

# Santé des Étudiants & des Lycéens

## ENQUÊTE HEYME

### DOSSIER DE PRESSE

**3 JUILLET 2019**

# Sommaire



INTRODUCTION 3

MÉTHODOLOGIE & PROFIL  
DES RÉPONDANTS 4

## LES THÈMES

1. Conditions de vie 7

2. Santé globale des étudiants 12

3. Vie affective et sexualité 15

4. Nutrition 25

5. Stress, mal être, sommeil 31

6. Produits psychoactifs 37

7. Santé numérique 43

8. FOCUS Violences et discriminations 49

LES THÈMES DE PRÉVENTION  
ATTENDUS PAR LES ÉTUDIANTS 55

LES GRANDS ENSEIGNEMENTS 58

LES ACTEURS DE L'ENQUÊTE SANTÉ 62

# Introduction

La santé des lycéens et des étudiants est un enjeu sociétal majeur. « Comment se porte la population jeune en 2019 ? Comment se conduit-elle vis-à-vis de sa santé ? Quelles sont ses attentes ? »

Le savoir donne la tendance des politiques de prévention et promotion de la santé à mener auprès de cette population très spécifique. Connaître leurs comportements constitue une source de données prédictives. L'étudier octroie un arrêt sur image singulier sur ces jeunes en pleine prise d'autonomie. Qu'apprenons-nous ? Ils déclarent aller bien mais entre comportements à risque, stress augmenté, sommeil altéré, usage excessif du smartphone, discrimination, manque de temps et de moyens, tout n'est pas aussi évident dans la sphère santé des jeunes.

Ce qui est certain c'est qu'il est nécessaire de les accompagner non seulement à préserver leur capital santé mais également à parler d'eux, car demain se construira avec eux. C'est sans doute une évidence mais face aux problématiques sanitaires de nos sociétés (défiance vaccinale, débordement des urgences, recrudescence des IST, malbouffe, etc.), appréhender au plus tôt les actions préventives auprès des jeunes est une mission primordiale. Il suffit de regarder la baisse du taux de jeunes utilisant des préservatifs pour en être persuadé. Les messages doivent être répétés encore et encore ...

**HEYME, un nouvel interlocuteur légitime sur la santé des jeunes**

Juin 2019, HEYME naît de l'alliance de 7 mutuelles dont la SMEREP et la MEP. HEYME s'inscrit dans la continuité des précédentes politiques de santé menées par ces deux mutuelles étudiantes. Sa volonté d'engager un

dialogue préventif avec les jeunes, sur le terrain, dans les facs et écoles ou encore lors des soirées est toujours aussi forte. En effet, HEYME est un nouvel acteur clé dans la vie des jeunes, dans leur protection, mais également un éclaireur qui les scrute au plus près pour mieux les accompagner. HEYME est ainsi attentif à qui ils sont, à ce qu'ils font, et plus spécifiquement dans le domaine de la santé. HEYME s'est donné pour mission de poursuivre les engagements en faveur de la prévention et promotion de la santé déjà institués par ses aînés, la SMEREP et la MEP. HEYME a aussi pour ambition de se démarquer et de s'investir dans un champ d'action plus large.

C'est ainsi que cette saison, un nouveau thème est abordé au regard des actualités sociétales : les violences et discriminations.

HEYME a voulu sonder les étudiants et lycéens sur un sujet préoccupant, tant la réalité des témoignages est alarmante : montée de l'homophobie, violences sur les réseaux sociaux, violences sexuelles, discriminations... Vous le découvrirez, mais la violence sexuelle est un des sujets préventifs plébiscités par les étudiants.

**Les indicateurs barométriques permanents sur la santé des jeunes**






Les « essentiels » sur les conditions de vie et l'état de santé des étudiants et lycéens sont également de nouveaux explorés, en plusieurs volets distincts : conditions de vie, état de santé global, vie affective et sexualité, nutrition, stress / mal-être / sommeil, produits psychoactifs et santé numérique pour la deuxième édition.



# Méthodologie & Profil des étudiants et des lycéens

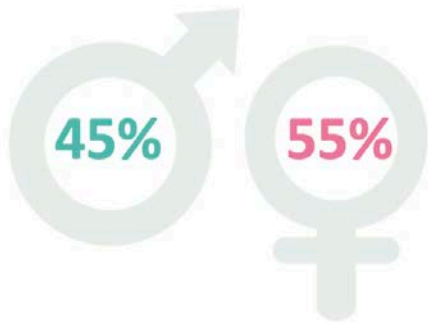
# Méthodologie

## Enquêtes Étudiants & Lycéens

	<p>▶ Études réalisées auprès d'un échantillon de 841 étudiants de France âgés de 16 à 28 ans et d'un échantillon de 841 lycéens français âgés de 14 à 22 ans. Ces échantillons sont représentatifs de ces populations en termes de genre, d'âge, de région.</p>
	<p>▶ <b>Mode d'interrogation</b> : Les échantillons ont été interrogés online. Les terrains étudiants et lycéens ont été réalisés par notre panel partenaire Bilendi</p>
	<p>▶ <b>Dates de terrain</b> : les interviews ont été réalisées du <b>11 avril 2019 au 12 mai 2019</b></p>
	<p>▶ Cette enquête a été réalisée par "<i>opinionway</i>" en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252</p>
	<p>▶ Dans ce rapport les différences significatives ont été testées au seuil de 95%. Elles sont représentées comme suit : <b>Xx% / xx%</b> Ecart significativement supérieur ou inférieur à un niveau de confiance de 95% par rapport à la population précisée</p>

# Profil des étudiants

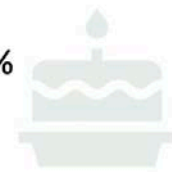
Base : 841 étudiants



16-20 ans 52%

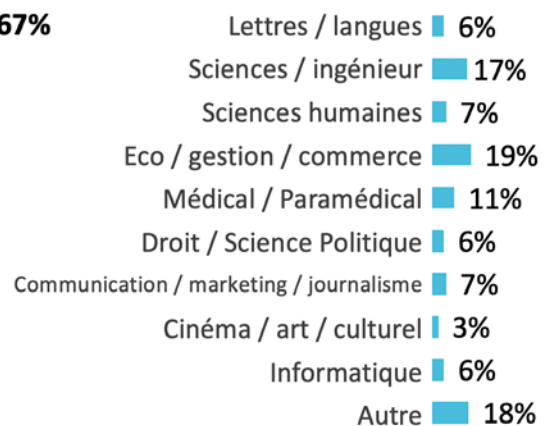
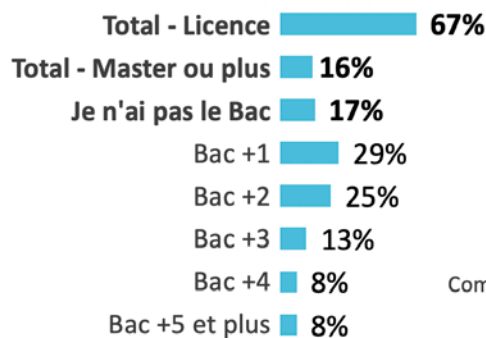
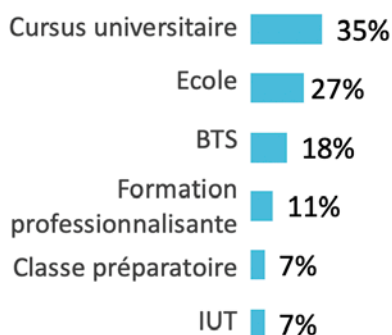
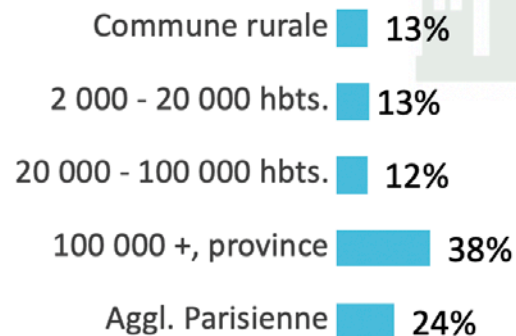
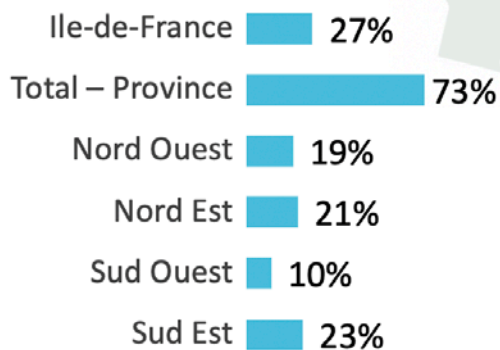
21-23 ans 38%

24 ans et + 10%



Age moyen :

**21 ans**



# Conditions de vie

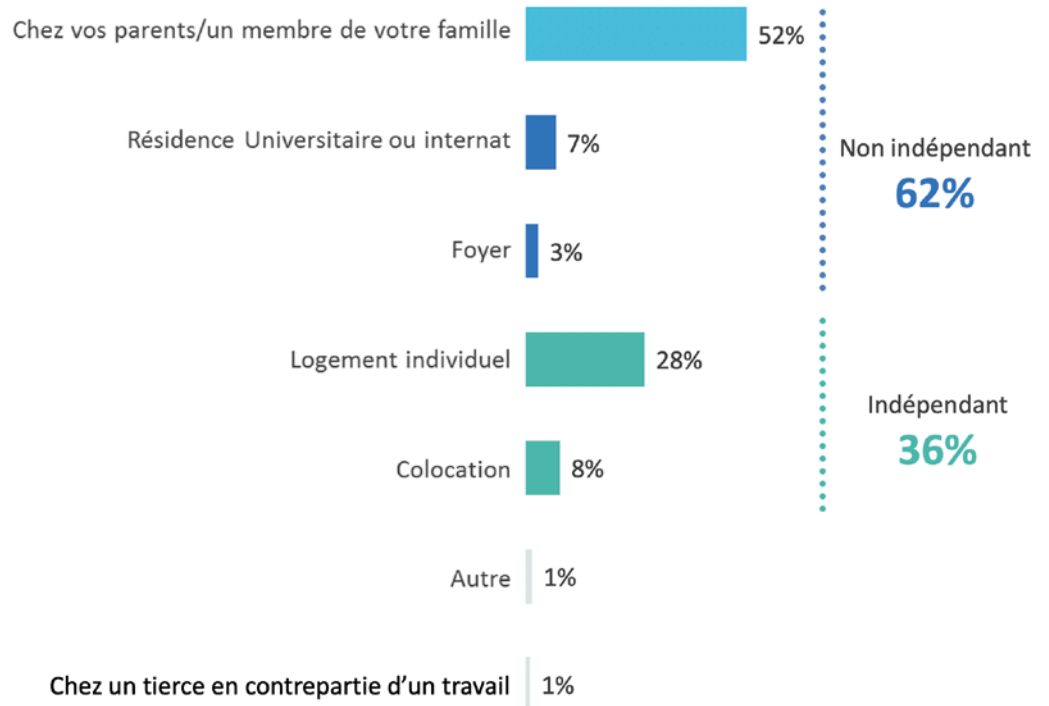
Où habitent les étudiants ?  
Travaillent-ils ? D'où provient leur source de revenus ? Quelle est la répartition de leur budget ? Ont-ils des difficultés financières ?



# 1 étudiant sur 2 vit chez ses parents ou un membre de sa famille

## Où habitent les étudiants ?

Base : 841 étudiants



# Un peu plus de la moitié des étudiants travaillent en dehors de leurs études dont la majorité moins de 13h par semaine

## Les étudiants exercent-ils une activité rémunérée en plus de leurs études ?

Base : 841 étudiants



**61%** des étudiants ont un petit boulot

dont **33%** de manière intermittente  
Et **22%** toute l'année  
Et **6%** en tant qu'auto-entrepreneur

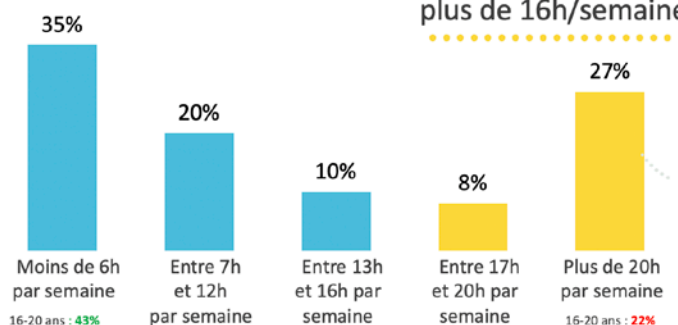
Femmes : 59% / Hommes : 50%  
BTS : 64%

## Si oui, combien de temps y consacrent-ils ?

Base : 465 ont une activité rémunérée



**35%** Y consacrent plus de 16h/semaine





# La première source de revenu des étudiants provient de leurs parents

Approximativement de quel budget disposent-ils pour vivre chaque mois ?

Quelle est la provenance des ressources nécessaires pour couvrir ce budget mensuel ?

Base : 841 étudiants



Ils disposent en moyenne d'un budget mensuel de

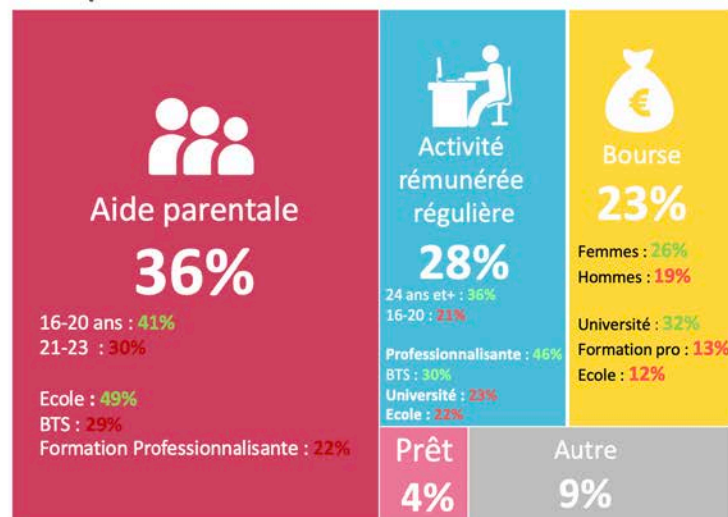
**463€**



Hommes : **515€** / Femmes : **421€**  
24 ans et+ : **584€** / 21-23 ans : **542€** / 16-20 ans : **383€**

Formation pro : **597€**

## Qui provient de...



# Un budget qui leur permet principalement de payer leurs dépenses alimentaires, leur logement et leurs sorties/shopping

Quelle est la répartition de ce budget ?

