



— FEDERATION FRANÇAISE DES ETUDIANT·E·S EN ORTHOPTIE —

**RAPPORT SUR LA
SANTÉ MENTALE
DES ÉTUDIANT·E·S
EN ORTHOPTIE**

2024 - 2025

SOMMAIRE

I. Présentation de la FFEO	3
II. Introduction	4
III. Formation pratique : conditions de stage	6
A. Relation avec le personnel et les patient.e.s	6
1. Avec le personnel et maître de stage	6
2. Avec les patient·e·s	8
B. Impact direct sur l'étudiant·e et sa vie personnelle	9
C. Harcèlement moral	11
D. Harcèlement et agression sexuelle	12
E. Les stages délocalisés	13
IV. Formation théorique	15
A. Relations interpersonnelles	15
B. Surcharge de travail et stress	16
V. Impact de l'éloignement et du logement	17
VI. Habitudes alimentaires et pratiques sportives	19
VII. Budget et dépenses	21
VIII. Conclusion	24



I. Présentation de la FFEO

La Fédération Française des Étudiant·e·s en Orthoptie (FFEO) est une association de loi 1901 créée en février 2018 par la volonté d'étudiant·e·s issu·e·s de plusieurs associations locales. Son congrès de création a réuni plus de 300 étudiant·e·s de toute la France. Son objectif principal est de représenter et défendre les droits des étudiant·e·s orthoptistes à l'échelle nationale. En tant qu'unique organe de représentation des étudiant·e·s des 16 départements d'orthoptie en France, la FFEO représente plus de 1400 étudiant·e·s orthoptistes et œuvre activement pour garantir la qualité de la formation, développer le réseau des étudiant·e·s et être force de proposition dans les réformes du système de santé.

Indépendante de tout parti politique, confession ou syndicat, la FFEO se fonde sur des valeurs démocratiques, humanistes et associatives, prônant le pluralisme et l'engagement collectif. Elle s'engage à promouvoir la formation des étudiant·e·s en orthoptie, à défendre leurs droits et à contribuer à la reconnaissance et à l'évolution de leur future profession.



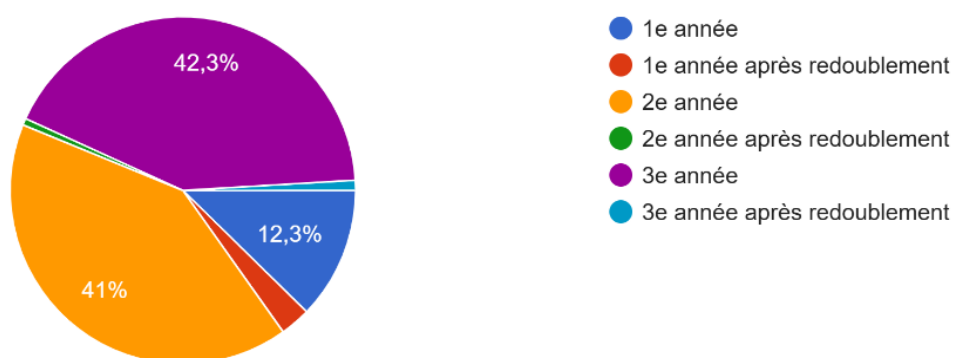
II. Introduction

Dans un contexte marqué par les exigences académiques, l'incertitude quant à l'avenir et la pression sociale, la santé mentale des étudiant·e·s s'impose comme une priorité majeure. En effet, ces dernier·ère·s doivent quotidiennement relever les défis de la vie courante, auxquels s'ajoutent les exigences spécifiques de la vie universitaire, incluant une formation théorique et pratique exigeante. Consciente de ces enjeux, la FFEO a mené une enquête sur la santé mentale des étudiant·e·s en orthoptie.

Cette enquête a été diffusée par le biais de nos 16 associations dans la période du 18 septembre au 16 octobre 2024. Elle a obtenu 317 réponses, ce qui représente environ 22% des étudiant·e·s en orthoptie en France.

Tout d'abord, l'enquête reflète une participation de l'ensemble des 16 départements d'orthoptie. Cependant, certaines universités sont légèrement surreprésentées. Montpellier, par exemple, regroupe 11,7 % des réponses, bien qu'elle ne représente que 6 % des étudiant·e·s en orthoptie. Paris Sorbonne suit avec 9,1 % des réponses pour 22 % des effectifs, tandis que l'Université de Paris Cité atteint 8,5 %, bien qu'elle compte 13 % des étudiant·e·s.

Répartition des réponses en fonction de l'année d'étude



Nous notons également une très faible participation des étudiant·e·s en première année d'orthoptie. En effet, dans une volonté globale de connaître les



conditions et le ressenti quant à leurs études, nous avons souhaité dédier un volet conséquent de l'impact des stages sur la santé mentale des étudiant·e·s.

Nous observons ainsi, un premier biais relatif aux étudiant·e·s de premières années de notre formation. Celles·Ceux-ci n'ayant pas encore débuté leur premier stage à la date du 16 octobre 2024. Les étudiant·e·s en années supérieures sont quant à elles·eux représenté·e·s de manière quasiment similaire avec un pourcentage de participation à hauteur de 41,6 % (dont 0,6 % de redoublant·e·s) pour les étudiant·e·s en deuxième année et de 43,2 % pour les troisièmes année (dont 0,9 % de redoublant·e·s).

Par ailleurs, les étudiant·e·s en formation continue participent également à cette enquête, représentant 14,8 % des réponses. Et bien que l'enquête se concentre principalement sur les conditions de stage, elle explore également d'autres aspects de la vie quotidienne des étudiant·e·s en orthoptie, afin d'offrir une vision globale du vécu de leur formation.



III. Formation pratique : conditions de stage

Les stages font partie intégrante de notre formation. En effet, en première année, ils représentent 4 semaines pour l'étudiant.e en orthoptie, en deuxième année ils représentent 16 semaines et en troisième année 20 semaines, soit un total de 1400 heures sur l'ensemble de la formation. Ces stages, qui prennent une place croissante au fil de la formation, constituent des éléments essentiels, car ils incarnent la dimension pratique du futur métier des étudiant.e.s.

A. Relation avec le personnel et les patient.e.s

La plupart des stages s'effectuant en milieu hospitalier, la relation des étudiant.e.s avec le personnel hospitalier et les patient.e.s est une composante essentielle à prendre en compte.

