Blois, Bourges, Chartres, Châteauroux, Issoudun, Orléans, Tours







ÉDITION 2019-2020

Les éditions du CRIJ Centre-Val de Loire



LA RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE CRÉE YEP'S, LE PASS DES JEUNES!



#SOFRESH #SOYEPS *TROP COOL, TROP FRAIS, TROP YEPS!

AIDES, INFOS, BONS PLANS...

INSCRIS-TOI SUR

YEPS.FR

















Sommaire

Edito	3
SE FORMER	5
Choisir une formation et s'inscrire	6
▶ Chercher un stage	19
Ètre étudiant étranger en région Centre-Val de Loire	24
Faire une partie de ses études à l'étranger	25
SE LOGER	29
▶ Préparer la recherche	30
▶ Dico du logement	31
S'informer et se faire aider	32
▶ Trouver un logement	34
Connaître les aides	50
GÉRER SON QUOTIDIEN	55
▶ Maîtriser son budget	56
▶ Bénéficier d'une aide financière	58
Travailler pendant ses études	64
Prendre soin de sa santé	70
▶ Se déplacer	78
Utiliser les espaces publics numériques	84
S'ENGAGER, MONTER UN PROJET	89
Devenir bénévole	90
▶ Devenir volontaire	92
▶ Monter un projet	93
SORTIR, BOUGER	95
▶ Sport et culture	96
CARNET D'ADRESSES	109
▶ Crous d'Orléans-Tours	110
▶ Réseau Information Jeunesse : PIJ, BIJ et CRIJ	111

VOUS ÊTES ÉTUDIANT(E) ET VOUS CHERCHEZ UN JOB?

ORLÉANS RECRUTE DES ANIMATEURS PÉRISCOLAIRES



AIDE AUX DEVOIRS

> Bac+2 minimum



ACCUEIL PÉRISCOLAIRE

> Bafa ou expérience



SURVEILLANCE TEMPS REPAS



ATELIERS ÉDUCATIFS

Sportifs, artistiques, nouvelles technologies















Étudiant ou futur étudiant en région Centre-Val de Loire. ce guide est fait pour vous!

En 2018, des milliers d'étudiants s'en sont inspirés pour organiser leur nouvelle vie.

Pour la septième édition, le CRIJ* a rassemblé, à nouveau, toutes les infos et tous les contacts dont vous aurez besoin pour vivre sereinement vos études dans l'une des 7 villes universitaires de notre région.

Formation, logement, vie quotidienne, démarches administratives mais aussi projets d'engagement, sorties, activités sportives : l'indispensable à connaître est dans ces pages.

Bonne lecture, et surtout, n'hésitez pas à utiliser toutes ces infos pour mieux profiter de votre vie d'étudiant!

Thierry Ferey,

Directeur du CRLI Centre-Val de Loire

PS : pour aller plus loin, sachez qu'il existe près de 57 lieux d'information gratuits dédiés aux jeunes en région Centre-Val de Loire : les PIJ, BIJ et le CRIJ*. Ils pourront vous accompagner dans toutes vos recherches d'infos et vous pourrez fouiller dans la mine de bons plans qu'ils ont recensés pour vous! Retrouvez leurs coordonnées sur notre site crijinfo.fr rubrique « près de chez vous : les PIJ et les BIJ ».

* CRIJ: Centre Régional Information Jeunesse

PIJ: Point Information Jeunesse

BIJ: Bureau Information Jeunesse

Édité à 10 000 exemplaires, ce guide est disponible gratuitement au CRIJ, dans tous les PIJ et BIJ en région Centre-Val de Loire, les services du CROUS, et autres lieux d'accueil, d'information et d'orientation. Vous pouvez également le télécharger gratuitement sur le site Internet du CRIJ crijinfo.fr rubrique « nos publications ».





Vous avez de bac à bac +5?

Découvrez tous nos cursus diplômants en alternance et nos filières ingénieurs.

- Ressources Humaines
- Informatique & numérique
- Qualité, Sécurité, Environnement
- Performance industrielle



CesiCampusCVdL@cesi.fr







cesi.fr | • • • in □ •





CHOISIR UNE FORMATION ET S'INSCRIRE

La formation : sujet central pour vous, étudiant ou futur étudiant.

Peut-être n'êtes-vous pas encore tout à fait sûr de votre choix, peut-être n'avez-vous pas encore trouvé votre établissement pour la rentrée, peut-être réfléchissez-vous à une réorientation, ou vous posez-vous des questions sur l'évolution de votre cursus ?

Dans ce chapitre, vous découvrirez des organismes, guides et sites Internet qui pourront vous aider à vous engager dans la formation qui vous conviendrait le mieux.

