



3/ L'EVALUATION SUR LES HABITUDES DES COLLÉGIENS : « 24 HEURES D'UN COLLÉGIEN »

(Etude complète disponible sur le site institut-hauts-de-seine.fr)

L'évaluation des « 24 heures d'un collégien » est réalisée chaque année depuis 1996 selon un protocole standardisé pour les collégiens de la 6ème à la 3ème âgée de 11 ans à 17 ans.

Ce questionnaire est anonyme. Il est rempli par les élèves en classe avant le Forum Giga la Vie. Les communes participantes : Châtenay-Malabry, Garches, Issy-les-Moulineaux, Puteaux et Vanves.

Ce questionnaire anonyme comporte des questions regroupées selon les thématiques suivantes : santé, nutrition, hygiène de vie, alcool, tabac, vie de famille, activités extra-scolaires...

Le profil des participants en 2023

Echantillon : 633 collégiens (de la 5ème à la 3ème)

- Sexe : garçons : 52% ; filles : 48%,
- Moyenne d'âge : 13,5 ans,
- 5% des collégiens ont un père sans activité professionnelle,
- 8,3% ont une mère sans activité,
- 24,3% des collégiens vivent avec des parents séparés.



Le petit-déjeuner, un repas souvent négligé

- 68% des collégiens déclarent prendre un petit-déjeuner tous les jours,
- 11% prennent un petit-déjeuner seulement le week-end,
- 7% ne prennent jamais de petit-déjeuner (à l'âge de 15 ans, ils sont 15%),
- 40% des collégiens prennent un petit-déjeuner en famille,
- 55% des collégiens le prennent seuls.

Plus de la moitié des collégiens (55%) prennent leur petit déjeuner seuls et plus de 10% ne mangent rien le matin alors que ce repas devrait apporter 20 à 25% des apports énergétiques de la journée. Contrairement à ce que l'on pourrait croire, **on ne se rattrape pas avec les autres repas** : les études montrent que les apports nutritionnels du petit-déjeuner ne sont pas compensés lors du déjeuner et du dîner. C'est donc un manque de vitamines et minéraux pour l'organisme. La sensation de faim en milieu de matinée, particulièrement chez les jeunes, pousse au grignotage. Les ados délaissent le petit déjeuner parce qu'ils n'ont pas faim, le plus souvent en raison d'un **certain stress avant les cours**. Si la raison est un manque de temps, et s'ils **sont trop pressés le matin** : une barre de céréales, une boisson chaude et une banane feront très bien l'affaire.

Le déjeuner

La fréquentation à la cantine diminue avec l'âge :

- de 76% (11 ans) à 19% (15 ans) chez les garçons
- de 85% (11 ans) à 29% (15 ans) chez les filles

Parmi les collégiens qui préfèrent déjeuner en dehors de la cantine :

40% vont dans une restauration rapide au moins une fois par semaine (43% des garçons contre 38% des filles).



Garches, le 17/11/2023

Le goûter, le repas préféré des ados

- 51% des collégiens prennent un goûter tous les jours,
- 9% n'en prennent jamais.

Le dîner, un repas convivial

- 86% des collégiens dînent en famille,
- 5% dînent seuls tous les jours,
- 4% dînent avec d'autres personnes (les grands parents, les amis ou avec la baby-sitter),
- 27% dînent régulièrement devant la télévision et 13% de temps en temps.

Il est recommandé d'éviter d'avoir des écrans à proximité pendant les repas car on a tendance à manger de manière mécanique et en plus grande quantité quand on est absorbé par un écran.

Le grignotage, une échappatoire ?

71% des collégiens tous âges confondus grignotent entre les repas (67% des garçons contre 75% des filles).

L'adolescent mange souvent en dehors des repas. Cela peut être un moyen de répondre à l'ennui, d'échapper à un stress ou à une pensée qui le dérange. Dans ces cas, il faut lui proposer des activités, s'il a du mal à en trouver lui-même.

En pleine croissance, les adolescents ont des besoins alimentaires spécifiques, notamment en ce qui concerne les apports en nutriments, en fer, en calcium et en vitamine D.

En revanche, la consommation de produits gras ou sucrés est à limite. Il faut être vigilant sur le grignotage, et l'équilibre des repas.



La vie à l'école et en dehors de l'école

La vie à l'école

L'école est le lieu où les jeunes passent le plus de temps, notamment en France, il est donc primordial d'évaluer la perception que les collégiens peuvent en avoir.

- **16% des collégiens n'aiment pas du tout l'école.**
- 20% l'aiment beaucoup.

En avançant dans l'âge, la proportion des collégiens déclarant aimer l'école décroît de façon régulière, passant de 93% à l'âge de 11 ans à 84% à l'âge de 15 ans.

Les collégiens ont une vision positive de leur travail et de leur niveau scolaire :

- 48% se considèrent comme appartenant au groupe des bons élèves.
- 51% des collégiens déclarent **être stressés par le travail scolaire.**

L'ambiance au collège :

- 53% des collégiens trouvent que l'ambiance au collège est plutôt bonne,
- 12% trouvent l'ambiance très mauvaise.