1. Avec le personnel et maître de stage

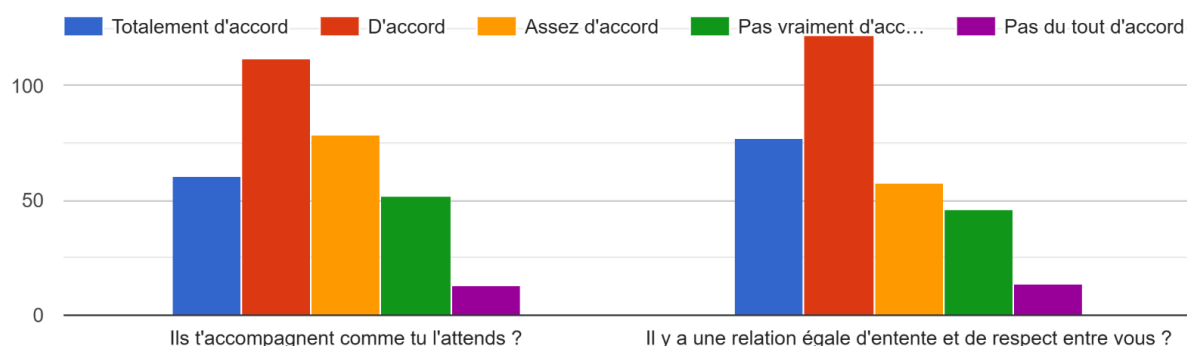
La plupart des étudiant.e.s estiment avoir de "bonnes" ou d' "assez bonnes relations" avec les ophtalmologistes et les orthoptistes de leur service. Cependant, **6,6%** des étudiant.e.s qualifient leur **relation avec le personnel hospitalier de "mauvaise"**.

Les maîtres de stage accompagnent les étudiant.e.s tout au long de notre formation pratique, il est donc primordial que leur suivi soit rigoureux et respectueux. 61 étudiant.e.s sur 317 se sentent accompagné.e.s comme iels l'entendent par ces dernier.ère.s. 60% se sentent accompagné.e.s mais pas comme iels le souhaiteraient. Et enfin, **20%** d'entre elles et eux ne **se sentent que très peu accompagné.e.s voir pas du tout**.

De plus, la.le maître de stage joue un rôle de référent.e hiérarchique direct pour l'étudiant.e. Bien que ce statut soit incontestable, il demeure crucial de s'interroger sur la qualité de la relation d'entente et de respect mutuel. En effet, à la question "Existe-t-il une relation d'entente et de respect entre vous (maître de stage/étudiant.e) ?" **1 étudiant.e.s sur 5** se déclare "assez d'accord", "pas vraiment d'accord" ou, dans le pire des cas, "pas du tout d'accord". Cette proportion met en lumière le fait que le **lien entre l'étudiant.e et sa-son référent.e de stage n'est pas toujours empreint de respect mutuel**.



Nombre d'étudiant·e·s selon leur degré d'accord aux questions relatives à leur relation avec les maîtres de stage



À travers les données collectées, plusieurs observations peuvent être formulées. Bien que chaque stage soit une expérience profondément personnelle, il convient de souligner que de nombreuses et nombreux étudiant·e·s en orthoptie font état d'un accompagnement qui ne répond pas toujours à leurs attentes. Cette situation interroge sur la capacité des encadrant·e·s et des maîtres de stage à organiser et structurer efficacement les périodes de stage.

En effet, la·le maître de stage joue un rôle clé en tant qu'interlocuteur·ice privilégié·e, chargé·e d'offrir à l'étudiant·e tous les outils nécessaires à sa progression dans les apprentissages. Nous nous interrogeons ainsi sur la nécessité de réfléchir à **l'instauration d'un statut particulier pour les maîtres de stage**, dans le cadre d'une réingénierie progressive de la formation. Cette doléance fait en effet partie des six axes que nous prôtons de la prémisses de notre volonté de réingénierie. Nous constatons, à regrets, que malgré le cadre juridique qu'impose l'Arrêté fixant les conditions du déroulement de nos études, la situation n'a pas ou peu évolué au cours de la décennie écoulée.

Conformément à l'Arrêté du 20 octobre 2014 relatif aux études en vue de l'obtention du certificat de capacité d'orthoptiste, et spécifiquement à l'Annexe V du Cahier des Charges des Stages en Orthoptie, il est précisé que "le maître de stage orthoptiste forme et supervise la pratique de l'étudiant stagiaire, en tenant compte de son niveau d'expérience, de ses compétences, de ses connaissances théoriques et des enseignements dispensés par la structure de formation". Cependant, les réponses obtenues révèlent que **les outils actuels ne permettent pas toujours un suivi individualisé, ni une progression optimale dans l'acquisition de nouvelles compétences au cours du stage.**

Ainsi, un accompagnement plus structuré et l'utilisation d'outils normalisés, validés au niveau national, pourraient considérablement améliorer l'expérience de stage pour une majorité d'étudiant·e·s. De plus, cela favoriserait une formation pratique plus complète, répondant mieux aux attentes des étudiant·e·s et aux exigences de la profession.



2. Avec les patient·e·s

Par le caractère professionnalisant de notre formation, les étudiant·e·s orthoptistes sont souvent confronté·e·s, dans le cadre de leur prise en soin, à des situations qui peuvent être délicates et éprouvantes. Parmi celles-ci, de nombreuses situations complexes à aborder d'un point de vue émotionnel nous ont été rapportées par le biais de cette enquête. Les étudiant·e·s nous rapportent en effet avoir rencontré, à plusieurs reprises, des prises en soin où **la dépression, le deuil, les pathologies graves, les pensées suicidaires ou les troubles psychiatriques, ainsi que des comportements irrespectueux pouvaient se coupler avec la nécessité d'apporter une prise en charge orthoptique**. Bien que ces événements font partie intégrante de l'habitus d'un·e professionnel·le de santé, il est essentiel que ces étudiant·e·s bénéficient d'un accompagnement ou d'un soutien dans ces moments difficiles. Il ressort que **55,5 % des étudiant·e·s ont déjà été confrontés à une telle situation, souvent sans aide immédiate**. Si certain·e·s ont pu recevoir un soutien de leurs maîtres de stage ou d'autres professionnel·le·s par la suite, d'autres, malheureusement, se sont retrouvé·e·s isolé·e·s et ont mal vécu cette épreuve. Les co-stagiaires ne devraient pas constituer l'unique relais dans ces situations complexes.

