

## Climat : Comment ne pas déprimer ?

[Changements climatiques](#) [Santé-Environnement](#)

### Mots clés

[éco-anxiété](#)

Podcast audio qui fait intervenir la pédopsychiatre Laélia Benoît, pour parler de l'éco-anxiété, et des moyens d'y faire face. (« Chaleur humaine » est un podcast hebdomadaire de réflexion et de débat sur les manières de faire face au défi climatique.)

### Accéder à la ressource

<https://open.spotify.com/episode/4SsYdjNMcS0W79NHRrD1ty>

Mise à jour de cette  
page :

29/01/2026

[Ressources pour  
comprendre et  
transmettre](#)

### Format :

[Autre](#)

### Année :

2022

### Editeur :

Le Monde