

Santé mentale des étudiants : *Feel Good* !

Du 6 au 21 octobre 2025, Le Mans Université participe aux Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) autour du thème *Feel Good*. Objectifs ? Favoriser le bien-être étudiant, créer du lien et encourager la parole autour de la santé mentale.

Un constat national préoccupant

Selon le [Baromètre national de la santé mentale des étudiants](#) réalisé par Ipsos et publié le 1er octobre 2025, la situation reste alarmante :

- moins d'1 étudiant sur 2 se considère en bonne santé mentale (45 %),
- 3 étudiants sur 5 présentent une suspicion de détresse psychologique (60 %),
- 38 % envisagent d'arrêter leurs études en raison de leur mal-être.

Dans ce contexte, Le Mans Université réaffirme son engagement en faveur de la santé mentale de ses étudiants en participant aux Semaines d'Information sur la Santé Mentale.

Deux semaines d'animations *Feel Good*

Au Mans et à Laval, Le Mans Université proposera du 6 au 21 octobre 2025, un programme varié, convivial et participatif pour briser les tabous et promouvoir le bien-être auprès de ses étudiants :

- [Feel Good Energy : les sessions sport & partage](#)
- [Feel Good Together : les espaces d'expression et d'échanges](#)
- [Feel Good Night : les soirées festives](#)
- [Feel Good Morning : le petit déjeuner du monde](#)
- [Feel Good + : ateliers et bonus pour prendre soin de soi](#)

Une université engagée pour le bien-être étudiant

Face aux défis auxquels les jeunes sont confrontés (isolement, pression académique, incertitudes professionnelles, difficultés financières), Le Mans Université place la santé mentale au cœur de ses priorités.

Cet engagement se traduit par :

- **des espaces d'écoute et de soutien** : le Service de Santé Étudiante (SSE) propose un accompagnement gratuit avec une équipe pluridisciplinaire (psychologues, psychiatre, infirmières psy, neuropsychologue, sophrologue).
- **des actions de prévention** : les étudiants relais santé organisent tout au long de l'année des ateliers sur le bien-être, la relaxation, l'alimentation, les addictions...
- **des activités sociales et culturelles** : sport, art, culture et événements favorisant le lien social au sein des campus.

« Prendre soin de la santé mentale des étudiants, c'est leur donner les moyens de réussir leurs études et de leur permettre d'avancer sereinement dans leur vie. En participant aux Semaines d'Information sur la Santé Mentale, Le Mans Université réaffirme son souhait et sa responsabilité d'offrir un environnement où chacun peut trouver écoute, attention, compréhension, soutien et bienveillance. »

Omar Zanna, Vice-président délégué à la vie de campus

Contact presse

Pauline Beltz
02 44 02 20 83 - 07 64 80 77 75
presse@univ-lemans.fr