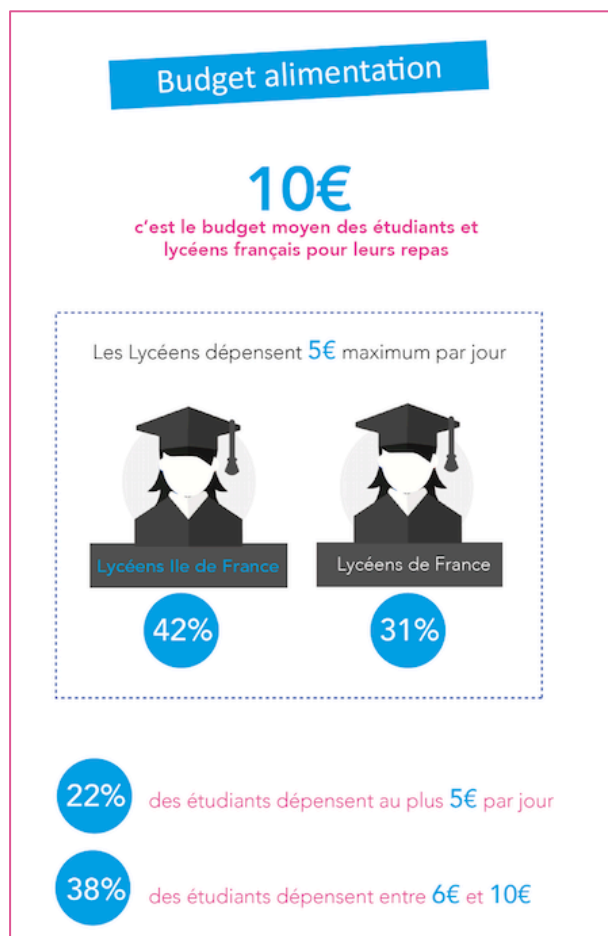


## JOURNEE MONDIALE DE L'ALIMENTATION – 16 OCTOBRE 2016

### Le grignotage, une habitude pour plus de 90% des étudiants et lycéens

À l'occasion de la Journée Mondiale de l'Alimentation, le 16 octobre prochain, la SMEREP s'est intéressée aux comportements des étudiants et lycéens en matière de nutrition. Selon les résultats des enquêtes Opinion Way pour la SMEREP<sup>(1)</sup>, les jeunes ont une alimentation peu équilibrée, voire irrégulière, notamment les lycéens. Il ressort également que les habitudes de grignotage sont très présentes et que le budget qu'ils consacrent à leur alimentation est assez faible.

« Les résultats de la dernière enquête santé de la SMEREP montrent qu'il y a un travail de fond à mener en termes de prévention sur l'alimentation des jeunes. Notre objectif à la SMEREP est de donner aux lycéens et étudiants les bases d'une alimentation équilibrée. Pour cela nous organisons régulièrement des petits déjeuners gratuits permettant d'apprendre à composer un repas équilibré. Nous éditons, également, une brochure « Nutrition » complète disponible pour tous sur le site [smerep.fr](http://smerep.fr)», déclare Hadrien Le Roux, Président de la SMEREP.



### Un budget « alimentation » de 5 € par jour pour 22% des étudiants

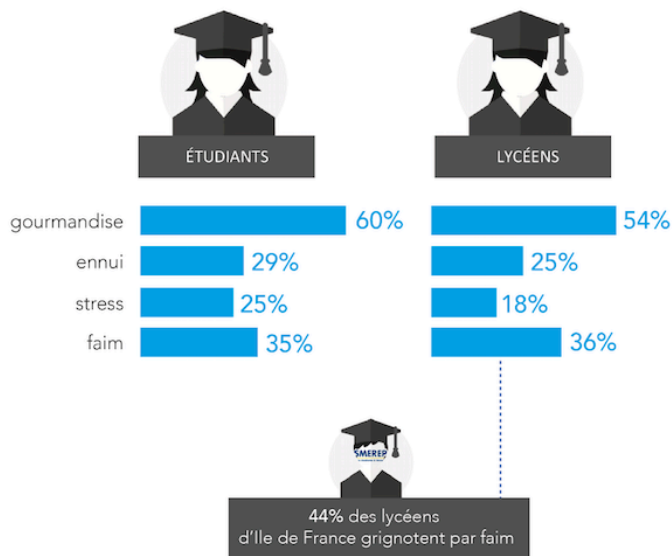
Si le budget moyen des lycéens et étudiants français consacré à leurs repas est de 10€ par jour, l'étude que publie la SMEREP montre des disparités.

En effet sur la population des lycéens français 31% d'entre eux déclarent dépenser 5 € au maximum pour leurs repas au quotidien. Un chiffre qui atteint 42% pour les lycéens d'Ile-de-France. Chez les étudiants même constat : ils sont 22% à consacrer 5 € au plus par jour à leur alimentation et 38% entre 6 et 10 €.

## Grignotage

Plus de **90%**  
des étudiants et lycéens grignotent

### MOTIVATIONS



## Le grignotage pour compenser les repas sautés, une habitude pour 35% des étudiants

L'enquête Santé de la SMEREP montre que plus de 90% des étudiants et lycéens grignotent. Si pour près de 60% des étudiants français le grignotage est motivé par la gourmandise (54% pour les lycéens), ils sont **29% à déclarer le faire par ennui** pour « passer le temps » (25% pour les lycéens), **25% parce qu'ils sont stressés** (18% pour les lycéens). Plus inquiétant, 35% des étudiants français et 36% des lycéens **déclarent grignoter par faim** car ils ont sauté le repas précédent. **Un chiffre qui atteint 44% pour les lycéens d'Ile-de-France !**

Active depuis plus de 40 ans, la SMEREP gère le Centre 617 de Sécurité sociale étudiante. Administrée par des étudiants pour des étudiants, elle est présidée par Hadrien Le Roux. La SMEREP est la 1<sup>ère</sup> Sécurité sociale étudiante de proximité avec plus de 219 000 affiliés en Île-de-France. Plus d'informations : [www.smerep.fr](http://www.smerep.fr)

<sup>(1)</sup> Etude OpinionWay pour la SMEREP réalisée du 29 avril au 25 mai 2016 auprès d'un échantillon de 507 étudiants représentatif des étudiants français et d'un échantillon représentatif de 707 adhérents SMEREP (Ile-de-France)

Etude OpinionWay pour la SMEREP réalisée du 20 mai au 7 juin 2016, auprès d'un échantillon représentatif de 403 lycéens de France âgés de 14 à 22 ans et d'un échantillon représentatif de 368 lycéens d'Ile de France âgés de 14 à 22 ans

Contact presse :

Jacqueline Selakovic - Directeur Communication - [jacqueline.presse@smerep.fr](mailto:jacqueline.presse@smerep.fr)