

Dossier de presse

La santé mentale étudiante
une priorité renforcée,
structurée et collective

Une priorité nationale au cœur de nos engagements

Désignée Grande Cause nationale en 2025, la santé mentale s'impose aujourd'hui comme un enjeu majeur de santé publique, notamment pour les jeunes adultes. Les étudiants, souvent confrontés à des périodes de transition, à des situations de précarité ou d'isolement, présentent des vulnérabilités spécifiques qui appellent des réponses adaptées et coordonnées.

Conscients de ces enjeux, l'Université Polytechnique Hauts-de-France (UPHF) et l'INSA Hauts-de-France ont placé la santé mentale au cœur de leur politique de vie étudiante. Cet engagement s'inscrit dans une dynamique de long terme, renforcée à la suite de la crise sanitaire, qui a accentué les situations de fragilité et mis en évidence la nécessité de structurer davantage les dispositifs d'accompagnement.

L'année universitaire **2025-2026** marque à ce titre une **étape déterminante** pour nos établissements, avec la mise en œuvre d'une stratégie globale, articulée autour de la prévention, du repérage et de l'accompagnement.

Le Conseil de Santé Mentale Étudiant (CSME), un dispositif structurant

La création du Conseil de Santé Mentale Étudiant (CSME), officialisée le 12 novembre 2025, constitue le socle de cette stratégie. Co-porté par l'Université Polytechnique Hauts-de-France, le CROUS et l'Agence Régionale de Santé, ce dispositif s'inscrit pleinement dans la feuille de route régionale en santé mentale et dans le Projet Territorial de Santé Mentale du Hainaut-Cambrésis.

Le CSME a pour vocation de **structurer et de coordonner** l'ensemble des actions en matière de santé mentale à destination des étudiants. Il repose sur une logique de coopération entre les acteurs du champ sanitaire, social, médico-social et universitaire, afin de proposer des réponses cohérentes et adaptées aux besoins du territoire.

Dans un contexte local marqué par des tensions sur l'offre de soins et des délais d'accès parfois importants, l'enjeu est de **fluidifier les parcours** et d'éviter les ruptures de prise en charge. Le CSME vise ainsi à améliorer le repérage précoce des situations de fragilité, à faciliter l'orientation vers les dispositifs adaptés et à renforcer la lisibilité de l'offre à disposition. Il ne s'agit pas de créer de nouveaux dispositifs, mais de mieux connecter ceux qui existent déjà.

Déployé à l'échelle de tous nos campus, à **Valenciennes, Cambrai et Maubeuge**, il s'appuie sur un réseau de partenaires élargi et contribue à une meilleure articulation entre les dispositifs.

Une personne dédiée pour une coordination renforcée

Dans le prolongement de la création du CSME, l'université mobilise des moyens humains supplémentaires avec le recrutement d'une personne dédiée à la coordination du dispositif. Ce nouveau poste constitue un levier central pour assurer la mise en œuvre opérationnelle des actions recommandées par le CSME.

Dans ses fonctions, le ou la coordinatrice aura pour mission d'animer le réseau d'acteurs, de structurer les actions et de faciliter les parcours des étudiants. Elle contribuera également à **renforcer la visibilité des dispositifs existants**, enjeu majeur identifié par l'université et l'INSA Hauts-de-France. En effet, de nombreux étudiants méconnaissent encore les services dont ils peuvent bénéficier ou hésitent à y recourir.

À travers la mise en place d'outils de communication adaptés et une meilleure diffusion de l'information, il s'agit de favoriser le recours aux dispositifs et de garantir un accompagnement plus efficace.

Former pour mieux repérer et orienter

L'Université Polytechnique Hauts-de-France et l'INSA Hauts-de-France s'appuient également sur un axe fort de formation, destiné à développer une **culture partagée de la santé mentale** au sein de toute la communauté universitaire.

Les formations aux **Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM)**, dispensées par des professionnels du centre de santé universitaire, s'adressent aux étudiants comme aux personnels. Elles permettent d'acquérir des compétences essentielles pour identifier les signes de souffrance psychique, adopter une posture adaptée et orienter les personnes concernées vers les ressources appropriées.

