

LES CAHIERS DU COJ

LE CUMUL EMPLOI – ÉTUDES : ENCADRER UNE RÉALITÉ, SÉCURISER LES PARCOURS

CAHIER # 4
Avril 2026

SOMMAIRE

PRÉAMBULE	3
1 - SÉCURISER LA RÉUSSITE ACADÉMIQUE DES JEUNES AYANT RECOURS AU CUMUL EMPLOI-ÉTUDES	4
Favoriser l'articulation entre les temps de formation et les temps d'activités professionnelles des jeunes	4
Mieux reconnaître et valoriser l'activité professionnelle exercée pendant la formation initiale	5
Inscrire le travail étudiant dans un cadre juridique davantage lisible et protecteur	6
2 - PRÉSERVER LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES CONTRAINTS DE TRAVAILLER PENDANT LEUR FORMATION	8
Prévenir le stress chronique et l'épuisement moral des jeunes induits par le cumul emploi-études	8
Réduire la précarité relationnelle et l'isolement des jeunes	9
Limiter les obstacles à l'accès aux soins	10
LISTE DES RECOMMANDATIONS DU COJ	11

ÉDITO

Dans un contexte de hausse persistante du coût de la vie et de fragilisation du pouvoir d'achat des jeunes, de plus en plus de lycéens et d'étudiants se voient contraints de travailler en parallèle de leurs études, parfois au détriment de leur réussite et de leur santé.

La commission de l'insertion des jeunes du Conseil d'orientation des politiques de jeunesse (COJ) a souhaité mettre en lumière une réalité trop souvent reléguée au second plan : celle d'une génération prise en étau entre exigences académiques et nécessité économique. Derrière les chiffres et les dispositifs, se dessine une tension profonde entre l'idéal d'égalité des chances et les conditions matérielles concrètes d'accès à la formation.

Le cumul emploi-études peut être une opportunité lorsqu'il est choisi et encadré, il devient un facteur d'inégalités lorsqu'il est subi. Il est donc crucial de fixer un cadre pour faire du travail « lycéen / étudiant » une expérience réellement formatrice et de dépasser la seule logique de gestion de la précarité pour aller vers une sécurisation effective des parcours.

Hugo HUET

Président du Conseil d'orientation
des politiques de jeunesse

Fiona LAZAAR

Présidente de la commission
de l'insertion des jeunes du COJ



LE CUMUL EMPLOI – ÉTUDES :
ENCADRER UNE RÉALITÉ, SÉCURISER LES PARCOURS



✦ Média partiellement généré par une IA et vérifié par un agent

PRÉAMBULE

Conformément à sa feuille de route 2025-2028, la commission de l'insertion des jeunes du Conseil d'orientation des politiques de jeunesse (COJ) a engagé une réflexion sur la question du cumul emploi-études, dans la continuité de ses travaux sur l'impact de la précarité dans les parcours de formation.

Cette réflexion part d'un constat : de nombreux lycéens et étudiants exercent une activité rémunérée parallèlement à leur parcours scolaire ou universitaire. En 2023, 22 % des jeunes âgés de 15 à 29 ans en formation initiale occupaient un emploi¹. Si cette réalité est souvent associée aux étudiants de l'enseignement supérieur, elle concerne également les lycéens puisque, selon les travaux de Thierry Berthet², 24 %³ des lycéens exercent une activité professionnelle durant les semaines de cours, avec une prévalence plus marquée dans la voie professionnelle.

Pour une partie des jeunes, travailler constitue une condition matérielle de la poursuite des études, faute de ressources suffisantes et stabilisées issues du soutien familial ou des aides publiques. Lorsque cette activité est compatible avec les exigences de formation - comme c'est le cas pour les contrats en alternance encadrés légalement⁴-, elle peut également représenter une expérience formatrice et constituer un atout dans les parcours d'insertion professionnelle.

