



Au bonheur des jeunes

On les disait centrés sur eux, on les découvre tournés vers les autres. **L'enquête Que du bonheur!, dont nous publions les résultats en exclusivité, ausculte les 18-35 ans** et leurs aspirations. Et bouscule quelques clichés.

par **Ségolène Barbé** photos **Mariëlsa Niels** illustrations **Maïté Franchi**

Etudiée, auscultée, souvent décriée... la génération des 18-35 ans est-elle heureuse? Quelle est sa vision du bonheur? Menée pendant deux mois par l'association Générations cobayes auprès de plus de 53 000 jeunes de cette tranche d'âge, l'enquête en ligne Que du bonheur! lève le voile sur les valeurs et les aspirations de cette dernière. Principal enseignement de cette étude d'une ampleur inédite, dont les résultats sont révélés aujourd'hui: bien qu'ils aient toujours connu la crise et le chômage, 82 % d'entre eux se déclarent heureux. Mais, pour construire leur bonheur, 78 % comptent d'abord sur eux-mêmes. →

97%

pensent qu'il est très important d'agir pour réduire notre impact sur la planète.



88%

considèrent qu'ils n'ont pas besoin des réseaux sociaux pour être heureux.



45%

pensent que leur vie sera plus difficile que celle de leurs parents.



“Créer un boulot en accord avec nos valeurs et nos convictions”

Barthélémy Gas et Thibault Bastin, tous deux 25 ans, Paris, entrepreneurs épanouis

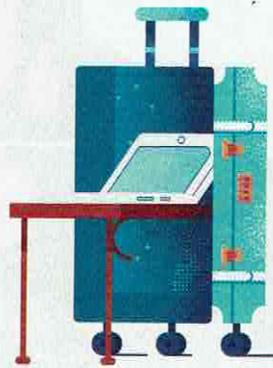
« On a envie d'aller au travail avec des convictions, de savoir pourquoi on se lève le matin », explique Barthélémy, cocréateur, avec Thibault, de la plateforme Web Les Talents d'Alphonse (lestalentsdalphonse.com). Le principe : permettre à de jeunes retraités – les « Alphonse » et « Alphonse » – de transmettre leurs savoir-faire (couture, bricolage, photographie...) à des « curieux » de tous âges pour une somme modique (15 euros de l'heure). Depuis janvier 2016, six cents heures ont ainsi été échangées grâce à la plateforme francilienne – toujours en quête de nouveaux Alphonse – qui ouvrira courant 2017 à Lille et Lyon... « C'est vrai qu'on serait mieux payés dans un grand groupe, mais ce qui nous rend heureux, c'est de trouver du sens à ce qu'on fait, de permettre à des retraités de s'épanouir, de recréer du lien entre les générations », conclut Barthélémy.



“Prendre soin de ma santé et de mon environnement”

Maëlle Durant, 28 ans, Paris, consommatrice écolo

« Ma mère achetait bio, elle m'a transmis le souci d'une alimentation saine... Quand j'étais ado, j'aimais bien aller au McDo avec mes copains, mais vers l'âge de 18 ans, quand j'ai commencé à habiter seule, à me faire à manger, j'ai réfléchi à tout cela, je me suis beaucoup renseignée sur les liens entre alimentation et santé », se souvient Maëlle. La jeune femme achète ses fruits et légumes directement auprès de petits producteurs locaux grâce au réseau de La Ruche qui dit oui (laruchequiditoui.fr), regarde attentivement la composition des produits qu'elle achète, fabrique elle-même ses cosmétiques à base de produits naturels... « Etre en bonne santé, c'est une priorité, un prérequis pour pouvoir profiter de la vie, poursuit-elle. C'est important, aussi, pour moi, de préserver mon environnement, d'acheter des produits cultivés de manière saine sur le sol français. »



62%

ne considèrent pas comme essentiel d'avoir un CDI.

73%

ne seraient pas heureux s'ils ne pouvaient pas voyager.



→ Et le travail? Ils pensent que c'est primordial, à condition de vibrer pour un emploi passion et porteur de sens : 58 % considèrent le travail comme une source d'épanouissement personnel et non comme un moyen de subsistance.

« Sur cette thématique, les jeunes se détachent clairement des idéaux de leurs parents, commente Mathilde Champenois, coordinatrice de l'enquête chez Générations cobayes. Comme le montre l'exemple de Barthélémy et Thibault (lire p. 51), « ils préfèrent vivre des expériences fortes, être leur propre patron plutôt que de miser sur le CDI et la sécurité de l'emploi... »

S'ils ne croient plus guère aux modes d'engagement traditionnels (syndicats, partis politiques...), les 18-35 ans veulent pourtant faire bouger les choses : 55 % d'entre eux aimeraient participer à la société de demain mais ne savent pas comment s'y prendre ; ils sont 44 % à s'engager dans le monde associatif.

