérapies comportementales et cognitives, et même grâce à plusieurs techniques éprouvées de méditation et de la relaxation.

En Suisse, les troubles anxieux figurent parmi les maladies psychiques les plus répandues. L'anxiété généralisée touche 4 à 6% de la population suisse (280'000 à 420'000 personnes); l'attaque de panique entre 1,5 et 3,5% (105'000 et 245'000); la phobie sociale: entre 2 et 4% (140'000 et 280'000).

Traverser un tunnel dont la taille se réduit de plus en plus, se placer seul au milieu d'une foule moqueuse et d'autres dispositifs permettent au visiteur de ressentir les émotions d'une personne atteinte d'anxiété.

LE CATALOGUE DE L'EXPOSITION

Pas de panique! (fr/angl et all/angl); Textes: Pierre-Yves Frei; Graphisme: studio KO;

© Association ImpaScience, 2014, 60p. En vente au musée: CHF 10.-

2. DES ÉVÉNEMENTS

Le Musée de la main UNIL-CHUV propose toute une série d'animations et d'événements qui s'adressent à différents publics: familles, adultes, enfants, élèves.

Le programme détaillé peut être téléchargé depuis le site internet du musée: www.museedelamain.ch

TOUT PUBLIC

Fais-moi peur!

Balades accompagnées pour se confronter à sa peur

Dimanches 2 octobre 2016, 11h; 12 mars 2017, 18h; 23 avril 2017, 11h

Durée: 1h30. Départ/arrivée: accueil du musée. Prix: CHF 10.-, entrée au musée comprise

Lieux sombres, petites bêtes terrifiantes ou histoires angoissantes, arpentez la ville avec un spécialiste et découvrez ce qui se cache derrière vos peurs.

En collaboration avec l'EESP.

Visites commentées

Découvrez l'exposition avec un spécialiste

Samedis 5 novembre 2016, 7 janvier et 1er avril 2017, 16h-17h

Prix: visite offerte, entrée gratuite (1^{er} samedi du mois)

Autres visites commentées

Sur demande 2 semaines à l'avance

Prix groupes: CHF 100.-, entrée au musée non comprise. Durée: 1h

Les Nights du Musée

Judis 24 novembre 2016, 2 février et 6 avril 2017, 19h-24h. Prix: CHF 5.-

Un cocktail de culture avec DJ, performances et expériences dans une ambiance à haut risque de rencontres! Programme détaillé: www.museedelamain.ch

La Nuit des Musées

Samedi 24 septembre 2016, 14h-2h

Prix: CHF 10.- adulte, gratuit pour les moins de 16 ans. Sans inscription

Programme détaillé: www.lanuitdesmusees.ch

Des activités inédites pour petits et grands: se transformer grâce au grimage, immortaliser ses frayeurs et décrypter ses peurs avec des spécialistes. La fiction est aussi à l'honneur: projection de courts-métrages sélectionnés par l'Association Base-Court et le Printemps carougeois de la Ville de Carouge. Le Bar à frousse comblera vos papilles sans crainte.

ACTIVITÉS POUR LES JEUNES

ATELIERS

Visite accompagnée de l'exposition comprise

Sur inscription au plus tard 1 semaine à l'avance

Prix: CHF 10.-, entrée au musée comprise

Même pas peur! (5-7 ans)

Mercredis 5 octobre, 7 décembre 2016, et 1^{er} février 2017, 14h-16h

Poil qui se hérissé, dents qui claquent, cœur qui bat la chamade... En partant des effets physiques de la peur, découvre les secrets de cette émotion. Confectionne un «attrape-frayeurs» pour apaiser tes craintes. Un atelier créatif et scientifique pour décrypter la peur et apprivoiser ses grandes et petites frousses.

L'aventure terrifiante (8-10 ans)

Mercredis 2 novembre 2016, 18 janvier et 1^{er} mars 2017, 14h-16h

Depuis la nuit des temps, nous recherchons le frisson au travers des histoires effrayantes. Mais comment créer un récit de toutes pièces qui tienne en haleine tes amis? Viens découvrir le processus créatif d'une aventure terrifiante dont tu seras l'auteur et l'acteur! Un atelier mêlant fiction, littérature et théâtre.

Anniversaires

Atelier à choix selon l'âge: **Même pas peur!** ou **L'aventure terrifiante** (descriptif cf. ci-dessus) et visite accompagnée de l'exposition. Durée: 2h

Sur réservation au plus tard 3 semaines à l'avance

Prix: Forfait CHF 120.-, entrée au musée comprise (max. 12 participants)

Vacances d'automne

17 au 30 octobre 2016

Sur inscription. Riche programme d'activités, programme détaillé: www.museedelamain.ch

Pâkomuzé

10 au 23 avril 2017

Sur inscription. Riche programme d'activités, programme détaillé: www.pakomuze.ch

ACTIVITÉS POUR LES ÉCOLES

Visite guidée pour les enseignants

Mercredi 28 septembre 2016, 13h-14h30 et 17h-18h30. Inscription: mmain@hospvd.ch

Documents pédagogiques: téléchargeables sur www.museedelamain.ch

ATELIERS

Sur réservation au plus tard 2 semaines à l'avance. Possible aussi le matin

Durée: 1h30-2h (atelier et visite libre de l'exposition)

Prix: CHF 80.-, entrée au musée non comprise.