Sept collégiens sur dix déclarent avoir beaucoup d'amis. La majorité des collégiens se font des amis à l'école.

La vie après l'école

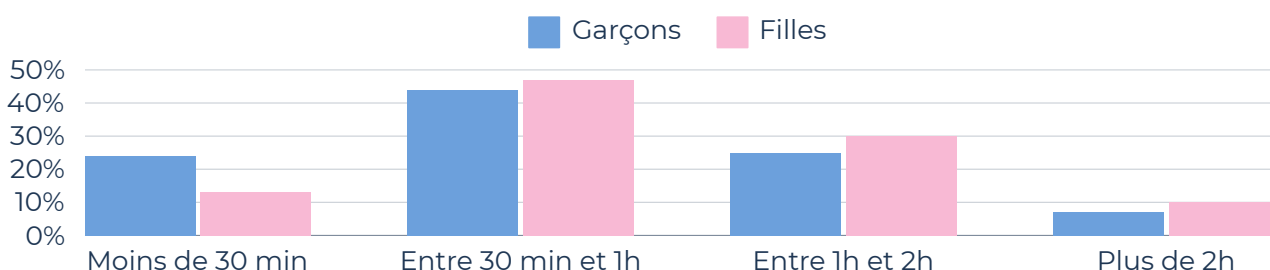
- 84% rentrent directement à la maison après l'école (81% des garçons contre 86% des filles).
- 26% rentrent avec des amis (28% des garçons contre 24% des filles).
- 21% rentrent seuls à la maison (24% des garçons contre 18% des filles).
- 16% restent avec leurs parents après l'école (19% des garçons contre 14% des filles).
- 9% sont pris en charge par les grands-parents ou d'autres membres de la famille ou par un baby-sitter (5% des garçons contre 14% des filles).

L'autonomie par rapport aux parents devient très nette au collège : une grande majorité des collégiens rentrent seuls chez eux après les cours, ou avec d'autres élèves. Au-delà des différences liées au statut professionnel des parents, les collégiens sont le plus souvent sans leurs parents après les cours scolaires.

Les activités extra scolaires

Selon nos résultats, on observe que les collégiens accordent une grande place au sport dans leurs loisirs : 72 % d'entre eux pratiquent une activité sportive au moins une fois par semaine et près des deux tiers sont inscrits à une association ou un club sportif. Il existe toutefois une différence significative selon le sexe concernant la pratique sportive (82% des garçons contre 62% des filles).

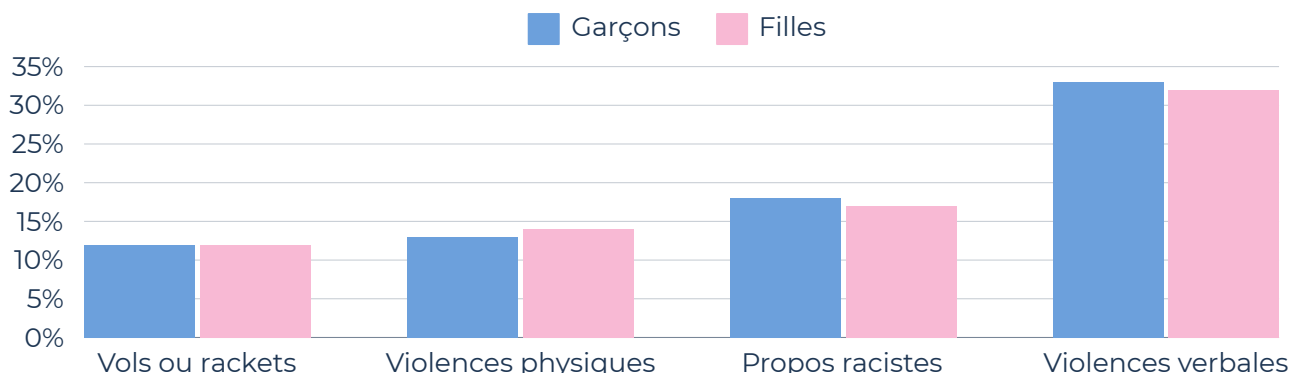
Temps passé à faire ses devoirs scolaires selon le sexe (en %)



Les violences physiques et verbales

La violence scolaire est un phénomène répandu, qui existe dans tous les pays et touche un grand nombre d'enfants et d'adolescents.

Au cours des 12 derniers mois, as-tu été victime de violences ? selon le sexe (en %)



Un collégien sur cinq (20%) déclarent avoir déjà subi des violences verbales, des violences physiques, des vols ou des rackets.

Les causes de ce mal-être peuvent aussi se trouver dans les relations conflictuelles et parfois violentes entre les élèves.

À l'échelle mondiale

Près d'un élève sur trois (32%) a été harcelé par ses camarades au moins une fois au cours du dernier mois.