L'Unité d'Enseignement 18 (Psychologie), incluse dans le programme de formation, pourrait servir de support précieux pour apprendre à gérer les situations difficiles évoquées. A ce sujet, **40%** des étudiant·e·s estiment que cette UE ne propose pas toutes les clefs pour les accompagner dans ces situations. Iels le justifient par le fait que le programme est, selon eux, trop théorique et se rapproche plus de la philosophie que de la psychologie. **La FFEO se positionne pour une évolution de cet enseignement afin qu'il soit plus concret et plus utile dans la pratique du métier**. De plus, **57%** des étudiant·e·s estiment que la gestion de prise en soin dans des situations difficiles n'est pas suffisamment abordée en cours. Enfin, **81%** des étudiant·e·s estiment pouvoir **discuter librement des situations complexes avec leurs co-stagiaires** contre **40%** qui estiment pouvoir le faire **avec leurs maîtres de stage**. Ainsi, une majorité d'étudiant·e·s ne voient pas leur maître de stage comme une personne à l'écoute dans ce genre de situation. Il nous paraît essentiel de faire le nécessaire pour améliorer ces relations. **La FFEO soutient donc une meilleure formation et un suivi des maîtres de stage afin qu'ils soient plus aptes à répondre aux attentes des étudiant·e·s.**



B. Impact direct sur l'étudiant-e et sa vie personnelle

Dans cette section, nous souhaitons aborder les répercussions directes des périodes de stage sur les étudiant-e-s en orthoptie, ainsi que sur leur vie personnelle. Comme nous l'avons précédemment souligné, les stages constituent une expérience essentielle dans le parcours des étudiant-e-s, ayant une influence directe sur leur quotidien et leur état psychologique.

À l'instar de toute formation ou environnement professionnel, il est nécessaire que l'étudiant-e **se sente à sa place pour s'épanouir pleinement durant son stage**. Il convient de noter que **16,1 % des étudiant-e-s n'ont pas ce sentiment d'appartenance**.

Un autre chiffre suscite une préoccupation particulière, en effet, **79,5 %** d'entre eux ont déjà ressenti du **stress** ou de l'**anxiété** avant, pendant ou après leur stage. Les périodes de stage ne doivent en aucun cas être à l'origine de ces sentiments qui, à terme, détérioreraient la santé mentale des étudiant-e-s.

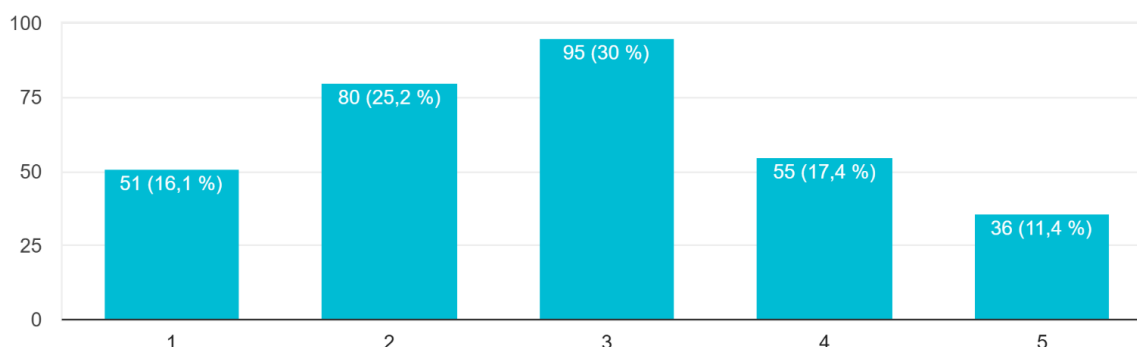
L'intériorisation de certaines situations vécues durant les stages, les trajets souvent longs, et l'anxiété liée à la difficulté de trouver sa place au sein de la structure rendent parfois difficile la séparation entre la vie estudiantine et la vie personnelle. De plus, la nécessité de suivre des formations souvent éloignées de leur région d'origine, impliquant des déplacements réguliers, complique davantage cet équilibre. Ce juste équilibre entre les exigences professionnelles et la vie privée semble difficile à maintenir et insuffisamment pris en compte par certain-e-s maîtres de stage. Ainsi, **58,8 % des étudiant-e-s estiment que leur vie privée n'est que peu, voire pas du tout, prise en considération durant ces périodes de stage**.

Les **horaires de stage variables** et les **plannings souvent communiqués tardivement** représentent les principales difficultés pour les étudiant-e-s en termes d'organisation de leur vie personnelle. En effet, **23,3 %** d'entre eux rapportent que l'organisation de leurs horaires ne leur permet pas de disposer de temps libre. Par ailleurs, **certain-e-s expriment la crainte de signaler un imprévu à leur encadrant-e, même dans des situations qui leur semblent pourtant justifiées**.

Il est à noter que le nombre d'heures de stage ainsi que les objectifs pédagogiques associés sont explicitement définis dans l'arrêté relatif à la formation en orthoptie du 20 octobre 2014. Chaque département d'orthoptie est tenu de respecter ce décret et de mettre en place les enseignements correspondants, afin de garantir que les étudiant-e-s bénéficient d'un cadre structuré et adapté à leurs besoins professionnels et personnels.



Estimation de la prise en compte de la vie privée des étudiant.e.s lors des stages
(1 : pour une bonne prise en compte ; 5 pour une mauvaise prise en compte)



La FFEO reconnaît que l'hétérogénéité des villes de formation et des structures d'accueil rend difficile l'instauration d'une organisation et d'un volume horaire standardisés au niveau national, et que cela nierait les spécificités propres à chaque site. Toutefois, il convient de se pencher sur certains débordements relatifs à la planification et au déroulement de certains stages. En effet, la durée et la périodicité des stages sont définies dans le cadre du projet pédagogique de chaque composante assurant la formation en orthoptie, et les stages se déroulent sur la base de 35 heures hebdomadaires.

Les conventions de stage, signées à chaque période, constituent un accord tripartite entre la structure d'accueil, le maître de stage et l'étudiant-e, et, d'un point de vue juridique, les lieux de stage sont tenus de respecter les droits des stagiaires, notamment en ce qui concerne les absences justifiées et le respect du volume horaire.

La FFEO se place donc en faveur d'une meilleure organisation et planification des stages, car cela permettrait de réduire l'impact de ces derniers sur la vie des étudiant-e-s. En effet, un cadre plus uniforme et mieux anticipé par les différentes structures et entre les différent-e-s acteur-ice-s contribuerait à alléger cette incidence.



C. Harcèlement moral

Le harcèlement et la maltraitance en stage constituent des problématiques fréquemment abordées dans le domaine de la santé. Bien que marginales, la FFEO est confrontée à des situations dans lesquelles les étudiant·e·s nous signalent des comportements pouvant s'apparenter à de telles pratiques. À travers les enquêtes menées, tant dans le cadre de la santé mentale que de la défense des droits, nous cherchons à évaluer chaque année si les conditions de stage offrent un environnement serein, propice à l'acquisition et à l'intégration des connaissances nécessaires à l'exercice futur du métier d'orthoptiste.

