

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Étude de l'IFOP pour l'ASSOCIATION AÏDA **L'engagement bénévole : un levier de changement pour la santé des jeunes**

Paris, le 29 avril 2024 – Alors que la prise de conscience autour de la santé globale des jeunes est plus que jamais d'actualité, une étude récente de l'IFOP¹ pour l'Association Aïda démontre l'impact significatif de l'engagement bénévole sur la santé physique et mentale des jeunes entre 15 et 25 ans.

Cette étude dévoile comment l'engagement peut jouer un rôle crucial non seulement dans la prévention santé mais également dans l'amélioration des comportements de santé au quotidien.

A retenir :

- **L'addiction aux écrans** et la **santé mentale** sont les deux sujets qui touchent le plus les jeunes alors que 44% d'entre eux s'auto-évaluent en bonne santé physique contre 35% en bonne santé mentale ;
- Le besoin de **se sentir utile** (83%) et de **faire quelque chose de concret** pour une cause (82%) sont les moteurs d'un engagement associatif ;
- **L'engagement associatif permet un meilleur épanouissement personnel** : 83% des bénévoles Aïda a développé de nouvelles compétences, 74% sont plus sûrs d'eux et 71% sont plus à l'aise avec les autres ;
- L'engagement chez Aïda a un **effet majeur sur les comportements** des jeunes en matière de santé : **un quart d'entre eux déclarent moins fumer, 21% font plus de sport et 35% sont plus à l'écoute de leur corps** ;
- Mais également en matière de suivi et d'intérêt pour la thématique de la santé puisque **63% des bénévoles Aïda fait plus attention à la santé des autres, 45% suivent davantage les actualités en lien avec la santé et 44% regardent avec attention les campagnes de prévention.**

1. La perception de la santé par les jeunes : un rapport à la santé qui s'ancre au présent et un besoin de proximité.

Les sujets de santé chez les jeunes : l'addiction aux écrans et la santé mentale

L'étude révèle que les jeunes pensent principalement à leur santé comme un état présent, immédiat ("être en bonne santé ou non") sans la projeter dans le futur. Les principaux enjeux pour eux sont l'**addiction aux écrans** (85%) et la **santé mentale** (77%) suivis des troubles du comportements alimentaires, des troubles du sommeil et du manque d'activité physique. Par ailleurs, il est intéressant de noter que **les jeunes ne se sentent épargnés par aucun sujet** (santé sexuelle, problème de surpoids, troubles psychiques et maladies graves comme le cancer).

Focus sur la santé mentale : un enjeu sanitaire prioritaire

Les jeunes interrogés se déclarent en moins bonne santé mentale que physique : 44% des jeunes s'auto-évaluent en bonne santé physique contre 35% en bonne santé mentale. L'importance accordée à ce sujet varie en fonction du genre avec une prédominance féminine (82% vs. 72%).

Les parents et les médecins généralistes, des interlocuteurs privilégiés

Que ce soit pour des questions sur la prévention ou sur le système de santé, les jeunes préfèrent **s'adresser à des acteurs qu'ils considèrent comme « de proximité »** comme les parents (en particulier la mère) ou l'entourage proche en priorité (60%) mais également un / leur médecin généraliste. Ce sont en effet les professionnels avec lesquels ils se sentent le plus à l'aise en consultation (87%). A noter que, **contrairement aux idées reçues**, les jeunes semblent assez peu s'informer via les réseaux sociaux quand il est question de santé.

Les jeunes à l'aise avec le corps médical

De façon globale, l'étude montre que les jeunes sont plutôt à l'aise avec le corps médical et que plus ils les ont côtoyés, plus ils déclarent se sentir bien en consultation. En effet, 93% des jeunes interrogés se disent à l'aise avec au moins un professionnel de santé, un taux qui va même jusqu'à 99% chez les bénévoles Aïda, **une population plus familière d'un corps médical qu'elle rencontre autrement via son engagement.**

La seule exception concerne les psychologues/psychiatres et les gynécologues qui oscillent autour du seuil des 50% (56% et 51%). Chez les bénévoles d'Aïda, le niveau de confiance est plus élevé envers les psychologues/psychiatres (63%) et s'explique notamment par le fait que **l'association donne accès gratuitement pendant toute la durée de leur engagement à une psychologue**, dans la majorité des cas, il s'agit de la première fois qu'ils consultent ce professionnel.

2. Aïda : un dispositif d'engagement concret des jeunes qui permet de les rapprocher du monde de la santé

L'essence de l'engagement des jeunes : un engagement à la carte, responsabilisant mais non contraignant

Les jeunes qui pourraient s'investir dans le secteur associatif semblent **motivés d'abord par le besoin de se sentir utile** (83% de citations) et de faire quelque chose de concret pour faire avancer une cause (82%) **avant de penser à la valorisation de cet engagement sur leur CV** (46% de citations, soit le dernier items cité). De plus, le fait de pouvoir faire des rencontres est un élément central dans la motivation des jeunes, tout comme la gratuité et la flexibilité de l'emploi du temps.

