



COMMUNIQUÉ DE PRESSE  
Pour diffusion immédiate

# Génération sous pression

Les défis psychologiques qui marquent chaque étape de la vie

6 épisodes de 30 minutes

Sur le web et en ondes à partir du 29 avril



Extrait de l'épisode 2 (*L'adolescence anxieuse*) - Crédits : Savoir média

Montréal, le jeudi 16 avril 2026 – ***Génération sous pression*** explore à travers six épisodes les défis psychologiques qui marquent chaque étape de la vie. La série traverse les âges et met en lumière les pressions invisibles qui façonnent notre époque.

Elle débute avec une enfance souvent submergée par le TDAH et un système éducatif sous tension. Puis vient l'adolescence, happée par la performance, l'anxiété et la surcharge mentale. La série plonge ensuite dans le capharnaüm des diagnostics de santé mentale qui frappent de nombreux jeunes adultes, avant d'aborder la crise identitaire de la quarantaine, moment charnière où tout peut vaciller malgré une réussite apparente.

La cinquantaine révèle ensuite un vide inattendu, alors que se profile la fin de la vie active et la redéfinition du sens. Enfin, le dernier épisode s'attarde à la mémoire vacillante, à la maladie d'Alzheimer et à l'immense défi humain vécu par les proches aidant-e-s, tout en évoquant les espoirs suscités par les avancées scientifiques.

À travers ces récits, ***Génération sous pression*** brosse le portrait d'une société où chaque génération porte sa propre forme de souffrance — mais où comprendre ces réalités peut aussi ouvrir la voie à des solutions.

**BANDE-ANNONCE**

## LES 6 ÉPISODES

### Épisode 1 – L'ENFANCE SOUS TENSION

En demande-t-on trop aux enfants? Entre surmédicalisation du TDAH, manque de ressources et pression scolaire, on corrige individuellement ce qui reflète un système à bout de souffle. Témoignages et analyses invitent à repenser l'accompagnement.

#### Intervenant·e·s

- D<sup>r</sup> Benoît Hammarrenger, neuropsychologue
- Marie-Christine Brault, professeure de sociologie à l'Université Laval et titulaire de la chaire Antoine-Turmel sur la sociologie historique de l'enfance et de la famille
- D<sup>re</sup> Christine Grou, psychologue, présidente de l'Ordre des psychologues du Québec

### Épisode 2 – L'ADOLESCENCE ANXIEUSE

Les ados d'aujourd'hui vivent sous tension. Génération post-pandémie, entre écrans, performance, anxiété et futur incertain, l'insouciance s'efface. Submergé par la comparaison et la surcharge mentale, leur cerveau cherche un peu de calme.

#### Intervenant·e·s

- D<sup>re</sup> Marie-Claude Geoffroy, psychologue, titulaire de la Chaire de recherche du Canada en prévention du suicide chez les jeunes et professeure au département de psychiatrie de l'Université McGill et au centre de recherche Douglas
- Olivier Jamouille, pédiatre en médecine adolescente, CHU Sainte-Justine
- D<sup>re</sup> Christine Grou, psychologue, présidente de l'Ordre des psychologues du Québec

### Épisode 3 – LE LABYRINTHE DU DIAGNOSTIC

Quand les symptômes de bipolarité, trouble de personnalité limite, autisme, dépression et autres troubles se mêlent, de nombreux jeunes adultes se perdent dans le chaos clinique, en quête de sens, de vérité et de stabilité.

#### Intervenant·e·s

- Alexandre Hudon, médecin psychiatre, Institut universitaire en santé mentale de Montréal
- D<sup>re</sup> Tania Lecomte, psychologue clinicienne spécialisée en intervention auprès de personnes ayant des troubles mentaux sévères
- D<sup>re</sup> Christine Grou, psychologue, présidente de l'Ordre des psychologues du Québec

### Épisode 4 – LA QUARANTAINE EN CRISE

On plonge dans le burn-out existentiel : tout semble réussi, mais rien n'a de sens. Épuisement, ruptures, perte de désir et questionnements existentiels font de cette étape une ligne de fracture où corps et esprit s'épuisent.

#### Intervenantes

- Nathalie Plaat, psychologue clinicienne et auteure
- Souleima El Achkar, économiste principale, Institut du Québec

### Épisode 5 – LA FIN D'UN RÔLE

Après une vie bien remplie, la retraite confronte certaines personnes au vide et au mal-être, tandis que d'autres y voient un nouveau départ. C'est un moment charnière où il faut réapprendre à exister et trouver une nouvelle place dans sa vie.

#### Intervenantes

- Rose-Marie Charest, psychologue, auteure et conférencière
- Rachel Green, psychologue

## Épisode 6 – LE GRAND OUBLI

Au-delà de 75 ans, le vieillissement du cerveau fragilise la mémoire. La maladie d'Alzheimer, influencée par stress, sommeil et alimentation, n'est peut-être plus une fatalité.

### Intervenant·e·s

- Ziad Nasreddine, neurologue et créateur du test MoCA
- Sylvia Villeneuve, neuropsychologue, chercheuse et directrice du centre d'études sur la prévention de la maladie d'Alzheimer, Institut Douglas
- Ressource supplémentaire : <https://aufildutemps.quebec>

## GÉNÉRATIONS SOUS PRESSION

- 6 épisodes de 30 minutes
- Sur le web : 6 épisodes disponibles le 29 avril 2026
- En ondes : un épisode par semaine les mercredis à 20 h à partir du 29 avril 2026
- Production : Savoir média
- Production déléguée : Maryline Koellsch
- Réalisation : François Coulombe-Giguère
- En collaboration avec l'Ordre des psychologues du Québec

## À PROPOS DE SAVOIR MÉDIA

Entièrement gratuit et sans publicités, Savoir média est un organisme québécois sans but lucratif dont la mission est de propulser le savoir et de nourrir les réflexions des citoyen·ne·s sur des enjeux de société. Producteur et diffuseur, Savoir média donne un accès unique à des productions originales qui donnent la parole à des expert·e·s québécois·es reconnu·e·s.

Sur le web : [savoir.media](http://savoir.media) | [youtube.com/savoirmedia](https://youtube.com/savoirmedia) | et sur les principales plateformes de balado

À la télé : Vidéotron 622 - Bell Télé 152 - Bell Fibe 1147 ou 147 - Shaw 738 - Telus 712 - Cogeco 47

Sur l'application : [iOS](#) | [Android](#) | [Roku](#)

Sur les médias sociaux : [Facebook](#) | [Instagram](#) | [TikTok](#)

-30-

Pour des demandes d'entrevues concernant *Généralions sous pression*, de liens d'écoute ou de matériel visuel, veuillez contacter :



### Rosemonde Communications

Rosemonde Gingras

514-458-8355

[rosemonde@rosemondecommunications.com](mailto:rosemonde@rosemondecommunications.com)