

Le Parlement étudiant de l'Université Paris-Est Créteil Val de Marne (UPEC) réuni le 26 novembre 2024

DÉLIBÉRATION – 2024-PARLEMENT ÉTUDIANT-02

Publiée le :

ADOpte LA FEUILLE DE ROUTE POUR LA SANTÉ MENTALE

- VU** le code de l'éducation ;
- VU** les statuts de l'Université Paris-Est Créteil Val de Marne (UPEC) approuvés par arrêté du ministre de l'éducation nationale en date du 14 novembre 1985, dans leur version issue des modifications approuvées en Conseil d'administration du 24 novembre 2023 ;
- VU** le règlement intérieur de l'Université Paris-Est Créteil Val de Marne (UPEC) ;
- VU** la délibération du Conseil d'administration du 5 juillet 2024 portant approbation des statuts du parlement étudiant ;
- VU** l'annexe adossée à la présente délibération ;

Le Parlement étudiant de l'Université Paris-Est Créteil Val de Marne (UPEC), après en avoir délibéré,

ARTICLE 1 :

Adopte la feuille de route pour la santé mentale telle que définie dans le document annexé à la présente délibération.

ARTICLE 2 :

La présente délibération sera transmise au Président de l'Université et publiée sur le site Internet de l'Université Paris-Est Créteil Val-de-Marne (UPEC).

Fait à Créteil, le 26 novembre 2024

Vice-Présidente Étudiante

Présidente du parlement étudiant



Andréa GAUCHER

**Nombre de membres présents participant
à la délibération : 29**

Pour : 23

Contre : 1

Abstention : 5

Feuille de route pour la thématique annuelle

La feuille de route du **Parlement Étudiant** représente un cadre stratégique conçu pour orienter les actions de cette instance au cours de l'année à venir. Elle découle d'une réflexion collective, combinant les aspirations des membres fondateurs ayant élaboré les statuts du Parlement avec les priorités exprimées par les étudiants, tout en s'inscrivant dans la dynamique actuelle de la vie étudiante à l'université.

Cette feuille de route n'est pas une finalité, mais un point de départ. Elle invite chaque étudiant à s'approprier les enjeux qu'elle aborde et à contribuer à leur mise en œuvre. Ensemble, nous avons la responsabilité de porter la voix des étudiants et de traduire leurs attentes en actions concrètes pour améliorer leur expérience universitaire.

I. Introduction

D'après l'**Organisation Mondiale de la Santé**, une personne sur quatre est touchée par un **trouble psychique** au cours de sa vie, avec des répercussions significatives sur leur vie personnelle, sociale et professionnelle. Ce constat, déjà préoccupant, est d'autant plus alarmant chez les jeunes adultes, notamment les étudiants, qui sont particulièrement exposés à des risques de **troubles psychiques**. **L'isolement social, le stress lié aux études, les conditions de logement ou encore la précarité financière** sont autant de facteurs qui contribuent à fragiliser leur **santé mentale**. La crise sanitaire du **Covid-19** a exacerbé ces problématiques, mettant en lumière une réalité qui persiste bien au-delà de la pandémie.

Dans ce contexte, le Parlement Étudiant de l'UPEC a choisi de faire de **la santé mentale sa priorité** pour cette année. Ce choix s'inscrit dans la continuité de la grande cause nationale 2025 annoncée par le gouvernement français, qui repose sur quatre axes clés : **la déstigmatisation, la prévention et le repérage précoce, l'amélioration de l'accès aux soins, et l'accompagnement des personnes concernées**.

En tant qu'instance de représentation étudiante, le Parlement Étudiant a pour ambition de **mobiliser la communauté universitaire** autour de cette problématique. À travers des débats, des initiatives concrètes et une réflexion collective, il vise à **améliorer les conditions de vie des étudiant(e)s, promouvoir leur bien-être et garantir un accès équitable aux dispositifs de soutien**. Cette feuille de route constitue ainsi un cadre stratégique pour orienter les actions du Parlement au cours de son mandat, **tout en restant flexible pour s'adapter aux besoins émergents et aux propositions des membres**.