Les **Organismes** pour se faire aider

DOIP OU MOIP

Des questions sur les filières, les enseignements universitaires, les métiers, les débouchés, les réorientations ? Adressez-vous à la DOIP : direction de l'orientation et de l'insertion professionnelle à Orléans, ou à la MOIP : maison de l'orientation et de l'insertion professionnelle à Tours. Ces services universitaires disposent chacun des informations nécessaires sur les diplômes, les cursus et les lieux de préparation, en région Centre-Val de Loire ou ailleurs.

Vous pourrez y consulter la documentation en libre accès ou rencontrer gratuitement un psychologue de l'Éducation nationale pour un entretien personnalisé : il vous aidera à adapter votre parcours d'études à votre projet professionnel.

Coordonnées p. 8.

CIO

Les centres d'information et d'orientation (CIO) sont des lieux de ressources et de conseils en matière d'information sur les métiers et les formations.

Il sera possible d'y rencontrer gratuitement un psychologue de l'Éducation nationale, spécialité éducation développement et conseil en orientation scolaire et professionnelle, qui vous aidera dans vos recherches et réflexions pour réaliser votre projet d'études (cursus, réorientations, etc.) et d'insertion professionnelle. Vous pourrez aussi y consulter une abondante documentation, notamment sur les études, les professions, les établissements.

Coordonnées p. 8 et 10.

Réseau IJ

Les structures Information Jeunesse en région Centre-Val de Loire (PIJ, BIJ, CRIJ) vous permettront de vous documenter librement sur l'organisation de vos études, sur les métiers, leurs débouchés, les voies de formation qui y conduisent. Certaines peuvent également proposer des séances d'information sur les métiers, sur l'apprentissage. Renseignez-vous auprès de la structure proche de chez vous.

L'accueil est gratuit, anonyme, ouvert à tous et sans rendez-vous.

Coordonnées p. 111.

Rencontrer des pros

Si vous êtes indécis sur une formation ou un métier, n'hésitez pas à rencontrer des professionnels qui vous parleront de leur quotidien et de leur parcours (les sites jobirl.com ou myjobglasses.com vous permettent de prendre contact avec des professionnels pour discuter de leur métier).

cuter de leur meuer).
Fréquentez aussi les forums de l'orientation, les journées portes ouvertes des établissements de formation (calendriers disponibles sur onisep.fr), les salons destinés aux étudiants et autres manifestations de cette nature : par exemple les Nuits de l'orientation, organisées chaque année par les chambres de commerce et d'industrie nuitsdelorientation.fr

Services ICF

Proposés par l'Apel (Association des parents d'élèves de l'enseignement libre – enseignement catholique), les services information et conseil aux familles (services ICF) offrent un conseil personnalisé, gratuit et proposent des informations et un accompagnement sur l'orientation, les études et les métiers.

Pour plus d'informations et pour obtenir un contact près de chez vous, adressez-vous au service ICF de l'Apel académique à Orléans :

Maison Saint-Vincent – 51 boulevard Aristide Briand Tél : 02 38 24 28 48 – Courriel : icf@apelcentre.org



CAMPUS ORLÉANS



UNE GRANDE ÉCOLE

DE COMMERCE

& DE MANAGEMENT

EN PLEIN CENTRE D'ORLÉANS

BACHELOR cursus BAC+3

Admissions POST-BAC et BAC+2

iscparis.com/orleans











CONTACTS

DOIP et MOIP

▶ Orléans

Direction de l'orientation et de l'insertion professionnelle (DOIP)

Université d'Orléans Maison de l'étudiant – 1er étage Rue de Tours – BP 6749 45067 ORLÉANS CEDEX 2 Tél : 02 38 41 71 72

Courriel : doip@univ-orleans.fr

univ-orleans.fr rubrique « orientation et insertion » Horaires d'ouverture : lundi de 13h30 à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h, vendredi de 9h à 12h.

Fermeture pendant les vacances de Noël et sur certaines périodes de vacances.

Entretien avec un psychologue de l'Éducation nationale sur rendez-vous. Priorité aux étudiants de l'université d'Orléans.

▶ Tours

Maison de l'orientation et de l'insertion professionnelle (MOIP)

Université de Tours Bât. A – Rez-de-chaussée 60 rue du Plat d'Étain – BP 12050 37020 TOURS CEDEX 1

Tél: 02 47 36 81 70 Courriel: moip@univ-tours.fr

univ-tours.fr rubrique « formations » > « orientation, stage, emploi »

Horaires d'ouverture : lundi de 13h30 à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.