Le cumul emploi-études revêt toutefois un caractère ambivalent. Lorsqu'il repose principalement sur un emploi « alimentaire » exercé « à plus d'un mi-temps, plus de six mois par an et sans lien avec le contenu des études »⁵, il peut fragiliser les trajectoires éducatives : réduction du temps consacré aux études, fatigue et contraintes organisationnelles peuvent accroître les risques d'échec ou de décrochage. L'activité rémunérée peut parfois même amener certains jeunes, confrontés à de fortes contraintes financières, à effectuer

des arbitrages défavorables à la poursuite de leur formation, fragilisant durablement leurs perspectives professionnelles.

Les transformations récentes du marché du travail – développement des plateformes numériques ou du micro-entrepreneuriat – ont également favorisé de nouvelles formes d'activités rémunérées, souvent plus flexibles mais pouvant exposer les jeunes à une plus grande instabilité des revenus et des conditions de travail.

Ces dynamiques participent à l'émergence de la notion de « précarité studieuse »⁶, qui renvoie aux situations dans lesquelles la nécessité de travailler pendant les études affecte l'engagement dans la formation, les résultats académiques, la santé mentale ou encore la participation à la vie étudiante.

Dans ce contexte, les travaux du COJ, portant exclusivement sur les emplois « alimentaires », ne visent ni à ériger le cumul emploi-études en levier prioritaire d'insertion professionnelle, ni à réexaminer des dispositifs déjà étudiés par le COJ (RUA, CEJ etc.). Ils ont pour objectif d'identifier les conditions permettant de renforcer le caractère choisi et bénéfique de cette expérience, en garantissant le respect effectif des temps de repos physiologique et l'interdiction de sollicitations professionnelles en dehors des périodes prévues. Cette démarche doit nécessairement encourager la sensibilisation des acteurs éducatifs aux risques liés aux arbitrages défavorables entre emploi et études, ainsi que la mise en place de dispositifs de veille pour identifier précocement les situations à risque. L'activité rémunérée doit pouvoir constituer un atout dans les parcours de formation des jeunes, sans nuire à leur réussite académique ni à leur santé mentale.

1 INSEE Références – Editions 2025 – Fiche 1.5 – Cumul Emploi-études.

2 Directeur de recherche CNRS, du Centre Émile Durkheim - Laboratoire d'Économie et de Sociologie du Travail

3 Cette part atteint 32 % si l'on inclut les périodes de vacances scolaires (Toussaint, Noël, hiver et printemps).

4 Il convient de veiller à ce que les jeunes en alternance ne soient pas contraints de travailler le soir ou le week-end pour couvrir leurs besoins, notamment le loyer, à la suite de la baisse récente de leurs rémunérations nettes prévue par la loi de finances 2026

5 Verley, É., Tenret, É. et Trespeuch, M. (2025). Les statuts d'emploi pendant les études : un miroir inversé des précarités économiques et studieuses. *Revue française des affaires sociales*. <https://doi-org.bibdocs.u-cergy.fr/10.3917/rfas.252.0057>.

6 Ibid

1 - SÉCURISER LA RÉUSSITE ACADÉMIQUE DES JEUNES AYANT RECOURS AU CUMUL EMPLOI-ÉTUDES

Favoriser l'articulation entre les temps de formation et les temps d'activités professionnelles des jeunes

Pour de nombreux jeunes, le recours à un job étudiant constitue un passage obligatoire pour subvenir à leurs dépenses essentielles : logement, alimentation, transport, fournitures pédagogiques, vie sociale, etc. Cette nécessité économique conduit certains à cumuler plusieurs emplois, parfois à des horaires décalés (en soirée notamment), ou pendant les week-ends et les vacances scolaires, ce qui peut entraver le bon déroulement de la formation.

Ce cumul peut être particulièrement délicat pour les étudiants boursiers qui, contraints de travailler pour poursuivre leurs études, s'exposent à des problèmes d'assiduité pouvant s'avérer lourds de conséquences : en cas d'absences répétées non justifiées, l'établissement est tenu de signaler le défaut d'assiduité au Crous, ce qui peut entraîner la suspension immédiate de la bourse sur critères sociaux, voire l'obligation de rembourser les mensualités déjà perçues.