Cette démarche vise à renforcer les capacités de repérage et d'intervention au plus près des étudiants, en s'appuyant sur un réseau de personnes formées. Sans se substituer aux professionnels de santé, ces acteurs jouent un rôle déterminant dans l'accompagnement de premier niveau et dans la prévention des situations de crise.

Témoignages :

« Au service des relations internationales on a des étudiants qui arrivent en France et pour certains c'est les premières sorties de leur pays. Ils doivent s'adapter à une nouvelle culture, un nouveau langage, ça peut être assez compliqué à gérer. Il peut y avoir des périodes de coups de mou et mentalement ce n'est pas toujours le top pour eux alors je me suis dit que c'était une formation parfaite pour pouvoir les aider

au maximum, savoir comment agir et de ne pas être complètement démunie face à un étudiant qui vient vers nous et qui a besoin d'aide (...) Avant la formation je n'étais pas forcément au courant de toutes les choses qui existaient, vers qui renvoyer à l'université ou quelle posture adopter. On nous apprend bien qu'on est là pour être un pont entre la personne en souffrance et le personnel de santé, pour écouter sans jugement et réorienter vers la bonne personne. (...) Depuis la formation, j'ai mis en application deux fois ces enseignements et ça s'est très bien passé. Après les étudiants sont revenus vers moi pour me dire qu'ils allaient mieux, qu'ils étaient allés au centre de santé, à la MSE, et que ça s'était arrangé.»

Océane Léon, assistante au service des relations internationales de l'INSA Hauts-de-France

« J'ai suivi la formation fin 2025 avec une vingtaine d'étudiants de l'INSA Hauts-de-France. Je la conseillerai les yeux fermés. On peut être amené à croiser des gens qui ont un problème, c'est important de savoir le détecter et savoir comment réagir. La bonne façon d'agir n'est pas forcément celle qu'on croit, on pourrait faire pire que mieux, on ne peut vraiment pas inventer dans ce domaine-là. Pendant la formation, les infirmiers nous apprennent les procédures à appliquer. Après on a une idée précise de ce qu'il faut faire. Vraiment, j'ai appris beaucoup de choses. Il y a des règles, les explications sont fondées et c'est un format ludique, ça dure un peu plus de 10 heures sur 2 jours mais on ne voit pas le temps passer. »

Mathieu Manganeli, élève-ingénieur en 3^{ème} année INSA Hauts-de-France 3^e année

Prévenir et accompagner les situations sensibles

Nos établissements ont par ailleurs engagé des actions spécifiques en matière de prévention des risques suicidaires. Plusieurs membres de la communauté universitaire ont ainsi été formés à la *postvention*, c'est-à-dire à la gestion des situations de crise et à l'accompagnement après un événement grave.

Cette approche vise à anticiper les situations critiques, à structurer les réponses institutionnelles et à améliorer la coordination entre les différents acteurs concernés. Elle permet également de mieux encadrer la communication en cas de situation sensible, dans le respect des personnes et des principes de confidentialité.

Autant d'actions qui s'inscrivent dans une démarche globale, articulant prévention, repérage et accompagnement, et contribuent à renforcer la capacité de l'établissement à faire face à des situations complexes.

Une politique globale de bien-être étudiant

Au-delà des dispositifs spécifiques liés à la santé mentale une politique plus large de promotion du bien-être étudiant est développée. Cette approche repose sur la conviction que les conditions de vie et d'études jouent un rôle essentiel dans la prévention des fragilités.

Contact presse :

Université Polytechnique Hauts-de-France - Pascale Frizot - 06 75 32 60 52 - pascale.frizot@uphf.fr

L'université agit ainsi sur plusieurs leviers complémentaires, notamment : le développement des activités sportives, l'enrichissement de l'offre culturelle et l'amélioration des espaces de vie sur les campus. Elle vient par exemple de mettre en service un bâtiment de 1650m², l'*Intermède*, entièrement dédié à la vie étudiante.