La définition du harcèlement moral est précisée au titre de l'[Article 222-33-2-2](#) du Code Pénal : *“Le fait de harceler une personne par des propos ou comportements répétés ayant pour objet ou pour effet une dégradation de ses conditions de vie se traduisant par une altération de sa santé physique ou mentale”*.

De manière générale, les harceleur·euse·s peuvent être réparti·e·s en deux catégories. La première inclut les membres du milieu universitaire, tels que les co-stagiaires et les étudiant·e·s d'autres filières. La seconde concerne l'environnement hospitalier ou les différents lieux de stage.

Parmi les réponses collectées, **21 étudiant·e·s ont rapporté avoir subi du harcèlement moral de la part de leur maître de stage.**

Il est inacceptable que nos étudiant·e·s soient confronté·e·s à de telles situations. **La FFEO soutient donc la mise en place de formations à destination des encadrant·e·s de stage ainsi que des étudiant·e·s, afin de sensibiliser toutes les parties prenantes et supprimer ces actes.**

Le harcèlement moral est passible d'un an d'emprisonnement et de 15 000€ d'amende.



D. Harcèlement et agression sexuelle

Afin d'étudier la présence de situations de violences sexistes pouvant paraître anodines ou banalisées dans notre quotidien, nous avons questionné les étudiant·e·s sur la thématique des remarques sexistes dans le milieu hospitalier. Là encore les profils des harceleur·euse·s s'illustrent dans les 2 mêmes catégories que celles citées précédemment.

La définition du harcèlement sexuel est décrite dans l'Article 222-33 du Code Pénal : *“Le harcèlement sexuel est le fait d'imposer à une personne, de façon répétée, des propos ou comportements à connotation sexuelle ou sexiste qui soit portent atteinte à sa dignité en raison de leur caractère dégradant ou humiliant, soit créent à son encontre une situation intimidante, hostile ou offensante”*.

9 étudiant·e·s ont vécu une situation de harcèlement sexuel de la part d'un·e membre du personnel hospitalier, d'un·e patient·e ou d'un·e autre étudiant·e.

Le harcèlement sexuel est passible de 2 à 3 ans d'emprisonnement et de 30 000 à 45 000€ d'amende.

La définition d'une agression sexuelle est décrite dans l'Article 222-22-2 du Code Pénal : *“Constitue également une agression sexuelle le fait d'imposer à une personne, par violence, contrainte, menace ou surprise, le fait de subir une atteinte sexuelle de la part d'un tiers ou de procéder sur elle-même à une telle atteinte”*. Les zones concernées sont la bouche, les fesses, l'intérieur des cuisses, le sexe et la poitrine.

1 étudiant·e a été victime d'une agression sexuelle en stage et cette personne n'a été ni accompagnée ni soutenue.

Les agressions sexuelles sont passibles de 5 ans d'emprisonnement et de 75 000€ d'amende.

A travers ces résultats, pour la première fois depuis sa création, la FFEO prend officiellement position sur ces questions. Le harcèlement moral et sexuel ainsi que les agressions sexuelles sont des phénomènes complexes et insidieux qui touchent de nombreuses sphères de la vie sociale. Ce type de violence peut avoir des conséquences dramatiques, allant de l'isolement social à des troubles psychologiques



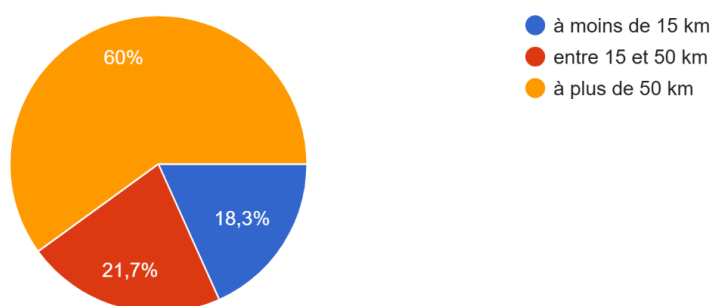
graves. La FFEO réagit et demande la mise en place de cellules d'écoute au sein des universités pour assurer un soutien aux étudiant·e·s. Elle réclame également la possibilité de retirer l'agrément d'un lieu de stage dès lors qu'un·e étudiant·e signale des comportements problématiques. Enfin, la FFEO insiste sur l'importance d'une formation obligatoire pour les maîtres de stage et les étudiant·e·s afin de les sensibiliser à ces enjeux et de contribuer à leur disparition.

E. Les stages délocalisés

Les stages délocalisés, c'est-à-dire les stages réalisés en dehors de la ville d'études, peuvent entraîner des contraintes supplémentaires, augmentant ainsi la charge mentale et impactant potentiellement leur santé mentale.

Sur les 317 étudiant·e·s interrogé·e·s, 166, soit **plus de la moitié, effectuent des stages délocalisés**. Parmi elleux, **60 %** doivent se déplacer sur des lieux de stage situés à **plus de 50 km**, soulignant l'ampleur des défis logistiques et personnels auxquels iels font face.

Distance, en kilomètres, entre le lieu de stage et la faculté



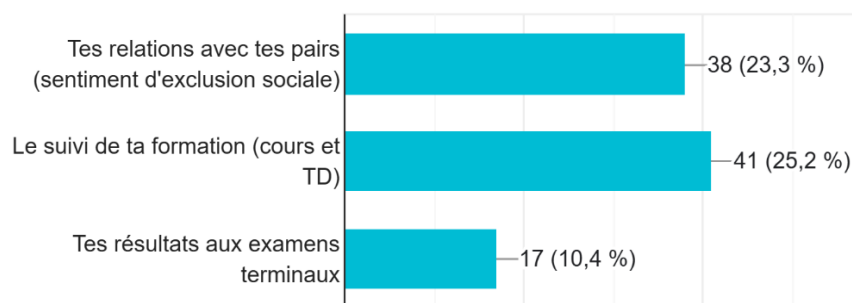
Cette distance significative contraint **36,9 %** des 166 étudiant·e·s concerné·e·s à **louer un second logement en plus de celui dédié à leurs études, générant ainsi des frais supplémentaires**. Cette charge financière accrue représente une source d'anxiété et accentue les inégalités entre étudiant·e·s au sein d'un même département.

En outre, les stages délocalisés sont une **cause majeure de fatigue** pour **43,9%** des étudiant·e·s, tandis que **33,5 % signalent une fatigue intense**. Cette accumulation de fatigue peut impacter divers aspects de leur quotidien : **23,3 %** rapportent des **effets négatifs sur leurs relations sociales**, **25,2 %** constatent des répercussions sur le **suivi**



de la formation, et **10,4 %** estiment que cela **influence négativement leurs performances aux examens terminaux**.

