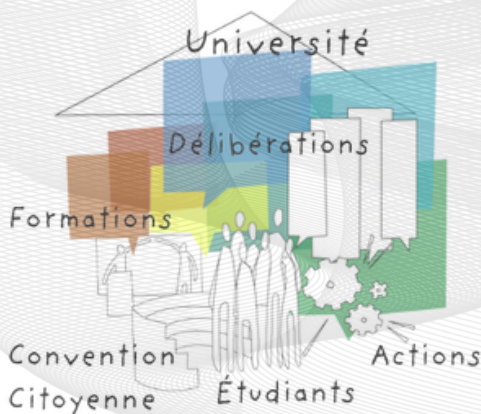


Dossier thématique :

Santé & Impacts du Numérique

CONVENTION
CITOYENNE
ÉTUDIANTE
SANTÉ ENVIRONNEMENT



RÉDACTION, RECHERCHES DOCUMENTAIRES ET MISE EN PAGE :
CHAIRE DÉLIBÉRATION, SERVICE SCIENCE ENGAGÉE

Le thème de l'édition : Santé Environnement

Ici, nous comprenons la "santé" comme un ensemble constitué par la santé physique, la santé psychique et la santé sociale. Le thème voit plus large que la notion de *santé environnementale*. Le concept de Santé Environnement permet d'interroger aussi bien les effets des facteurs environnementaux sur la santé que l'impact des systèmes de domination et des inégalités structurelles. Il offre ainsi un cadre propice à l'exploration des liens entre santé, justice sociale et environnementale, conditions sociales et pouvoir d'agir des individus et des collectifs.

Cette approche mobilise le concept de One Health, qui souligne l'interdépendance entre la santé humaine, la santé animale et la santé des écosystèmes. Notre compréhension de One health nous invite à toujours nous questionner sur l'impact de nos actions sur les générations futures.

Le thème de l'édition permet également d'aborder des sujets tels que les disparités socioéconomiques, de genre ou raciales en matière de santé.

L'indispensable intersectionnalité



Intersectionnalité Jules FALQUET,
Maîtresse de Conférences HDR en
Sociologie, Université Paris Cité.
YouTube (2021)



Qu'est-ce que l'intersectionnalité ?

Intersectionnalité est un concept théorisé à la fin des années 80 par la juriste étasunienne Kimberlé W. Crenshaw. Son analyse nous permet de penser les discriminations non pas comme des catégories étanches, mais comme des systèmes d'oppressions cumulatifs. Ce concept éclot dans un contexte où plusieurs collectifs de militantes afro-américaines luttent depuis des années contre l'invisibilisation spécifique que vivent les femmes noires. L'intersectionnalité invite ainsi les mouvements féministes et antiracistes à intégrer pleinement la pluralité des vécus et à lutter contre les oppressions d'un système patriarcal, capitaliste, raciste et hétérosexuel.

Construire vos propositions :

Engager la réflexion

Vous pouvez vous appuyer sur les connaissances obtenues lors des conférences et tables rondes ainsi que sur ce dossier pour engager la réflexion, échanger avec les autres participant·e·s et préparer vos propositions. Si vous avez besoin d'informations complémentaires, n'hésitez pas à faire appel aux personnes ressources.

L'intelligence collective

N'oubliez pas que vos échanges doivent permettre de croiser les regards et de gérer sereinement les désaccords. Nous sommes dans le cadre d'un processus d'intelligence collective où chacun·e doit pouvoir s'épanouir grâce à un cadre de confiance, de bienveillance et d'écoute.

Tout en étant dans le respect, ne vous censurez pas dans vos propositions. Vos échanges permettront de transformer les idées spontanées de chacun·e en une première base, propice à l'éclosion de propositions ambitieuses et partagées.

Faire évoluer vos propositions

Après la phase d'émergence des idées, il est temps de transformer vos premières pistes en propositions concrètes et détaillées. L'objectif de cette étape n'est pas d'accumuler les mesures, mais de les structurer, en définissant leur impact potentiel, leur contrainte, leur nécessité, les acteurs à mobiliser (services de l'université, partenaires extérieurs...).