89%

ne jugent pas essentiel de gagner beaucoup d'argent.

La famille et les amis passent avant le travail

Attentifs à leur environnement, à leur qualité de vie, ils veulent garder du temps pour leur vie personnelle (leur idéal : 32 heures de travail par semaine, dix semaines de vacances par an), pour leurs proches, pour voyager...



“Ouvrir mon horizon grâce au bénévolat”

Pierre-Alexandre Kofron, 26 ans, Lyon, ingénieur engagé

Ingénieur informatique, Pierre-Alexandre a déjà vécu à La Réunion, aux Etats-Unis, à Singapour... « En Asie, j'ai vu des sociétés qui bougent très vite. Voyager, cela donne un dynamisme, une envie de s'inspirer de ce qui se fait ailleurs », raconte le jeune homme, créateur, en 2015, de l'association Space Apps Lyon (spaceappslyon.com), qui organise des challenges d'innovation gratuits et ouverts à tous avec la Nasa sur des thèmes variés : planète Terre, qualité de l'air, exploration spatiale... « L'idée, c'est de susciter l'intérêt pour la science, pour l'innovation. Un engagement bénévole m'aide à être bien dans ma vie, à me définir autrement qu'à travers mon travail, explique-t-il. C'est l'occasion pour moi d'ouvrir mon horizon, d'essayer de changer les choses à mon échelle. »

« Cette génération Erasmus, connectée au monde entier grâce au Web, vit le voyage comme une rencontre avec la différence, ce qui déconstruit encore une fois le cliché de jeunes qui ne penseraient qu'à eux », commente Mathilde Champenois. Parmi les trois ingrédients indispensables à leur bonheur, la santé arrive en tête, juste avant la famille et les amis, puis le travail. « Beaucoup disent faire attention à leur

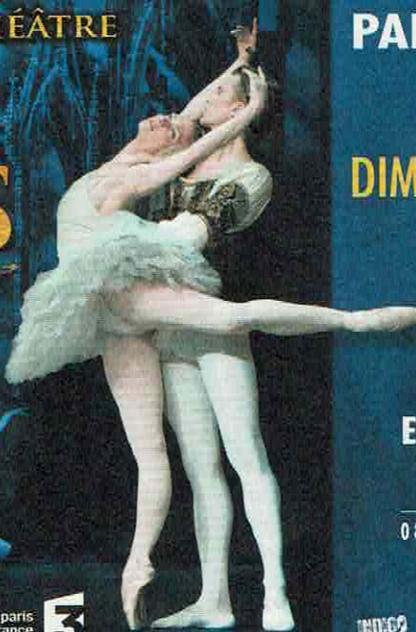
alimentation (66 % affirment manger sainement), à leur santé, se réappropriant ainsi une question très présente aujourd'hui dans l'espace public », commente Arnaud Vallin, sociologue chez Domplus, société de conseil spécialisée dans le social et la santé qui a participé à l'étude. « Mais 60 % d'entre eux se déclarent stressés, 53 % ne dorment pas suffisamment... Puisqu'ils pensent devoir compter d'abord sur eux-mêmes,

cela génère aussi beaucoup de stress... » Ainsi, 44 % des jeunes ont l'impression de ne pas maîtriser leur vie, et ce sont souvent les moins diplômés... « Il y a une corrélation très claire entre le niveau d'études et le sentiment d'être heureux, conclut Arnaud Vallin. Avoir des diplômes donne une vision plus positive de soi, une plus grande capacité à prendre du recul et à s'adapter à la crise actuelle. » Heureux, et lucides. ■

SAINT-PÉTERSBOURG BALLET THÉÂTRE

LE LAC DES CYGNES

DE PIOTR TCHAIKOVSKI



PALAIS DES SPORTS DE PARIS

DIMANCHE 21 MAI 2017

60 DANSEURS ET ORCHESTRE LIVE



GRAND PRIX DU PUBLIC 2011



GRAND PRIX DU PUBLIC 2012

ET EN TOURNÉE DANS TOUTE LA FRANCE

LOCATIONS

0 825 038 039 (0,28€/min) - www.palaisdessports.com

Fnac - Carrefour - Magasins U - Géant

www.fnac.com - 0 892 683 622 (0,49€/min)

E.Leclerc - Auchan - Cultura - Carat

www.ticketmaster.fr - 0 892 390 100 (0,45€/min)



Femme actuelle



Direct Matin

paris île-de-france



SPIT Europe