La violence et le harcèlement à l'école touchent aussi bien les filles que les garçons, mais de manière différente. Le harcèlement physique est plus courant chez les garçons que chez les filles ; contrairement au harcèlement psychologique. À mesure que les enfants grandissent ils sont moins susceptibles d'être harcelés, de se bagarrer ou d'être agressés physiquement. En revanche, les élèves plus âgés sont davantage exposés au cyberharcèlement que leurs camarades plus jeunes (Publié en 2019 par l'Organisation des Nations Unies pour l'éducation, la science et la culture).



La corpulence et la perception du corps

Le surpoids et l'obésité :

A partir de leurs déclarations de poids et de taille :

- 7% des collégiens seraient en surpoids.
- 1,3% en obésité.

Les garçons sont davantage concernés par le surpoids que les filles

Si on considère l'insuffisance pondérale (seuil IOTF 17), **9% des élèves sont à considérer comme maigres**, sans différence selon le sexe. **Cinq collégiens sur six ont un poids normal.**

Faire un régime selon la catégorie d'IMC et selon le sexe

Près de 10% des collégiens déclarent faire un régime. Les régimes peuvent entraîner de dangereux troubles de l'alimentation. On observe que 7% des garçons en insuffisance.

La perception du corps

- 62% des collégiens pensent que leur corps est au « bon poids ».
- 23% se trouvent « un peu ou beaucoup trop maigres » (les garçons plus souvent que les filles).
- 15% se trouvent « un peu ou beaucoup trop gros » (les filles plus souvent que les garçons).

De manière générale, la perception qu'ont les élèves de leurs corps n'est pas toujours associée à leur catégorie d'IMC : **52% des collégiens en surpoids et 17% des collégiens en obésité se voient avec un poids normal.** Cela s'observe aussi selon le sexe, les garçons en situation de surcharge pondérale se trouvent en poids normal alors que c'est l'inverse chez les filles.



Quelles règles instaurer ?

- Manger à table, sans aucun écran
- Manger à chaque repas, y compris au petit-déjeuner, ce qui permet d'éviter les fringales et une consommation rapide de nourriture souvent trop grasse et trop sucrée
- Manger aux heures des repas
- Ne pas manger sur un lit ou dans un canapé

Par ailleurs, il est important de consommer moins d'aliments transformés et de bouger et pratiquer une activité physique.

C'est très important : un adolescent ne doit pas se mettre au régime tout seul sans avis médical. Seul un professionnel de santé pourra lui dire s'il est ou n'est pas en surpoids.

Les Troubles du Comportement Alimentaire (TCA)

Lorsqu'on contrôle son alimentation de manière excessive, on parle de TCA parmi lesquels l'hyperphagie (manger trop), la boulimie (manger trop et se forcer à vomir), l'anorexie (cesser de manger). **1 à 3% des jeunes filles de 13 à 25 ans souffrent de TCA.** Certaines publicités encouragent les filles à être maigres. Pour y parvenir, elles entament des régimes qui peuvent déclencher des TCA.

Quand on souffre de TCA, on peut aussi avoir peur de grossir, du plaisir à maigrir, l'effet yoyo (la perte puis le regain de poids en très peu de temps), l'impression d'être gros quand on ne l'est pas.



Crédit photo : Carole MONFRET – Ville de Puteaux
à Puteaux, le 09/02/2023



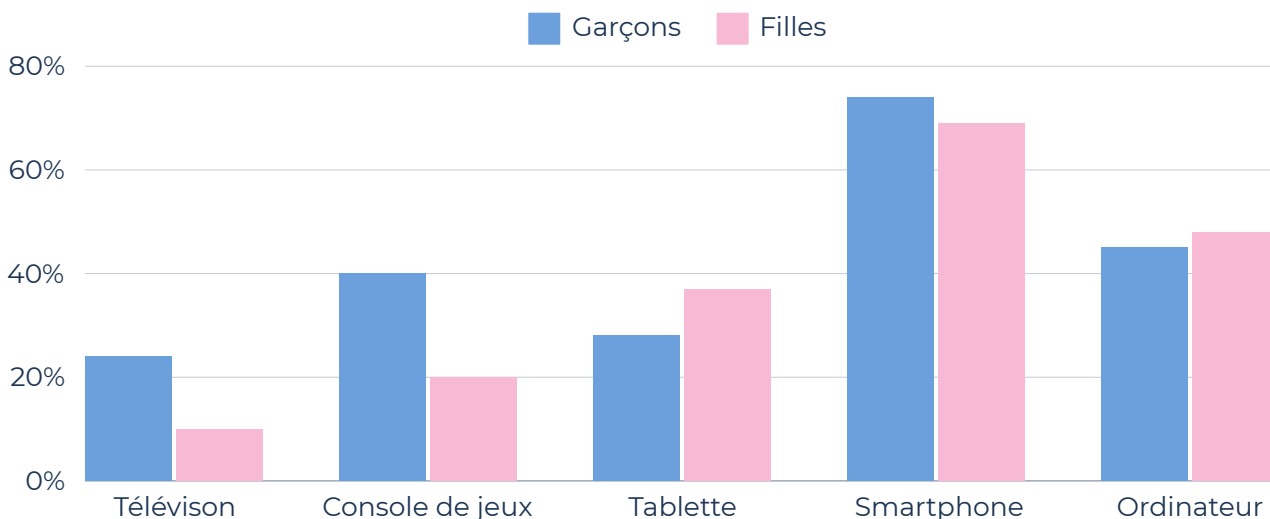
Sandrine BOURG, Conseillère départementale des Hauts-de-Seine et Adjointe au Maire de Vanves
à Vanves, le 31/03/2023