De nombreuses actions spécifiques sont également entreprises en faveur des étudiants internationaux pour favoriser leur intégration, citons par exemple l'événement « *Partage ma table* ». La popularité de l'opération auprès des étudiants et le succès auprès des familles du territoire qui accueillent les étudiants, confirment le bienfondé de la démarche.

Selon le modèle des étudiants relais santé (ERS) promu par la Région Hauts-de-France, il est aussi envisagé de recourir et multiplier les étudiants « ambassadeurs » au niveau des groupes TD ou des promo, référents formés à l'exercice de relais d'information, d'intermédiaire avec une bonne connaissance des services et leur propre « expérience utilisateur ou usager ». Ce maillage mobilisé avec les représentants étudiants élus, ces liens constitués entre pairs doivent permettre de promouvoir les actions préventives, le recours au droit, de mieux agir contre l'isolement et la sédentarité. Il s'agit aussi in fine de pouvoir rapprocher et adapter l'offre aux besoins d'accompagnement en confortant écoute et dialogue.

Au sein de chaque groupe TD, des *ambassadeurs-étudiants* sont formés à une meilleure connaissance des services. Le maillage demande encore à être consolidé à la prochaine rentrée mais ces relais d'information entre pairs participent d'une meilleure connaissance des dispositifs mobilisables.

Des *Soirées bien-être* sont également organisées, souvent en amont des périodes d'examen. Elles proposent aux étudiants de nombreuses activités bien-être gratuitement afin de relâcher les éventuelles tensions, se rencontrer, échanger, partager, favoriser le sentiment d'appartenance à un groupe. Sur le campus de Cambrai, le concept des *Soirées bien-être*, est désormais prolongé par des séances gratuites de sophrologie et hypnothérapie qui viennent d'être mises en place le jeudi, sur inscription.

Toutes ces initiatives contribuent à renforcer le lien social et à consolider, conforter un environnement propice à la réussite et à l'épanouissement des étudiants.

Une mobilisation collective au service des étudiants

Cette politique de santé mentale repose sur une mobilisation collective de l'ensemble des acteurs de la communauté universitaire et de ses partenaires. La dynamique favorise une meilleure circulation de l'information, une plus grande proximité avec les étudiants et une capacité accrue à identifier les besoins.

Dans le prolongement de la Grande Cause nationale 2025, l'Université Polytechnique Hauts-de-France et l'INSA Hauts-de-France affirment ainsi leur volonté de structurer durablement leur engagement en faveur de la santé mentale étudiante. À travers la mise en place du CSME, le renforcement de la coordination, le développement des formations et la promotion du bien-être, ils se donnent les moyens de proposer un accompagnement adapté, accessible et de qualité.

Cette démarche s'inscrit dans une vision globale, où la santé mentale constitue un levier essentiel de la réussite étudiante et de l'inclusion.

« Depuis longtemps nous nous sommes organisés pour accompagner l'étudiant tout au long de sa trajectoire à l'université pour qu'il y vive la meilleure des expériences. Malheureusement les dispositifs ne sont pas toujours connus. Nous avons également des étudiants qui n'osent pas demander d'aide ou qui pensent que c'est trop compliqué ou trop coûteux. Il faut aller vers eux. (...) Concernant la santé mentale, ce qui marque une étape importante, c'est la création du Conseil de santé mentale étudiant qui va structurer et coordonner toutes nos actions et créer une synergie avec les partenaires de nos territoires à Valenciennes, Cambrai et Maubeuge. »

Dorothée Callens, vice-présidente réussite étudiante et vie étudiante

CHIFFRES CLÉS

- 15 000 étudiants
- 4 campus (Valenciennes (2), Cambrai, Maubeuge)
- 1 centre de santé
- 1 médecin
- 2 infirmiers
- 1 planning de rendez-vous de médecine spécialisée (gynécologie,...)
- 2 formateurs PSSM
- 15 personnels formés à la postvention
- 4 étudiants ambassadeurs santé mentale
- 32 personnels formés PSSM en 2025/2026
- 66 étudiants formés PSSM en 2025/2026