Afin de sécuriser ces parcours fragiles des dispositifs de dispense d'assiduité existent d'ores et déjà dans l'enseignement supérieur, via le Régime Spécial d'Etude (RSE). Ce dernier permet notamment⁷ aux étudiants salariés, justifiant d'une activité rémunérée d'au moins 10 heures par semaine en moyenne, de bénéficier d'aménagements d'études.

Selon les établissements⁸ et les souhaits de l'étudiant, les aménagements peuvent prendre plusieurs formes : possibilité d'effectuer sa licence

en 4 ans au lieu de 3, dispense d'assiduité, priorité dans le choix des TD ou encore la possibilité de suivre des cours à distance, etc.

Toutefois, ces dispositifs présentent plusieurs limites. Les aménagements d'études sont principalement organisés en début de semestre bien qu'ils puissent être accordés en cours d'année en fonction des situations. Leur mise en œuvre tardive reste toutefois limitée par des contraintes pédagogiques et organisationnelles, ce qui peut mettre en difficulté les étudiants

7 Le RSE permet aux étudiants ayant un statut spécifique ou des contraintes particulières de bénéficier d'aménagement d'études.

8 Chaque établissement d'enseignement supérieur est libre de ses décisions.

contraints de recourir à un emploi en cours de période. Les aménagements d'études sont souvent conditionnés à l'existence d'un contrat de travail formel (CDI, CDD). Il est plus difficile pour les jeunes exerçant de nouvelles activités dites « ubérisées » ou des emplois informels d'en bénéficier. En 2020, 19 % des étudiants qui exerçaient une activité rémunérée le faisaient sans contrat⁹.

Le RSE est dédié aux étudiants et ne s'applique pas à l'enseignement secondaire. Or, l'exercice d'une activité professionnelle en parallèle de la scolarité demeure largement invisible pour les établissements du second degré, alors même qu'elle est susceptible de contribuer au décrochage scolaire, notamment lorsque le volume de travail dépasse le seuil de 10 heures par semaine.

RECOMMANDATION 1 :

Renforcer la visibilité du Régime Spécial Etudes (RSE) et simplifier les procédures de justification de l'activité exercée, notamment par le recours à des attestations sur l'honneur du jeune et de l'employeur, afin d'en renforcer l'effectivité et de mieux reconnaître les emplois moins formels.

RECOMMANDATION 2 :

Mettre en place, pour les jeunes du secondaire en situation de grande précarité, un dispositif d'aménagement permettant de travailler tout en sécurisant leur parcours scolaire. Afin de prévenir les risques de décrochage, ces jeunes devront être identifiés et accompagnés par les équipes éducatives.

Mieux reconnaître et valoriser l'activité professionnelle exercée pendant la formation initiale

L'activité professionnelle exercée par les jeunes demeure peu reconnue dans les parcours de formation. Dans la majorité des cas, elle est considérée comme une contrainte extérieure aux

études, relevant de la sphère privée de l'étudiant ou du lycéen, et non comme une expérience susceptible d'être intégrée ou valorisée dans le cadre éducatif.



9 Verley, É., Tenret, É. et Trespeuch, M. (2025). Les statuts d'emploi pendant les études : un miroir inversé des précarités économiques et studieuses. *Revue française des affaires sociales*, 252(2), 57-77. <https://doi-org.bibdocs.u-cergy.fr/10.3917/rfas.252.0057>.

Pourtant, l'exercice d'une activité professionnelle peut contribuer au développement de compétences transversales utiles aux parcours scolaires et professionnels, telles que l'autonomie, la capacité d'organisation, le sens des responsabilités ou encore les compétences relationnelles. En l'absence de dispositifs de reconnaissance, ces compétences demeurent toutefois peu visibles dans les parcours académiques.

RECOMMANDATION 3 :

Développer et généraliser au maximum la valorisation de l'exercice d'une activité professionnelle dans le cadre des formations initiales, par des dispositifs tels que les référentiels de compétence (attribution de crédits du système européen d'unités d'enseignement – ECTS) permettant de reconnaître les compétences issues d'activités extra-académiques, dont l'emploi. Cette reconnaissance contribuerait à compenser les désavantages scolaires auxquels sont exposés les jeunes ayant recours au cumul emploi-études, par rapport à ceux qui n'exercent pas d'activité professionnelle.

