Le magazine «humains» sur la santé mentale







Après la solitude et l'alimentation, le troisième numéro de humains consacre son dossier à la santé mentale.

Avec ses textes originaux et ces images surprenantes, ce magazine de arsanté, à Genève, poursuit son travail original d'édition.

Le dossier de ce numéro de mai-juillet 2020 a pour thème la santé mentale, avec les regards croisés du musicien Ivan Angelè, la directrice de l'association Minds Anne-Marie Trabichet et le professeur en santé mentale globale à l'Université Harvard Shekhar Saxena.

La revue rappelle aussi que, dans les sociétés avancées, une personne sur quatre souffre de problèmes de santé mentale. Elle présente la «nomophobie», pour «no mobile phobia», c'est-à-dire la peur d'être coupé de son téléphone portable. En Suisse, près d'une personne sur deux estime utiliser ou consulter trop souvent son téléphone.

A lire aussi, le témoignage de cette femme de 32 ans qui revient sur son burn-out maternel. Elle devait jongler entre deux enfants en bas âge, un job de graphiste, un blog et une boutique en ligne qu'elle gérait avec une amie. Un rythme effréné pour cette mère qui se dit perfectionniste. Un matin, impossible de se lever, de s'occuper des enfants ou d'aller au travail. Son corps a dit stop…

Revue gratuite diffusée dans des EMS et Centres de santé à Genève. Ou à commander par mail humains@arsante.ch ou par téléphone +41 79 269 39 18