Pourcentages d'étudiant.e.s estimant que le fait d'avoir un stage délocalisé a un impact sur chacune des propositions



La FFEO réaffirme son engagement à vouloir des solutions concrètes pour soutenir les étudiant.e.s confronté.e.s aux défis des stages délocalisés. Parmi ces solutions, **nous plaidons notamment pour la mise en place d'un défraiement kilométrique. Ce dispositif permettrait de réduire l'impact financier lié aux déplacements fréquents ou longs, tout en atténuant une source importante de stress.** En favorisant une meilleure prise en charge des frais de transport, nous espérons que cela contribuera à un environnement d'apprentissage plus équitable et à préserver la santé mentale de nos étudiant.e.s.

Le département de Nantes a initié, cette année, le début d'un défraiement kilométrique pour certains stages en libéral, financé par l'ARS Pays de la Loire. Nous y voyons une opportunité pour les autres départements afin qu'eux aussi initient un défraiement kilométrique pour leurs stages délocalisés.



IV. Formation théorique

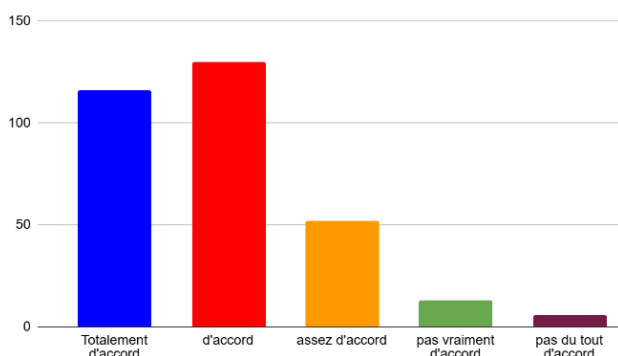
Jusqu'à présent, nous avons analysé l'aspect pratique de notre formation, à travers les stages. Il est désormais crucial de nous pencher sur la dimension théorique et, plus spécifiquement, sur le bien-être des étudiant·e·s en orthoptie au sein de leur département.

A. Relations interpersonnelles

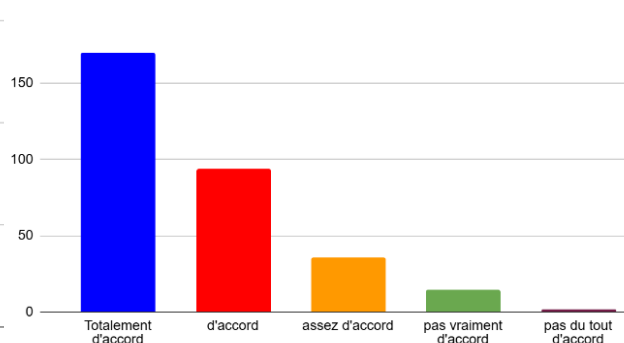
Tout d'abord, il est essentiel qu'un·e étudiant·e se sente entouré·e, à l'aise et soutenu·e au sein de sa promotion, car cela contribue grandement à son bien-être et à sa réussite. Sur ce point, les résultats sont globalement très positifs : **83 % des étudiant·e·s déclarent se sentir bien (30 %) voire très bien (53 %) au sein de leur promotion.**

Ensuite, il est tout aussi important de souligner les relations entre les trois promotions, qui sont amenées à se rencontrer, à apprendre ensemble, collaborer et s'entraider. Ici aussi, les résultats montrent un niveau de satisfaction élevé : **41 % des étudiant·e·s se sentent bien et 36 % très bien dans leurs interactions avec les autres promotions.** À l'inverse, une très faible proportion (moins de 1 %) se sent mal à l'aise. Cela montre que même si la cohésion est globalement forte, il pourrait être pertinent de renforcer encore les liens entre étudiant·e·s pour garantir que chacun·e se sente pleinement intégré·e.

Nombre d'étudiant.e.s se sentant à l'aise au sein de leur promotion



Nombre d'étudiant.e.s se sentant à l'aise au sein des trois promotions

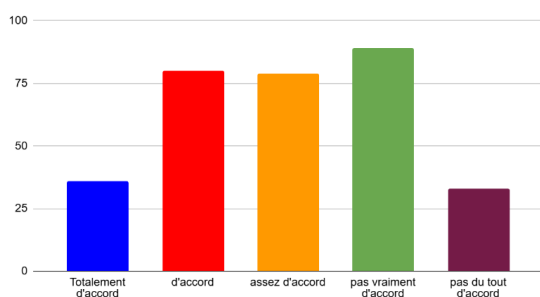


Enfin, au sein de leur formation, les étudiant·e·s sont encadré·e·s par un ensemble d'intervenant·e·s et de professeur·e·s. Il est important que des relations respectueuses et sereines soient établies entre les formateur·trice·s et les futur·e·s orthoptistes, afin de garantir un environnement d'apprentissage propice et stimulant. Les résultats obtenus sur ce sujet sont globalement positifs : **30 %** des étudiant·e·s déclarent se sentir **totalement à l'aise avec les intervenant·e·s**, **42 %** se sentent **suffisamment à l'aise**, et **20 % assez à l'aise**. En revanche, 4 % ne se sentent pas vraiment à l'aise, et 0,9 % ne se sentent pas du tout à l'aise. Ces données témoignent majoritairement d'un cadre pédagogique respectueux et bienveillant, tout en indiquant qu'un travail supplémentaire pourrait être envisagé pour inclure pleinement les étudiant·e·s se sentant moins à l'aise.

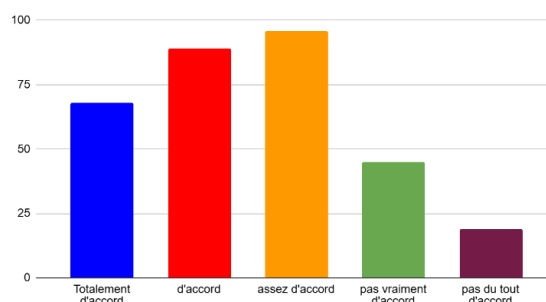
B. Surcharge de travail et stress

Les cours théoriques occupent une place centrale dans le quotidien des étudiant·e·s en orthoptie. Le plaisir ressenti à assister à ces enseignements constitue un indicateur clé de bien-être et se lie étroitement à une réduction du stress, avec des effets positifs sur la santé mentale. D'après notre enquête, **69 % des étudiant·e·s déclarent prendre plaisir à suivre leur formation**, tandis que 8 % indiquent en ressentir peu, voire aucun. Ces chiffres soulignent l'importance de rendre les enseignements adaptés aux besoins des étudiant·e·s pour favoriser leur épanouissement.