Cette situation peut accentuer les inégalités entre les jeunes. Les élèves et étudiants contraints de travailler parallèlement à leurs études disposent de moins de temps pour les apprentissages scolaires, sans que cette contrainte ne fasse l'objet d'une reconnaissance ou d'une compensation institutionnelle. À l'inverse, les jeunes qui ne sont pas soumis à ces impératifs peuvent consacrer davantage de temps à leurs études et à des activités valorisées dans les parcours de formation.

RECOMMANDATION 4 :

Encourager le développement de missions rémunérées au sein des établissements de formation (journées portes ouvertes, appui à la vie de l'établissement, etc.), qui permettent de limiter les temps de déplacement des jeunes entre leur emploi et leur formation et d'offrir des horaires plus compatibles avec leurs obligations scolaires.

Inscrire le travail étudiant dans un cadre juridique davantage lisible et protecteur



L'activité professionnelle des étudiants, souvent exercée pour subvenir à leurs besoins, reste insuffisamment prise en compte dans l'organisation

des études supérieures. L'activité rémunérée et le parcours de formation sont encore fréquemment envisagés comme antagonistes, alors même

que de nombreux étudiants doivent concilier les deux. Dans ce contexte, la France se situe en retrait par rapport à ses voisins européens : en moyenne, 59 % des étudiants travaillent pendant la période de cours en Europe, contre 50 % en France, ce qui place le pays au 20^e rang sur 25 (76 % pour les Pays-Bas, 74 % pour la Norvège et 70 % pour la Tchéquie)¹⁰.

Aujourd'hui, les étudiants français occupent majoritairement des emplois relevant de droit commun (CDD ou CDI à temps partiel), qui restent souvent peu adaptés aux contraintes du cursus universitaire. À l'inverse, certains pays européens¹¹ qui affichent des taux d'emploi étudiant plus élevés ont mis en place des dispositifs spécifiques encadrant l'activité professionnelle des étudiants. En Allemagne, par exemple, le statut de Werkstudent, limite le temps de travail à un maximum de 20 heures hebdomadaires pendant le semestre, permettant de mieux articuler emploi et études. L'Italie dispose d'une législation sur le statut des travailleurs étudiants (loi n° 300/1970 – Article 10) qui accorde des garanties concernant les horaires de travail, afin de permettre aux étudiants salariés de suivre leurs cours et de préparer leurs examens, notamment en leur permettant de refuser certaines heures supplémentaires.

RECOMMANDATION 5 :

Créer un contrat spécifique / statut de travailleur étudiant afin de mieux articuler activité professionnelle et parcours de formation, en encadrant le volume horaire de travail pendant les périodes d'enseignement, sur le modèle de dispositifs existants dans certains pays européens. Ce « contrat / statut » devra être distinct et complémentaire du contrat d'apprentissage afin de ne pas fragiliser les garanties spécifiques dont bénéficient déjà les apprentis.

Parmi les jeunes exerçant une activité rémunérée indispensable pour subvenir à leurs besoins - soit 41 % des étudiants qui travaillaient en 2020 -, près de 49 % ont eu recours au statut de micro-entrepreneur ou à une activité indépendante¹².

Cette réalité s'inscrit dans un contexte de transformation du travail étudiant marqué par l'essor des plateformes numériques d'emploi, qui contribuent à diversifier les statuts et les modalités d'accès à l'activité professionnelle.

Ces plateformes se distinguent selon le degré d'intervention de l'intermédiaire numérique. Certaines, de type « job boards », se limitent à la diffusion d'annonces, tandis que d'autres reposent sur des logiques relationnelles, fondées sur la confiance, la réputation ou l'initiative des étudiants, ce qui tend à favoriser les jeunes disposant de ressources sociales et culturelles élevées.