Base : 841 étudiants



Ils disposent en moyenne d'un budget mensuel de

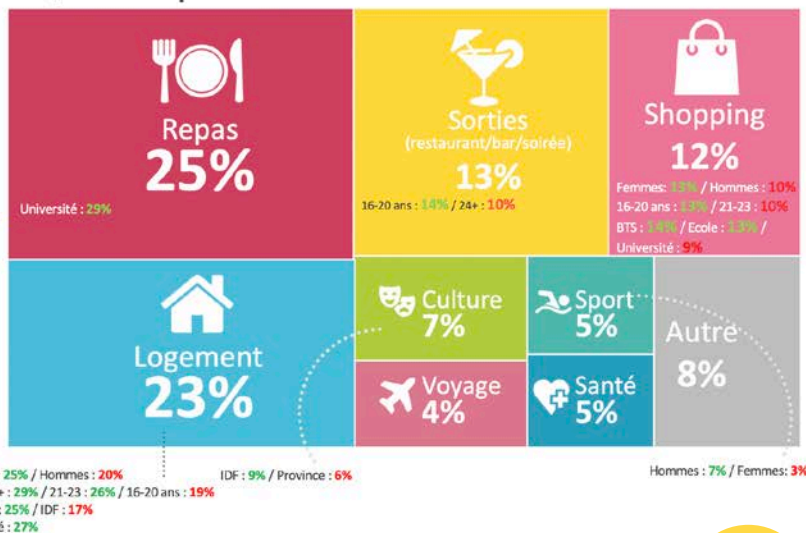
**463€**



Hommes : **515€** / Femmes : **421€**  
24 ans et+ : **584€** / 21-23 ans : **542€** / 16-20 ans : **383€**

Formation pro : **597€**

## Qui se répartit ainsi :



**Des étudiants en difficulté financière : près de 3 étudiants sur 10 déclarent avoir rencontré des difficultés financières pendant plus de la moitié de l'année**

**En moyenne, au cours de l'année, se sont-ils retrouvés en difficulté financière (y compris les fins de mois) ?**

Base : 841 étudiants

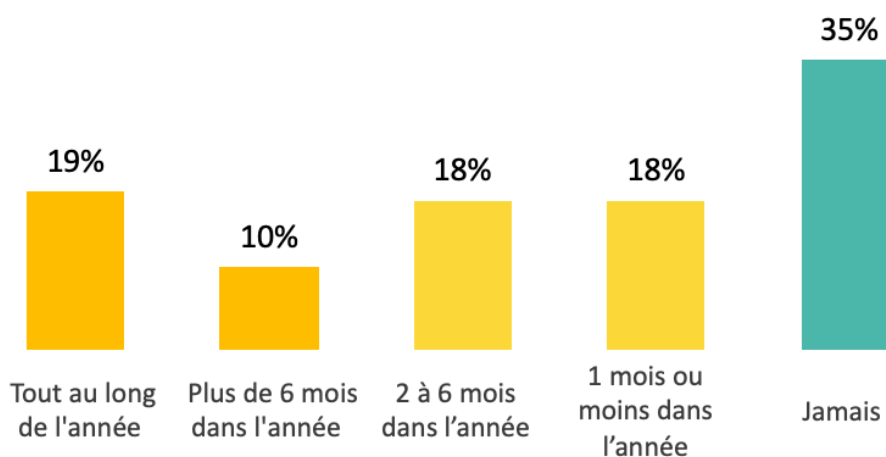


**65%**

des étudiants déclarent avoir rencontré des difficultés financières



16-20 ans : **61%** / Formation pro : **75%** / Ecole : **57%** / IUT : **47%**



# Synthèse

## conditions de vie des lycéens



Un budget mensuel de **62 €** en moyenne qui se répartit entre :



Shopping

28 %



Sorties

22 %



Repas

16 %



Culture

17 %



Sport

5 %

**17 %** des lycéens ont un **petit boulot** en plus du lycée



**78 %** d'entre eux travaillent **moins de 12h par mois**

**22 %** d'entre eux travaillent plus de 12h par mois

Moins de 6h par mois

Entre 6h et 12h par mois

Entre 12h et 24h par mois

Plus de 24h par mois

43 %

35 %

16 %

6 %

# Santé globale des étudiants

Les étudiants se considèrent-ils en bonne santé ? Consultent-ils un médecin généraliste ?



# Des étudiants qui se déclarent globalement en bonne santé

## Comment qualifient-ils leur santé ?

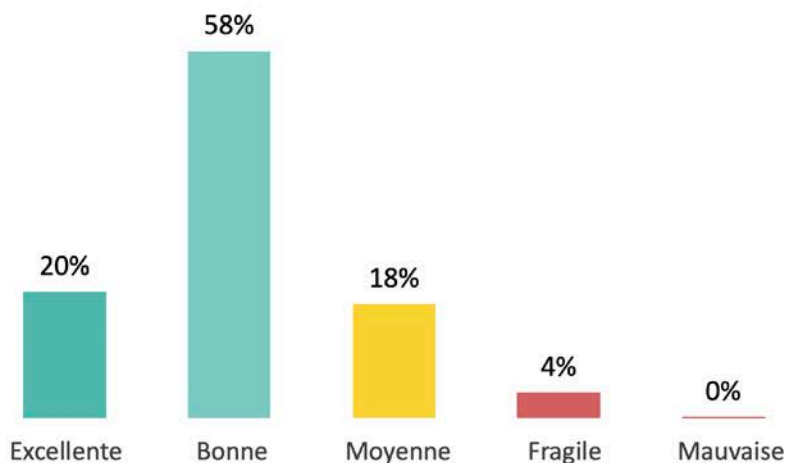
Base : 841 étudiants



**78%**  
Se considèrent en  
bonne santé



Hommes : 86% / Femmes : 71%



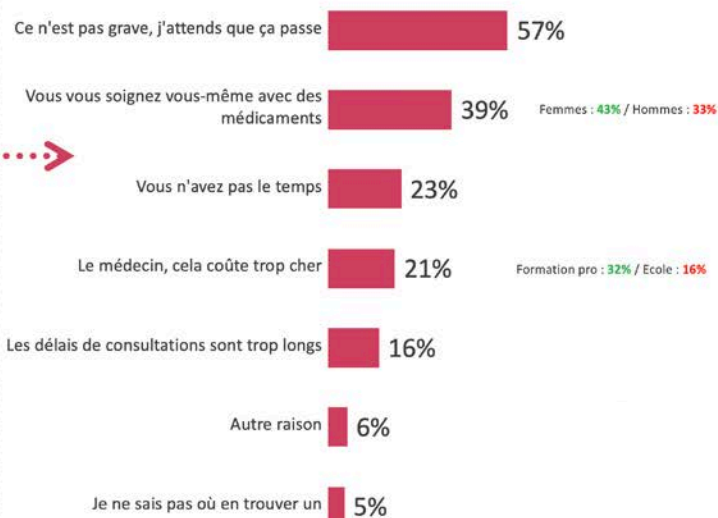
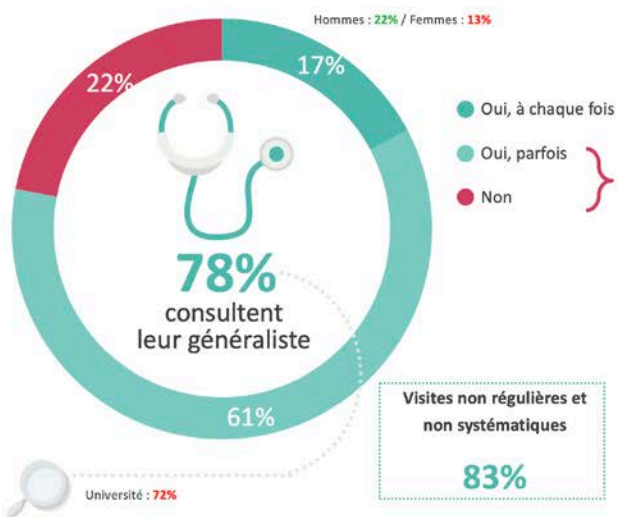
## Mais qui, en cas de besoin, ne consultent pas systématiquement le médecin généraliste et préfèrent attendre que ça passe ou pratiquent l'automédication

### Lorsqu'ils sont malades vont-ils chez le médecin généraliste ?

Base : 841 étudiants

**S'ils ne vont jamais chez le médecin généraliste, ou s'ils pensent qu'ils n'y vont pas assez, c'est parce que :**

Base : Ne consulte pas toujours le médecin (698)



**1,7**  
raisons en moyenne

# Synthèse

## La santé globale des lycéens

Des lycéens qui se déclarent  
globalement en bonne santé



**92%** des lycéens se déclarent **en bonne santé**



Mais la majorité, **78 %** ne consultent pas systématiquement  
de médecins en cas de besoin

**54 %** d'entre eux attendent que ça passe

**41 %** d'entre eux pratiquent l'**automédication**

# Vie affective et sexualité

Du premier rapport sexuel, à la prise de contraception, au port du préservatif, aux croyances sur la guérison du sida, des données qui soulignent que « tout n'est pas acquis » en matière de messages de prévention.



7 étudiants sur 10 déclarent avoir déjà eu un rapport sexuel

Ont-ils déjà eu un rapport sexuel ?

Base : 841 étudiants

72%

des étudiants de 16 ans  
à 28 ans déclarent avoir déjà eu  
un rapport sexuel



24 ans + : 85%    Formation pro : 84%  
21-23 ans : 80%  
16-20 ans : 63%

Un peu moins de la moitié des étudiants déclare utiliser systématiquement un préservatif, notamment pour se protéger des IST et éviter une grossesse

Mettent-ils un préservatif à chaque rapport sexuel, et si oui, pour quelles raisons ?

Base : Ont déjà eu un rapport sexuel (602) / Base : Utilisent le préservatif systématiquement (266)

44% →

déclarent utiliser un  
préservatif à chaque  
rapport sexuel



Hommes : 60%    16-20 ans : 50%  
Femmes : 31%    21-23 ans : 39%

Les raisons d'en utiliser systématiquement

Pour me protéger du VIH/SIDA/IST  
(infections sexuellement transmissibles) 71%

Pour éviter une grossesse 70%

Pour protéger mon/ma partenaire du  
VIH/SIDA/IST (infections sexuellement  
transmissibles) 45%  
Hommes : 53% / Femmes : 34%  
21-23 ans : 36%

Autre 3%

1,9  
raisons en moyenne



La majorité des étudiants oublie de mettre un préservatif parce qu'ils n'en disposent pas à cet instant ou/et n'en n'ont pas envie sur le moment

## Quelles sont les raisons de l'oubli du préservatif ?

Base : Ont déjà eu un rapport sexuel (602)

### Les raisons d'oubli du préservatif



1,3

raisons en moyenne

57% →

Déclarent avoir déjà oublié de mettre un préservatif lors d'un rapport sexuel



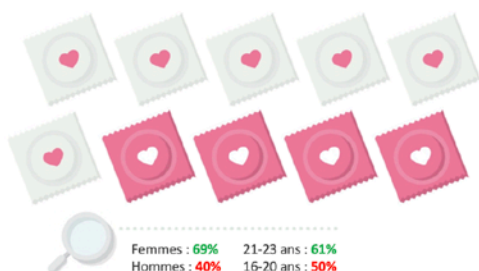
Ceux qui n'en utilisent pas systématiquement le justifient majoritairement par un(e) partenaire stable ou/et la prise de la pilule

## Mettent-ils un préservatif à chaque rapport sexuel, et si non, pour quelles raisons ?

Base : Ont déjà eu un rapport sexuel (602) / Base : N'utilisent pas le préservatif systématiquement (336)

56% →

déclarent ne pas utiliser de préservatif à chaque rapport sexuel



2,4

16-20 ans : 2,7 / 21-23 ans : 2,1  
raisons en moyenne

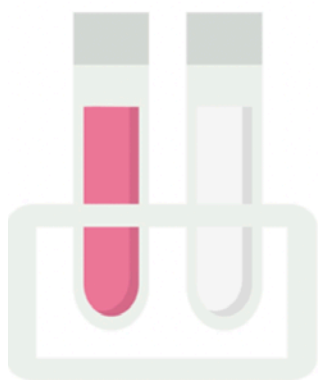
### Les raisons de ne pas en utiliser systématiquement



Près d'1 étudiant sur 5 ne se fait jamais dépister contre le VIH/SIDA/IST en cas de changement de partenaire car il estime le plus souvent ne pas avoir pris un risque suffisant

## Les étudiants se font-ils dépister (VIH/SIDA/IST), en cas de changement de partenaire ?

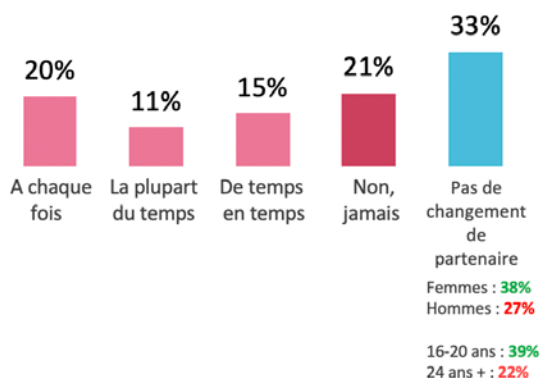
Base : Ont déjà eu un rapport sexuel (602 étudiants)



**46%**

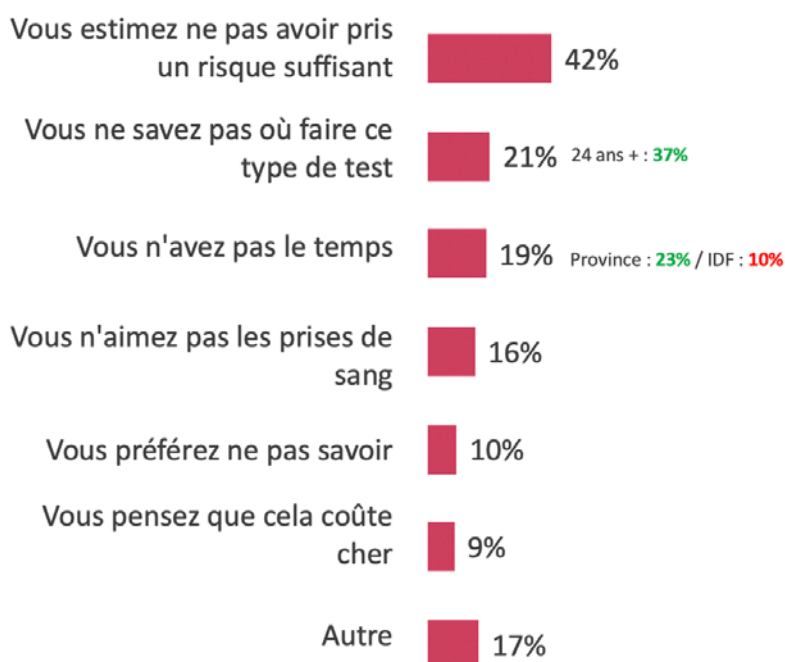
21-23ans : 53% / 16-20 ans : 38%  
Formation pro : 61%

Se font dépister en cas de changement de partenaire



## Raisons pour lesquelles les étudiants ne se font pas dépister en cas de changement de partenaire :

Base : Ne se font pas dépister systématiquement (283)



**1,3**

raisons en moyenne

Près de la moitié des étudiantes déclare prendre la pilule contraceptive.  
Pour les autres, c'est l'absence de rapports sexuels ou l'impact négatif sur la santé qui justifie ce choix.

## Les étudiantes prennent-elles la pilule contraceptive ?

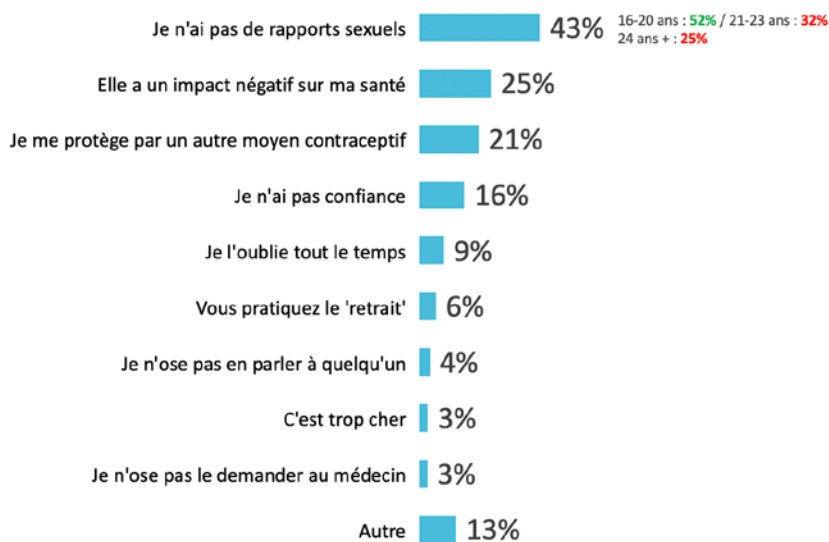
Base : 463 étudiantes



**37%** des étudiantes qui déclarent avoir déjà eu des rapports sexuels ne prennent pas la pilule contraceptive

## Si les étudiantes ne prennent pas de pilule contraceptive, c'est parce que :

Base : ne prennent pas la pilule contraceptive (234)



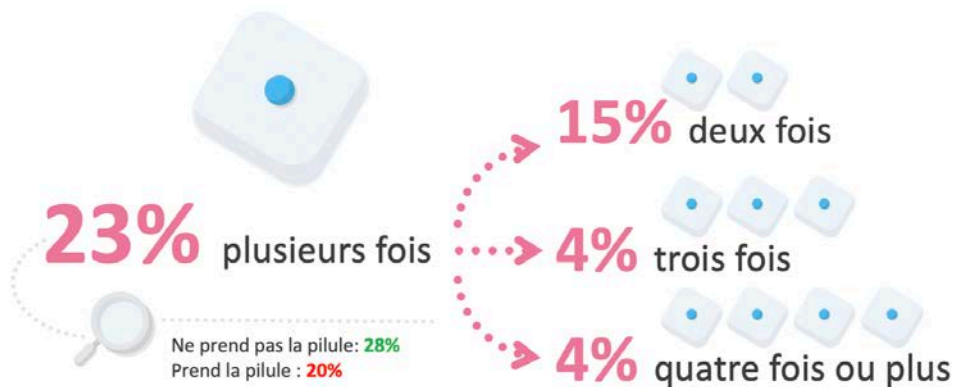
Plus de 4 étudiantes sur 10 déclarent avoir déjà eu recours à la contraception d'urgence

Combien de fois les étudiantes ont-elles eu recours à la contraception d'urgence (ou « pilule du lendemain ») ?