Permanences : site Grandmont (BU sciences pharmacie) : mardi de 12h30 à 16h.

Fermeture pendant les vacances de Noël et trois semaines au mois d'août.

Entretien avec un psychologue de l'Éducation nationale, avec ou sans rendez-vous.

CIO (centres d'information et d'orientation)

(renseignez-vous pour les fermetures lors des vacances de Noël et d'été)

▶ Blois

CIO

15 avenue de Vendôme 41000 BLOIS Tél : 02 38 83 49 98

Courriel: ce.cioblois@ac-orleans-tours.fr

Horaires d'ouverture : lundi de 13h à 17h, du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale, avec ou sans rendez-vous.

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sans rendez-vous.

▶ Bourges

CIO

CIO relais Europe 1A rue Charles VII 18000 BOURGES Tél: 02 38 83 49 13

Courriel: ce.ciobourges@ac-orleans-tours.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sauf mercredi matin, avec ou sans rendez-vous.

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, avec ou sans rendez-vous.







▶ Chartres

CIO

20 rue du Commandant Chesne 28000 CHARTRES

Tél: 02 38 83 49 96

Courriel: ce.ciochartres@ac-orleans-tours.fr

Horaires d'ouverture : lundi de 9h à 12h, du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30.

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de

9h à 12h et de 13h30 à 16h30.

Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sur rendez-vous.

Châteauroux

CIO

Cité administrative – Bât. H 49 boulevard George Sand 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 38 83 49 07

Courriel: ce.ciochateauroux@ac-orleans-tours.fr Horaires d'ouverture: du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale lundi, mercredi et vendredi matin. tous les après-midi. avec ou sans rendez-vous.

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, avec ou sans rendez-vous.

▶ Issoudun

CIO

Formapôle Rue Georges Brassens 36100 ISSOUDUN Tél: 02 38 83 49 44

Courriel : ce.cioissoudun@ac-orleans-tours.fr Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h

et de 13h30 à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale lundi, jeudi et vendredi après-midi, mercredi toute la journée, avec ou sans rendez-vous. Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h. Rencontre avec un psycho-

logue de l'Éducation nationale tous les jours, avec ou sans rendez-vous.

Orléans

CIO

55 rue Notre-Dame-de-Recouvrance – BP 71960 45009 ORLÉANS CEDEX 1

Tél: 02 38 83 49 54

Courriel: ce.cioorleans@ac-orleans-tours.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sauf jeudi matin, sur rendez-vous le matin, sans rendez-vous l'après-midi. Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sans rendez-vous.

▶ Tours

CIO

4 avenue Victor Hugo – Entrée A 37300 JOUÉ-LÈS-TOURS Tél : 02 38 83 49 41

Courriel: ce.ciojoue@ac-orleans-tours.fr

Horaires d'ouverture : lundi de 13h30 à 17h, du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sauf lundi matin, sans rendez-vous le matin, sur rendez-vous l'après-midi.

Pendant les vacances scolaires : lundi de 14h à 17h, du mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 17h. Rencontre avec un psychologue de l'Éducation nationale tous les jours, sauf lundi matin, sur rendez-vous.

D'autres pistes

Les écoles et universités privées possèdent, elles aussi, leurs propres services d'information.

D'autres centres privés, associations, professionnels installés en libéral, proposent des tests d'orientation, des entretiens personnalisés, du coaching, etc. Ces services sont gratuits ou payants (les tarifs peuvent être très variables).

Il est vivement conseillé de bien se renseigner sur leur sérieux avant de s'engager. Attention également aux dérives sectaires de certains organismes! N'hésitez pas à prendre des renseignements auprès de l'Association de défense de la famille et de l'individu victimes de sectes (Adfi) la plus proche géographiquement de l'organisme que vous avez repéré. Coordonnées dans le dossier Actuel Cidj n° 5.512 « S'informer, se défendre contre les sectes » (consultable dans toutes les structures Information Jeunesse en région Centre-Val de Loire, coordonnées p. 111).



Au service de la réussite en Licence

Conseils
Suivi
Entraînement
Encouragements
Maintenir ta motivation
et éviter l'isolement

ExtraDroit 06 63 22 50 28

www.extradroit.fr
Calendrier et inscription en ligne

Garde ton CAPE avec les stages d'ExtraDroit

Construis ta méthodo,

Assure ta réussite en Licence,

Prépare ta rentrée universitaire,

<u>Intraîne-toi pour tes exams</u>

Inscris tui aux box pour progresser : Prends la parole en public, Optimise le travail en groupe, Réussis tes fiches de révision, Sois convaincant avec ton CV et ta lettre de motivation, Assure lors de tes entretiens d'embauche, Réussis la création de ton entreprise.