II. Feuille de route

Le Parlement structurera son travail autour de ses **quatre commissions spécialisées**, avec des propositions qui seront présentées et débattues en **séance plénière au printemps 2025**.

1. Animation des campus

Cette commission se concentrera sur la création d'un environnement universitaire inclusif et accueillant, visant à **réduire l'isolement social tout en sensibilisant les étudiants à la santé mentale**. Elle offrira aux élus du Parlement Étudiant une opportunité de mettre en œuvre des initiatives concrètes et impactantes pour renforcer la cohésion sur les campus.

A travers des actions structurées et adaptées. Les étapes clés incluront :

a) Mener des enquêtes pour identifier les besoins des étudiants

- **Réaliser des consultations** pour recueillir les attentes des étudiants en termes d'accompagnement, qu'il soit matériel ou psychologique.
- Utiliser ces données pour orienter les actions futures, en veillant à ce qu'elles soient adaptées à un maximum de campus et qu'elles répondent aux problématiques réelles.

b) Création d'espaces de lieux de vie

- **Mettre en place des espaces de convivialité** sur les campus pour encourager les interactions sociales et renforcer la cohésion étudiante.
- Proposer des lieux accueillants où les étudiants peuvent se rassembler pour échanger, travailler ou simplement se détendre dans l'idée de **faire communauté**.

c) Aménagement de lieux de repos dans les composantes sous pression

- **Financer des espaces de repos adaptés** dans les composantes où les étudiants sont soumis à une forte pression académique.
- Ces aménagements offriront un cadre apaisant pour aider les étudiants à mieux gérer leur stress et leur charge mentale.

En intégrant ces axes dans ses travaux, cette commission visera à bâtir une **communauté étudiante solidaire** et attentive aux besoins de chacun. **Son but** est de créer un environnement où chaque étudiant se sent soutenu, écouté et intégré, tout en favorisant un climat propice à leur épanouissement personnel et académique.

2. Transition écologique et responsabilité sociétale

Cette commission offrira aux élus du Parlement Étudiant une **vision claire** des projets menés par l'université, en particulier ceux du **pôle DDRS** (Développement Durable et Responsabilité Sociétale), qui s'engage depuis plus d'un an à créer un environnement universitaire **inclusif et écoresponsable**.

Le fonctionnement de cette commission sera articulé autour d'un **objectif principal** : sensibiliser et mobiliser les étudiants sur les **effets positifs de l'environnement sur la santé mentale**, tout en intégrant des actions concrètes pour améliorer leur bien-être et renforcer la responsabilité sociétale de l'université. Les étapes clés incluront :

a) **Lutte contre les inégalités**

- Proposer des actions ciblées pour faire de l'université un **lieu inclusif et solidaire**, en alignant les initiatives sur les principes de justice sociale et d'équité.
- Sensibiliser les étudiants à l'importance de l'inclusivité pour favoriser un environnement sain et harmonieux.

b) **Renforcement de l'aménagement écoresponsable**

- Promouvoir la création d'espaces apaisants et durables sur les campus, pour permettre un meilleur équilibre entre **travail et détente**.
- S'appuyer sur l'approche du projet « **One Health** », qui considère la santé humaine, environnementale et animale comme interdépendantes. Cette vision globale de la santé, issue des ateliers intermédiaires de la CCE, propose une prise en compte systématique de l'environnement dans les initiatives de bien-être. Cette approche passe par des actions concrètes de prévention à la gestion en passant par l'anticipation.

Ce projet a été conçu pour gérer l'après crise sanitaire et dans la gestion des futures crises il est très intéressant de se baser dessus pour former et informer la communauté étudiante.

Projet : **Contribution du Conseil scientifique COVID-19 , 8 février 2022**

« ONE HEALTH » – UNE SEULE SANTE SANTE HUMAINE, ANIMALE, ENVIRONNEMENT : LES LEÇONS DE LA CRISE

c) **Lutte contre le gaspillage matériel**

- Organiser des collectes d'objets ou de vêtements pour aider les étudiants en précarité.
- Favoriser le recyclage et la réutilisation sur les campus pour réduire les déchets.

