

N° 116 /// Mars-avril 2017

Diagonales

Magazine romand de la santé mentale

Alimentation
et santé:
entre injonctions
et plaisir



Le Graap fête
ses 30 ans en 2017

graap

fondation
groupe d'accueil et
d'action psychiatrique

4 Dossier
Alimentation et santé:
entre injonctions
et plaisir
Au-delà des recommanda-
tions alimentaires qui se
multiplient, des canons
de beauté qui encensent
la maigreur, et en réac-
tion à la «malbouffe», une
tendance se dessine: un
retour aux sources en man-
geant local et dans le
respect de la nature.

10 Actuel
7^e révision de l'AI:
les jeunes en
première ligne
Un des volets importants
du projet de révision de
l'AI porte sur la mise à jour
des mesures médicales et
des critères d'infirmité
chez les enfants.

11 Protection de l'adulte
Le pouvoir d'agir au
cœur de l'intervention
sociale

12 Diagnostic
La dépression masculine

13 J'ai vu - J'ai aimé
L'exposition
de toutes nos peurs

14 Réflexion
L'empathie mise
à l'épreuve

16 Sous la loupe
Les droits
des personnes trans

17 7^e Café «Prison»
De la sanction
à la réinsertion

18 Histoire
Archives médicales:
comment les traiter?

Brèves de la Coraasp

20 Société
Prendre soin de l'être
pour guérir la planète

22 Chronique
Tante Agathe

Annonces

23 Activités et coordonnées
des membres de la Coraasp

24 Agenda
du Graap-Fondation



VOUS REPRENDREZ UNE FONDUE?

Au fait, avez-vous mangé vos cinq fruits et légumes? Et votre régime se passe bien? Jamais l'alimentation n'a été à ce point au centre des discussions... et des médias. Un jour, on nous martèle les dangers du sucre. Le lendemain, on nous rappelle que notre société compterait 20% de personnes obèses – ce qui, comme le souligne un sociologue, est exagéré. Puis un article nous présente la vie présumée exaltante d'une mannequin très maigre.

Au milieu de toutes ces représentations et injonctions, où se situe la «vérité»? «Diagonales» a tenté d'y voir plus clair, sur la base d'expertises et témoignages variés. Nos conclusions, à découvrir dans notre dossier, sont très nuancées.

Plusieurs certitudes émergent cependant. Tout d'abord, les normes esthétiques varient selon les époques et les cultures. Au 18^e et au 19^e siècle, les rondeurs étaient valorisées en Occident. Plus loin de chez nous, dans des régions encore exposées à des pénuries alimentaires, le surpoids est vu comme un atout – y compris en matière de séduction.

Secundo, s'il existe une corrélation entre la «malbouffe» et certains troubles psychiques, c'est surtout la stigmatisation qui constitue un grand danger; dévalorisées et montrées du doigt, les personnes obèses courent un risque accru de dépression.

Une bonne nouvelle cependant: le plaisir et le partage comportent des vertus. En savourant un repas avec des amis, on éprouve des sensations positives et l'on renonce à de sales habitudes: se précipiter sur la mayonnaise, engloutir sa pitance en quatrième vitesse, ou encore se goinfrer en regardant la télévision. Bref, une fondue en bonne compagnie n'est pas forcément pire qu'un repas diététique avalé devant son ordinateur...

Alexandre Mariéthoz

LE GRAAP FÊTE SES 30 ANS EN 2017

Fondé le 16 janvier 1987, le Graap fête ses 30 ans. Le menu des festivités, à savourer sans modération, est alléchant et varié:

JANVIER - MARS

Ateliers citoyens de préparation au congrès du Graap sur la vulnérabilité:
www.coraasp.ch

MARS - AVRIL

• 37^e Cycle de conférences de Cery
«Zoom à côté de l'assiette»

3 avril 2017

• 8^e Café «Prison»

17-18 mai 2017

• 28^e Congrès du Graap-Fondation
«Tous vulnérables!»

18 mai 2017

• Sortie du livre anniversaire
«30 ans de participation citoyenne»

26 mai 2017

• Fête des voisins sur les différents sites du Graap-Fondation

22 juin 2017

• 30^e Assemblée générale du Graap-Association, suivie d'un jeu de piste à travers l'histoire du Graap

24 juin 2017

• Fête de la Borde, à Lausanne, avec la participation du Graap

OCTOBRE - NOVEMBRE

10 octobre 2017

• Journée mondiale de la santé mentale

• Première du spectacle du Graap et de Rebound'Art sur la vulnérabilité, à Neuchâtel

Fin octobre

• Deuxième représentation du spectacle sur la vulnérabilité, à Lausanne

• 38^e Cycle de conférences de Cery

• 9^e Café «Prison»

• Représentations du spectacle sur la vulnérabilité dans le canton de Vaud

17 novembre 2017

• Bal de l'entraide
Casino Barrière Montreux

Pour en savoir plus, tapez www.graap.ch ou «likez» notre page Facebook!