Base : Femmes ayant déjà eu un rapport sexuel (337)

**46%**

des étudiantes déclarent avoir déjà eu recours à la contraception d'urgence



Combien de fois les étudiantes ont-elles eu recours à une IVG (Interruption Volontaire de Grossesse) ?

Base : Femmes ayant déjà eu un rapport sexuel (337)

**8%**

ont déjà eu recours à l'IVG



16-20 ans : 10%  
24 ans + : 10%  
21-23 ans : **5%**

# Des fausses croyances qui persistent auprès des étudiants concernant les modes de transmission du VIH/SIDA

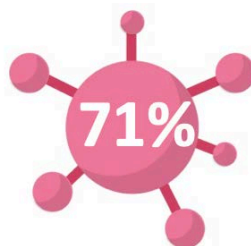
## Les étudiants pensent que l'on peut devenir séropositif dans les situations suivantes :

Base : 841 étudiants



Par des relations sexuelles non protégées

Femmes : 93%  
Hommes : 84%



Par des injections de drogues (seringues...)

Femmes : 76%  
Hommes : 64%  
21-23 ans : 76%  
16-20 ans : 66%



Par une piqûre de moustique

Province : 22%  
IDF : 12%



En embrassant une personne séropositive

17%

Hommes : 21%  
Femmes : 13%

En contact avec une personne séropositive



En buvant dans le verre d'une personne séropositive



En serrant la main d'une personne séropositive

Femmes : 4%  
Hommes : 2%

Autres : 10%

NSP : 4%

2,2

Croyances en moyenne



91%

Ont de vraies croyances sur les modes de transmission du Sida

33%

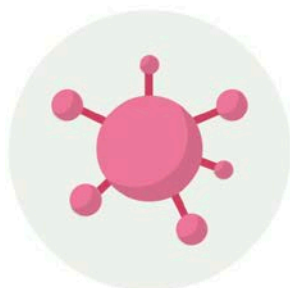


Ont de fausses croyances sur les modes de transmission du Sida

2 étudiants sur 10 qui pensent que l'on guérit aujourd'hui facilement du SIDA

Les étudiants pensent-ils qu'il est possible de guérir facilement du SIDA ?

Base : 841 étudiants



●●●●●●●●●●

**2 étudiants sur 10**  
**(19%)**  
pensent que l'on  
guérit facilement du  
SIDA aujourd'hui



Hommes : **23%**  
Femmes : **15%**



16-20 ans : 10%  
24 ans + : 10%  
21-23 ans : **5%**

# Synthèse

## La vie affective et la sexualité des lycéens

### Des attitudes à risque chez certains lycéens



Près de **3** lycéens sur **10** ont déjà eu un **rapport sexuel**

Pour **26%** des lycéens ayant eu des rapports sexuels, le **port du préservatif n'est pas systématique**



**74%** l'utilisent systématiquement, notamment pour se protéger des IST ou d'une possible grossesse

Seulement **22%** se font **dépister à chaque changement de partenaire**

Les autres estiment ne pas avoir pris assez de risques pour devoir en faire



**17%** des lycéens ont **de fausses croyances** concernant les modes de transmission du SIDA et **17%** pensent que l'on guérit facilement du SIDA aujourd'hui

# Synthèse

## La vie affective et la sexualité des lycéens

### Une pilule contraceptive peu utilisée par les lycéennes



La pilule contraceptive est un moyen de contraception peu répandu chez les lycéennes. **24 %** des lycéennes déclarent prendre la pilule contraceptive



Mais la pilule du lendemain a déjà été une solution de recours pour **24%** des lycéennes ayant déjà eu des rapports sexuels et **4%** d'entre elles ont déjà eu recours à l'IVG



# Nutrition

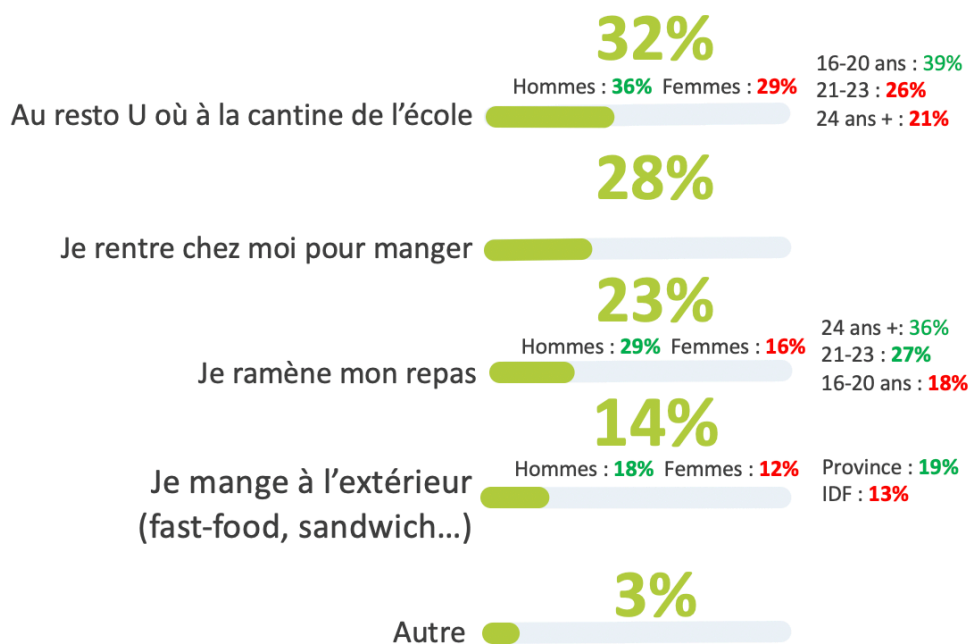
Quel est le rapport des étudiants à la nourriture ? Quel budget y consacrent-ils ? Sautent-ils des repas ?



## Moins de la moitié des étudiants déclare faire attention à son alimentation

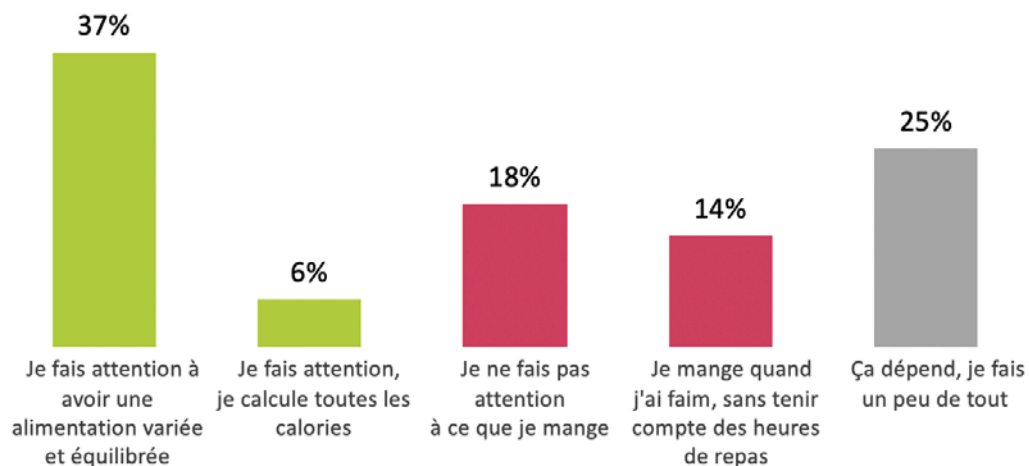
### Où mangent-ils principalement le midi lorsqu'ils ont cours ?

Base : 841 étudiants



### Quel est leur rapport à la nourriture ?

Base : 841 étudiants



Et la grande majorité des étudiants déclare grignoter entre les repas, par gourmandise ou pour compenser les sauts de repas

S'il leur arrive de grignoter, quelle(s) en sont les raison(s) ?

Base : 841 étudiants

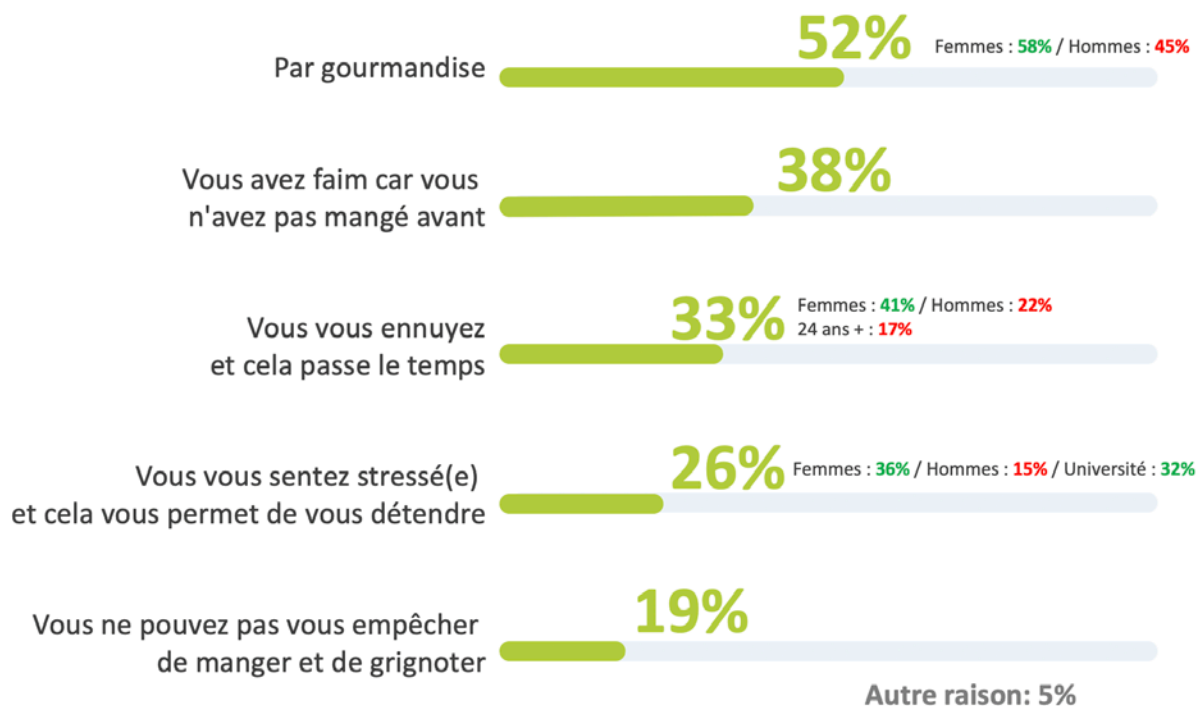


**94%**  
des étudiants  
admettent grignoter



16-20 ans : **96%**  
21-23 ans : **91%**

...ils le font...



**1,8**  
raisons en moyenne  
Femmes : **2,1** / Hommes : **1,5**

Un budget quotidien moyen de 8€ pour l'alimentation et qui varie en fonction du genre, de l'âge, de la région

En moyenne combien dépensent-ils par jour pour leurs repas ?

Base : 841 étudiants

En moyenne, les étudiants  
dépensent  
**8€00**  
par jour pour leurs repas



Hommes : **8,7€**  
Femmes : **7,1€**

24 ans et+ : **9,5€**

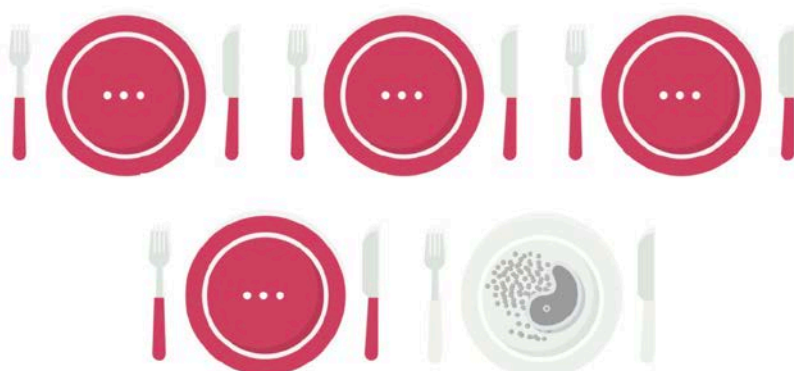
IDF : **8,8€**  
Province : **7,5€**

Formation pro : **11€**  
IUT : **6€**

Plus de 8 étudiants sur 10 déclarent sauter des repas  
Leur arrive-t-il de sauter des repas ?

Base : 841 étudiants

**86%**  
des étudiants  
sautent au moins un repas

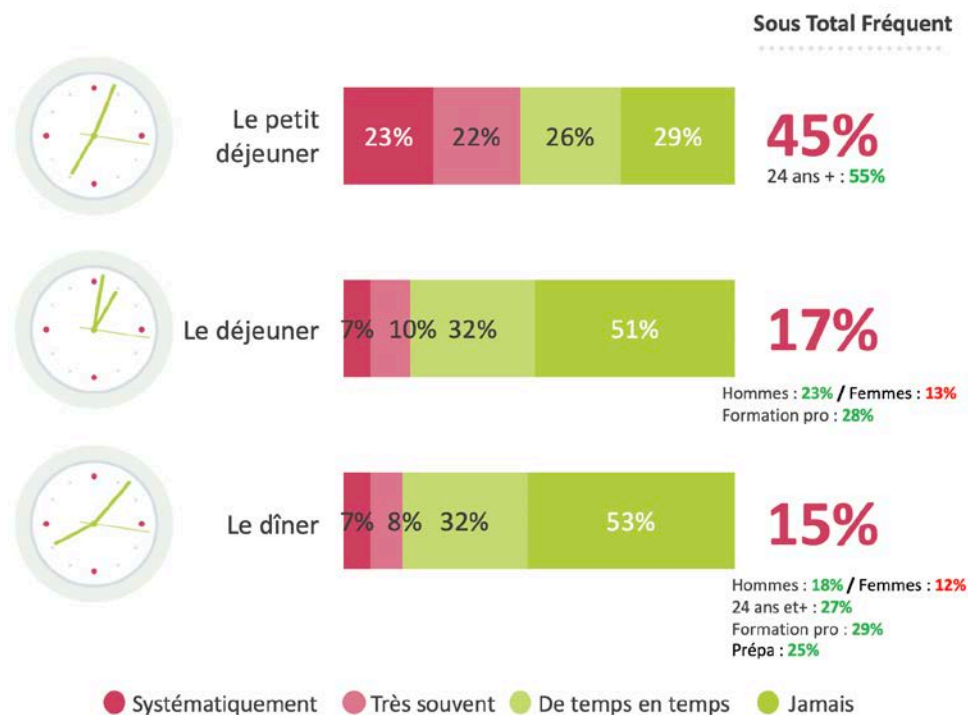


IDF : **91%** / Province : **84%**

# Les étudiants déclarent sauter plus fréquemment le petit-déjeuner

## Quel(s) repas sautent-ils ?

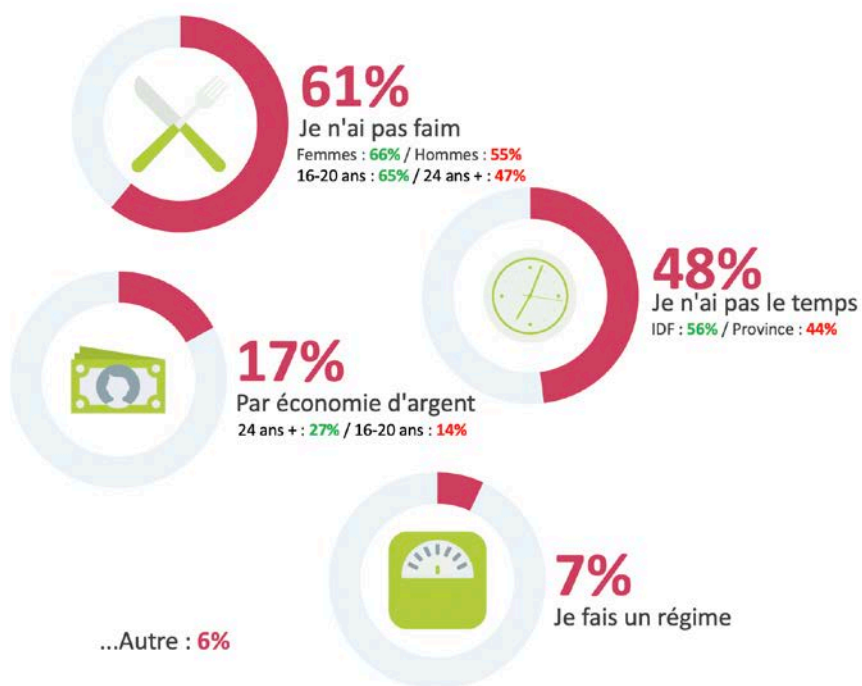
Base : sautent au moins un repas (725) / Plusieurs réponses possibles



## ... Par manque d'appétit ou de temps mais également par économie d'argent

### Quelles sont les raisons qui les poussent à sauter un/des repas ?

Base : sautent au moins un repas (725) / Plusieurs réponses possibles



# Synthèse

## La nutrition des lycéens

### Des mauvaises habitudes alimentaires chez les lycéens



**42%** des lycéens **déclarent ne pas faire attention à leur alimentation**



**Le grignotage:** une habitude très fréquente chez les lycéens.

**92%** des lycéens sont concernés



Et près de **72%** des lycéens **sautent des repas**,  
le petit déjeuner étant le plus fréquent.