Les écrans, internet, les réseaux sociaux

81% des collégiens de 14 ans et 90% des collégiens de 15 ans sont inscrits sur des réseaux sociaux (étude 24h du collégien Giga la Vie, 2023).

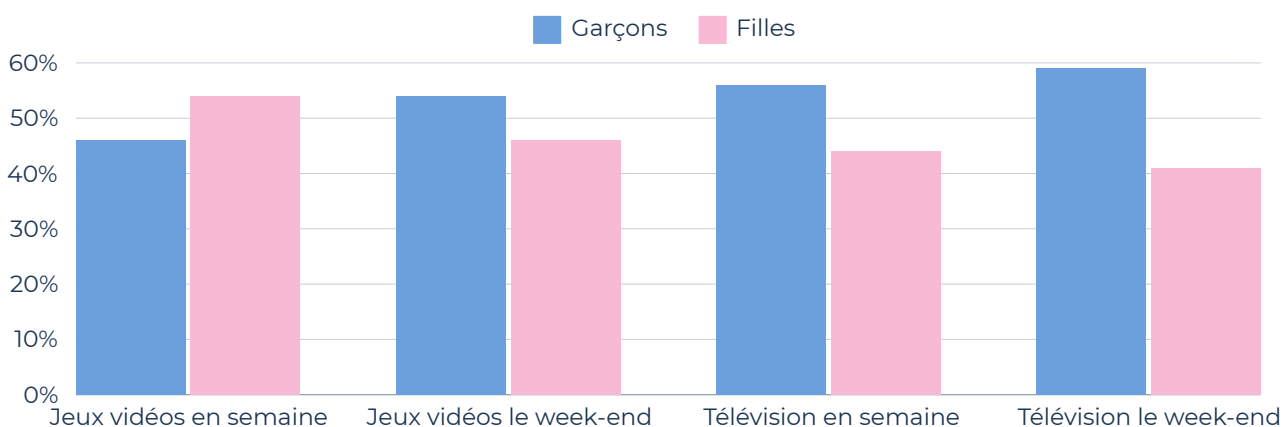
Les écrans

Les écrans dans la chambre selon le sexe (en %)



Du lundi au vendredi, les collégiens passent en moyenne 4 heures devant les jeux vidéo, et ils jouent environ 5 heures dans le week-end soit une moyenne de 9 heures par semaine.

Devant les écrans pendant plus de 4 heures/jour selon le sexe (en %)



Par rapport à l'année dernière, en moyenne le temps passé devant les écrans ou à jouer aux jeux vidéo a augmenté d'une heure.

Pour moins d'un collégien sur trois (28%), cette durée passée devant les écrans est sans danger pour leur santé (24% des filles contre 32% des garçons).

Plus d'un collégien sur deux (52%) ne respecte pas la classification PEGI, (59% des filles contre 46% des garçons). La classification PEGI se base sur le caractère adapté d'un jeu à une classe d'âge, et non sur le niveau de difficulté.

57% sont indifférents aux scènes de violence (53% des filles contre 61% des garçons).

L'accès des collégiens à la pornographie

Près de 25% des collégiens entre 11 et 15 ans déclarent avoir déjà vu des films pornographiques (18% des filles contre 32% des garçons).

Selon une étude de l'Arcom (Autorité de régulation de la communication audiovisuelle et numérique, 2023), **30% des moins de 18 ans sont ainsi exposés à des images pornographiques pendant plus de 50 minutes en moyenne chaque mois ou 8 minutes par jour sur des sites pornographiques.**

Les trois quarts des 11-17 ans utilisent exclusivement leur téléphone pour ces consultations.

Selon d'autres études, on constate que l'accès à la pornographie se fait plutôt dès le CM1-CM2. C'est lié au fait de posséder un smartphone, et donc un accès à Internet, de plus en plus tôt, (près de 50% des moins de 10 ans en sont équipés, selon une étude de l'association e-Enfance).

Ces observations montrent que les activités après le dîner et avant le coucher tournent principalement autour des écrans, pour la majorité des collégiens.