À l'inverse, les plateformes d'emploi dites algorithmisées, telles que Studentpop ou Staffme, interviennent davantage dans l'attribution des missions, la gestion des paiements et l'évaluation des prestations. Elles mettent en avant une plus grande flexibilité, rendue possible par le recours au statut de micro-entrepreneur, présenté comme compatible avec les contraintes temporelles des formations.

Or, les implications du statut de micro-entrepreneur en matière de rémunération, de volume horaire de travail et de protection sociale sont méconnues par certains étudiants.

RECOMMANDATION 6 :

Renforcer l'information des jeunes sur les implications administratives et financières liées à la création et à l'exercice d'une activité en micro-entreprise, notamment par l'instauration d'obligations de transparence sur la rémunération perçue (affichage du revenu net après charges), sur le cadre légal du volume horaire, et sur les droits et protections associées à ces formes d'activité.

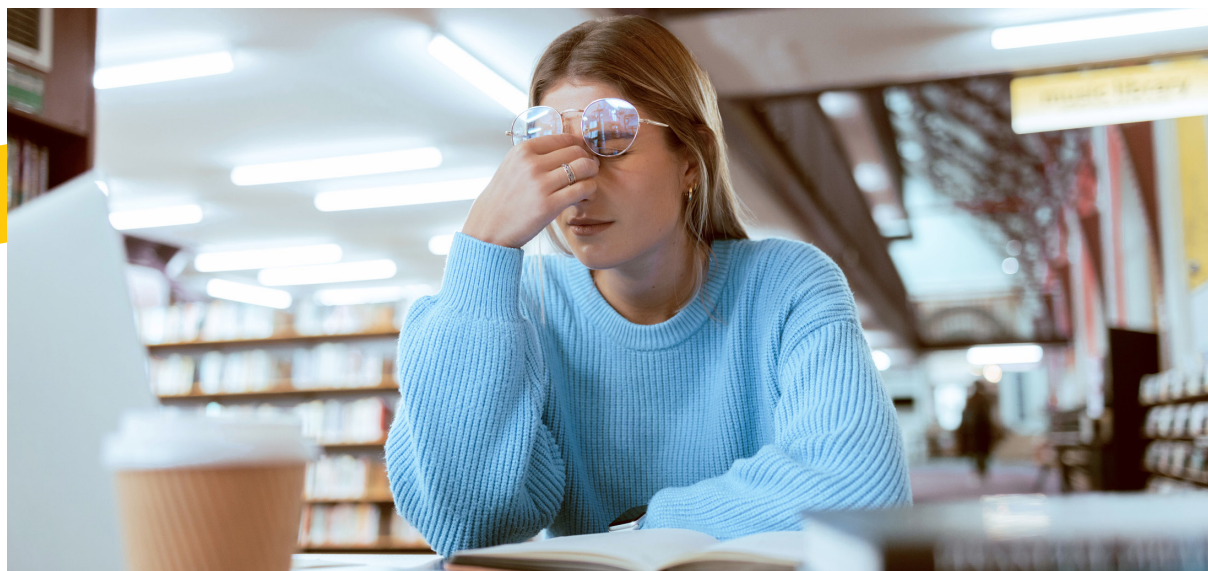
¹⁰ [EUROSTUDENT 8 Synopsis of Indicators 2021–2024](#)

¹¹ Ces informations ont été communiquées par les correspondants européens du « [Youth Wiki](#) », encyclopédie européenne des politiques nationales de jeunesse.

¹² Verley, É., Tenret, É. et Trespeuch, M. (2025). Les statuts d'emploi pendant les études : un miroir inversé des précarités économiques et studieuses. *Revue française des affaires sociales*, 252(2), 57-77. <https://doi-org.bibdocs.u-cergy.fr/10.3917/rfas.252.0057>.

2 - PRÉSERVER LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES CONTRAINS DE TRAVAILLER PENDANT LEUR FORMATION

Prévenir le stress chronique et l'épuisement moral des jeunes induits par le cumul emploi-études



Le cumul emploi-études dépasse l'enjeu de la précarité économique qui laisse place à celui de la précarité étudiante¹³, puisqu'il exerce un impact significatif sur la santé mentale des jeunes. Il agit comme un facteur de vulnérabilité transformant une ressource financière indispensable en source de détresse psychologique. La pression engendrée par ce cumul se manifeste principalement par un stress important, un épuisement physique et mental ainsi qu'un sentiment d'isolement social.

