

# C'EST DANS LA TÊTE.

Les impacts du dérèglement climatique sur la santé mentale, une enquête journalistico-théâtre-musicale



# Qui suis-je?

- Léo Michoud, 25 ans, Vaudois
- Diplômes: Master en journalisme à Neuchâtel et Bachelor en Lettres à l'UNIL
- Journaliste au Blick Suisse Romande, auparavant pigiste au Quotidien La Côte et pour l'agence Large Network (Genève)
- Ancien civiliste chez Connaissance 3, Université des seniors (VD)
- Membre fondateur de l'Épicerie participative Le Local (Nyon)
- Passionné des récits locaux et de leurs enjeux globaux
- Néophyte du théâtre, parti à la découverte de ce moyen d'expression et de transmission adapté au journalisme



Réseaux:



# C'EST DANS LA TÊTE.

Les impacts du dérèglement climatique sur la santé mentale,  
une enquête journalistico-théâtre-musicale

Nous sommes en train de compromettre notre propre santé mentale. C'est bien documenté: les activités humaines accentuent les impacts du dérèglement climatique sur l'environnement et la santé physique. Mais on parle un peu moins des questions de santé mentale qui se profilent. En recoupant interviews et sources expertes, C'EST DANS LA TÊTE permet d'y voir plus clair.

Dans cette enquête journalistique intense et immersive, dévoilée sur scène, un jeune journaliste romand vous invite **à la source de son éco-anxiété, afin d'interroger puis de dépasser cette notion**. Quelles limites pour ce sentiment légitime que ressent une partie de la jeunesse suisse? Que vaut l'éco-anxiété face aux vagues de dépressions, de stress post-traumatiques et de migrations forcées à l'œuvre ailleurs dans le monde? Comment surmonter un événement traumatique comme les méga-feux australiens de 2019 et se reconstruire? Deux Vaudois émigrés ayant perdu leur maison témoignent...

**Écriture, mise en scène et interprétation:** Léo Michoud, journaliste

**Musique:** Bastian Köhli, saxophone; Quentin Landolt, guitare;  
et Manuel Scascighini, batterie

Un spectacle dans le cadre des

**Jours santé**

## C'EST DANS LA TÊTE.

Les impacts du dérèglement climatique sur la santé mentale,  
une enquête journalistico-théâtre-musicale

**29 SEPTEMBRE 2023 À 19H**

Salle Nucleo du Vortex  
Entrée libre - chapeau à la sortie  
Ouverture des portes à 18h30

Plus d'informations



AUMONERIE  
UNIL-EPFL

Sport Santé  
UNIL+EPFL

Unil  
UNIL | Université de Lausanne

EPFL

# Les impacts du dérèglement climatique sur la santé mentale:

## 1. Impacts indirects

Eco-anxiété et solastalgie ≠ troubles psychiques ou maladies mentales



## 2. Impacts graduels

Dépression dans des régions touchées petit à petit

## 3. Impacts directs

PTSD en cas d'évènement climatique extrême



## Facteurs de risque:

- Migration
- Conditions socio-économiques précaires
- Populations plus touchées par le changement climatique
- Troubles psychiques préexistants (schizophrènes ou bipolaires)
- Lien particulier à la terre (de subsistance ou spirituel/religieux)
- Jeunesse, peu entendus ou pas pris au sérieux



# Impacts directs: l'exemple australien de Marie-Claude et Philippe Ravenel



# Impacts directs: l'exemple australien de Marie-Claude et Philippe Ravenel



- 1'30" – 4'30"
- 6'15" – 10'



# Impacts directs: l'exemple australien de Marie-Claude et Philippe Ravenel



## Perspectives:

- Communauté vs. Etat 
- Aller vers l'action 
- Formation des professionnels de la santé mentale
- Considération comme problème de santé publique 
- Coûts des impacts du dérèglement climatique sur la santé mentale 
- La Suisse aussi touchée?
- Ne pas oublier le reste du monde (≠ la règle du mort kilométrique) 



# La première en images:



26 août 2022, Théâtre de Grand-Champ à Gland (VD), Public: 150 personnes