Objectifs :

Le thème de l'édition 2026 "Santé Environnement" s'oriente autour de trois axes de réflexion : Santé & Environnement, Santé & Inégalités et Santé & Impacts du numérique.

Votre groupe sera en charge de l'axe "Santé & Impacts du numérique".

L'utilisation quotidienne des outils numériques, le temps passé devant les écrans, la dépendance aux réseaux sociaux ou encore l'exposition au cyberharcèlement façonnent directement la santé physique et mentale de la communauté étudiante. Ces usages informatiques omniprésents peuvent perturber le sommeil, isoler socialement et générer une fatigue cognitive ou de l'anxiété.

Dans ce cadre, le groupe « Santé & Impacts du numérique » vise à formuler des propositions pour promouvoir un usage raisonné du digital au sein de l'université et préserver le bien-être de toute notre communauté face aux différents risques du numérique. Cela implique d'identifier les risques liés aux technologies, de sensibiliser aux bonnes pratiques d'hygiène numérique, et de déployer des actions concrètes pour maximiser les leviers positifs du numérique tout en prévenant ses dérives.

Université- Santé et Impacts du Numérique

"Sur TikTok, près d'un tiers des vidéos référencées sous le hashtag #mentalhealthadvice ont été jugées scientifiquement inexactes, et 14 % potentiellement dangereuses."

Erell Guégan reposant sur les travaux de C. Dierckman et L. Lorenzo-Luaces, « Mental Health Misinformation on Social Media: Review and Future Directions »

"L'infobésité nous place dans un brouillard informationnel et paralyse notre capacité de décision."

***Caroline Sauvajol-Rialland
(Maître de conférence à SciencesPo,
spécialiste de l'infobésité)***

"La multiplication des cours en ligne et la dématérialisation croissante ont creusé la fracture numérique"

Journaliste France 3 dans le cadre d'un reportage sur la précarité numérique étudiante

"La technologie numérique a détourné notre autonomie mentale et représente une menace sans précédent pour la santé mentale et le bien-être"

Birgitta Dresch-Langley (Directrice de Recherche au CNRS)

Concepts clefs :

Infobésité

L'infobésité ou surcharge informationnelle désigne l'excès d'information reçues par une personne, dépassant sa capacité à les traiter, les assimiler ou les organiser. Si cette notion est souvent appliquée au monde professionnel, elle concerne tout autant le milieu universitaire. Au quotidien, l'ensemble de la communauté étudiante et enseignante fait face à un flux d'information continu et fragmenté (cours, mails, plateformes pédagogiques, consignes). Cette surabondance génère une charge mentale importante et le stress de manquer une information essentielle (FOMO académique), ce qui nuit à la santé mentale des personnes.

Cyberdépendance

La cyberdépendance désigne un besoin irrépressible et compulsif vis-à-vis des écrans (jeux vidéo, réseaux sociaux...). Si virtuel peut devenir un « refuge idéal » pour échapper au stress des examens, à la pression de la réussite, il peut entraîner des conséquences négatives sur la santé ou engendrer un isolement social.

E-santé

La santé numérique (ou e-santé) désigne l'utilisation des technologies de l'information et de la communication (TIC) pour améliorer la santé, la prise en charge des patient·e·s et le fonctionnement du système de soins. Exemple : les téléconsultations proposées par le SSU.

Quelques infos :

Services de l'UPEC concernés

Direction des Etudes et de la Vie Etudiante, Direction Générale des Services, Service de Santé Universitaire, Direction des systèmes d'information...

Partenaires possibles

Collectivités locales, Hopital Henri-Mondor, Associations étudiantes (ADN sans HAINE Paris 1 etc.)...