De plus, la charge mentale générée par le cumul des heures de cours, des temps de révision, des déplacements et des heures consacrées à un emploi alimentaire réduit fortement le temps de repos nécessaire à la récupération. Cette organisation contrainte expose les jeunes à une fatigue cognitive importante, susceptible de fragiliser la réussite de leur parcours de formation. Plusieurs jeunes indiquent ainsi rencontrer des difficultés de concentration lors des examens, notamment après avoir travaillé de nuit ou s'être levés très tôt afin d'assurer leur activité professionnelle.

Des initiatives mises en place par certains établissements d'enseignement supérieur en lien

avec le RSE méritent d'être soulignées comme bonnes pratiques, notamment l'aménagement d'espaces de repos adaptés (lieux sombres, insonorisés, avec transats, etc.). Toutefois des situations de stress restent préoccupantes et nécessitent un accompagnement spécifique.

Pour une part significative des jeunes, l'exercice d'une activité rémunérée est identifié comme un facteur majeur de stress. Ainsi, 30 % des étudiants en emploi déclarent que la conciliation entre activité professionnelle et études constitue une source de tension importante. Cette perception varie selon la nature du contrat : le niveau de stress est plus élevé chez les jeunes en contrat à durée indéterminée (41 %) et plus faible chez ceux exerçant une activité sans contrat (21 %)¹⁴.

Ce stress s'explique principalement par deux facteurs. D'une part, l'incertitude financière liée à la précarité des situations et à la nécessité de travailler pour couvrir les besoins essentiels conduit les jeunes à surveiller étroitement leurs ressources et à anticiper leurs dépenses dans la crainte d'un imprévu. D'autre part, un sentiment persistant d'insécurité économique, parfois

13 Verley, É., Tenret, É. et Trespeuch, M. (2025). Les statuts d'emploi pendant les études : un miroir inversé des précarités économiques et étudiantes. *Revue française des affaires sociales*, 252(2), 57-77.

14 Ibid

décrit comme un « mode survie », entretient une anxiété durable. Dans ce contexte, l'équilibre budgétaire repose souvent sur la combinaison des revenus d'activité et des aides sociales, si bien que tout retard de paiement ou de versement peut entraîner des difficultés immédiates et accentuer l'angoisse ressentie.

En ce sens, le cumul emploi-études peut placer les jeunes dans des situations de détresse psychologique : en 2024, 55 % des jeunes âgés de 18 à 24 ans ont déjà été confrontés à un problème de santé mentale¹⁵. L'épuisement psychologique observé s'accompagne fréquemment d'un découragement, pouvant aller jusqu'à une perte de capacité du jeune à prendre soin de lui et à répondre à ses besoins essentiels, tels que se nourrir.

RECOMMANDATION 7 :

Généraliser les dispositifs d'écoute psychologique adaptés aux jeunes cumulant emploi-études dans le secondaire et le supérieur : bureaux d'aide psychologique universitaires (BAPU), points d'accueil écoute jeune (PAEJ), Cnaé (plateforme d'écoute gratuite pour tous les étudiants), maisons des adolescents (MDA), etc.

RECOMMANDATION 8 :

Sensibiliser sur les risques liés à l'épuisement moral des jeunes, « burn out », via des campagnes d'information et de sensibilisation.

Réduire la précarité relationnelle et l'isolement des jeunes



En raison de leur volume horaire et de leurs conditions d'exercice, les emplois alimentaires occupés par les jeunes empiètent sur leur vie sociale, contribuant à fragiliser leur équilibre psychologique.

Le renoncement aux sorties constitue l'une des premières manifestations de cette contrainte. D'une part, de nombreux jeunes travaillent pour subvenir à leurs besoins primaires et ne peuvent consacrer une part de leurs ressources à des activités sociales, souvent perçues comme coûteuses.

