

**Santé mentale**

**LES JEUNES FEMMES EN SOUFFRANCE**

L'OFS a révélé en décembre une augmentation exceptionnelle des hospitalisations des filles âgées de 10 à 24 ans pour des troubles mentaux, notamment des dépressions ou encore des troubles alimentaires: la hausse s'élève à 26% en 2021 par rapport à 2020, contre 6% chez les garçons. Des chiffres alarmants et une disparité qui questionne. Si le bond a eu lieu en pleine période de pandémie, impossible toutefois d'expliquer cette dégradation par les seules conséquences du Covid. Retrouvez les tentatives d'explication de spécialistes sur [femina.ch](https://www.femina.ch). [L]



*Blues post-Avatar*

**DIFFICILE RETOUR À LA RÉALITÉ**

Alors qu'*Avatar 2: La voie de l'eau* est au cinéma depuis le 14 décembre, un acronyme familier a fait son retour sur la Toile: il s'agit du PADS, soit le *Post-Avatar depression syndrome*, caractérisé par un sentiment de mélancolie et une forte inquiétude pour l'avenir de notre planète, après avoir visionné le long-métrage de James Cameron. Ainsi que le souligne le «Guardian», cette description était déjà d'actualité en 2009, à la sortie du premier film: en effet, certaines personnes auraient beaucoup de mal à retrouver le monde réel, en quittant le cinéma. On les comprend! [EDM]

**Bébé mode d'emploi  
LA BIBLE DES PRIMO-PARENTS**

C'est un incontournable, presque une norme intégrée. Et cela fait 67 ans que ça dure... Voici l'édition 2023 des deux livres de Laurence Pernoud, *J'attends un enfant* et *J'élève mon enfant*. Cette année, grande nouveauté, la relecture a été faite par Sophie Nanteuil, autrice féministe engagée, spécialiste de la parentalité. À découvrir en librairie dès le 4 janvier!



**À découvrir  
MOSAIC ROOM,  
UN ESPACE  
DE PARTAGE**

Inauguré septembre 2022 au cœur de Vevey, Mosaic Room part d'un postulat tout simple: on a toutes et tous tout à gagner à partager ses idées et ses savoirs. Ce que fait donc ce collectif par des expositions (actuellement des œuvres de Nastasia Louveau), mais aussi avec un traiteur participatif, des résidences dans les domaines du textile, du développement durable et de la recherche culinaire, ainsi qu'un «bar à coudre», ouvert le lundi soir de 18 h à 20 h. Bref, un espace créatif qui favorise les rencontres: on dit oui! [SG]

[mosaicroom.ch](https://www.mosaicroom.ch)



**Local  
UN BAUME  
QUI A  
DU CHIEN**

Vous aimez les saint-bernards? Vous aimez avoir la peau douce? Ne cherchez pas plus loin. La fameuse Fondation Barry, basée à Martigny, propose dans son petit assortiment de produits un baume de soin polyvalent aux ingrédients naturels, qui protège et soigne les zones de peau abîmées. Les recettes générées sont investies dans le bien-être et la formation de ces chiens pour des interventions sociales. [JP]

[barryland.ch](https://www.barryland.ch)

PHOTOS: ISTOCKPHOTO - 20TH CENTURY STUDIOS - LISA ROEHRICH - DR

**À fond la forme**

**NETFLIX, ACCOMPAGNATEUR SPORTIF**

C'est une première: depuis vendredi, Netflix vous invite à vous lever de votre canapé pour... bouger! En s'associant avec Nike, la plateforme propose à ses abonnés des séances de sport. Yoga, initiation au fitness, cardio ou encore renforcement musculaire, soit trente heures de sessions pour tous les niveaux. Après nous avoir transformés en «patates de canapé» accros aux séries, Netflix deviendra-t-il notre coach santé? [SC]

Banque **WIR**

**«Toujours au top  
des intérêts pour  
l'épargne.»**

**Ouvrez  
un compte  
maintenant**

*Amanda Ronci,  
Conseillère client à la Banque WIR*

[moneyland.ch](https://www.moneyland.ch)

Compte d'épargne bonus  
**Vainqueur**

Comparatif des comptes d'épargne  
Avec parts ordinaires, 12/2022

[wir.ch/top](https://www.wir.ch/top)