Une attitude justifiée par **le manque d'appétit** ou par **le manque de temps**

# Stress, Mal-être, Sommeil

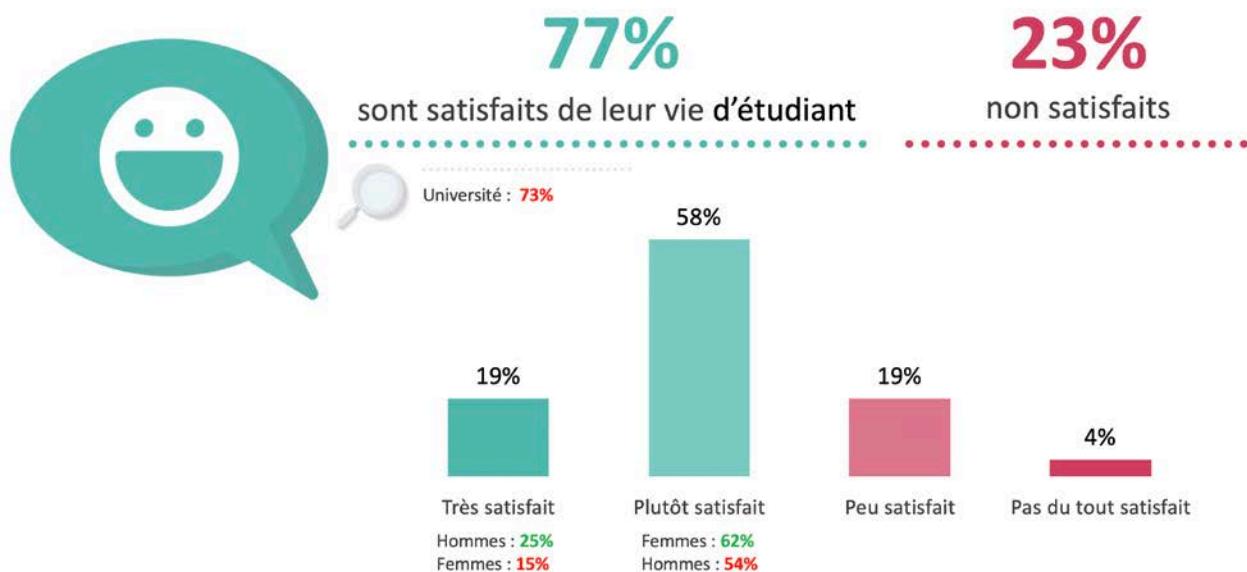
Les étudiants sont-ils satisfaits  
de leur vie étudiante ?  
Sont-ils stressés ou angoissés ?  
Ont-ils des problèmes de  
sommeil ?



Près de 8 étudiants sur 10 sont satisfaits de leur vie d'étudiants

D'une façon générale, se sentent-ils satisfaits de leur vie d'étudiant ?

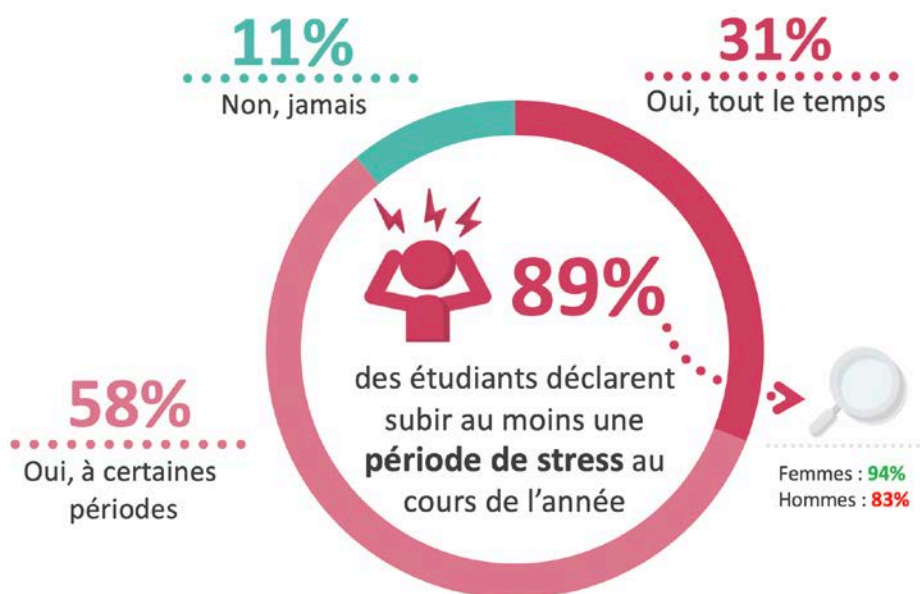
Base : 841 étudiants



Pourtant 9 étudiants sur 10 sont stressés au cours de l'année, parmi eux 1/3 déclarent être tout le temps stressés. Plus d'1 étudiant sur 2 a des problèmes de sommeil : pour le tiers ces problèmes de sommeil sont liés au stress

Leur arrive-t-il d'être stressés ou angoissés au cours de l'année ?

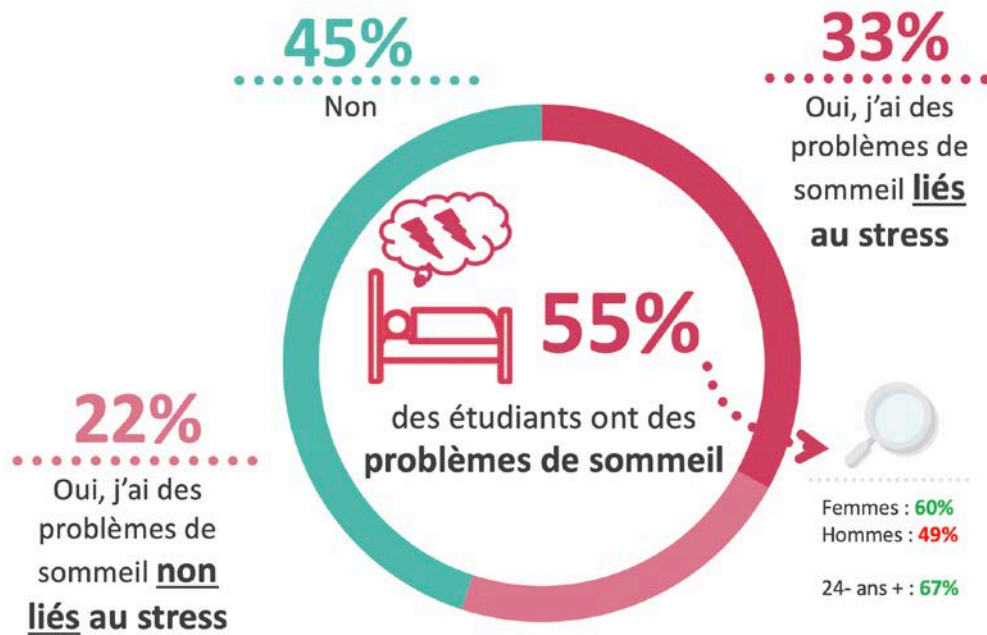
Base : 841 étudiants





## Ont-ils des problèmes de sommeil ?

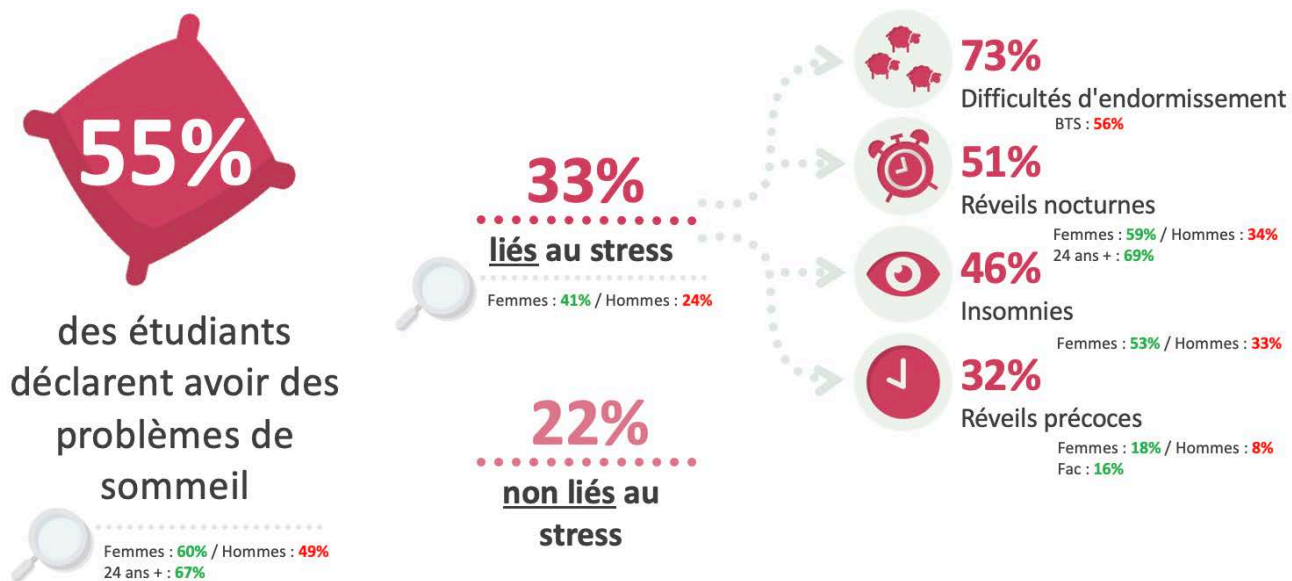
Base : 841 étudiants



Des problèmes de sommeil liés au stress qui provoquent principalement des difficultés d'endormissement et des réveils nocturnes

## Ont-ils des problèmes de sommeil en lien avec leur stress ?

Base : 841 étudiants



2

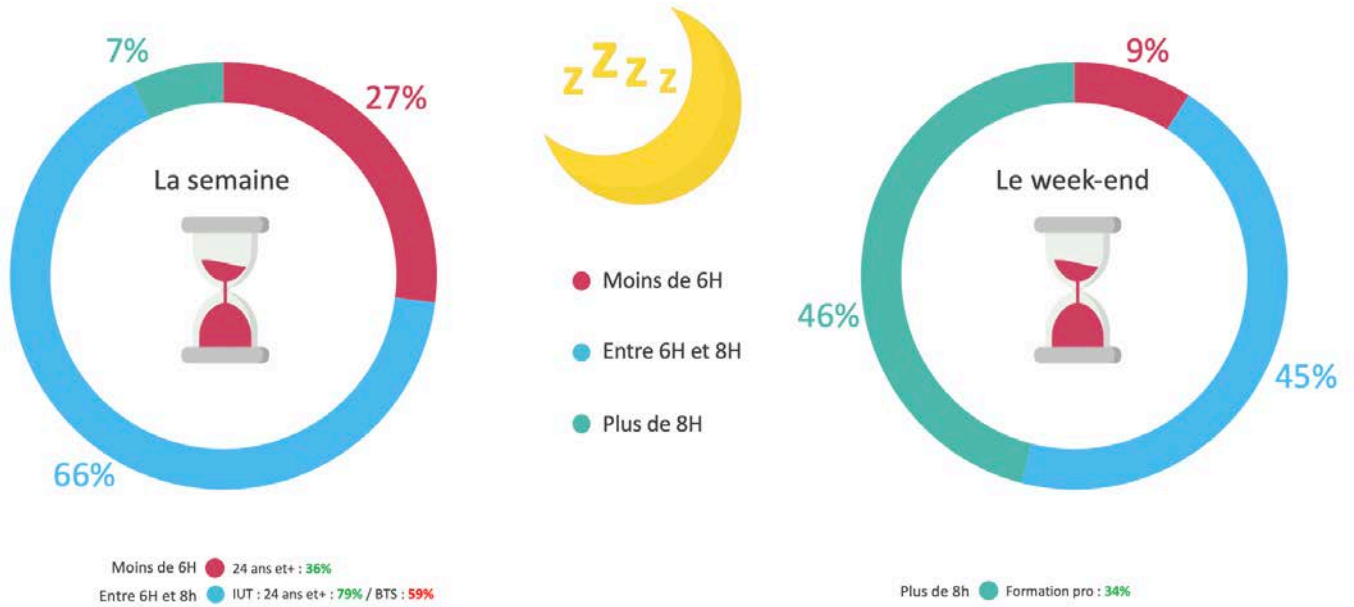
problèmes de sommeil en moyenne

Femmes : 2,2 / Hommes : 1,7

Une moyenne de 6 à 8 heures de sommeil en semaine pour la majorité des étudiants et plus de 8h le week-end

Quelle est la durée moyenne de leur nuit de sommeil durant la semaine et le week-end ?

Base : 841 étudiants

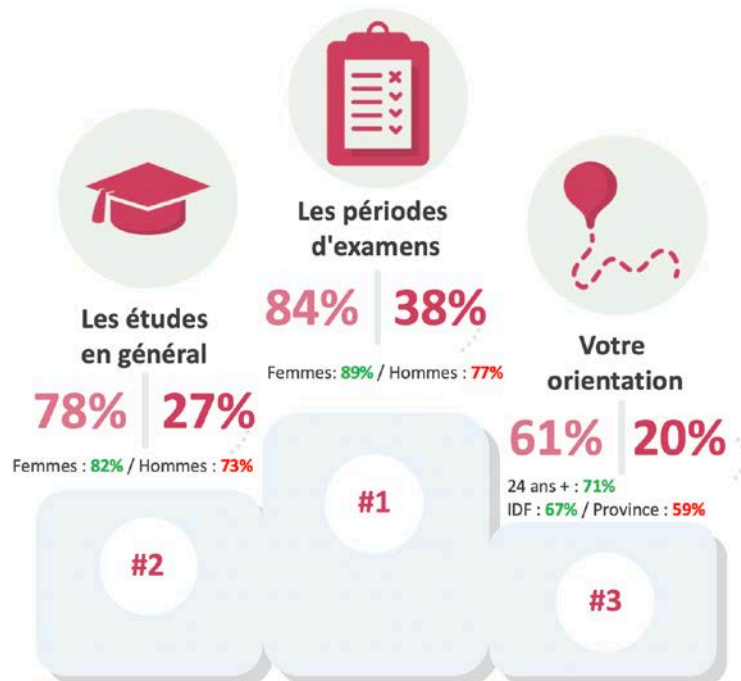


Les périodes d'examens représentent la première source de stress des étudiants, suivies des études en général et de l'orientation

Quelles sont les principales sources de stress chez les étudiants ?