L'entrée est offerte aux écoles publiques vaudoises.

Même pas peur! (5-9 ans)

Poil qui se hérissé, dents qui claquent, cœur qui bat la chamade... En partant des effets physiques de la peur, découvre les secrets de cette émotion. Confectionne un « attrape-frayeurs » pour apaiser tes craintes. Un atelier créatif et scientifique pour décrypter la peur et apprivoiser ses grandes et petites frousses.

L'aventure terrifiante (8-12 ans)

Depuis la nuit des temps, nous recherchons le frisson au travers des histoires effrayantes. Mais comment créer un récit de toutes pièces qui tienne en haleine tes amis? Viens découvrir le processus créatif d'une aventure terrifiante dont tu seras l'auteur et l'acteur! Un atelier mêlant fiction, littérature et théâtre.

Frissons au cinéma (9-18 ans)

Quels sont les ingrédients qui suscitent l'effroi chez le spectateur? Quel rôle joue notamment la musique? Comment le réalisateur crée-t-il du suspense? A travers des extraits de films, cet atelier observe les stratégies et mécanismes que le cinéma utilise pour générer la peur.

En collaboration avec le Centre d'études cinématographiques, UNIL.

Visites commentées

Sur demande 2 semaines à l'avance. Durée: 1h

Prix écoles: CHF 80.-, entrée au musée non comprise

3. RÉALISATION ET PARTENAIRES

PAS DE PANIQUE! La peur, notre meilleure amie ou notre pire ennemie?

Conception: Pierre-Yves Frei et Dr Mona Spiridon, UNIGE

Scénographie et graphisme: studio KO

Réalisation: Menuiserie: Pierre Martin, Camille Teyssere / Interactifs: Marc Wettstein, Les Ateliers modernes ; Yannick Soller / Lettrages et autocollants: Eric Meylan / Multimedia: Alexandre Mattart, Sébastien Baudet / Couture: Irène Schlatter / Réalité augmentée: Marie-Brigitte Baron (iiMedia Concept), Naëm Baron (UNIGE)

Montage: Fernando De Oliveira / Stéphane Kläfiger / Allen Leuba / Adrien Martin / Pierre Martin / Yannick Soller

Traduction : Nadia Mouci Menard

Coordination Zurich: Dr Isabel Klusman (Life Science Zurich, ETH/UZH) / Dr Wolfgang Knecht (Neurosciences Center Zurich, ETH/UZH)

Comité scientifique: Pr Guido Bondolfi (HUG, UNIGE) / Pr Alexandre Dayer (HUG, UNIGE) / Pr Ivan Rodriguez (UNIGE) / Pr Michael Rufer (USZ) / Pr Erich Seifritz (PUK / UZH) / Pr Patrik Vuilleumier (UNIGE)

Catalogue: Textes: Pierre-Yves Frei / Traduction: Nadia Mouci Menard, jmtranslation services /
Graphisme: studio KO

Partenaires de l'exposition: Fonds National Suisse de la Recherche Scientifique (FNRS) / Loterie Romande / Fondation Leenaards / Fondation Ernst Göhner / Université de Genève / Université de Zurich / Faculté de médecine de l'Université de Genève / Fondation Cogito / Hôpitaux Universitaires de Genève / NCCR Synapsy / Fondation Henri Moser / Tribune de Genève / NCCR Affective Sciences / Ville de Genève et le Muséum de Genève / Département de l'instruction publique de Genève / Société suisse de neurosciences / Pour-cent culturel Migros / Hôpital universitaire psychiatrique de Zurich

Partenaires de la conception de l'exposition: Association ImpaScience / Centre interfacultaire de neurosciences de Genève / Life Science Zurich / Neuroscience Center Zurich / Musée zoologique de l'Université de Zurich

PAS DE PANIQUE! À LAUSANNE

Equipe du Musée de la main: Roxanne Currat / Olivier Glassey / Carolina Liebling / Martine Meyer / Lucien Musolino / Pascale Perret

Montage à Lausanne: Fernando De Oliveira / Jean-François Martin / Pierre Martin / Rashid Mili / Yannick Niederhauser / Gaël Rovero / Yannick Soller / Hamid Tamazina

Collaborations: Jeanne Borel / Charles-Antoine Courcoux / Joseph Felker / Myriam Meyer / Dayla Mischler / Adèle Morerod / Soraya Moustadrif

Médiation: Cindy Cantin / Stéphane Chapuis / Catherine Défayes / Laureline Duvillard / Lénaïc Fournier / Francesco La Spada / Natalie Lemonis / Florence Lepdor / Jeanne Modoux / Alexandre Pinault / Sarah Vacle