Crédit photo : Carole MONFRET – Ville de Puteaux
à Puteaux, le 09/02/2023

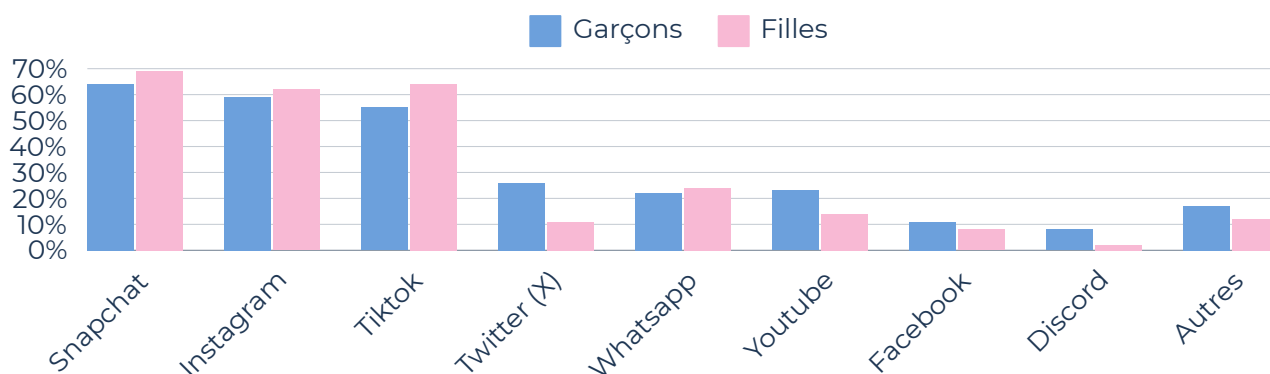


Châtenay-Malabry, le 26/01/2023

Les réseaux sociaux

73% des collégiens de 11 à 15 ans sont inscrits sur les réseaux sociaux. Chez les filles comme chez les garçons, on observe une progression qui passe de 47% à l'âge de 11 ans à 90% à 15 ans.

Les réseaux sociaux selon le sexe (en %)



La CNIL (Commission nationale de l'informatique et des libertés) rapporte que l'enfant s'inscrit à son premier réseau social à 8 ans et demi en moyenne et plus de la moitié des enfants de 10 à 14 ans seraient présents sur ces plateformes.

Les principaux réseaux sociaux pour les collégiens sont Snapchat (66%), TikTok (60%) et Instagram (60%).

Le graphe montre que les filles sont davantage utilisatrices des réseaux sociaux comme Snapchat et TikTok, les garçons sont deux fois plus à utiliser Twitter (X) et YouTube.

L'usage d'internet a fortement augmenté ces dernières années chez les collégiens dans toutes les classes d'âge :

- 60% des collégiens déclarent échanger avec les parents de ce qu'ils regardent sur Internet (64% des filles contre 56% des garçons).
- 50% disent avoir déjà débattu en classe avec le professeur sur ce qu'ils ont vu sur Internet (50% des filles contre 49% des garçons).

L'impact des écrans sur le développement de l'enfant dépend de l'environnement familial et du mode de vie, selon une étude parue le 29 août 2023, « Le contexte d'utilisation des écrans jouerait un rôle important, sans doute plus que le seul temps passé devant les écrans ».



Vanves, le 31/03/2023

Les loisirs

Au cours de ces 12 derniers mois :

- 91% des collégiens sont partis en vacances
- 49% des collégiens déclarent recevoir de l'argent de poche (52% des filles contre 46% des garçons)

Dans cette enquête, un collégien sur deux (54%) déclare son attachement à la lecture (65% des filles contre 43% des garçons).

Mais plus ils grandissent, moins ils lisent. Ils sont 62% à lire un livre à l'âge de 12 ans contre 37% à l'âge de 15 ans.