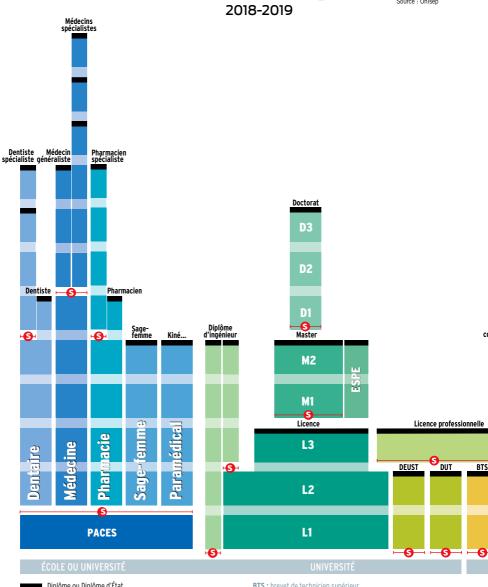
Suis-nous sur Facebook et Twitter À ORLÉANS, BOURGES ET TOURS



000



Le schéma des études supérieures



■ Diplôme ou Diplôme d'État

Accès sélectif (concours à épreuves, sélection sur dossier)

Il existe des passerelles entre ces différentes filières par exemple de la L1 vers un BTS ou un DUT ; de la PACES vers la licence ; des classes préparatoires aux grandes écoles (CPGE) vers la licence.

BTS: brevet de technicien supérieur DCG: diplôme de comptabilité et de gestion

DE: diplôme d'État

DEC: diplôme d'expert-comptable

DEUST : diplôme d'études universitaires scientifiques et techniques

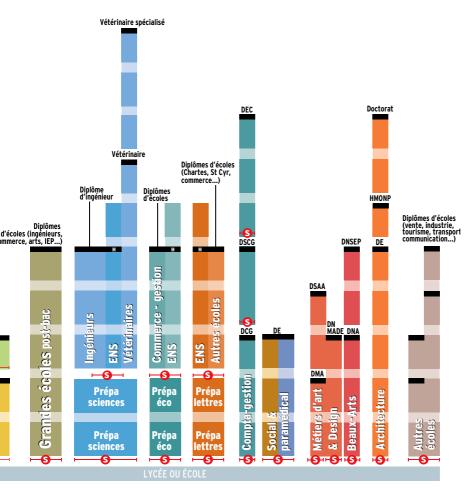
DMA : diplôme des métiers d'art DNA: diplôme national d'art





MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION NATIONALE ET DE LA JEUNESSE

MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÈRIEUR, DE LA RECHERCHE ET DE L'INNOVATION



DSAA: diplôme supérieur d'arts appliqués

DNSEP: diplôme national supérieur d'expression plastique DSCG : diplôme supérieur de comptabilité et de gestion

DUT : diplôme universitaire de technologie

ENS: école normale supérieure

ESPE : école supérieure du professorat et de l'éducation

HMONP: habilitation à l'exercice de la maîtrise d'œuvre

en son nom propre

IEP: institut d'études politiques

L: licence

M: master

PACES: première année commune aux études de santé

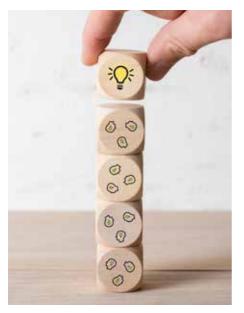
Les **OUTILS** pour repérer les établissements de formation en région Centre-Val de Loire

Universités, instituts universitaires de technologie, sections de technicien supérieur, classes préparatoires aux grandes écoles, écoles d'ingénieurs, écoles spécialisées, centres de formation d'apprentis, etc. : les filières, domaines et établissements de formation sont nombreux en région Centre-Val de Loire!

Pour vous aider à comprendre le système français d'enseignement supérieur, trouver une formation et l'établissement qui vous conviennent, n'hésitez pas à utiliser ces différents guides publiés par l'Onisep. Ils sont téléchargeables sur onisep.fr rubrique « près de chez vous » > « Orléans » > « publications de la région » > « guides d'orientation » :

- « Entrer dans le sup, après le bac, rentrée 2019 »,
- « La prépa c'est pour moi ! Informez-vous dès la 1^{re}, rentrée 2019 »,
- « Fiches après le bac régionalisées ». Mises à jour chaque année, elles vous permettront de connaître les filières accessibles pour chaque type de bac.