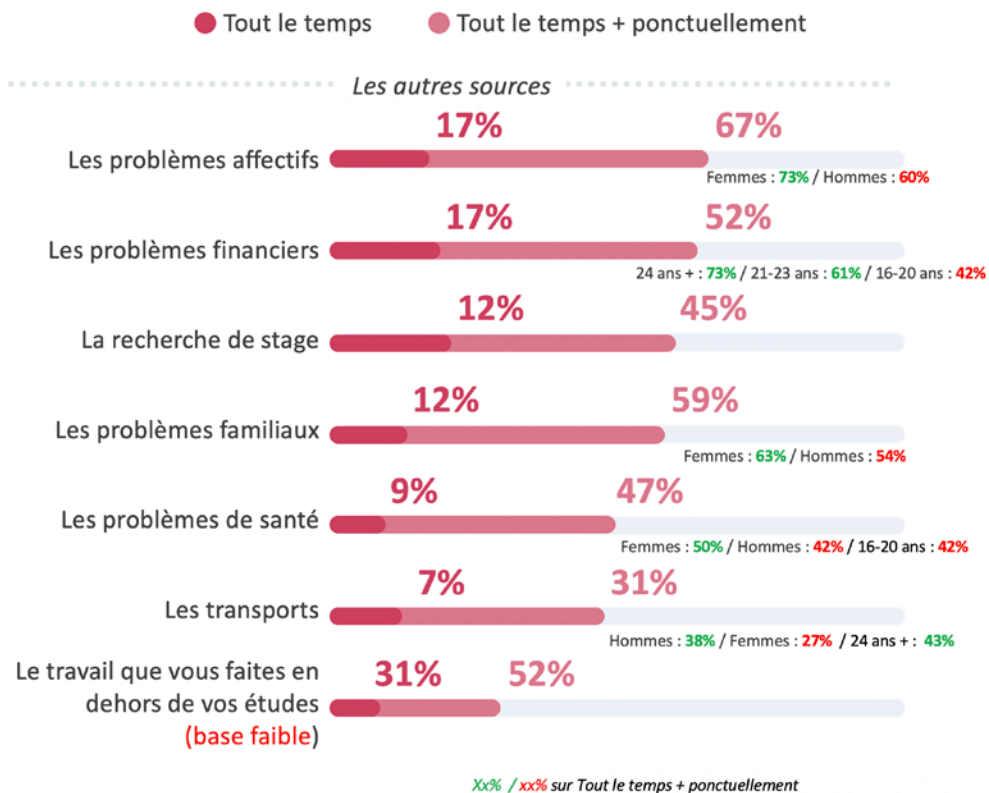
Base : 773 étudiants angoissés ou/et ayant des problèmes de sommeil

TOP 3 des sources de stress



## Quelles sont les autres sources de stress pour eux ?

Base : 773 étudiants anxieux ou/et ayant des problèmes de sommeil

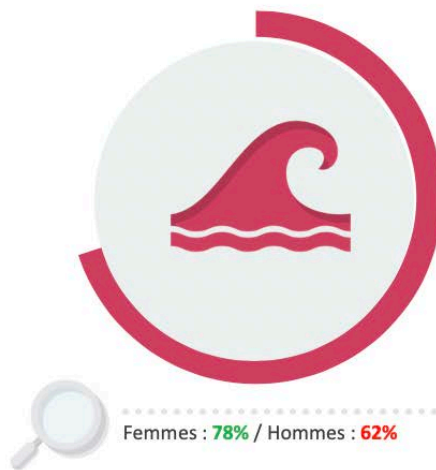


Des étudiants parfois en détresse : 7 étudiants sur 10 déclarent s'être déjà sentis dépassés, submergés par leur quotidien

Se sont-ils déjà sentis débordés, dépassés, submergés par leur quotidien, avec le sentiment de ne plus y arriver ? Ont-ils déjà eu des pensées suicidaires ?

Base : 841 étudiants

**70%**  
des étudiants se sont déjà sentis dépassés, submergés par leur quotidien



# Synthèse

## Stress/Mal être et Sommeil des lycéens

### Des lycéens sujets à des périodes de stress et à des problèmes de sommeil



**89 %** des lycéens sont globalement **satisfaits** de leur vie de lycéens

Mais ils subissent des **périodes stressantes** notamment lors d'examens ou liées au lycée en général



**32%** déclarent avoir des **problèmes de sommeil**, et 19% ont des problèmes de sommeil liés au **stress** et principalement des **difficultés d'endormissement ou des problèmes nocturnes**

**45 %** des lycéens se sont déjà sentis dépassés, submergés par leur quotidien



# Produits psychoactifs

Alcool, drogue, tabac :  
où en sont-ils aujourd'hui ?



3/4 des étudiants affirment avoir déjà consommé de l'alcool

Ont-ils déjà consommé de l'alcool ?

Base : 841 étudiants



76%

des étudiants affirment avoir déjà consommé de l'alcool



Femmes : 81% / Hommes : 70%  
Classe prépa : 64%

Des étudiants qui consomment de l'alcool principalement pour relâcher la pression et décompresser

Pour quelle(s) raison(s) consomment-ils de l'alcool ?

Base : consomment de l'alcool (642)



Relâcher la pression / décompresser

57%



Province : 60% / 24 ans + : 49%



Etre plus à l'aise dans vos relations sociales (amis, etc.)

33%



21-23 ans : 38% / 24 ans + : 22%



Ressentir le plaisir de l'ivresse

24%



Formation pro : 14%



Pour faire comme tout le monde

11%



Hommes : 17% / Femmes : 8%



Par habitude

6%



Hommes : 9% / Femmes : 4%



Par besoin

4%



Hommes : 6% / Femmes : 2%  
BTS : 7%

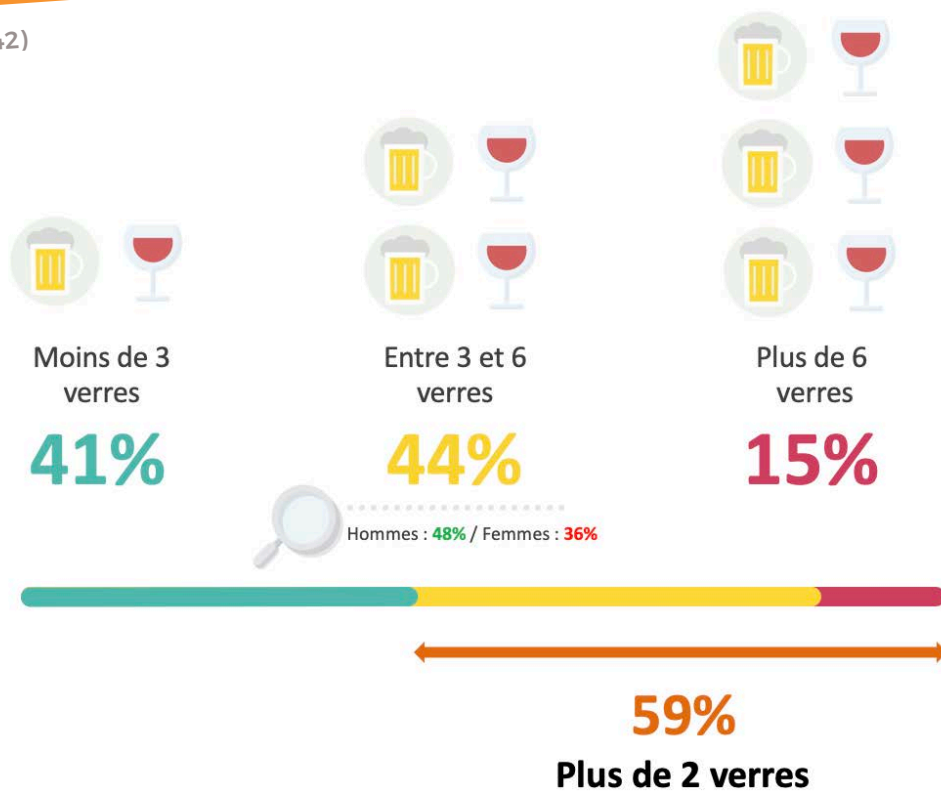
● ● ● Autre raison 21%

1,6 raisons en moyenne

1,6 raisons en moyenne

Avec une consommation dépassant pour la majorité les 2 verres  
 En moyenne, combien de verres d'alcool boivent-ils lors d'une soirée ?

Base : consommateurs de l'alcool (642)



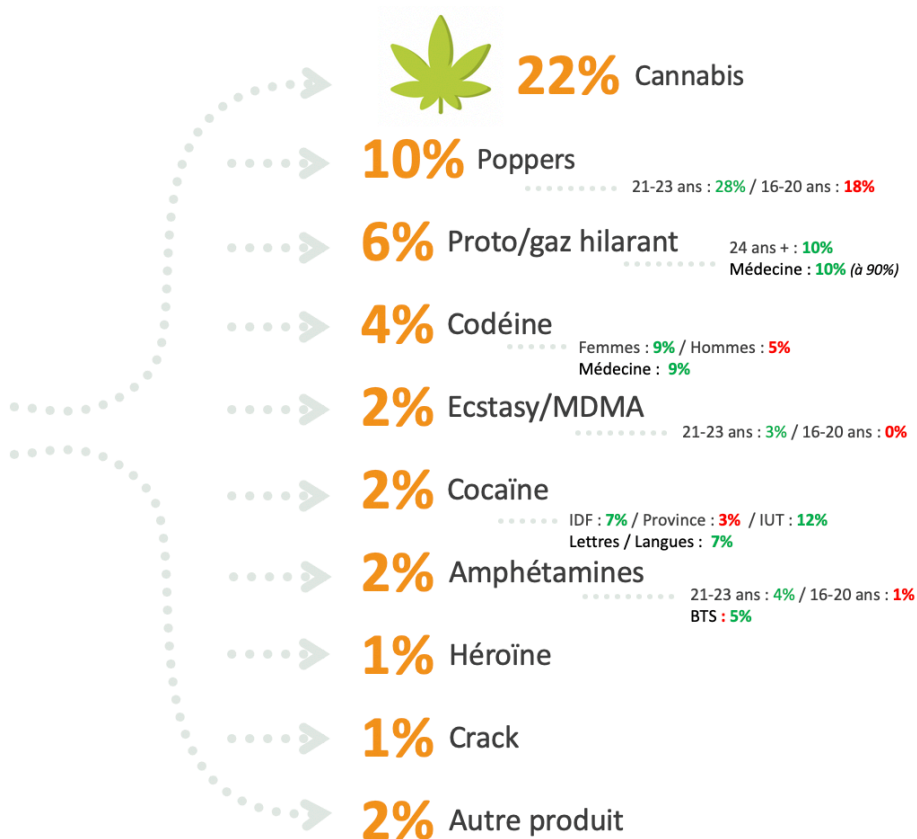
2 étudiants sur 10 déclarent avoir déjà consommé du cannabis  
 Leur est-il déjà arrivé de consommer les produits suivants ?

Base : 690 étudiants

**32%**  
 des étudiants  
 déclarent avoir déjà  
 consommé l'un des  
 produits suivants

21-23 ans : 37% / 16-20 ans : 26%

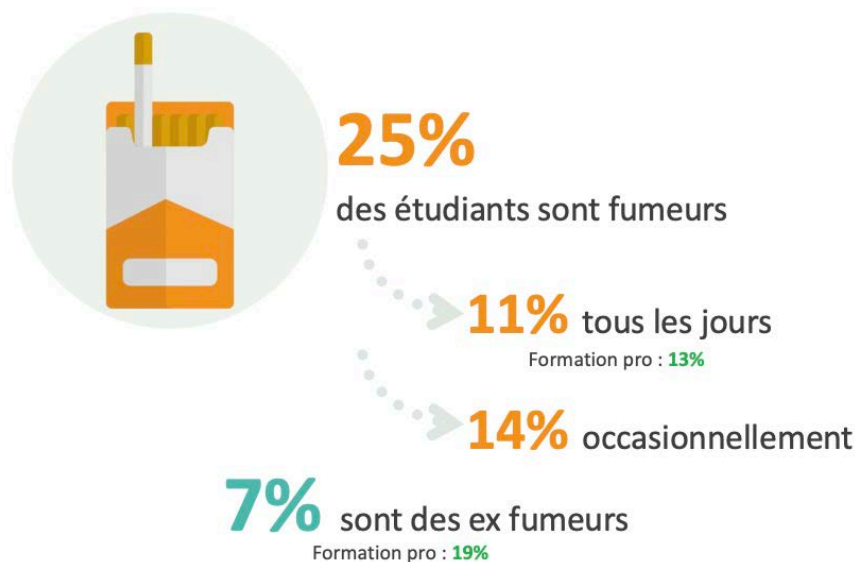
**1,6**  
 Produits consommés  
 en moyenne



1/4 des étudiants sont des fumeurs et la majorité d'entre eux souhaiteraient arrêter de fumer, pour des raisons principalement de santé ou d'argent

## Quelle est leur situation vis-à-vis du tabac ?

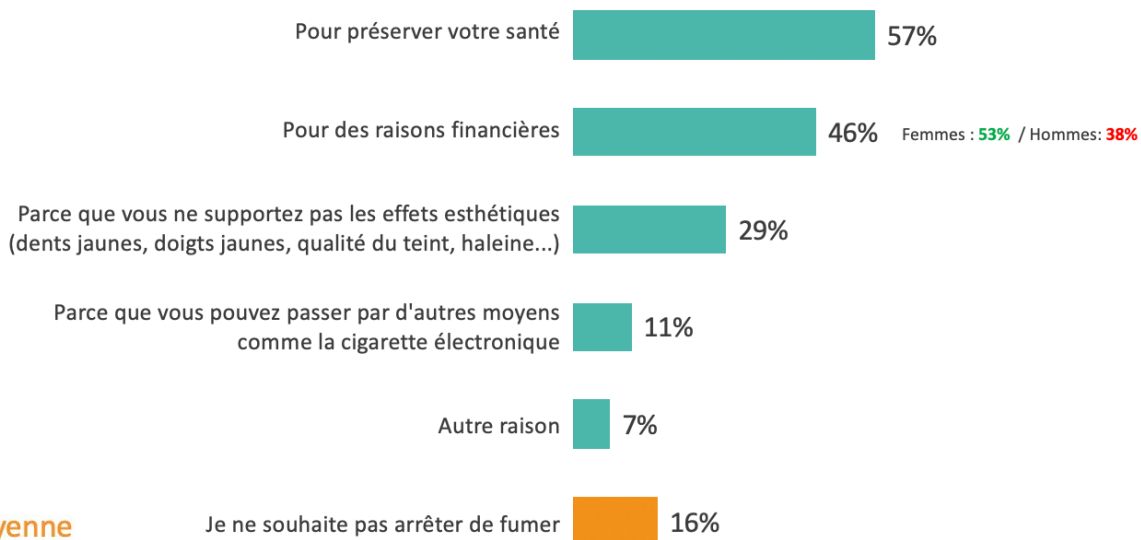
Base : 841 étudiants



## Quelles sont toutes les raisons pour lesquelles ils souhaiteraient arrêter de fumer ?

Base : Fumeurs (206) / Plusieurs réponses possibles

**84%** souhaitent arrêter de fumer



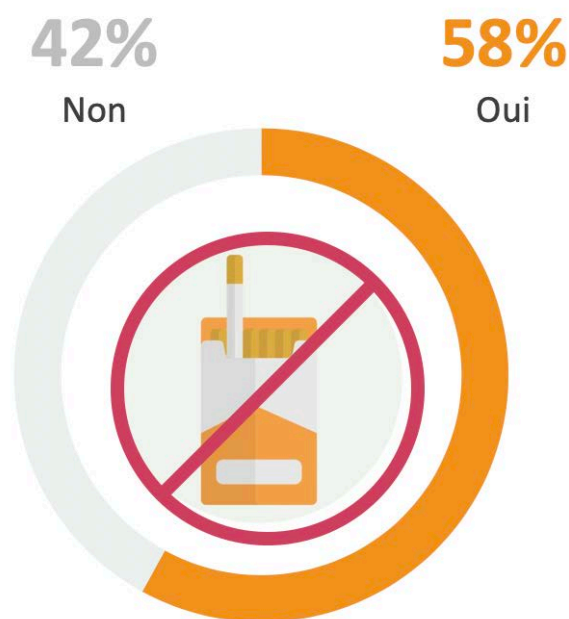
**1,8**  
raisons en moyenne



Parmi les étudiants fumeurs, la majorité a déjà essayé d'arrêter de fumer mais moins de la moitié ont réellement réussi

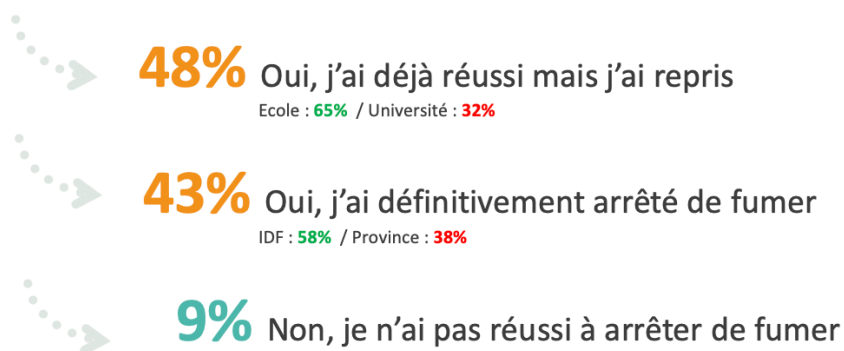
## Ont-ils déjà essayé d'arrêter de fumer ?