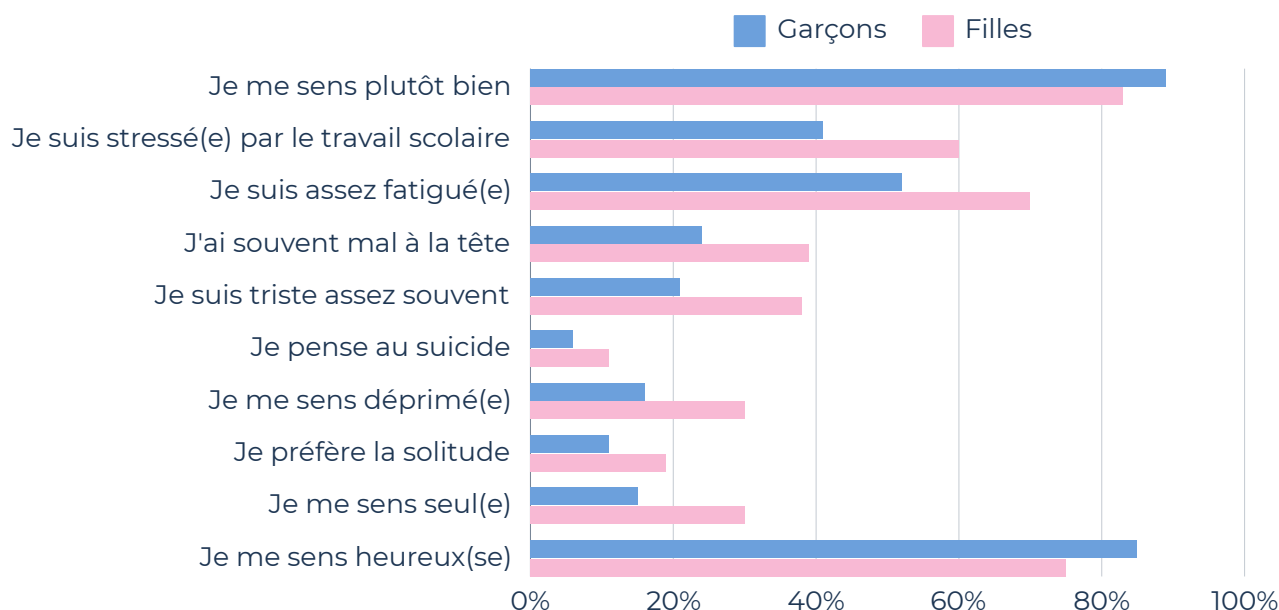


Issy-les-Moulineaux, le 13/04/2023

L'estime de soi

- 86% des collégiens déclarent se sentir bien au cours des 12 derniers mois (89% des garçons contre 83% des filles).
- 80% déclarent se sentir plutôt heureux.

L'estime de soi selon le sexe (en %)



Néanmoins, on observe des différences significatives entre les garçons et les filles. La proportion des collégiens exprimant un état de stress ou d'anxiété, de fatigue, des maux de tête a augmenté ces dernières années.

Les filles sont plus exposées au mal-être (stress scolaire, déprime, solitude, souvent mal à la tête...) :

- **50% des collégiens déclarent être stressés,**
- **29% souvent tristes,**
- **23% déprimés,**
- **8% ont des pensées suicidaires.**

L'anxiété et les troubles dépressifs peuvent avoir de graves répercussions sur l'absentéisme et le travail scolaire. Le repli sur soi peut exacerber l'isolement et la solitude :

- **22% des collégiens se sentent seuls**
- **15% des collégiens déclarent préférer la solitude**

Selon l'étude de l'association SOS Amitiés, « de 2020 à 2022, le nombre d'appelants de moins de 14 ans a augmenté de 40 % ».

20 % des appels concernent « des idées suicidaires qui ne sont pas forcément accompagnées de conduites suicidaires comme la scarification ou l'anorexie ».

Par ailleurs, pendant **la crise sanitaire du Covid-19**, l'association a « enregistré une hausse des appels concernant l'inceste, la maltraitance ou un sentiment de solitude ».

La santé mentale des 11-24 ans est toujours dégradée en 2023 (Baromètre de Santé publique France)

En septembre 2023, les passages aux urgences pour geste et idées suicidaires, troubles de l'humeur (épisodes dépressifs notamment) et troubles anxieux, ainsi que les actes médicaux SOS Médecins pour angoisse ont augmenté chez les enfants de moins de 18 ans et en particulier les 11-17 ans, comme habituellement en période de rentrée scolaire. Dans ces tranches d'âges, les niveaux observés restaient élevés mais comparables à ceux des années 2021 et 2022, à l'exception des passages pour idées suicidaires chez les 11-17 ans (niveaux supérieurs aux années précédentes).



31% des collégiens déclarent avoir souvent mal à la tête surtout les filles (24% chez les garçons contre 39% chez les filles).

Risques auditifs chez les collégiens

Avec le développement des supports nomades (smartphone, tablette, mp3...), le temps d'écoute de musique au casque est en augmentation :

- 74% utilisent un casque audio et ou un écouteur (70% des filles contre 78% des garçons),
- 34% d'entre eux augmentent régulièrement le son (30% des garçons contre 38% des filles).

Selon l'OMS, 48% des jeunes de 12-34 ans dans le monde seraient confrontés à des volumes sonores néfastes lors de leurs sorties.

Les problèmes de la vue

La très grande majorité des informations nécessaires à l'apprentissage scolaire passe par la vision. Or, selon notre étude de contrôles visuels réalisée au moment des Forums « Giga la Vie » par l'Institut des Hauts-de-Seine, 1 collégien sur 3 (29%) a une vision non ou mal corrigée.

Selon un sondage OpinionWay pour l'Association pour l'Amélioration de la Vue (AsnaV) de 2022, 40 % des parents déclarent avoir été alertés sur un éventuel trouble de la vision de leur enfant par le personnel de l'éducation nationale, que ce soit l'enseignant, le médecin ou l'infirmière scolaire.

La dyslexie

La dyslexie est un trouble spécifique de l'apprentissage qui affecte les capacités de lecture, d'écriture et d'orthographe. C'est un handicap caché qui toucherait environ 10% de la population, dont 4% gravement. Ce trouble de l'apprentissage varie en fonction des personnes et de l'âge.