Si vous êtes attiré par les métiers de la santé et du social, rendez-vous sur **onisep.fr** rubrique « près de chez vous » > « Orléans » > « publications de la région » pour consulter le guide « Les métiers de la santé et du social en région Centre-Val de Loire » (mis à jour chaque début d'année) publié par l'Onisep.



Si l'apprentissage vous intéresse, consultez le « Guide de l'apprentissage 2019 » / Conseil régional du Centre-Val de Loire, téléchargeable sur **regioncentre-valdeloire.fr** rubrique « ma région et moi » > « une chance pour tous » > « éducation, formation et enseignement supérieur » > « l'apprentissage ».

Tous ces outils d'information sont consultables dans les structures Information Jeunesse (coordonnées p. 111).

SITES INTERNET

Vous trouverez de nombreux sites utiles pour vos choix (orientation, métiers, formations, établissements) p. 17 et 18

Étudiants en situation de handicap



De nombreux établissements d'enseignement supérieur possèdent un service d'accueil spécifique pour les étudiants handicapés (obligatoire dans les universités), pour régler les questions suivantes : aide aux études, aménagement d'examens, accessibilité de l'établissement, accompagnement dans la vie quotidienne. Si ce n'est pas le cas dans votre établissement, contactez le directeur et, si besoin, faites-vous aider par une association au service des étudiants handicapés (par exemple : la Fédéeh fedeeh.org).

Lisez aussi les informations disponibles sur **onisep.fr** rubrique « handicap » et sur **etudiant.gouv.fr** rubrique « vous conseiller et accompagner » > « étudiants en situation de handicap ».

Parcoursup permet d'accompagner l'accès aux formations de l'enseignement supérieur pour les candidats en situation de handicap. Plusieurs dispositifs sont prévus :

- un référent handicap dans toutes les formations inscrites sur Parcoursup pour répondre à vos questions sur les aménagements possibles pour faciliter votre poursuite d'études,
- une fiche de liaison pour préciser les modalités d'accompagnement dont vous avez bénéficié dans votre parcours. Possibilité de transmettre ce document lors de l'inscription administrative dans l'établissement choisi pour préparer les aménagements dont vous aurez besoin,
- un réexamen de votre dossier auprès du recteur de votre académie.

La procédure d'admission dans l'enseignement supérieur

Vous connaissez probablement la procédure d'admission, via la plateforme Parcoursup, pour l'avoir utilisée en terminale.

Cette procédure est à suivre par tous les candidats postulant en première année d'études supérieures dans les formations qui recrutent par la plateforme, notamment pour :

- les étudiants déjà inscrits dans le supérieur et souhaitant changer de parcours de formation à la rentrée,
- les titulaires du baccalauréat (ou d'un diplôme équivalent) désireux de démarrer ou de reprendre des études supérieures.

parcoursup.fr

À partir de ce site, vous pouvez :

- vous informer sur les différentes formations possibles après le bac (uniquement celles qui recrutent par la plateforme), dès le mois de décembre.
- · vous renseigner sur les établissements,
- vous préinscrire à la procédure d'admission,
- saisir vos vœux de formation post-bac,
- suivre les propositions d'admission et y répondre,
- utiliser la phase complémentaire si besoin (voir page suivante)

Choix d'un établissement et d'un diplôme

Établissements publics, consulaires ou privés (reconnus par l'État ou non), diplômes nationaux, diplômes visés, inscrits, enregistrés ou certifiés, titres, certificats d'école, grades, labels, etc. Pour vous y retrouver dans les nombreuses dénominations utilisées par les établissements du supérieur et pour choisir votre établissement en connaissance de cause, vous pouvez consulter :

- le dossier Actuel Cidj n° 1.07 « Après le bac : quelles études choisir ? » (p. 9) (consultable dans toutes les structures Information Jeunesse en région Centre-Val de Loire, coordonnées p. 111),
- p. 111/,
 onisep.fr/reconnaissance_diplomes

Parcoursup: rappel des dates de l'année 2018-2019

Pour 2019-2020, pensez à vérifier les nouvelles dates sur le site, début décembre 2019.

Inscription Formulation de vos vœux	Du 22 janvier au 14 mars inclus
Constitution des dossiers (vérification des notes, projet de formation motivé, rubrique « vos activités et centres d'intérêt », etc.) Confirmation de vos vœux	Jusqu'au 3 avril inclus
Phase d'admission : réception des propositions d'admission et réponse à ces propositions dans les délais demandés, points d'étapes	15 mai au 19 juillet
Saisie de vos vœux dans le cadre de la phase complémentaire, réception des propositions d'admission et réponses	Du 25 juin au 14 septembre

N'utilisez pas les sites payants qui prennent la dénomination Parcoursup, voire son logo, et qui proposent des prestations complémentaires à titre onéreux. Parcoursup fr est la seule plateforme officielle et gratuite à laquelle s'inscrire pour une demande d'admission en formation initiale du 1er cycle de l'enseignement supérieur.

