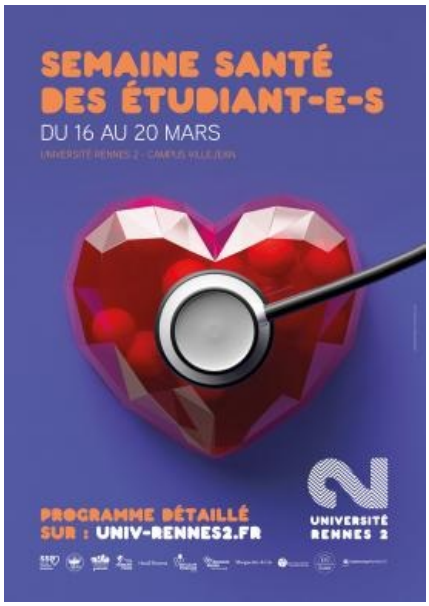
Consultations et conseils à l'Université Rennes 2 pour la santé des étudiant·e·s



"*Les étudiants entrent dans une période charnière de leur vie où il est important qu'ils deviennent acteurs de leur santé. C'est l'âge de l'adoption de nouveaux comportements à risque (alcool festif, addictions...) et le moment de prendre en charge de manière précoce les problématiques de mal-être psychique, de façon à éviter qu'elles deviennent chroniques* ", estime Valérie Casin, médecin et directrice du service santé des étudiant·e·s.

Pendant la Semaine Santé, les étudiant·e·s pourront faire un dépistage visuel, apprendre les techniques de la sieste flash, s'initier à la sophrologie ou encore participer à des temps d'échange et de discussion. Tout au long de la semaine, ils·elles pourront également assister à des conférences sur des thématiques variées (PMA, sexualités, genre et santé mentale...), participer à un escape game sur la déprime et à une chasse aux indices.

Cette première édition a été impulsée par Patricia Legris, vice-présidente chargée de la santé, de la solidarité et de l'accompagnement social des étudiant·e·s à l'Université Rennes 2, avec le soutien notamment du service santé des étudiant·e·s (SSE), d'associations étudiantes (Ar Vuhez, Handi Rennes 2, l'Épicerie gratuite, Commune Vision...), de nombreux personnels de l'université, et en partenariat avec la Mutualité française, la Mutualité Bretagne, le Planning familial et l'URAPEDA Bretagne.

Pour Valérie Casin, "*c'est une bonne chose que l'ensemble de la communauté universitaire s'empare des questions de santé. Une bonne santé physique et mentale est un gage de réussite dans sa formation pour un étudiant. Cette manifestation va sensibiliser les étudiants à différentes thématiques, répondre à certaines de leurs questions, leur permettre d'identifier les lieux ressource et leur donner des outils et des connaissances pour prendre soin de leur santé*."

Au-delà de ce temps fort, les étudiant·e·s peuvent prendre rendez-vous toute l'année avec l'équipe de professionnels du Service santé des étudiants qui organise aussi différentes actions de prévention et de sensibilisation : soirées bien-être, formations à l'arrêt cardiaque, ateliers nutrition, groupe de parole sur le cannabis, etc.

11 mars 2020