D'autre part, même lorsque l'activité professionnelle leur assure des revenus suffisants, les contraintes de temps limitent fortement leurs possibilités de loisirs, voire de repos. Les jeunes exerçant des emplois alimentaires dits « ubérisés » doivent en outre arbitrer en permanence entre vie sociale et opportunités de missions. Les missions étant ponctuelles, beaucoup privilégient leur acceptation au détriment de sorties prévues, allant parfois jusqu'à annuler certaines activités sociales pour bénéficier de revenus supplémentaires.

Ce cumul de contraintes peut conduire à une forme d'isolement progressif : moins un étudiant dispose de ressources, plus il est contraint de travailler ; et plus il travaille, moins il participe à la vie sociale, ce qui peut accentuer le sentiment de solitude et les symptômes dépressifs.

¹⁵ Ministère de la santé – prendre soin de la santé mentale des 18 – 25 ans

Au-delà de l'isolement social, cette situation affaiblit le capital relationnel et académique des jeunes concernés : le sentiment d'intégration sociale au sein de l'établissement favorise la persévérance dans les études, tandis que l'isolement et le déficit de contacts (la précarité relationnelle) limitent l'accès aux informations pédagogiques et aux travaux collectifs, accentuant les situations d'abandon et inégalités de réussite¹⁶.

Limitier les obstacles à l'accès aux soins

Les jeunes qui cumulent emploi et études sont plus exposés à la détresse psychologique et expriment plus fréquemment un besoin de soutien, mais leur situation financière limite souvent l'accès aux soins.

RECOMMANDATION 9 :

Pour apporter des solutions visant à mieux concilier études et emploi, mettre en place des dynamiques de coopération entre pairs tels que du mentorat assuré par des jeunes accoutumés au cumul emploi-études et des groupes de parole encadrés par une personne qualifiée.

accessibilité demeure inégale sur le territoire, et encore insuffisamment connue. En outre, ce dispositif ne concerne que les jeunes disposant du statut d'étudiant, excluant une partie des jeunes en formation, notamment les lycéens de la



Ce phénomène s'explique notamment par le coût des consultations : une séance de suivi psychologique coûte entre 50 et 70 euros, soit une dépense difficilement soutenable pour des jeunes dont le reste à vivre est déjà limité. Dans ces conditions, certains préfèrent attendre que leur détresse psychologique s'atténue plutôt que d'engager les frais d'une thérapie.

S'il existe des dispositifs visant à faciliter l'accès aux consultations de psychologies pour les étudiants - comme « Santé psy étudiant » qui permet l'accès à 12 séances gratuites sans avance de frais auprès d'un psychologue partenaire – leur

voie professionnelle, qui occupent parallèlement un emploi.

RECOMMANDATION 10 :

Renforcer la visibilité du dispositif « Santé psy étudiant », et en élargir l'accès à l'ensemble des jeunes de 15 à 25 ans, tout en améliorant sa couverture territoriale, notamment par le développement de consultations à distance et par la mobilisation des personnels dans le secondaire et dans l'enseignement supérieur (CPE, enseignants, etc.).

¹⁶ Julien Berthaud. L'intégration sociale étudiante : relations et effets au sein des parcours de réussite en Licence. Education. Université Bourgogne Franche-Comté, 2017. Français. p. 149

LISTE DES RECOMMANDATIONS DU COJ SUR LE CUMUL EMPLOI-ÉTUDES

SÉCURISER LA RÉUSSITE ACADÉMIQUE DES JEUNES AYANT RECOURS AU CUMUL EMPLOI-ÉTUDES

Favoriser l'articulation entre les temps de formation et les temps d'activités professionnelles des jeunes

- **RECOMMANDATION 1 :** Renforcer la visibilité du Régime Spécial Etudes (RSE) et simplifier les procédures de justification de l'activité exercée, notamment par le recours à des attestations sur l'honneur du jeune et de l'employeur, afin d'en renforcer l'effectivité et de mieux reconnaître les emplois moins formels.
- **RECOMMANDATION 2 :** Mettre en place, pour les jeunes du secondaire en situation de grande précarité, un dispositif d'aménagement permettant de travailler tout en sécurisant leur parcours scolaire. Afin de prévenir les risques de décrochage, ces jeunes devront être identifiés et accompagnés par les équipes éducatives.