Inscriptions hors-Parcoursup

Certains établissements (des écoles spécialisées, des écoles de commerce ou d'ingénieurs, les instituts d'études politiques) ne figurent pas sur le site Parcoursup. Vous devrez les contacter directement pour vous inscrire.

Phase complémentaire

- Notamment si vous ne vous étiez pas inscrit en phase principale ou si vous n'aviez pas confirmé vos vœux avant la date prévue,
- ou si vous n'avez eu aucune proposition d'admission satisfaisante sur vos vœux.

vous pouvez être candidat à des formations dans lesquelles il reste encore des places vacantes.

Comment procéder :

- vous vous inscrivez sur le site Parcoursup puis vous saisissez jusqu'à 10 vœux du 25 juin au 11 septembre. Ne vous précipitez pas en utilisant vos 10 vœux dès le début de la procédure car des formations proposant des places vacantes peuvent apparaître jusqu'au 11 septembre. En effet, des places sont susceptibles de se libérer à tout moment, notamment lors des résultats du bac ou à la rentrée,
- vous consultez régulièrement votre dossier électronique pour savoir si une proposition vous est faite (propositions d'admission possibles jusqu'au 12 septembre),
- vous répondez dans le délai imposé pour accepter ou refuser cette proposition.

Pour plus d'infos, consultez le site Parcoursup (informations disponibles quelques semaines avant le début de la phase complémentaire).

Besoin d'aide?

Sur le site Parcoursup

Consultez les informations données dans la rubrique « questions fréquentes ».

Vous pouvez également demander des renseignements par mail, en utilisant la rubrique « contact ».

Numéro vert Parcoursup: 0 800 400 070

Du lundi au vendredi de 10h à 16h, des conseillers Parcoursup vous donnent des éléments sur l'orientation, les formations et les métiers, ainsi que sur le fonctionnement de la procédure Parcoursup. Service accessible aux personnes sourdes et malentendantes.

sos-inscription.fr sos-parcoursup.fr

Ces deux plateformes, respectivement gérées par l'Unef et la Fage, deux associations étudiantes, peuvent également vous accompagner.

Via l'application « Parcoursup »

Cette appli vous donne en temps réel les étapes du calendrier à ne pas manquer et vous envoie des notifications concernant votre dossier.

Sur le site de l'Onisep : onisep.fr

Choisissez la rubrique « lycée, CFA » > « entrer dans le supérieur » pour avoir des informations supplémentaires sur la procédure Parcoursup.

Garantie du droit d'accès de tout bachelier à suivre des études dans l'enseignement supérieur

Si vous n'avez pas eu de proposition sur vos vœux, la commission d'accès au supérieur de votre académie pourra vous proposer une formation proche de vos vœux initiaux.

N'oubliez pas l'inscription administrative et la CVEC

Quand vous avez accepté définitivement une proposition d'admission sur Parcoursup (même via la phase complémentaire), vous devez ensuite faire votre inscription administrative auprès de l'établissement retenu. Parcoursup vous en donnera les modalités.

Et avant de vous inscrire, il vous faudra régler la contribution de vie étudiante et de campus (CVEC) (p. 70).

Année de césure

À votre initiative, ou proposée par certaines écoles, une année de césure dans votre cursus peut être bienvenue pour laisser place à une expérience personnelle ou utile pour votre formation.

Ce pourra être un stage, un emploi en contrat à durée déterminée, un service civique, un engagement bénévole, une formation dans un domaine autre que celui de votre scolarité, la réalisation d'un projet entrepreneurial, une mobilité internationale, etc.

Vous pourrez la vivre soit de façon autonome, soit au sein d'un organisme d'accueil en France ou à l'étranger.

La durée peut varier d'au moins un semestre universitaire, c'est-à-dire une période indivisible de 6 mois débutant obligatoirement en même temps qu'un semestre universitaire, jusqu'à une année universitaire.

Pour une césure entre le bac et l'entrée dans le supérieur, la demande devra être faite lors de la saisie des vœux sur Parcoursup.

Pour une césure au cours de votre formation, vous devrez demander l'accord de votre établissement.

Dans les deux cas, un accord signé avec votre établissement de formation d'enseignement supérieur vous garantira la réintégration ou la réinscription à l'issue de la période de césure. Lors de votre césure, vous resterez inscrit en formation et bénéficierez du statut d'étudiant.