En intégrant ces axes dans ses travaux, cette commission contribuera à créer une dynamique d'action collective, où **écologie, inclusion et santé mentale** se rejoignent pour améliorer la qualité de vie des étudiants sur les campus. **Son but** est de démontrer qu'un environnement durable et solidaire peut transformer positivement l'expérience universitaire.

3. Formation, recherche, et international

Cette commission se consacrera à la promotion de l'intégration des étudiants internationaux et au renforcement de leur épanouissement académique et social, tout en favorisant des actions ayant un impact positif sur l'ensemble de la communauté universitaire.

Le fonctionnement de cette commission sera articulé autour d'un **objectif principal** : soutenir l'**inclusion des étudiants internationaux** et sensibiliser les étudiants au sujet des années de césure ainsi qu'à la recherche sur la santé mentale. Les étapes clés incluront :

a) Favoriser l'intégration des étudiants internationaux

- Identifier et mettre en lumière les dispositifs existants pour accompagner les étudiants internationaux dans leur intégration universitaire.
- Collaborer avec l'équipe étudiante de l'alliance européenne **Aurora** pour partager des bonnes pratiques, croiser différents points de vue, et formuler des propositions concrètes à soumettre au Parlement.

b) Sensibiliser sur les bénéfices des années de césure

- Renforcer la communication autour des **années de césure**, en insistant sur leurs effets positifs pour réduire le stress académique et mieux préparer les étudiants à leurs projets professionnels et personnels.
- Proposer des campagnes et des témoignages pour encourager les étudiants à envisager cette opportunité comme une solution à l'épuisement académique.

c) Encourager les échanges entre chercheurs et étudiants

- Organiser des **temps d'échanges autour des enjeux de la santé mentale**, en réunissant chercheurs et étudiants.

- Sensibiliser les étudiants à l'importance de la recherche en santé mentale et les encourager à s'y intéresser, tout en favorisant une culture de dialogue et de réflexion sur ces thématiques essentielles.

En intégrant ces axes, cette commission jouera un rôle clé dans la création d'une université plus ouverte, inclusive et attentive aux besoins de tous ses membres. **Son but** est de faire de l'internationalisation et de la recherche des leviers de cohésion et d'épanouissement pour l'ensemble de la communauté universitaire.

4. Bien-être et santé

Cette commission se concentrera sur l'amélioration de l'accès aux soins et la prévention en santé mentale, tout en renforçant la visibilité des dispositifs d'accompagnement déjà existants à l'UPEC. Elle travaillera à identifier les besoins spécifiques des étudiants et à proposer des solutions adaptées, en collaboration avec les acteurs clés tels que le **Service de Santé Universitaire (SSU)** et les **étudiants relais santé**.

Le fonctionnement de cette commission sera articulé autour d'un **objectif principal** : garantir à tous les étudiants un **accès équitable aux soins** et renforcer leur **bien-être mental**. Les étapes clés incluront :

a) Renforcer la visibilité des dispositifs existants

- Mieux faire connaître les aides sociales et les services proposés par le SSU grâce à une communication claire et accessible.
- Travailler à améliorer la diffusion des informations sur les campus, notamment ceux éloignés des services centraux.

b) Identifier et répondre aux besoins spécifiques

- Mener des enquêtes auprès des étudiants pour mieux comprendre leurs attentes en matière d'accompagnement et d'accès aux soins.
- Collaborer avec les **étudiants relais santé** pour bénéficier de leur point de vue sur les dispositifs existants, leur efficacité et leur impact concret sur la vie des étudiants.
- Utiliser ces retours pour adapter les dispositifs et proposer des évolutions en fonction des besoins exprimés.

c) Accompagner les étudiants aidants

- Accorder une attention particulière aux **étudiants aidants**, qui jouent un rôle essentiel dans leur entourage tout en poursuivant leurs études.
- Proposer des solutions concrètes pour répondre à leurs besoins spécifiques, en leur offrant un soutien adapté et en reconnaissant leur engagement.

En intégrant ces axes dans ses travaux, cette commission vise à bâtir une université inclusive, où chaque étudiant a accès aux ressources nécessaires pour préserver sa santé mentale et s'épanouir pleinement. **Son but** est de créer un cadre où bien-être et réussite académique vont de pair.