

«Nous mettons l'accent sur la promotion de la santé mentale»

À Genève, l'association minds organise régulièrement des « talks », rencontres sur un sujet lié à la santé mentale, ouvertes à toute personne intéressée. Trois questions à Marie Torres, responsable de la communication de l'association.



Marie Torres © minds

(REISO) En complément aux apéros que minds organise autour de thèmes liés à la santé mentale, un dossier contenant des articles, des infographies, des quiz et divers autres documents est proposé sur votre site. Quel est le public cible que vous visez avec cette offre de ressources documentaires ?

(Marie Torres) Nous avons multiplié les formats pour toucher un large public. Nos infographies pourront être utiles aux professionnel-le-s dans leur pratique et servir d'outil visuel, synthétique et didactique pour mieux comprendre certains enjeux clés de la santé mentale. Ces supports peuvent aussi trouver leur place dans les institutions publiques, les cabinets de consultation, les écoles... Nos vidéos « minds te parle » s'adressent, elles, à un public qui n'est pas ou peu sensibilisé à la santé mentale. Elles visent à déconstruire des idées reçues, très fréquentes, que l'on peut tou-te-s avoir dans notre vie ! Enfin, nos articles sont destinés aux personnes qui souhaitent s'informer dans le détail. Les rubriques telles que « Qu'est-ce que je peux faire » et « Creuser le sujet » permettent de rassembler un grand nombre de ressources au même endroit et d'en faciliter l'accès. Chaque article contient également une rubrique « sources » qui donne accès à une bibliographie complète.

Le « minds talk » du 31 octobre 2023 porte sur la vieillesse, en particulier du point de vue des femmes. Ne vieillissent-elles pas comme les autres ?

L'objectif de ce rendez-vous, organisé en collaboration avec le Réseau femmes*, est de lutter contre la stigmatisation et la discrimination que vivent les femmes lorsqu'elles vieillissent. La quarantaine passée, « le spectre de la vieille peau » continue de hanter tous les esprits. Clichés, idées reçues et stéréotypes alimentent les tabous autour du vieillissement des femmes. Ainsi, ce dossier s'adresse plus que jamais à un large public, de 20 à 80 ans, car c'est le regard de la société tout entière qu'il faut changer. La vision négative et stéréotypée portée sur le vieillissement reste encore trop souvent source de souffrance, d'autostigmatisation et d'âgisme, en particulier à l'encontre des femmes.

En matière de santé mentale, comme dans de nombreux domaines, les ressources fleurissent sur Internet. Quelle est la spécificité de votre proposition ?

De manière générale, il existe chez minds la volonté de compiler un grand nombre de ressources au même endroit afin d'en faciliter l'accès. Une des spécificités est de produire un contenu très visuel, accessible, synthétique, didactique, fondé scientifiquement et chiffré (chiffres genevois notamment). Nos contenus et nos messages mettent l'accent sur la promotion de la santé, contrairement à la majorité des contenus trouvés sur le web, plutôt tournés vers l'information sur le soin et les troubles psy. Enfin, relevons que nos contenus de sensibilisation prennent en compte l'ensemble des déterminants de la santé mentale, pour mettre en lumière la multitude de facteurs (individuels, sociétaux et politiques) qui influencent notre santé mentale.

(Propos recueillis par Céline Rochat)

Infos pratiques



Minds talk « Tout le monde vieillit, les femmes aussi »

- Mardi 31 octobre, 18h-20h,
- Genève, La Collective (rue de l'École de chimie 4)
- Entrée libre, sans inscription

[En savoir plus](#)

[Voir le dossier](#) « Pourquoi a-t-on si peur de vieillir ? »