Quelques chiffres :

1/3

des délits de harcèlement enregistrés par la police sont commis *via* le numérique

39 %

des étudiant-e-s rencontrent des difficultés de connexion à Internet

53 %

des Français-e-s disent souffrir de fatigue informationnelle

Publications

ACADISCR1

Enquête sur les traitements inégalitaires et les discriminations dans le monde académique



Un oeil sur les réseaux :

@adnsanshaine
.paris1

@univesante

@stopfisha

@8_connect_

@buzzesante

@vscyperh

Des ressources **intéressantes :**

Intelligence artificielle : le défi croissant de la désinformation par l'image

(Podcast - France Inter)



Des ordinateurs distribués gratuitement aux étudiants précaires pour réduire la fracture numérique

(Vidéo - France 3)



[Chronique] Santé et bien-être des étudiants : quel est l'impact du digital ?

(Article - Alliancy)



Quel avenir pour l'éducation si l'IA fait le travail à la place des étudiants?

(Article - Hi! PARIS)



La santé mentale à l'ère numérique

(Article - Birgitta Dresp-Langley)



Penser la transition numérique, Chapitre 23. L'infobésité

(Chapitre d'ouvrage - Caroline Sauvajol-Rialland)



La santé mentale à l'épreuve des réseaux sociaux

(Article - Revue Cités)



Santé mentale et numérique : une lecture lacanienne

(Article - Revue Bulletin de psychologie)



Voici quelques ressources relatives à la thématique que vous avez la possibilité de consulter sur internet

Pistes de **réflexions :**

N'hésitez pas à interroger votre sujet sous différents angles et à élargir votre cadre de réflexion. Pour vous guider, voici quelques pistes de réflexion non exhaustives.

- ***Quelles mesures ont été prises par l'UPEC pour limiter l'infobésité ?***

- ***La politique de l'UPEC inclut-elle des mesures de lutte contre le harcèlement en ligne ?***

- ***Quelles actions sont menées par les associations étudiantes engagées sur ces enjeux ? Comment l'UPEC peut les accompagner davantage ?***

- ***L'intelligence artificielle chez les étudiant·e·s : vecteur d'avancées ou génératrice de nouvelles vulnérabilités psychologiques ?***

Pensez à des propositions transversales

- ***Comment vos mesures prennent en compte en compte les discriminations cumulatives telles que le genre, le statut migratoire ou l'appartenance religieuse ... ? (Cette liste est non exhaustive)***

Sources

d'inspirations :

Face aux bouleversements que représentent le numérique et les nouvelles technologies, plusieurs universités ont mis en place des actions de différentes natures. (Cette liste d'actions est non exhaustive)

- **Université Paris-Est Créteil**

- Création d'un Diplôme Universitaire "Ethique et numérique"
- Prêt d'ordinateurs
- Mise en place du projet Slowtech
- "L'axe Numérique : Sciences et pratiques" est un des 6 axes de développement prioritaire de l'UPEC (dans la recherches et les cours)
- Cellule Stop violences et discriminations



- **Université de Lille**

- Favorise le recours à des solutions libres et open source pour limiter sa dépendance vis-à-vis des grands éditeurs privés extra-européens.
- Cellule d'écoute, de soutien et d'accompagnement contre le harcèlement moral (CESAHM)
- Création d'un Mooc "Luttez contre les fake news avec discernement et esprit critique !"



- **Université Côte d'Azur**

- Mise en place du projet L@UCA pour accompagner les transformations numérique de l'université
- Création d'un Diplôme Universitaire "Intelligence Artificielle et Santé"
- Le SSU propose des consultations de soutien psychologique



Les travaux des précédentes conventions

Pour avoir une idée des travaux des précédentes CCE, voici quelques exemples de propositions pouvant se rapporter à votre thématique. Vous avez à votre disposition les liens vers les propositions intégrées sur decidim, n'hésitez pas à les consulter :

- **Organiser des ateliers sur le sujet de l'addiction au numérique et son impact négatif sur la santé**

CCE 2022 proposition 30



- **Mettre en place des formations numériques dédiées à la santé**

CCE 2022 proposition 69

- **Sensibiliser et prévenir contre le cyber-harcèlement**

CCE 2022 proposition 8



- **Développer des formations hybrides**

CCE 2024 proposition 44