



Le 26 janvier, Cop1 et Nightline s'allient pour lutter contre la précarité étudiante

A l'occasion de la sortie récente de son kit de survie pour la santé mentale des étudiant·e·s, Nightline France se joint à une distribution alimentaire organisée par l'association Cop1 à la MIE Bastille, à Paris. L'objectif ? Mettre en exergue le lien entre précarité matérielle et psychologique chez les étudiant·e·s.

L'impact de la précarité économique sur la santé mentale des étudiant·e·s

Récemment, Cop1 révélait le profil des bénéficiaires de leurs distributions : un·e bénéficiaire sur trois ne prend qu'un repas par jour et 85 % a déjà sauté un repas par manque d'argent. Ces chiffres alarmants rappellent à quel point les étudiant·e·s ont besoin de mesures structurelles, et pas seulement de mesures d'urgences, pour pallier la précarité étudiante.

Si la santé mentale est largement impactée par des facteurs sociologiques et biologiques, les facteurs matériels sont indéniables et les étudiant·e·s en situation de précarité matérielle sont plus susceptibles d'être fragilisé·e·s mentalement : stress lié à l'impossibilité de manger à sa faim, à payer son loyer, renoncement aux soins psychologiques lorsque la consultation est trop onéreuse, etc. En effet, c'est ce qu'a révélé l'Observatoire de la Vie Étudiante en 2021 dans son enquête : **65 % des étudiant·e·s ayant des difficultés financières importantes ou très importantes présentent les signes d'une détresse psychologique**. Il semble donc essentiel de faire connaître l'ampleur de l'impact de la précarité sur la santé mentale des jeunes.

Nightline et Cop1 agissent main dans la main pour soutenir les étudiant·e·s

Malgré les mesures d'aide psychologique prises par le gouvernement durant la crise de la Covid-19, comme le dispositif Santé Psy Étudiant, renouvelé en 2023, la situation psychique des étudiant·e·s reste hautement préoccupante et en dégradation. L'étude de l'Observatoire de la vie étudiante (OVE) menée en 2021 a révélé que 60 % des étudiant·e·s déclarent avoir souffert d'épuisement et 30 % de solitude. Alors, à Nightline comme à Cop1, ce sont des bénévoles, étudiant·e·s pour la plupart, qui mettent leur temps et leur énergie au service d'autres étudiant·e·s pour lutter contre la précarité, qu'elle soit psychologique ou alimentaire.

Une distribution commune pour mettre à disposition des étudiant·e·s des ressources en santé mentale

Parce que chacun·e doit se sentir légitime à s'exprimer sur sa santé mentale, **cette thématique sera mise au cœur de la distribution**. Comme à chaque distribution, les Cop1 pourront notamment **informer sur les aides financières et psychologiques** dont les étudiant·e·s peuvent bénéficier. Nightline tiendra également un stand afin de présenter les ressources et services de l'association, et notamment le [kit de survie](#). Il s'agit d'un kit digital conçu pour accompagner les jeunes pour prendre soin de leur santé mentale et soutenir leurs proches à travers un parcours personnalisé comprenant des mini-jeux, des entraînements, des activités et des fiches synthétiques. Le message est simple : **tout le monde a une santé mentale et, comme pour la santé physique, il existe des outils concrets et accessibles pour en prendre soin**.

Cette action ponctuelle est amenée à se pérenniser, avec une mise à disposition des ressources de Nightline tout au long de l'année pour les bénéficiaires de Cop1.

Nightline France

Nightline est une association qui œuvre pour l'amélioration de la santé mentale des jeunes en agissant à l'échelle individuelle et collective. Nightline développe de nombreux projets pour et par des étudiant-e-s appuyé-e-s par des professionnel-le-s. Chaque nouveau projet développé par Nightline part d'un principe simple et pourtant essentiel : il est à l'origine d'une expérience vécue par les jeunes. Les objectifs de Nightline sont de :

- 👉 Permettre à chaque jeune de prendre soin de sa santé mentale
- 👉 Favoriser l'entraide par les pairs
- 👉 Améliorer l'environnement direct des étudiant-e-s en formant les professeur-e-s, en appuyant les professionnel-le-s de santé dans leur action et en rectifiant les perceptions sociales stigmatisantes
- 👉 Améliorer le système de santé mentale étudiante en cimentant/relayant les initiatives existantes et en portant des propositions politiques

Cop1 - Solidarités Étudiantes

Cop1 Solidarités Étudiantes est une association qui s'est créée suite au premier confinement, première cause de l'explosion des précarités chez les jeunes. Nos actions agissent dans un but simple : porter assistance aux étudiants dans le besoin afin d'améliorer leur quotidien. Nos actions sont diverses : distributions alimentaires gratuites, de vêtements, de matériel scolaire, aide d'accès à la culture et au sport, lutte contre les problématiques de santé mentale et contre la précarité menstruelle.

Depuis 2020, la demande ne cesse d'augmenter et Cop1 a décidé d'étendre ses actions à l'échelle nationale : Angers, Marseille, Montpellier et Lille. Ainsi, nous souhaitons créer un écosystème de solidarité par et pour les jeunes et les étudiants partout en France.

Pour en savoir plus ...

Notre chargée de relations presse Lucile Regourd est là pour vous en dire plus à l'adresse e-mail presse@nightline.fr ou au 06 08 85 38 25 !

Agence de relations médias Douze Avril - Aurélia Jourdain-Pilon aurelia@douzeavril.com ou 06 60 07 42 47