Base : 268 étudiants fumeurs et ex-fumeurs



## Si oui, ont-ils réussi ?

Base : 156 étudiants fumeurs et ex fumeurs ayant déjà essayé d'arrêter



# Synthèse

## Produits Psychoactifs chez les lycéens

### Une consommation d'alcool assez répandue



**63 %** des lycéens ont déjà consommé de l'alcool

**66%** d'entre eux boivent en moyenne **2 verres ou moins** lors de soirées ...



et ce pour être plus à l'aise socialement: pour **faire comme tout le monde (33%)**,  
**pour relâcher la pression (25%)**  
ou également pour **être plus à l'aise dans leurs relations sociales (22%)**



Près de **1 lycéen sur 10** a déjà **expérimenté des drogues** et principalement **le cannabis (9%)**,  
considéré pourtant comme aussi ou plus dangereux que l'alcool par la majorité des lycéens

**15%** des lycéens fument de manière régulière ou occasionnelle



# Santé numérique

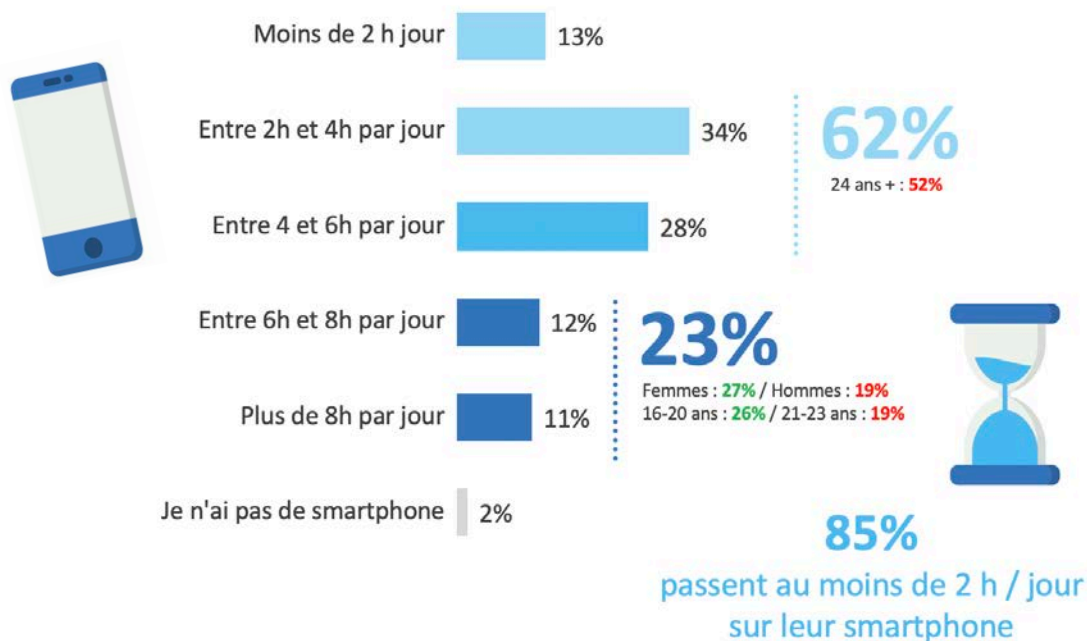
Combien de temps passent-ils sur leur smartphone ? Sont-ils conscients de l'incidence du smartphone sur la santé ? Et la médecine en ligne dans tout ça ?



Une majorité d'étudiants passe entre 2h et 6h par jour sur leur smartphone.  
 À noter qu'ils ont acquis pour la plupart leur premier smartphone au collège

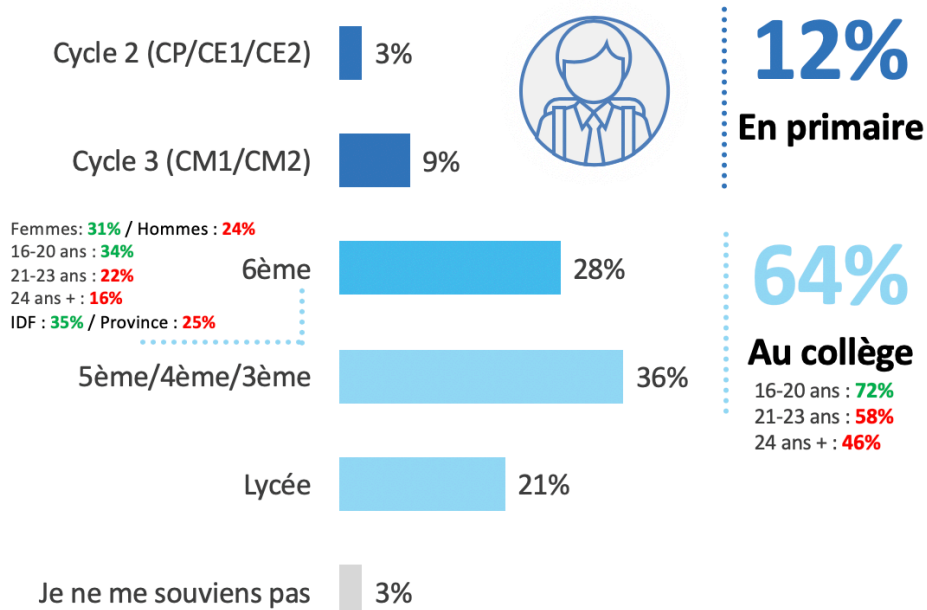
## En moyenne, combien de temps estiment-ils passer par jour sur leur smartphone ?

Base : 841 étudiants



## En quelle classe étaient-ils lorsqu'ils ont eu leur premier smartphone ?

Base : 826 étudiants possédant un smartphone

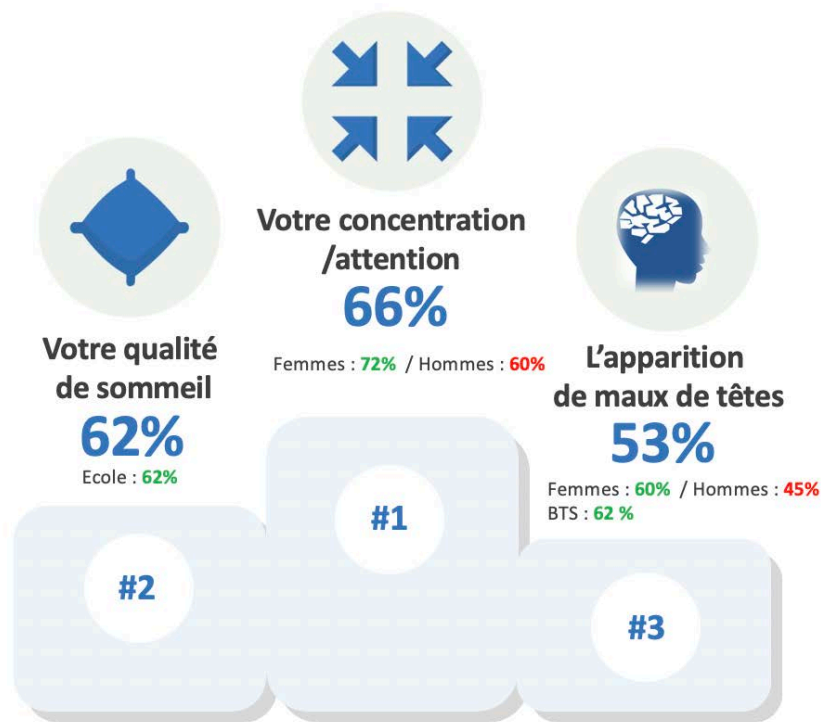


Pourtant une grande partie des étudiants sont conscients de l'impact du smartphone sur leur capacité de concentration/d'attention ou encore sur la qualité de leur sommeil

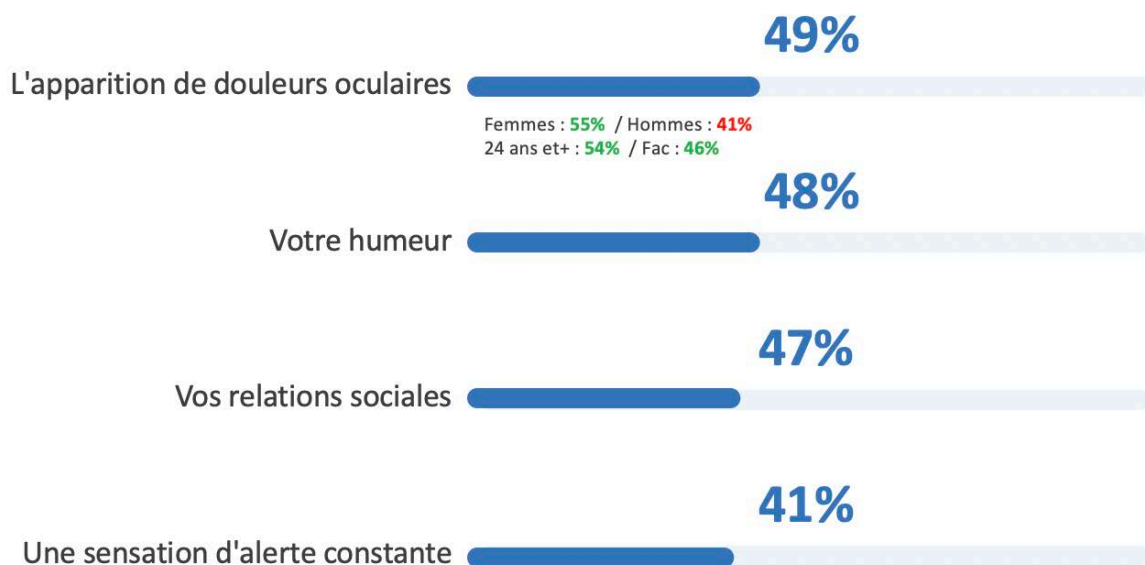
Pensent-ils que cette consommation a une incidence sur ...

Base : Possèdent un smartphone (826)

TOP 3 des impacts du smartphone



Les autres impacts



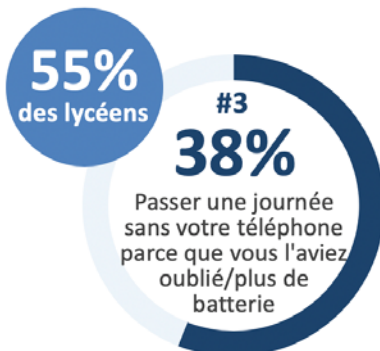
4 étudiants sur 10 se sentent incapables de ne pas consulter les réseaux sociaux ou de se passer de leur téléphone pendant une journée

## Se sentent-ils capables de...

Base : Possèdent un smartphone (826)



## % Ne seraient pas capables de...



Communication / marketing / journalisme : 56%  
Sciences / ingénieurs : 26%



Femmes : 44% / Hommes : 35%  
Communication / marketing / journalisme : 54%  
Eco / gestion / commerce : 48%

Et 4 étudiants sur 10 sont plutôt réticents à l'idée de consulter un médecin en ligne

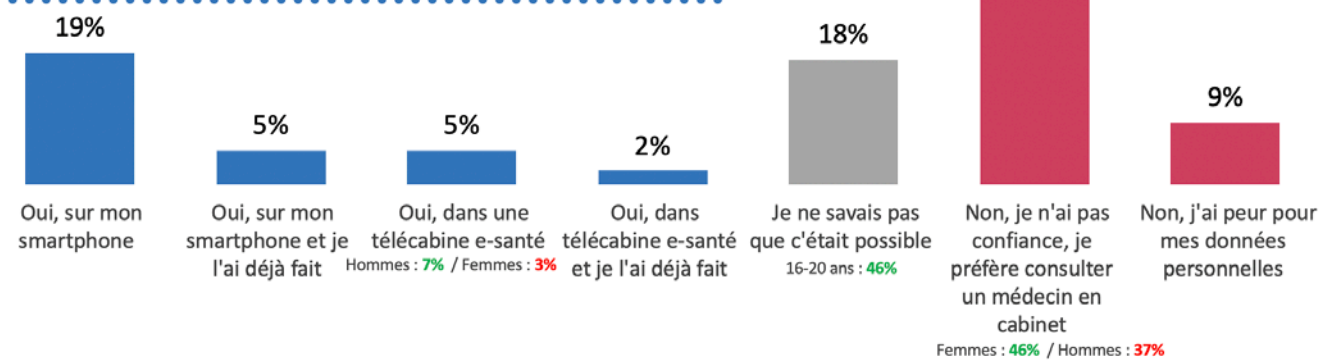
## Seraient-ils prêts à consulter un médecin en ligne ?

Base : 841 étudiants / Plusieurs réponses possibles



**31%** seraient prêts à consulter un médecin en ligne et **7%** l'ont déjà fait

Femmes : 35% / Hommes : 27%  
 24 ans + : 41%  
 21-23 ans + : 37%  
 16-20 ans : 24%  
 Formation pro : 39%



# Synthèse

## Santé numérique chez les lycéens

### Le smartphone : un outil indispensable à la vie des lycéens



Beaucoup de temps passé sur le téléphone:  
plus de **2** lycéens sur **5** passent **plus de 4h par jour** sur leur smartphone



**20%** des lycéens seraient prêts ou ont déjà consulté un médecin en ligne



# Focus : Violences et discrimi- nations

Ce sujet, en prise avec l'actualité permet de dresser un état des lieux des violences et des différentes formes de discrimination vécues par les lycéens et les étudiants.

À quelle(s) forme(s) de violences sont-ils confrontés ?

De qui proviennent ces violences ?

Comment régissent-ils face à ces violences ?

Font-ils l'objet de discriminations ?