Aïda : un dispositif innovant et unique en Europe

C'est sur cette lignée qu'Aïda a créé en 2015 **le premier dispositif d'engagement qui permet notamment à des mineurs de pouvoir s'engager concrètement pour la santé** (visites dans les hôpitaux, encadrement de séjours, sensibilisations milieux scolaires et/ou événements). Le dispositif qui a engagé à ce **jour près de 10 000 jeunes** repose sur une solution technologique qui permet un engagement à la carte, une formation solide des bénévoles et un suivi **psychologique offert à chaque bénévole**. Le weekend ou après les cours, les bénévoles dont la moyenne d'âge est 19 ans rencontrent ainsi régulièrement professionnels de santé et patients, et évoluent dans près de 70 hôpitaux sur le territoire.

S'engager et travailler dans la santé

Cet engagement ouvre des voies puisqu'un **jeune sur deux (53%) souhaite exercer un métier en lien direct ou indirect avec son engagement**. C'est le cas d'Olivia, engagée chez Aïda depuis 5 ans : *« J'ai rejoint l'association Aïda au tout début de mes études de droit. Rapidement, je me suis sentie embarquée dans cette aventure même si je la pensais purement associative. J'ai dû me spécialiser en master et j'ai décidé de faire de la santé publique. Mon engagement chez Aïda était grandissant, j'ai pris conscience du système de santé, de la réalité du terrain. Je me suis vraiment sentie actrice et c'est à ce moment-là que j'ai su que je voulais en faire réellement mon métier et que j'ai repris des études d'orthophonie. Par cette reconversion, j'ai à cœur d'accompagner les personnes dans leurs parcours de soin et d'en être une partie prenante. »*

3. L'engagement sur le terrain en santé : un dispositif d'information et de prévention santé

Rapports des jeunes à la prévention

En matière de santé, la prévention joue un rôle crucial dans la diminution des comportements à risque et les campagnes fleurissent sans que leur impact soit systématiquement mesuré. Les populations jeunes sont relativement bien exposées aux affiches de prévention (entre 36% et 29% d'exposition pour les jeunes), un taux qui atteint même 51% pour la campagne « mois sans tabac ». Les jeunes déclarent cependant que l'impact sur leurs comportements est plutôt limité : entre 14% et 11% de jeunes ont changé leurs habitudes après avoir vu les affiches.

L'engagement en santé, une approche complémentaire aux campagnes existantes

L'engagement associatif sur des thématiques de santé a un vrai impact sur l'attention prêtée à ces campagnes puisque **les bénévoles Aïda sont plus nombreux à déclarer avoir vu les affiches proposées et à avoir réduit les comportements à risque.**

Un quart d'entre eux déclarent en effet avoir réduit leur consommation de cigarettes, 21% qui font plus de sport ou 35% qui sont plus à l'écoute de leur corps. Mais là où Aïda joue un vrai rôle sur les habitudes de ses bénévoles c'est surtout en matière de suivi et d'intérêt pour la thématique de la santé avec une meilleure réceptivité des informations : **63% font plus attention à la santé des autres, 45% suivent plus les actualités en lien avec la santé et 44% regardent avec attention des campagnes de prévention.**

L'engagement est un formidable vecteur de lien social ainsi qu'une porte d'entrée efficace pour mieux informer les jeunes et transmettre des messages de santé, y compris à destination de publics particulièrement éloignés de leur santé.

Un épanouissement personnel plus important

Enfin, l'engagement des bénévoles Aïda au sein de la structure semble s'inscrire dans une forme d'épanouissement personnel. En effet, leur bénévolat leur permet notamment de **faire de nouvelles rencontres** (82% de citations) et de prendre confiance en eux : **83% ont développé de nouvelles compétences, 74% sont plus sûrs d'eux et 71% plus à l'aise avec les autres.**

Les résultats de cette étude confirment l'importance cruciale de l'engagement bénévole dans la promotion de la santé globale chez les jeunes. Aïda continue de jouer un rôle déterminant dans ce domaine, en renforçant le lien entre l'engagement social et le bien-être personnel, et en prouvant que l'action est un puissant moteur de changement et d'épanouissement.

' Méthodologie : Données comparées entre deux échantillons de jeunes âgés entre 15 et 25 ans : un échantillon de 800 jeunes représentatif de la population française âgée de 15 à 25 ans et un échantillon de 276 bénévoles de l'association Aïda (lutte contre le cancer des jeunes). Les interviews ont été réalisées par un questionnaire auto-administré en ligne du 19 au 25 mars 2024 pour la population représentative et du 14 mars au 2 avril 2024 pour les bénévoles Aïda.

À propos d'Aïda

L'association Aïda a été fondée en janvier 2015 par Léa Moukanas à seulement 15 ans. Au quotidien, l'association accompagne près de 2200 jeunes entre 12 et 25 ans touchés par un cancer pendant leurs périodes d'hospitalisation mais également après les traitements pour les aider à se projeter dans la suite de leur vie. Sa mission est de faire en sorte qu'avant d'être malade, un jeune puisse rester un jeune - même à l'hôpital. Aïda intervient dans plus de 70 services hospitaliers en France grâce à l'engagement de milliers de bénévoles. Elle est devenue l'une des associations incontournables du secteur de la santé et référente sur les questions jeunesse et santé.

Contact presse

Typhaine Maison
06 50 64 63 38
t.maison@associationaida.org

Aïda