

# Stress en milieu étudiant : 1 500 jeunes questionnés dans le Rhône et la Loire

**Etudes universitaires.** Les conclusions de ce programme de prévention seront dévoilées au public le mercredi 16 avril à l'école de psychologues praticiens (Lyon 3<sup>e</sup>).

Fanny Sauvadet et Laurentine Véron, psychologues ont co-fondé, en 2010, l'association « Aptitude ». Ayant été étudiantes ensemble, elles ont observé un décalage entre l'image du jeune adulte savourant les plus belles années de sa vie et la réalité du milieu post-bac.

De ce constat, est née l'idée d'une organisation de psychologues dont le défi est de favoriser le bien-être des étudiants afin qu'ils puissent s'épanouir au niveau

personnel et universitaire. Tout naturellement elles ont mis en place, sur un an, un programme de prévention du stress, intitulé « Porte t'apporte », pour venir en aide aux étudiants, activé par les étudiants eux-mêmes, d'où le nom de l'opération.

Elles viennent de terminer l'exploitation des résultats de cette démarche, conduite auprès de 1 500 étudiants âgés de 21 ans en moyenne et vivant en résidence universitaire à laquelle

le 869, soit 56 % ont participé.

Isolement, événement stressant..., les deux jeunes femmes dévoileront leurs conclusions au public, le mercredi 16 avril de 18 à 20 heures, dans les locaux de l'école de psychologues praticiens (71 rue Molière, Lyon 3<sup>e</sup>). Cette étude a été menée dans trois résidences étudiantes du Crous Lyon-Saint-Etienne, à Lyon et Villeurbanne avec la participation de l'Observatoire de la Santé Rhône-Alpes. Elle a consisté en des entretiens en porte à porte avec des étudiants par d'autres étudiants en psychologie de l'équipe Apsytude. L'occasion de les informer sur les moyens mis à leur disposition pour faire face à une



■ Fanny Sauvade et Laurentine Véron devant l'affiche détaillée de leur programme « Porte t'apporte » dont elles feront la restitution le 16 avril.

Photo Christian Salisson

éventuelle détresse psychologique. Parmi eux, un accompagnement psychologique au sein de la résidence et un livret d'information.

Par ailleurs, Apsytude a sensibilisé le personnel des résidences à cette problématique. Près d'une centai-

ne de personnes sont attendues pour cette restitution, parmi lesquelles les représentants de toutes les professions qui interviennent auprès des étudiants.

Sa phase expérimentale achevée, Apsytude envisage de proposer cette étude au ministère concerné. ■



## aPSYtude

Prévenir la souffrance psychologique et promouvoir la santé mentale des étudiants.  
Contact : 06 27 86 91 83 ;

apsytude@gmail.com;  
www.apsytude.com  
www.apsytude.e-monsite.com  
Azerty ebrt dertzoohgteuoooi-pkku