Environ 5% des enfants rencontrent des difficultés à apprendre à lire dû à la dyslexie, et selon Sciences et Avenir (Lise Loumé, 2018), 6 à 8% de la population souffre de troubles dys (La dyslexie, la dysgraphie et la dyscalculie).

Plus de 90 % des lecteurs en difficulté peuvent surmonter leurs difficultés s'ils reçoivent un traitement pour la dyslexie approprié dès leur plus jeune âge (comme les thérapies visuelles et auditives, la psychothérapie...)



L'hygiène corporelle et dentaire

L'hygiène corporelle

L'hygiène corporelle est importante au même titre que l'alimentation et le sport.

- **65% des collégiens prennent une douche une fois par jour** (65% des garçons contre 65% des filles),
- 12% deux fois par jour (12% des garçons contre 13% des filles),
- 19% prennent une douche 2 à 3 fois par semaine (18% des garçons contre 20% des filles).

La peau recouvre le corps humain et constitue une barrière contre les agressions extérieures, comme les infections. Les muqueuses en continuité de la peau (bouche, conjonctives, organes génitaux externes) peuvent être des portes d'entrées pour les infections et l'hygiène corporelle permet de les limiter.

L'hygiène dentaire



Crédit photo : Carole MONFRET – Ville de Puteaux
à Puteaux, le 09/02/2023

Une bonne hygiène corporelle, c'est aussi soigner sa dentition.

La règle : se brosser les dents 2 fois par jour (matin et soir) pendant 3 minutes.

74% se lavent les dents deux fois par jour (70% des garçons contre 78% des filles),

17% une fois par jour (20% des garçons contre 14% des filles),

7% se lavent les dents 2 à 3 fois par semaine (7% des garçons contre 6% des filles).

Quel que soit l'âge, un brossage au moins biquotidien est recommandé, celui-ci étant plus efficace qu'un brossage quotidien.

L'OMS a récemment rappelé qu'**une mauvaise santé bucco-dentaire est un facteur non négligeable de maladie en général.**

Le sommeil

- 46% des collégiens déclarent avoir du mal à s'endormir (37% des garçons contre 57% des filles)
- Un collégien sur trois (30%) se réveille souvent la nuit (26% des garçons contre 33% des filles)

En moyenne, les collégiens se couchent à 22h00/22h30 en semaine pour se lever à 7h10 et se couchent à 23h30/minuit le week-end pour se lever à 9h50.

L'utilisation d'un écran fait partie des activités susceptibles de perturber la phase d'endormissement ou la qualité du sommeil.

La lumière bleue des écrans stimule l'horloge biologique et retarde la sécrétion de mélatonine, l'hormone du sommeil.

Le tabac, l'alcool et le cannabis

Les consommations de produits psychoactifs (tabac, alcool, drogues) ne concernent pas seulement les jeunes, mais elles occupent à cet âge une place particulière. C'est notamment à cette période de la vie, qu'ont lieu le plus souvent les premières expérimentations, et que des consommations durables, voire des usages problématiques ou dépendances sont susceptibles de s'installer.

Le tabac

- 91% des collégiens ne fument pas
- 6% ont déjà fumé mais ils ont arrêté (5% des garçons contre 5% des filles)
- 3% fument régulièrement
- 30% des collégiens sont entourés de personnes qui fument

L'alcool

- 81% n'ont jamais bu d'alcool
- 15% l'ont expérimenté
- 4% boivent régulièrement
- 6% déclarent avoir été ivres au moins une fois depuis qu'ils sont au collège (7% des garçons contre 5% des filles)

Le cannabis

- 94% des collégiens déclarent ne pas fumer du cannabis
- Près de 3% ont déjà expérimentés le cannabis mais maintenant ils ne fument plus
- 3% consomment régulièrement (plus particulièrement les garçons)
- 2% des collégiens sont entourés de personnes qui en fument

En 2022, au niveau national

Selon une étude de l'Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT), Les adolescents consomment de moins en moins de tabac, d'alcool et de cannabis.

Tous les niveaux d'usages de substances étaient en baisse en 2022 par rapport à 2018, même si les initiations continuent d'avoir majoritairement lieu pendant l'adolescence

Ces nouvelles données sont également pondérées par une hausse de l'usage de la cigarette électronique (« e-cigarette ») confirmant l'engouement observé depuis quelques années.

Au collège, l'usage quotidien de la e-cigarette concerne désormais 1,4 % des collégiens, soit une prévalence équivalente à celle du tabagisme quotidien.



La famille

La famille joue toujours un rôle primordial sur le développement et l'équilibre physique, social et émotionnel des jeunes.