Nombre d'étudiant.e.s se sentant surmené.e.s



Nombres d'étudiant.e.s estimant que leurs études sont une source de stress



Notre formation exige un investissement conséquent, tant sur le plan pratique qu'académique, ce qui peut entraîner un surmenage, avec des répercussions physiques et psychologiques notables. **Ainsi, 36,5 % des étudiant·e·s déclarent se**



sentir surmené·e·s ou totalement débordé·e·s. Ce pourcentage élevé soulève la question d'une charge de travail à mieux équilibrer. Une meilleure organisation, notamment des stages, pourrait contribuer à alléger cette charge, réduisant ainsi l'impact sur leur santé mentale.

Parmi les facteurs influençant fortement la santé mentale, le stress joue un rôle central. **Selon nos données, 79 % des étudiant·e·s identifient leurs études comme une source de stress, qu'il soit léger ou intense.** Ce constat met en lumière la nécessité d'un accompagnement renforcé pour les aider à gérer ce stress et à rendre leur parcours d'étude plus fluide et accessible.

V. Impact de l'éloignement et du logement

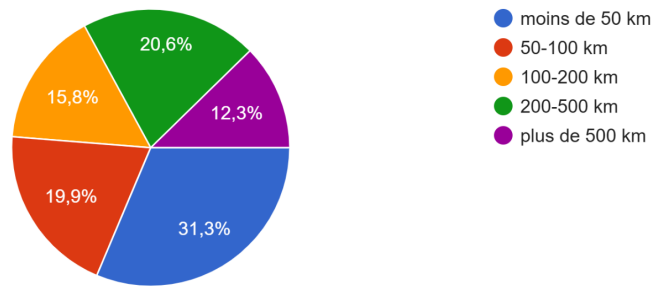
La sélection des étudiant·e·s dans les départements d'orthoptie ne prenant pas en compte leur ville d'origine, ces dernier·ère·s peuvent se retrouver dans une ville inconnue, parfois éloignée de leurs repères familiaux et sociaux. Cette transition marque le début d'une nouvelle vie étudiante, où il peut être difficile de retrouver un équilibre, ce qui peut avoir un impact direct sur le moral et la santé mentale des étudiant·e·s.

Le logement constitue un aspect central de cette vie étudiante. Parmi nos répondant·e·s, **56,4 % résident dans un appartement loué**, tandis que **24,4 % vivent chez leurs parents**. Les autres optent pour la colocation ou sont propriétaires. Ces choix de logement, souvent déterminés par des **contraintes économiques et géographiques**, façonnent leur quotidien et peuvent influencer leur bien-être global.

Concernant l'éloignement de leur ville d'origine, 31,3 % des étudiant·e·s se trouvent à moins de 50 km de chez elleux, 15,8 % à une distance comprise entre 100 et 200 km, et 12,3 % à plus de 500 km. Ces données révèlent une diversité notable dans la répartition géographique des étudiant·e·s : si certain·e·s restent relativement proches de leur lieu d'origine, d'autres partent beaucoup plus loin. En considérant un éloignement significatif à partir de 100 km, **près de la moitié des étudiant·e·s (48,7 %) réalisent leurs études dans une ville éloignée de leur environnement d'origine**, ce qui peut engendrer des problématiques spécifiques liés à la séparation et à l'adaptation au nouvel environnement.



Nombre de kilomètres entre la ville d'origine des étudiant.e.s et leur ville d'étude



Cette distance géographique peut entraîner un sentiment de perte de repères, et la séparation familiale peut être difficile à vivre ; ce qui impacte directement la santé mentale des étudiant.e.s. En effet, un.e étudiant.e éprouvé.e peut perdre sa motivation, rendant ses études encore plus complexes et le-la plongeant dans une spirale négative.

Nous avons donc demandé aux étudiant.e.s à quelle fréquence iels rentraient chez elleux. Ainsi, 56 % rentrent chaque semaine, 23 % une fois par mois, 15 % pendant les vacances scolaires, et 6 % seulement une fois par an. Nous constatons que la fréquence des retours est souvent liée à la distance qui sépare les étudiant.e.s de leur famille.

La séparation peut être particulièrement difficile pour celles et ceux qui ne rentrent pas souvent, notamment pour les étudiant.e.s originaire.s des DROM-COM, pour qui cet éloignement est particulièrement éprouvant, surtout pendant les vacances scolaires. Toutefois, la majorité des étudiant.e.s semble bien vivre cette situation, bien que **15 % d'entre eux-elles la qualifient de difficile.**

Grâce à notre enquête, nous savons que plus de 50 % des étudiant.e.s vivent seul.e.s, il est donc essentiel qu'iels se sentent épanouis. Ainsi, **77,5 % des étudiant.e.s déclarent se sentir bien, tandis que 17,7 % se sentent mal** et 4,8 % décrivent leur état comme fluctuant. Ces résultats témoignent d'une majorité de réponses positives cependant nous devons tenir compte des 17 % se sentant mal et communiquer davantage sur les aides en place afin de réduire ce pourcentage.

Pourcentage des étudiant.e.s se sentant bien ou non avec elleux-mêmes



▲ 1/3 ▼



Enfin, nous avons exploré la question de la solitude chez les étudiant·e·s et sa fréquence. Les résultats montrent que 59 % d'entre eux·elles se sentent parfois seul·e·s, tandis que 4 % affirment se sentir seul·e·s en permanence. Ces données restent globalement positives et témoignent du fait que la majorité des étudiant·e·s en orthoptie se sentent principalement entouré·e·s.

Sur le plan de la vie quotidienne, nos étudiant·e·s s'adaptent globalement bien à leur environnement et à leur propre compagnie. Cependant, un nombre significatif d'entre eux·elles éprouve des difficultés face à la séparation et ne se sentent pas toujours bien. **La FFEO souhaite apporter un soutien à ces étudiant·e·s en leur rappelant que nous sommes à leur écoute, tout en soutenant nos associations locales qui jouent également un rôle clé en mettant en place des projets divers à destination des étudiant·e·s.**

VI. Habitudes alimentaires et pratiques sportives

Au quotidien, une alimentation équilibrée et la pratique régulière d'une activité physique sont essentielles pour maintenir un mode de vie sain. Pour un·e étudiant·e, adopter de bonnes habitudes sur le plan physique contribue directement à son bien-être mental et favorise ainsi une meilleure santé globale.