Affiche-dépliant: Illustration: studio KO – Adaptation: www.atelierpoisson.ch

Partenaires de l'exposition à Lausanne: Loterie Romande / Fondation Leenaards / Fondation H. Dudley Wright / Service des affaires culturelles du Canton de Vaud / NCCR Synapsy / NCCR Affective Sciences

Partenaires institutionnels: CHUV / UNIL / Fondation Claude Verdan / EPFL

4. INFORMATIONS PRATIQUES



UNIL / CHUV

Musée de la main UNIL-CHUV

Rue du Bugnon 21

CH - 1011 Lausanne

+41 (0)21 314 49 55

mmain@hospvd.ch

www.museedelamain.ch

HORAIRES

Ma-ve: 12h-18h

Sa-di et jours fériés: 11h-18h

Fermé le lundi

Pour les écoles, ouvert aussi le matin sur réservation

PRIX

Adultes: CHF 9.-

Tarif réduit (étudiants, AVS AI, etc.): CHF 5.-

Tarif de groupe dès 10 personnes: CHF 8.- / 4.-

1er samedi du mois: gratuit

Ecoles publiques vaudoises: gratuit

Entrée libre sur présentation de la carte : journaliste, carte ICOM/AMS, etc.

Visites guidées sur demande pour groupe de 5 à 20 personnes: CHF 100.- / CHF 80.-

NEWSLETTER

Recevez nos informations par e-mail. Envoyez votre adresse à mmain@hospvd.ch avec la mention:
INSCRIPTION NEWSLETTER

SUIVEZ-NOUS

FACEBOOK: www.facebook.com/musee.main.verdan

INSTAGRAM: instagram.com/musee_de_la_main

VIMEO

5. LÉGENDES DES IMAGES DE PRESSE

IMAGE	LÉGENDE
<p>Affiche de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> sur un fond noir. Deux yeux blancs stylisés de tailles différentes sont représentés. Le titre 'PAS DE PANIQUE!' est écrit en lettres blanches, avec 'PAS DE' en plus petit au-dessus. En dessous, les dates '19 SEPTEMBRE 2016 - 22 AVRIL 2017' sont indiquées. Un petit logo est visible en bas à gauche.</p> <p>1-presse-PasDePanique-Affiche.jpg</p>	<p>Affiche de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i></p> <p>Illustration: studio KO – Adaptation: www.atelierpoisson.ch</p>
<p>Vue d'une installation d'exposition. Une grande silhouette noire d'une tête humaine est visible, avec un grand trou blanc à l'intérieur. À gauche, un panneau blanc présente des informations.</p> <p>2-presse-PasDePanique-DansLaTête.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>C'est presque tout dans la tête.</i> UNIGE © Olivier Zimmermann</p>
<p>Vue à l'intérieur d'une installation. On voit une silhouette humaine stylisée avec des yeux et une bouche, superposée à un fond de lignes noires complexes et abstraites.</p> <p>3-presse-PasDePanique-DansLaTête.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>C'est presque tout dans la tête.</i> © studio KO</p>
<p>Vue d'une installation avec un sol et des murs blancs recouverts de motifs noirs complexes. Une personne est visible de dos, regardant une œuvre d'art sur un socle.</p> <p>4-presse-PasDePanique-DansLaTête.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>C'est presque tout dans la tête.</i> UNIGE © Jacques Erard</p>

 <p>5-presse-PasDePanique-PeurAuCorps.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>Peur au corps.</i> © studio KO</p>
 <p>6-presse-PasDePanique-PeurAuCorps.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>Peur au corps.</i> UNIGE © Olivier Zimmermann</p>
 <p>7-presse-PasDePanique-PeursAnimales.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>Peurs animales.</i> UNIGE © Olivier Zimmermann</p>
 <p>8-presse-PasDePanique-PeurDeuxVisages.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>Peur aux deux visages.</i> © studio KO</p>
 <p>9-presse-PasDePanique-PeurDeuxVisages.jpg</p>	<p>Vue de l'exposition <i>PAS DE PANIQUE!</i> <i>Peur aux deux visages.</i> © studio KO</p>



10-presse-PasDePanique-
PeurDeuxVisages.jpg

Vue de l'exposition *PAS DE PANIQUE!*
Peur aux deux visages.
© studio KO



11-presse-PasDePanique-
PeurDeuxVisages.jpg

Vue de l'exposition *PAS DE PANIQUE!*
Peur aux deux visages.
UNIGE © Olivier Zimmermann



12-presse-PasDePanique-
PeursQuiDérangent.jpg

Vue de l'exposition *PAS DE PANIQUE!*
Ces peurs qui nous dérangent.
© studio KO



13-presse-PasDePanique-
PeursQuiDérangent.jpg

Vue de l'exposition *PAS DE PANIQUE!*
Ces peurs qui nous dérangent.
UNIGE © Olivier Zimmermann

Lausanne, le 13 septembre 2016