Plus d'1/3 des étudiants déclare avoir déjà été victimes de violences tous types confondus

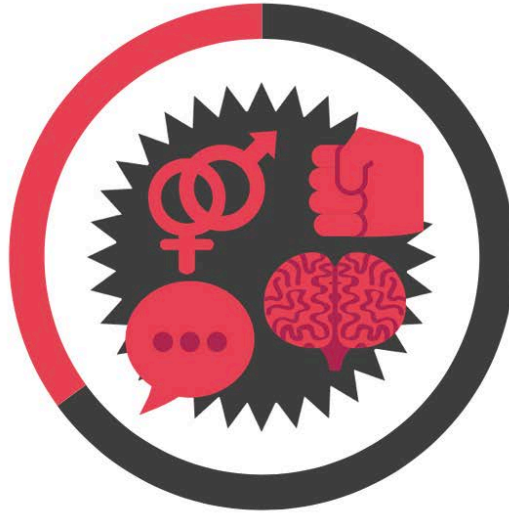
## Les étudiants ont-ils été victimes de violences depuis qu'ils sont étudiants ?

Base : 841 étudiants

Femmes : **40%**  
Hommes : **29%**

**35%**

Oui



**65%**

Non

Une violence qui peut prendre plusieurs formes et qui s'exprime le plus souvent verbalement ou psychologiquement

## Si oui, de quel(s) type(s) de violence(s) s'agit / s'agissait-il ?

Base : 295 étudiants ayant subi des violences / Plusieurs réponses possibles

Violences verbales

**75%**

Violences psychologiques

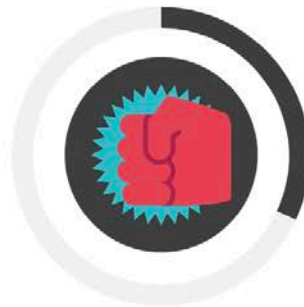
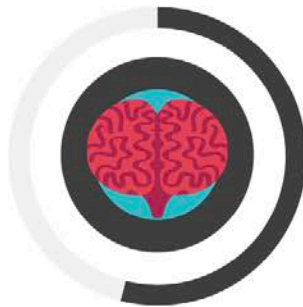
**54%** Université : **62%**

Violences physiques

**32%** 16-20 ans : **37%**  
21-23 ans : **23%**

Violences sexuelles

**9%** Femmes : **12%**  
Hommes : **3%**  
Ecole : **17%**



**1,7**

types de violences  
en moyenne

## Des agresseurs les plus souvent connus de la victime

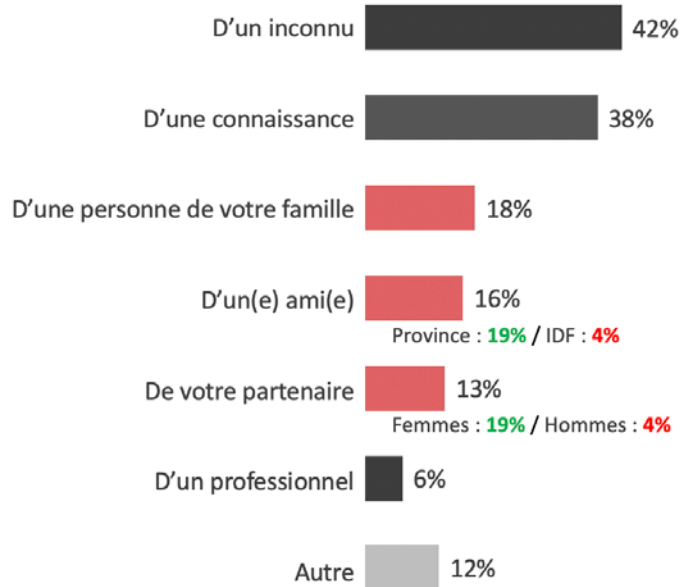
### Le plus souvent ces violences provenaient de :

Base : 295 étudiants ayant subi des violences / Plusieurs réponses possibles



1,5

provenances en moyenne



Provient d'une connaissance

66%

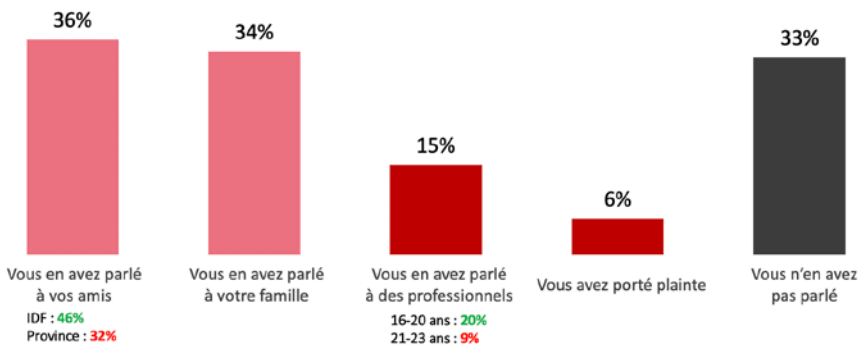
Ces étudiants agressés se tournent principalement vers leurs amis et leur famille. Mais 1/3 des étudiants agressés n'en parlent pas ...

### Comment ont-ils réagit face aux violences ?

Base : 295 étudiants ayant subi des violences / Plusieurs réponses possibles

67% ont parlé des violences subies à 1,4 confidents différents en moyenne

56% en ont parlé à leur entourage



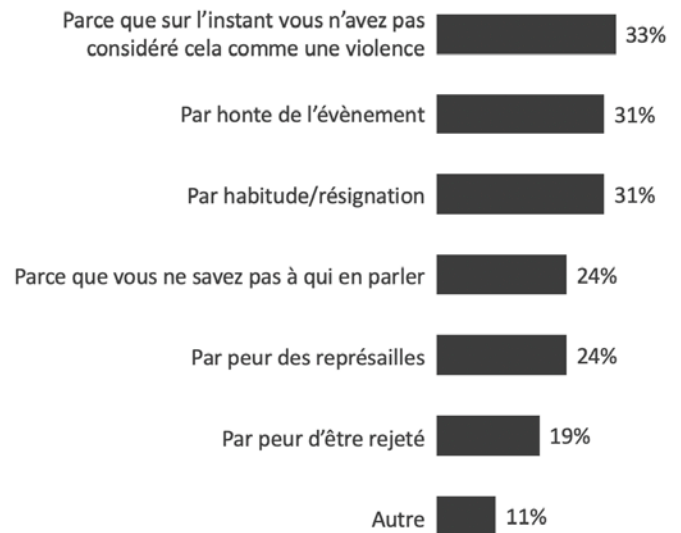
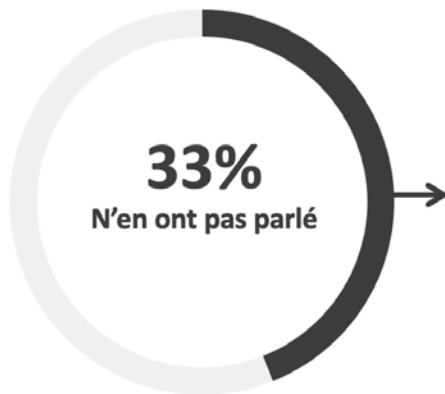
L'impression de ne pas avoir été violenté, ainsi que la honte des événements et la peur des représailles sont les principales raisons de ne pas avoir parlé de l'agression

## Pour quelle(s) raison(s) n'en parlent-ils pas ?

Base : 97 étudiants ayant subi des violences et n'en n'ayant pas parlé /  
Plusieurs réponses possibles



**1,7**  
raisons en moyenne

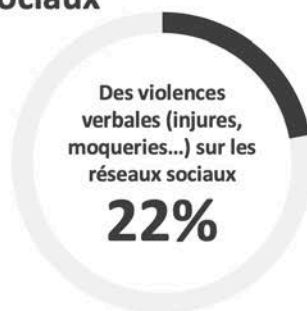


Plus d'1 étudiant sur 4 déclare avoir déjà subi des violences sur les réseaux sociaux et notamment des violences verbales (injures, moqueries...)

## Ont-ils déjà fait l'objet de violences verbales ou touchant à leur vie privée via les réseaux sociaux ?

Base : 841 étudiants

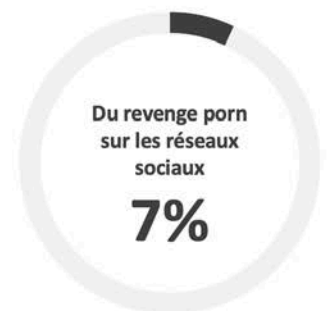
**26%** déclarent avoir déjà subi des violences sur les réseaux sociaux



BTS: 31%



IDF: 16%  
Province: 10%

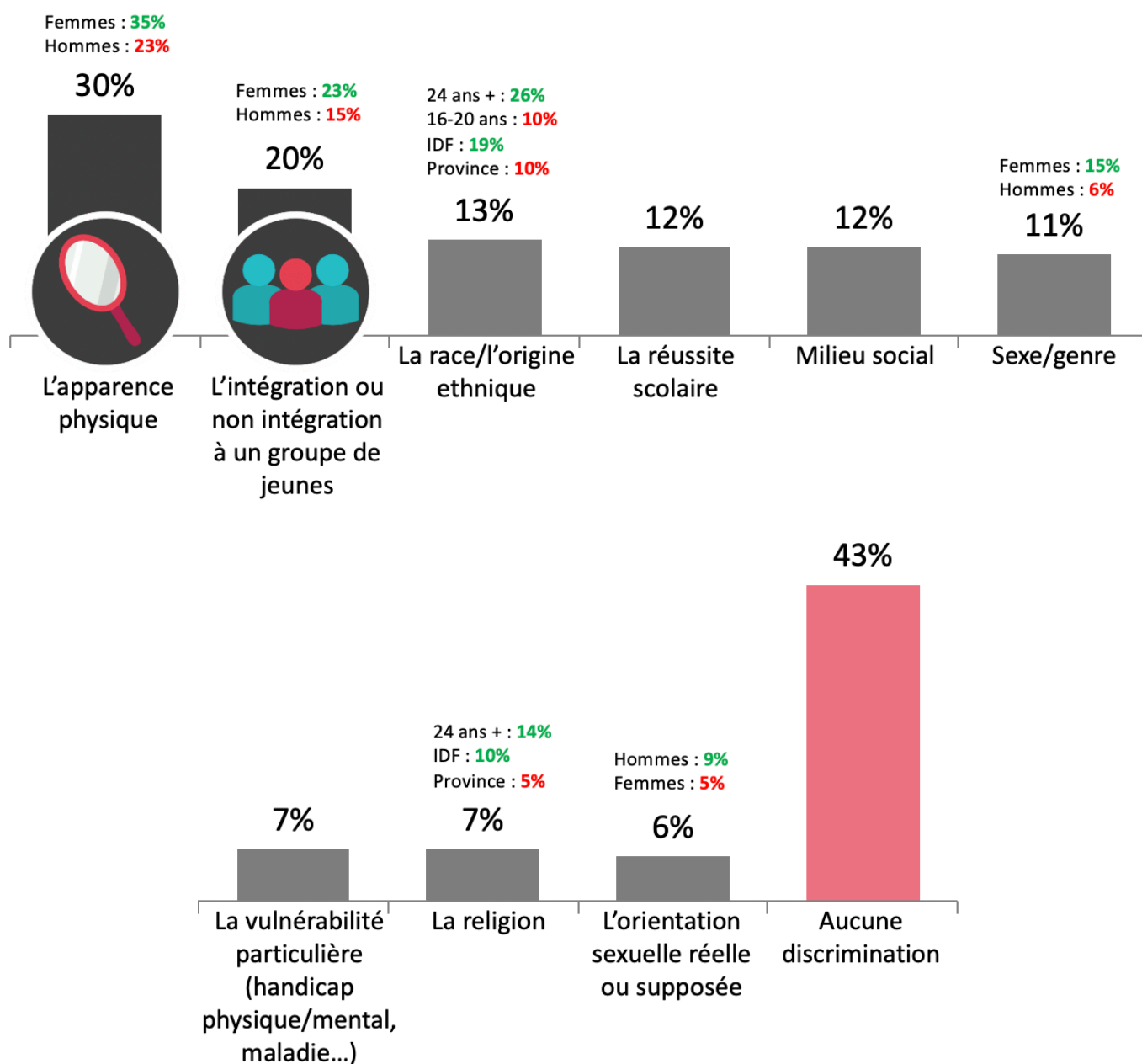


24 ans + : 12%  
BTS : 14%  
Université : 4%

La majorité des étudiants déclare avoir déjà fait l'objet de discriminations notamment en lien avec le physique ou en lien à l'intégration sociale d'un groupe

Pensent-ils avoir fait l'objet de discriminations en raison de/du :

Base : 841 étudiants / Plusieurs réponses possibles



1,6

discriminations en moyenne

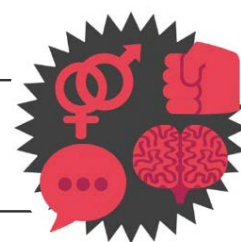
Femmes : 1,7 Hommes : 1,5

# Synthèse

## Violences et discriminations du côté des lycéens

### Des violences vécues par la majorité des lycéens

Près de **1** lycéen sur **4** a déjà subi des violences tous types confondus



Pour la majorité des lycéens, les violences subies sont surtout verbales (**89%**), suivies par des violences psychologiques pour près d'**1** lycéen sur **3**



Des violences qui peuvent venir de connaissances pour **4** lycéens sur **10**

Près de **3** lycéens sur **10** ayant déjà subi des violences n'en n'ont pas parlé

**14%** des lycéens ont déjà subi des violences verbales sur les réseaux sociaux



**4** lycéens sur **10** ont déjà subi des discriminations, notamment liées à l'apparence physique



## **Les thèmes de prévention attendus par les étudiants**

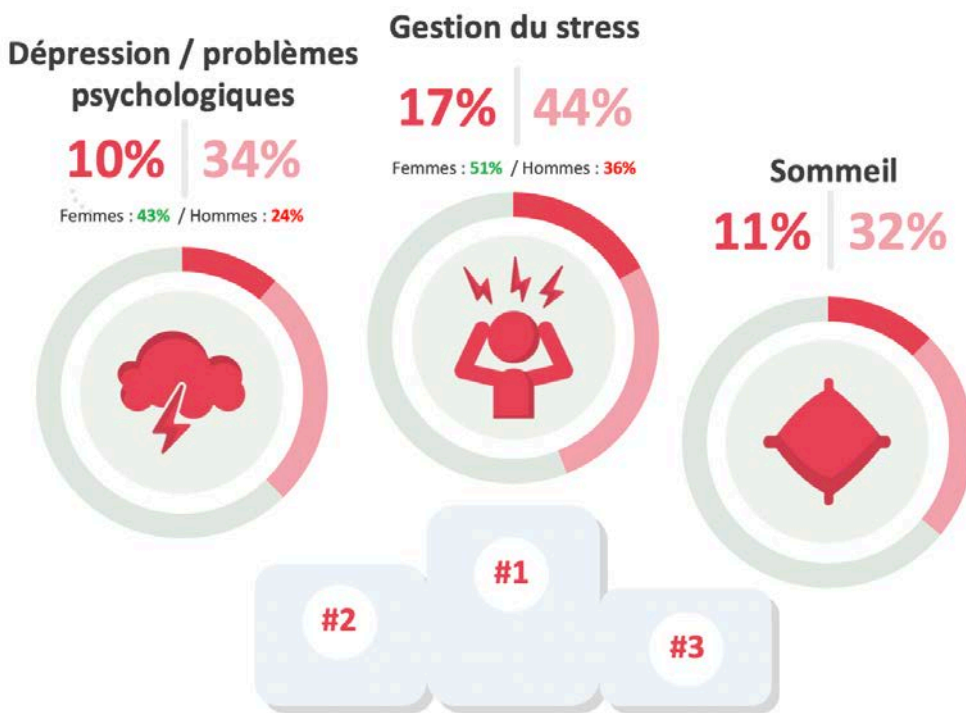
De nombreux sujets intéressent les étudiants notamment la gestion du stress suivi des problèmes psychologiques et de sommeil

Quel est le classement des sujets de prévention plébiscités par les étudiants ?