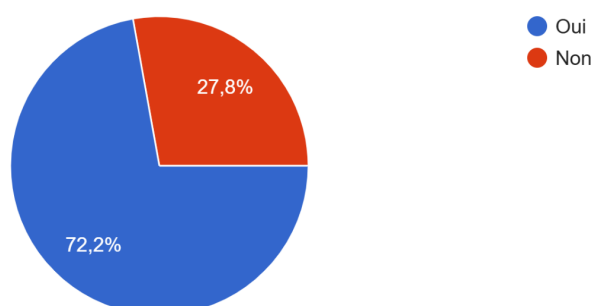
Nous avons interrogé nos étudiant·e·s sur leurs habitudes alimentaires et leurs pratiques sportives afin d'évaluer leur mode de vie. Lorsqu'on leur demande s'ils considèrent avoir une vie saine, **46,2 % répondent oui, 47,5 % plus ou moins, et seulement 6,3 % non.** Ces résultats sont encourageants, car ils montrent que plus de 90 % des étudiant·e·s perçoivent leur quotidien comme relativement équilibré.

Une alimentation régulière est essentielle pour préserver une bonne santé. Pourtant, **27,8 % de nos étudiant·e·s déclarent ne pas manger à chaque repas**, un chiffre préoccupant qui interroge sur les raisons de cette situation. Parmi elleux, 67 % évoquent un manque d'envie, **16,5 % sont confronté·e·s à des difficultés financières, et 7 % manquent de temps.** Par ailleurs, même parmi celles et ceux qui prennent tous leurs repas, **7,4 % affirment ne pas manger à leur faim.**



Ces éléments soulignent deux enjeux majeurs : d'une part, la **précarité étudiante**, que nous développerons dans la section suivante, et d'autre part, le manque de temps, fréquemment lié à une **organisation des stages perfectible**.

Pourcentage d'étudiant·e·s mangeant à chaque repas



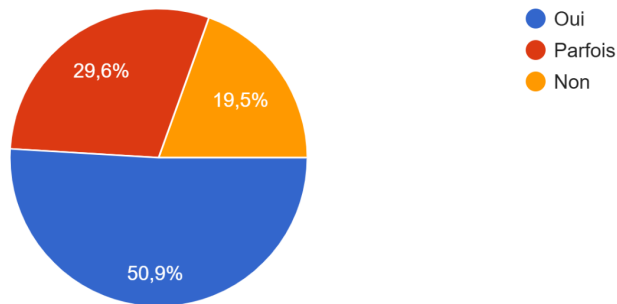
Même si les conditions d'attribution des bourses sur critères sociaux doivent être réformées, les Restaurants Universitaires des CROUS restent un moyen de lutte contre la précarité alimentaire des étudiant·e·s. Le prix du repas y est fixé à 3,30 € pour les non-boursier·ère·s et à 1 € pour les boursier·ère·s. Cependant, encore faut-il pouvoir en bénéficier... **10,8 % des étudiant·e·s sondé·e·s déclarent ne pas y avoir accès**, principalement en raison de leur éloignement géographique par rapport à leurs lieux de stage ou d'étude.

Au-delà du fait de s'alimenter, il est essentiel pour nos étudiant·e·s d'adopter une **alimentation équilibrée**, car celle-ci contribue à une bonne santé physique et mentale. Ainsi, 42,7 % estiment avoir une alimentation saine, tandis que 8,9 % considèrent que ce n'est pas le cas. Parmi ces dernier·ère·s, **30 % évoquent un manque de moyens financiers comme principal frein**, tandis que la moitié attribue cela à un manque de temps ou à leurs habitudes de vie.

L'**activité physique régulière** apporte un bien être corporel ; elle joue également un rôle essentiel dans la gestion du stress, l'amélioration de la concentration et le renforcement de la mémoire. Le sport constitue donc un élément clé dans l'équilibre de vie des étudiant·e·s. Actuellement, la moitié d'entre eux en pratiquent régulièrement, 30 % de manière occasionnelle, tandis que **20 % n'en font pas du tout**. Parmi ces dernier·ère·s, l'absence d'activité physique n'est pas toujours un choix : **63 % évoquent un manque de temps, 34 % des contraintes financières, et d'autres relèvent des problèmes d'accessibilité**.



Pourcentage d'étudiant·e·s ayant une activité sportive



Les Services Universitaires des Activités Physiques et Sportives (SUAPS) offrent aux étudiant·e·s un accès gratuit à diverses activités sportives. Pourtant, seulement 53,5 % de nos étudiant·e·s en bénéficient, tandis que 30,7 % n'y ont pas accès et 18 % ignorent même l'existence de ce service. Ces chiffres soulignent des problématiques d'accessibilité, qu'elles soient liées à des contraintes horaires, géographiques ou à un manque d'information autour de ce dispositif.

La FFEO s'engage à promouvoir les SUAPS pour maximiser leur impact auprès des étudiant·e·s. Il est essentiel de mieux informer sur leur existence et les opportunités qu'ils offrent en matière d'activités physiques. Pour cela, la communication doit être améliorée, l'accessibilité encouragée et les freins identifiés.

La vie sportive et alimentaire de nos étudiant·e·s est globalement positive, nous souhaitons cependant continuer à soutenir **une meilleure organisation des stages pour que nos étudiant·e·s aient plus de temps pour elleux afin de pratiquer une activité physique régulière et ne pas sauter de repas.**



VII. Budget et dépenses

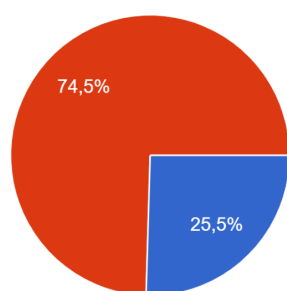
Enfin, pour maintenir une stabilité de vie et une bonne santé mentale, il est crucial de pouvoir répondre à ses besoins, notamment financiers. **La précarité étudiante est une réalité qui touche un grand nombre d'étudiant·e·s.** C'est pourquoi la FFEO a souhaité analyser son impact spécifique sur les étudiant·e·s en orthoptie.