La bourse sur critères sociaux et les autres prestations sociales pourront être maintenues. Renseignez-vous.

Pour plus d'infos, contactez votre établissement.

SITES INTERNET

ORIENTATION, MÉTIERS, FORMATIONS DANS TOUS LES DOMAINES

· ac-orleans-tours.fr

Orientation, enseignement supérieur, examens, concours dans l'académie d'Orléans-Tours.

cidj.com

Informations sur les études et les métiers. Rubriques « orientation et métiers » et « études, formations et alternance ».

· criiinfo.fr

Recensement de ressources Internet (sites, réseaux sociaux, serious games) sur le système de formation et les métiers. Rubrique « études, métiers » > « s'orienter » > « s'orienter : où s'informer ? ».

· cleor-centrevaldeloire.fr

Informations sur les métiers, les secteurs économiques, les formations et l'orientation.

· etoile.regioncentre.fr

Orientation, formation et emploi en région Centre-Val de Loire. Informations et articles d'actualité sur les métiers et les formations.

· etudiant.gouv.fr

Portail numérique des démarches et services de la vie étudiante. Informations sur l'orientation, les formations, etc.

• letudiant.fr

Informations sur les études, les métiers, les examens, etc.

· monorientationenligne.fr

Des experts répondent à vos questions sur l'orientation, les filières de formation et les métiers, via une messagerie électronique, un tchat, une FAQ et une plateforme téléphonique disponible au 01 77 77 12 25 (appel non surtaxé), du lundi au vendredi de 10h à 20h.

· myjobglasses.com

Pour contacter des professionnels et parler métier.

· onisep.fr

Informations sur l'orientation, l'organisation des études, notamment dans les rubriques « après le bac », « métier » et « cap vers l'emploi » (stages, découverte du monde professionnel).

Recherche d'un établissement ou d'une formation, rubrique « recherche géolocalisée ».

Voir aussi la rubrique « près de chez vous » > « Orléans » > « se former dans ma région » > « s'informer sur l'enseignement supérieur ».

· oniseptv.onisep.fr

2 000 vidéos pour découvrir les métiers et les études.

· orientation-pour-tous.fr

Informations sur les métiers et les formations.

· parcoursup.fr

Informations sur les formations supérieures présentes sur Parcoursup. Rubrique « les formations ».

· seriousgamesmetiers.com

Annuaire des serious games métiers, dans différents domaines professionnels.

• trouvermonmaster.gouv.fr

Portail national des masters.

INFOS PAR DOMAINE

· centre.educagri.fr

Métiers, formations, établissements agricoles en région Centre-Val de Loire.

- · onisep.fr/ma-voie-economique
- onisep.fr/ma-voie-litteraire
- · onisep.fr/ma-voie-scientifique

Formations et métiers par domaine.

• solidarites-sante.gouv.fr

Métiers de la santé, rubrique « métiers et concours » > « les métiers de la santé ».

Métiers du social, rubrique « métiers et concours » > « les métiers du travail social ».



VOIE PROFESSIONNELLE, ALTERNANCE

· alternance.emploi.gouv.fr

Portail de l'alternance, pour tout savoir sur ce mode de formation.

• cfa-univ.fr

Toute l'offre de formation universitaire en apprentissage dans la région Centre-Val de Loire.

· onisep.fr/voie-pro

Informations sur la voie professionnelle (formations, études, alternance, insertion professionnelle, etc.).

Des MOOCs pour s'informer

Des MOOCs (cours en ligne gratuits et ouverts à tous) sont proposés par les établissements d'enseignement supérieur pour comprendre le contenu des formations et les compétences attendues pour les suivre.

fun-mooc.fr

mooc-francophone.com

QUELQUES ÉTABLISSEMENTS PUBLICS DE FORMATION EN RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE

ecole-nature-paysage.fr

École de la nature et du paysage de Blois.

· ensa-bourges.fr

École nationale supérieure d'art de Bourges.

esad-orleans.com

École supérieure d'art et de design d'Orléans.

· esad-talm.fr

École supérieure des beaux-arts de Tours Angers Le Mans.

· insa-centrevaldeloire.fr

Institut national des sciences appliquées Centre-Val de Loire à Blois et Bourges.

· univ-orleans.fr

Université d'Orléans.

• univ-tours.fr

Université de Tours.