Mieux reconnaître et valoriser l'activité professionnelle exercée pendant la formation initiale

- **RECOMMANDATION 3 :** Développer et généraliser au maximum la valorisation de l'exercice d'une activité professionnelle dans le cadre des formations initiales, par des dispositifs tels que les référentiels de compétence (attribution de crédits du système européen d'unités d'enseignement – ECTS) permettant de reconnaître les compétences issues d'activités extra-académiques, dont l'emploi. Cette reconnaissance contribuerait à compenser les désavantages scolaires auxquels sont exposés les jeunes ayant recours au cumul emploi-études, par rapport à ceux qui n'exercent pas d'activité professionnelle.
- **RECOMMANDATION 4 :** Encourager le développement de missions rémunérées au sein des établissements de formation (journées portes ouvertes, appui à la vie de l'établissement, etc.), qui permettent de limiter les temps de déplacement des jeunes entre leur emploi et leur formation et d'offrir des horaires plus compatibles avec leurs obligations scolaires.

Inscrire le travail étudiant dans un cadre juridique davantage lisible et protecteur

- **RECOMMANDATION 5 :** Créer un contrat spécifique / statut de travailleur étudiant afin de mieux articuler activité professionnelle et parcours de formation, en encadrant le volume horaire de travail pendant les périodes d'enseignement, sur le modèle de dispositifs existants dans certains pays européens. Ce « contrat / statut » devra être distinct et complémentaire du contrat d'apprentissage afin de ne pas fragiliser les garanties spécifiques dont bénéficient déjà les apprentis.
- **RECOMMANDATION 6 :** Renforcer l'information des jeunes sur les implications administratives et financières liées à la création et à l'exercice d'une activité en micro-entreprise, notamment par l'instauration d'obligations de transparence sur la rémunération perçue (affichage du revenu net après charges), sur le cadre légal du volume horaire, et sur les droits et protections associées à ces formes d'activité.

PRÉSERVER LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES CONTRAINTS DE TRAVAILLER PENDANT LEUR FORMATION

Prévenir le stress chronique et l'épuisement moral des jeunes induits par le cumul emploi-études

- **RECOMMANDATION 7 :** Généraliser les dispositifs d'écoute psychologique adaptés aux jeunes cumulant emploi-études dans le secondaire et le supérieur : bureaux d'aide psychologique universitaires (BAPU), points d'accueil écoute jeune (PAEJ), Cnaé (plateforme d'écoute gratuite pour tous les étudiants), maisons des adolescents (MDA), etc.
- **RECOMMANDATION 8 :** Sensibiliser sur les risques liés à l'épuisement moral des jeunes, « burn out », via des campagnes d'information et de sensibilisation.

Réduire la précarité relationnelle et l'isolement des jeunes

- **RECOMMANDATION 9 :** Pour apporter des solutions visant à mieux concilier études et emploi, mettre en place des dynamiques de coopération entre pairs tels que du mentorat assuré par des jeunes accoutumés au cumul emploi-études et des groupes de parole encadrés par une personne qualifiée.

Limiter les obstacles à l'accès aux soins

- **RECOMMANDATION 10 :** Renforcer la visibilité du dispositif « Santé psy étudiant », et en élargir l'accès à l'ensemble des jeunes de 15 à 25 ans, tout en améliorant sa couverture territoriale, notamment par le développement de consultations à distance et par la mobilisation des personnels dans le secondaire et dans l'enseignement supérieur (CPE, enseignants, etc.).



**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**

*Liberté
Égalité
Fraternité*



Conseil d'orientation
des politiques de jeunesse

Le Conseil d'Orientation des politiques de Jeunesse est une commission administrative consultative placée auprès du Premier ministre et chargée de créer de la cohérence et de la transversalité dans les politiques publiques concernant les jeunes.

Contact :

 95 avenue de France 75650, Paris cedex 13

 coj@jeunesse-sports.gouv.fr

 www.jeunes.gouv.fr/coj