Parmi les étudiant·e·s en orthoptie, **76,3% reçoivent une aide financière d'un proche, tandis que 23,7% n'en bénéficient pas.**

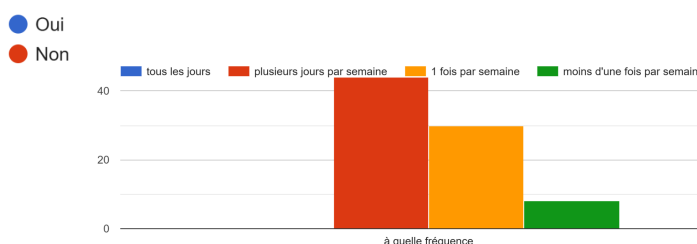
L'État propose également des aides financières. Nous avons voulu savoir lesquelles étaient accessibles à nos étudiant·e·s, certaines pouvant être cumulées. Ainsi, **50,9% d'entre elles.eux bénéficient des aides de la Caisse d'Allocations Familiales (CAF), 30,4% des bourses sur critères sociaux du CROUS, 13% des aides de France Travail, et 25,3% ne perçoivent aucune aide.**

Nous observons que les 25% d'étudiant·e·s ne recevant aucune aide financière pourraient se retrouver parmi les 25,6% d'étudiant·e·s ayant un emploi étudiant tout au long de l'année. Parmi ces dernier·e·s, **53,6% travaillent plus d'une fois par semaine, 36,6% une fois par semaine, et 9,8% moins d'une fois par semaine.** Ces chiffres sont significatifs, car pour un·e étudiant·e, un emploi rime souvent avec moins de temps consacré aux études et révisions. Cette précarité contribue ainsi à **creuser l'écart entre les chances de réussite des étudiant·e·s.** En effet, **42,9% de celles et ceux ayant un emploi reconnaissent que cela a déjà affecté le déroulement de leurs études ou de leurs stages.**

Pourcentage d'étudiant·e·s ayant un emploi étudiant à l'année



Fréquence à laquelle les étudiant·e·s ayant un emploi à l'année travaillent

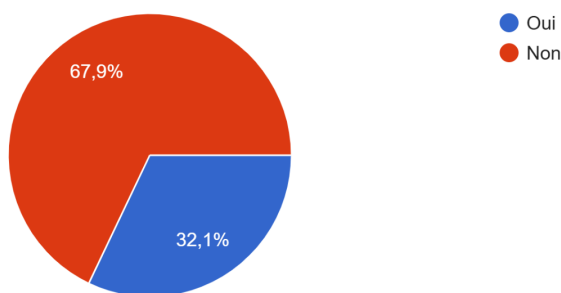


Certains·e-s étudiant·e-s choisissent de consacrer leurs vacances d'été à un travail saisonnier pour augmenter leurs revenus en vue de leurs études. Ainsi, **59,5% de nos étudiant·e-s ont exercé un travail saisonnier cet été.**

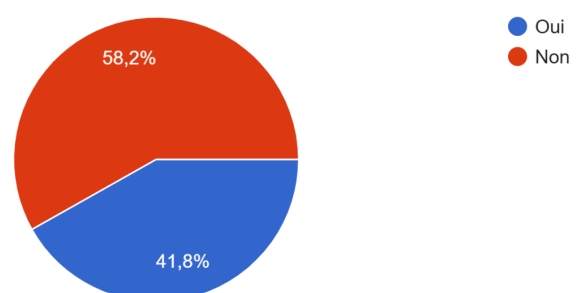
Face à la précarité que rencontrent les étudiant·e-s en orthoptie, nous avons voulu savoir si nombre d'entre elles·eux avaient déjà vécu une situation d'**anxiété financière** en fin de mois. Il s'avère que **32%** d'entre elles·eux ont été confrontés à cette situation. **Pour la FFEO, ce chiffre est bien trop élevé, et nous affirmons qu'il est essentiel d'augmenter le soutien financier pour les étudiant·e-s.**

Bien que tous·tes les étudiant·e-s ne soient pas concerné·e-s par l'anxiété financière, certain·e-s doivent se **restreindre pour subvenir à leurs besoins**. En effet, **41,8%** d'entre elles·eux adoptent ce comportement, en réduisant leurs dépenses pour les loisirs, les plaisirs ou même le chauffage de leur logement. D'autres se contraignent sur leur alimentation ou leurs vêtements.

Pourcentage d'étudiant·e-s ayant vécu une situation d'anxiété financière à la fin du mois



Pourcentage d'étudiant·e-s se restreignant par manque de financement



Enfin, nous avons voulu savoir si nos étudiant·e-s se restreignent sur les produits essentiels du quotidien. Heureusement, 84,8% d'entre elles·eux affirment que ce n'est pas le cas. **Cependant, 3,2% se privent de produits d'hygiène, 4,4% de produits de soins, 7% d'aliments, 3,2% de fournitures universitaires et 5,1% de transports en commun.** Bien que ces chiffres paraissent relativement faibles, car inférieurs à 10%, ils concernent des biens indispensables, et il est **inacceptable que nos étudiant·e-s soient contraint·e-s à s'en passer.**

La FFEO souhaite rappeler aux étudiant·e-s qu'il existe le dispositif des AGORAé, ce sont des épiceries sociales et solidaires permettant d'avoir accès à des denrées alimentaires et des produits d'hygiène à des coûts très réduits. La FFEO se positionne pour une réforme des bourses sur critères sociaux afin d'en améliorer les conditions d'accès.



VIII. Conclusion

Ce rapport sur la santé mentale met en évidence plusieurs problématiques affectant la santé mentale de nos étudiant·e·s, que nous jugeons cruciales à aborder.

Au vu des réponses et des différents témoignages, il est important de **soutenir une réorganisation des stages**, en veillant à une égalité entre les différents départements. Nous encourageons une **meilleure formation des maîtres de stage** afin de réduire les difficultés auxquelles nos étudiant·e·s font face pendant leur stage.

La FFEO porte un message important au sujet des violences sexistes et sexuelles vécu par les étudiant·e·s : il est inadmissible que de tels événements puissent se reproduire et nous souhaitons **soutenir les victimes, les accompagner, avec le développement de cellule d'écoute et d'accompagnement et avec la sensibilisation des encadrant·e·s et des étudiant·e·s sur ces problématiques.**

La FFEO continue de développer l'inclusion et la cohésion au sein des départements d'orthoptie, et même entre les différents départements, notamment avec la **mise en place de nos différents événements nationaux**. Nous souhaitons accompagner les étudiant·e·s se sentant seul·e·s ou démuni·e·s.

Enfin, la FFEO soutient et valorise les aides existantes pour les étudiant·e·s, qu'elles soient financières ou pratiques. **Nous nous engageons également à porter la voix d'une demande pour l'extension de ces aides, afin qu'elles bénéficient à un plus grand nombre d'étudiant·e·s.**

L'objectif étant de soutenir nos étudiant·e·s et de garantir que leur santé mentale soit préservée.

Sybil ABRIAL,
*Chargée de Mission Prévention,
Solidarité et Citoyenneté, 2024-2025*

psc@ffeo.org

24