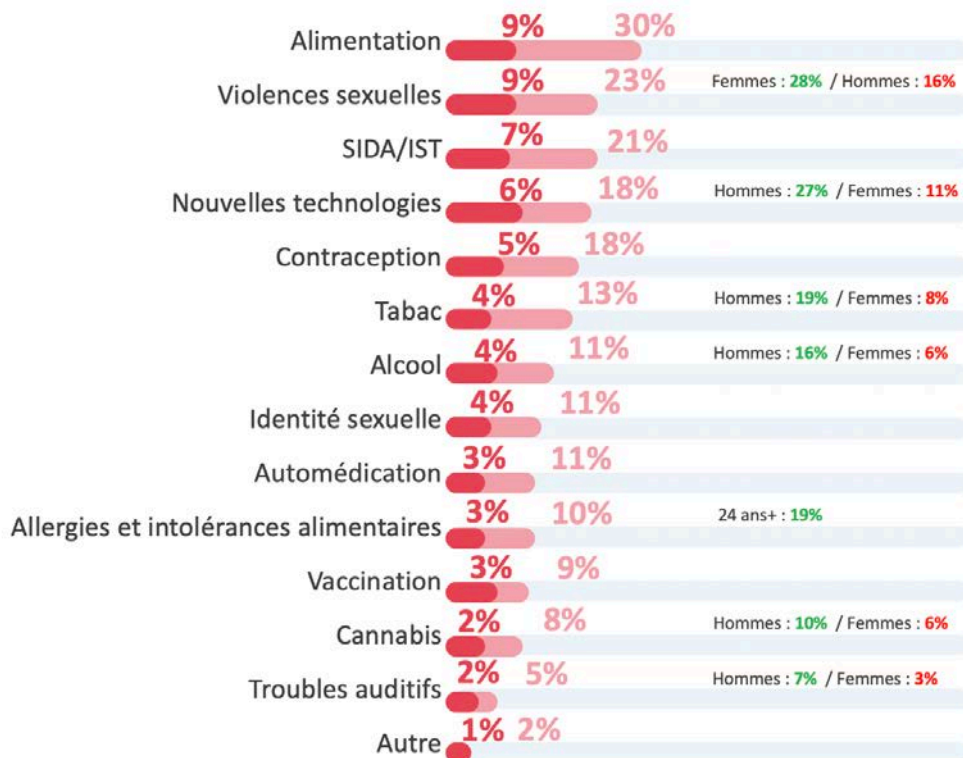
**Version étudiants**

Base : 841 étudiants

TOP 3 des thèmes attendus



Les autres thèmes



% au total

● En Premier ● Au total des 3 choix



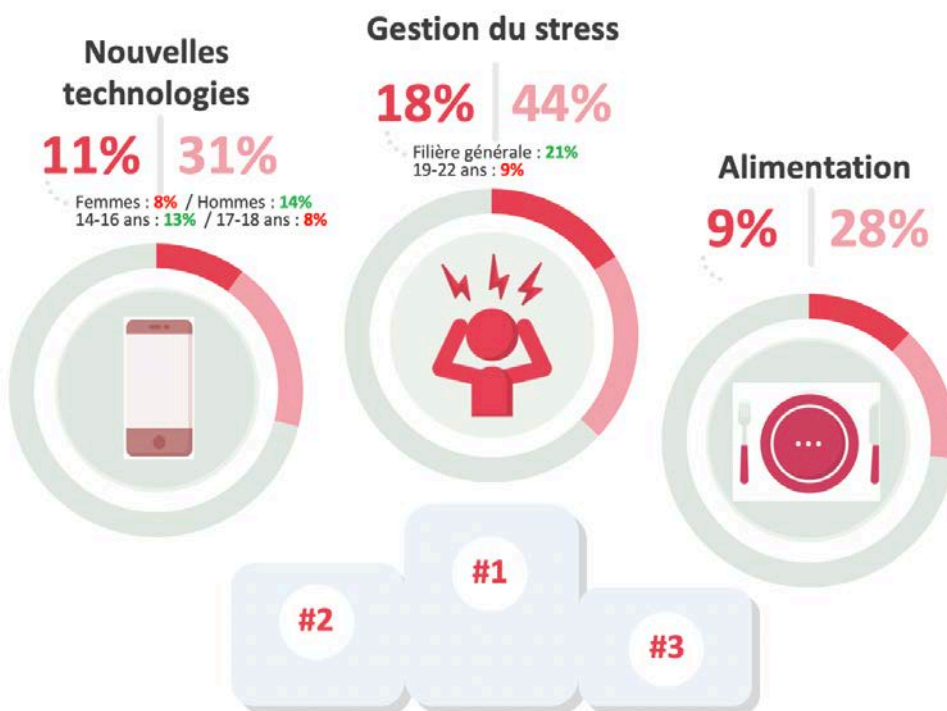
De nombreux sujets souhaiteraient être abordés par les lycéens, la gestion du stress étant le premier suivi par les nouvelles technologies et les IST

Quel est le classement des sujets de prévention plébiscités par les lycéens ?

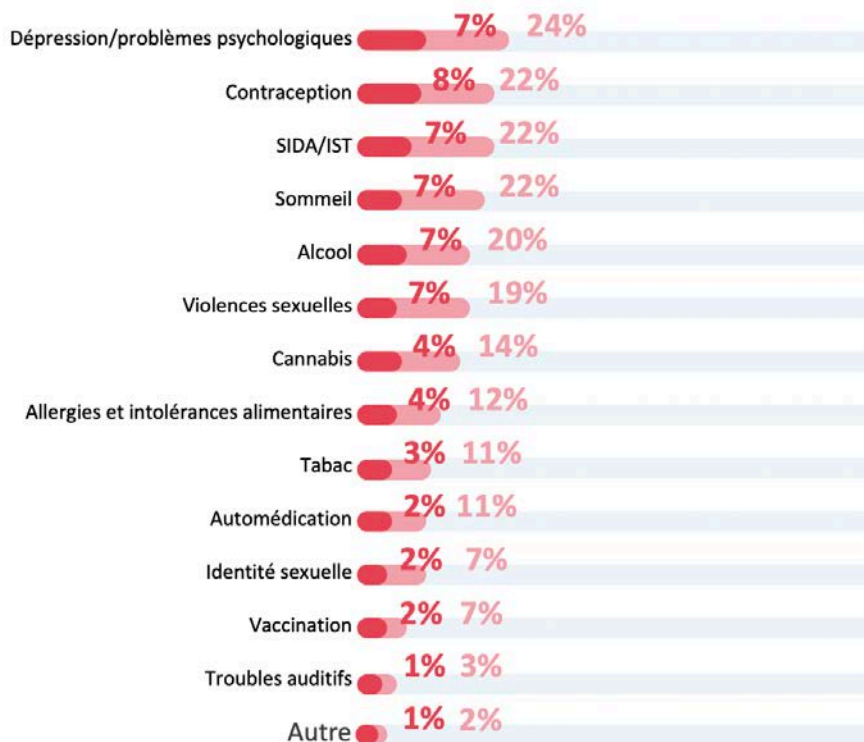
**Version lycéens**

Base : 841 lycéens

TOP 3 des thèmes attendus



Les autres thèmes



% au total

● En Premier ● Au total des 3 choix



# Les grands enseignements

# Synthèse de l'étude

## CONDITIONS DE VIE DES ÉTUDIANTS

Le budget moyen d'un étudiant Français est assez limité (**463€** par mois) et provient principalement de l'aide parentale (**36%**). La moitié des étudiants a un travail (**61%**) et plus du tiers d'entre eux y consacre plus de **16 heures par semaine**. En moyenne, l'activité rémunérée des étudiants représente **28%** de leur budget mensuel.

Les dépenses de leur budget se concentrent principalement sur les repas, le logement, les sorties et le shopping.

## UN BON ÉTAT DE SANTÉ GÉNÉRAL

Des étudiants qui se déclarent en bonne santé pour la grande majorité (**78%**) mais lorsqu'ils sont malades, peu vont systématiquement chez le médecin : **83%** des étudiants ne consultent pas systématiquement un médecin généraliste et attendent que ça passe et/ou pratiquent l'automédication.

## DES ÉTUDIANTS PARFOIS CONFRONTÉS À DES DIFFICULTÉS FINANCIÈRES

Une majorité d'étudiants déclare avoir rencontré des difficultés financières au cours de l'année (**65%**) et près de **3 étudiants sur 10** ont déjà été en difficulté plus de **6 mois dans l'année**.

## DES ATTITUDES À RISQUE EN MATIÈRE DE SEXUALITÉ

**56%** déclarent ne pas utiliser de préservatif à chaque rapport sexuel.

## LE PORT DU PRÉSERVATIF N'EST PAS SYSTÉMATIQUE ET PEUT ÊTRE OUBLIÉ

**44%** des étudiants utilisent systématiquement un préservatif, afin de se protéger du VIH/SIDA/IST (**71%**) et d'éviter une grossesse (**70%**). Pour les étudiants qui n'utilisent pas systématiquement de préservatif, les raisons principales sont la

stabilité de leur partenaire (**73%**) ou la prise de la pilule (**27%**).

**57%** des étudiants déclarent avoir déjà oublié de mettre un préservatif. Les premières raisons de cet oubli sont la non possession d'un préservatif au moment donné et le fait de ne pas avoir eu envie d'en mettre.

## LES ATTITUDES DES ÉTUDIANTS VIS-À-VIS DU VIH/SIDA/IST

**46%** des étudiants se font dépister en cas de changement de partenaire et **1 étudiant sur 5** ne le font jamais (**21%**).

Par ailleurs, de fausses croyances persistent concernant le SIDA :

- **33%** ont de fausses croyances sur les modes de transmission du SIDA
- **19%** pensent que l'on guérit aujourd'hui facilement du SIDA

## LA PILULE : MOYEN DE CONTRACEPTION PRIVILÉGIÉ DES ÉTUDIANTES

La pilule représente un moyen contraceptif répandu chez les étudiantes, **49%** d'entre elles la prennent.

Egalement, plus de **4 étudiantes sur 10** déclarent avoir déjà eu recours à la contraception d'urgence dont **23%** plusieurs fois.

## UNE ALIMENTATION IRRÉGULIÈRE ET PARFOIS DÉSÉQUILBRÉE

Le budget quotidien dédié au repas est de **8 €**.

Seulement **43%** des étudiants font attention à leur alimentation et **94%** grignotent entre les repas, par gourmandise ou parce qu'ils ont sauté des repas:

- En effet, **86%** des étudiants sautent des repas, le petit déjeuner étant le plus fréquent (**45%** des étudiants sautent fréquemment le petit déjeuner)
- Les raisons principales sont le manque d'appétit (**61%**); de temps (**48%**); ou parfois même les économies d'argent (**17%**).

# Synthèse de l'étude

## DES ÉTUDIANTS QUI SE DÉCLARENT SATISFAITS DE LEUR VIE ÉTUDIANTE

77% des étudiants français déclarent être satisfaits de leur vie d'étudiants.

### POURTANT DES ÉTUDIANTS STRESSÉS :

- 89% déclarent subir au moins une période de stress au cours de l'année -
- Dont 31% qui sont stressés **tout le temps**

**CE STRESS PROVIENT GÉNÉRALEMENT DES ÉTUDES :** les périodes d'examens, les études en général ou l'orientation sont les trois premières sources de stress pour les étudiants.

## ILS SUBISSENT ÉGALEMENT DES TROUBLES DU SOMMEIL EN PARTIE CAUSÉS PAR CE STRESS

55% des étudiants rencontrent des problèmes de sommeil :

- 33% des étudiants ont des problèmes de sommeil liés au stress
- 22% ont des problèmes de sommeil non liés au stress

Avec principalement des difficultés d'endormissement (73%) et réveils nocturnes (51%)

D'autre part la durée de sommeil des étudiants varie entre la semaine (entre 6h et 8h (66%)) et le week-end (plus de 8h (46%))

## ET SONT PARFOIS DÉPASSÉS PAR LEUR QUOTIDIEN

70% des étudiants se sont déjà sentis dépassés, submergés par leur quotidien

## UNE CONSOMMATION D'ALCOOL COURANTE CHEZ LES ÉTUDIANTS

3 étudiants sur 4 déclarent avoir déjà consommé de l'alcool

Les étudiants boivent en majorité **plus de 2 verres** lors d'une soirée (59%)

Les principaux effets recherchés de cette consommation d'alcool sont le fait de relâcher la pression/décompresser (57%) mais aussi d'être plus à l'aise dans leurs relations sociales (33%).

## ET UNE CONSOMMATION DE DROGUE ET/OU DE TABAC

Près d'un tiers des étudiants a déjà consommé au moins une drogue :

22% déclarent avoir déjà consommé du cannabis.

25% des étudiants sont fumeurs :

- 11% tous les jours
- 14% occasionnellement

Mais plus de 4/5 d'entre eux souhaitent arrêter, notamment pour des raisons liées à la santé (57%) et à leur budget (46%).

58% ont d'ailleurs déjà essayé d'arrêter dont seulement 43% ont réussi.

# Synthèse de l'étude

## LE SMARTPHONE : UN OUTIL DU QUOTIDIEN

Aujourd'hui, **85%** des étudiants passent au moins **2h par jour** sur leur smartphone et **23%** des étudiants plus de 6h par jour.

La majorité des étudiants est consciente de l'impact du smartphone sur leur capacité de concentration (**66%**) et la qualité de leur sommeil (**62%**) principalement.

## UNE UTILISATION DU TÉLÉPHONE MOBILE DEVENUE ESSENTIELLE POUR LES ÉTUDIANTS :

- **41%** ne seraient pas capables de ne pas consulter leurs réseaux sociaux
- **39%** ne seraient pas capables de ne pas l'utiliser ou de peu l'utiliser pendant les vacances
- **38%** ne seraient pas capables de passer une journée sans leur téléphone

Quant à la téléconsultation, **31%** seraient prêts à consulter un médecin en ligne et **7%** l'ont déjà fait.

## DES VIOLENCES VÉCUES PAR UNE PARTIE DES ÉTUDIANTS

Le tiers des étudiants déclare avoir déjà subi des violences qu'elles soient physiques, verbales, psychologiques ou sexuelles.

La majorité des violences vécues sont surtout des violences verbales suivies par des violences psychologiques, physiques.

**9%** des étudiants déclarent avoir déjà subi des violences sexuelles.

Ces violences proviennent majoritairement d'inconnus (**42%**) mais aussi de connaissances (**38%**).

Le tiers des étudiants n'ont pas parlé de ces violences.

Plus de **2 étudiants sur 10** déclarent avoir déjà subi des violences sur les réseaux sociaux.

## DES DISCRIMINATIONS VÉCUES PAR PLUS DE LA MOITIÉ DES ÉTUDIANTS

**57%** des étudiants déclarent avoir déjà subi des discriminations, notamment concernant leur apparence physique et l'intégration dans des groupes.

## DES ÉTUDIANTS QUI SOUHAITERAIENT BÉNÉFICIER D' ACTIONS DE PRÉVENTION

De nouvelles attentes:

- Les sujets qui intéressent les étudiants concernent en premier la gestion du stress, la dépression et les problèmes psychologiques ou encore le sommeil.

# Les acteurs de l'enquête santé

HEYME

HEYME est une alliance rassemblant l'expertise de 7 mutuelles, dont 2 mutuelles étudiantes régionales, la SMEREP et la MEP.

HEYME propose des solutions pour assurer la santé et le quotidien des jeunes et des freelances, adaptées à leurs besoins et à leurs styles de vie.

Digitale, intuitive, connectée et simplifiée, son offre tout terrain répond aux nouveaux usages et aux nouveaux codes.

HEYME est aussi un acteur référent en matière de prévention et de promotion de la santé.

C'est un éclaireur actif, qui accompagne et conseil les jeunes dans leurs parcours de vie.

“*opinionway*”

Créé en mars 2000, pionnier de la digitalisation des études, OpinionWay est un acteur majeur de l'innovation dans les études marketing et opinion. Sa vocation consiste à rendre le monde intelligible pour agir aujourd'hui et imaginer demain. L'institut intervient dans de nombreux domaines comme la compréhension des marchés, les problématiques de marques, le développement de produits et de services, etc. auprès de cibles BtoB ou BtoC pour des clients à forte notoriété. OpinionWay est membre actif d'Esomar et développe une politique RSE depuis 2007. Il est certifié depuis 2009 ISO 20252 par l'AFNOR pour les activités de conception, réalisation, commercialisation et vente d'études de marché, sociales et d'opinion.