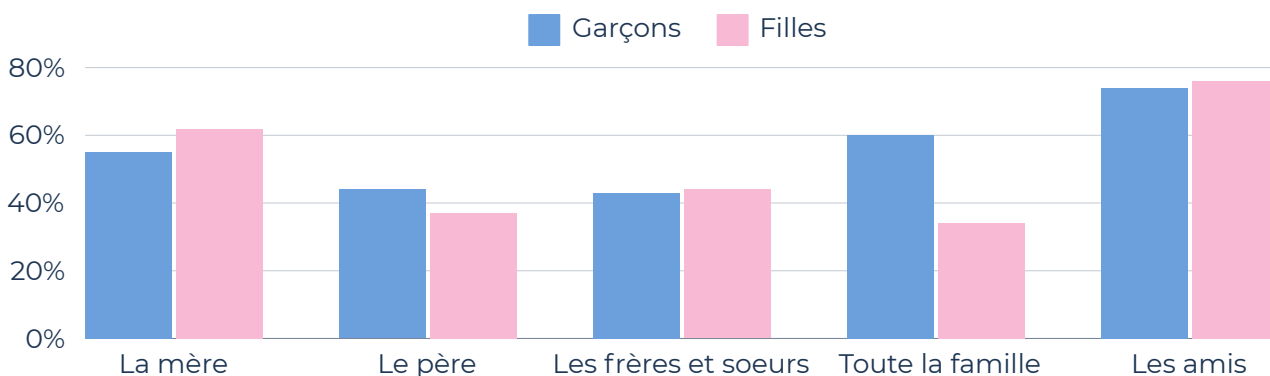
- 93% des collégiens déclarent vivre heureux en famille.

Les relations entretenues avec les différents membres de la famille, la qualité de communication, le cadre éducatif proposé par les parents ont un impact sur la santé et les habitudes de vie.

- 92% des collégiens trouvent que leur vie familiale est bonne voire très bonne (93% de garçons contre 91% des filles).
- 8% des collégiens déclarent être inquiets de leurs relations avec leurs parents (7% des garçons contre 9% des filles).

Cette étude montre qu'il existe de bonnes relations entre les collégiens (2 collégiens sur 3) et leurs parents

Relation familiale selon le sexe (en %)



- 58% des collégiens parlent plus facilement avec la mère
- 41% avec le père
- 44% avec les frères et les sœurs
- 47% avec toute la famille
- 75% avec les amis

L'influence des pairs et l'appartenance à un groupe peut notamment faciliter le passage de l'expérimentation à des comportements à risque (plus de 3 collégiens sur 4 déclarent parler facilement avec les amis).



Conclusion

Dans l'ensemble, on observe qu'une majorité des adolescents vont plutôt bien. Globalement, **86 % des collégiens se sentent en bonne santé et 80 % ont une perception positive de leur vie** (les garçons (85%) davantage que les filles (75%)).

Cependant, les résultats de l'enquête 2023, montrent que 20% d'entre eux cumuleraient les difficultés. Pour ces derniers, la dépendance aux réseaux sociaux peut entraîner anxiété, isolement, baisse de l'estime de soi, stress scolaire, troubles de l'alimentation...sans oublier une vulnérabilité face aux risques de cyberharcèlement.

On constate de manière générale une dégradation de la santé mentale. Les filles semblent plus vulnérables, si on compare notre étude avec les multiples enquêtes publiées ces dernières années.

Mieux comprendre ce que les ados ressentent, pour mieux les accompagner : telle est désormais la mission que se donne l'Institut des Hauts-de-Seine dans le cadre de ses missions d'éducation à la santé et la citoyenneté auprès des collégiens.

CHIFFRES-CLÉS DE L'ÉTUDE 2023 « 24 HEURES D'UN COLLÉGIEN »

633 collégiens de la 5ème à la 3ème ont répondu au questionnaire

51%

DES COLLÉGIENS DÉCLARENT ÊTRE STRESSÉS PAR LE TRAVAIL SCOLAIRE

29%

SONT SOUVENT TRISTES

22%

SE SENTENT SEULS

31%

ONT SOUVENT MAL À LA TÊTE (SURTOUT LES FILLES)

19%

DES COLLÉGIENS SE LAVENT SEULEMENT 2 FOIS PAR SEMAINE

20%

DÉCLARENT AVOIR DÉJÀ SUBI DES VIOLENCES VERBALES, PHYSIQUES, DES VOLS OU DES RACKETS

90%

DES COLLÉGIENS DE 15 ANS SONT INSCRITS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX ET 47% DÉJÀ À 11 ANS

52%

DÉCLARENT AVOIR UN ORDINATEUR DANS LEUR CHAMBRE

Par rapport à 2022, le temps passé devant les écrans a augmenté d'une heure par semaine.

46%

DES COLLÉGIENS ONT DU MAL À S'ENDORMIR

25%

DES COLLÉGIENS ENTRE 11 ET 15 ANS DÉCLARENT AVOIR DÉJÀ VU DES FILMS PORNOGRAPHIQUES

27%

DES COLLÉGIENS DÎNENT DEVANT LA TÉLÉVISION

71%

DES COLLÉGIENS GRIGNOTENT ENTRE LES REPAS

7%

DES COLLÉGIENS SONT EN SURPOIDS ET 9% SONT CONSIDÉRÉS COMME MAIGRES

72%

PRATIQUENT UNE ACTIVITÉ SPORTIVE EN DEHORS DE L'ÉCOLE