AXÉRÉAL EST CLASSÉ 8¹ MEILLEUR EMPLOYEUR DANS LA CATÉGORIE AGROALIMENTAIRE PALMARÈS Capital
MEILLEUR EMPLOYEUR

EXPORT - LOGISTIQUE - CONSEIL - RH - MARKETING EXPLOITATION - VENTE - FINANCE - DÉVELOPPEMENT

www.axereal.com

CHERCHER UN STAGE

Les **règles** de base du stage

En BTS (brevet de technicien supérieur), DUT (diplôme universitaire de technologie), licence pro, master pro ou de recherche, études de santé, études de commerce et d'ingénieur, etc., des périodes de stages obligatoires sont intégrées aux cursus. La durée du stage varie de plusieurs semaines à plusieurs mois. Ces stages permettent de mettre en pratique des connaissances théoriques et comptent dans l'obtention du diplôme.

Les stages de fin d'études peuvent aussi être des voies directes vers l'emploi : si le travail réalisé convient à votre employeur, il pourra peut-être vous proposer un poste vacant correspondant à vos compétences. Ne vous ménagez donc pas pendant ce dernier stage!

Il est également possible d'effectuer des stages facultatifs ou optionnels ou, si vous souhaitez changer de formation, de suivre des stages pour votre réorientation.

Droits du stagiaire

La loi prévoit notamment :

- l'accès au restaurant d'entreprise, aux titres-restaurant et à la prise en charge des frais de transport dans les mêmes conditions que les salariés de l'organisme d'accueil,
- l'obligation d'indiquer dans la convention de stage, des possibilités de congés et d'autorisations d'absence pour les stages supérieurs à deux mois,
- l'interdiction de confier des tâches dangereuses au stagiaire,
- l'interdiction des stages de plus de 6 mois dans un même organisme d'accueil, au cours de la même année d'enseignement,
- l'obligation de désigner un tuteur de stage dans l'organisme d'accueil ainsi qu'un enseignant référent, etc.
 Pour en savoir plus, consultez le site enseignementsuprecherche.gouv.fr rubrique « enseignement supérieur » > « insertion professionnelle-emploi » > « stage ».

Obligations du stagiaire

Même si le stagiaire n'est pas considéré comme un salarié, il doit respecter les règles internes de son organisme d'accueil : horaires, durée légale du travail, règles d'hygiène et de sécurité, etc.

Convention de stage : c'est obligatoire !

Les stages doivent être intégrés à un cursus pédagogique scolaire ou universitaire et faire l'objet d'une convention tripartite entre le stagiaire, l'organisme d'accueil et l'établissement d'enseignement. Elle fixe les modalités de déroulement du stage et ses conditions juridiques, financières et pédagogiques.

Attention: aucune convention de stage ne peut être conclue pour exécuter une tâche régulière correspondant à un poste de travail permanent, pour faire face à un accroissement temporaire de l'activité de l'organisme d'accueil, pour occuper un emploi saisonnier ou pour remplacer un salarié ou un agent en cas d'absence ou de suspension de son contrat de travail.

Indemnités de stage?

Si le stage dure moins de 2 mois, l'indemnisation du stagiaire est facultative.

Si la durée du stage au sein d'un même organisme est supérieure à 2 mois consécutifs ou, au cours de la même année scolaire ou universitaire, à deux mois consécutifs ou non, l'organisme d'accueil doit vous verser une gratification.

Pour une durée de stage supérieure à 2 mois (donc supérieure à 308 heures ou supérieure à 44 jours de présence effective), la gratification minimale est de 3,75 € (chiffre 2019) par heure de stage effectuée - ce qui peut donner par exemple sur janvier 2019, pour un stage à temps plein : 577,50 € (pour 7 heures par jour pendant 22 jours soit 154 heures mensuelles). La gratification est due à compter du 1er jour du 1er mois de stage. Elle est due pour chaque heure de présence et doit être versée mensuellement.

Le site **service-public.fr** propose un simulateur de calcul de la gratification minimale d'un stagiaire. La gratification est exonérée de l'impôt sur le revenu dans la limite du montant annuel du Smic. Cette disposition s'applique au stagiaire personnellement imposable ou au contribuable qui l'a à sa charge.

À savoir : les stagiaires auxiliaires médicaux sont exclus de cette possibilité de gratification, mais peuvent bénéficier de l'indemnisation de contraintes liées à l'accomplissement de leur stage.

Organiser Sa recherche

Trouver un stage n'est pas toujours facile. Mais pas de panique : anticipez, organisez-vous et n'hésitez pas à vous faire aider !

Pour avoir des conseils, consultez notamment le site crijinfo.fr rubrique « études, métiers » > « trouver un stage ».

Préparer son projet

Lisez attentivement les documents de votre établissement de formation présentant les objectifs de votre stage. Fixez-vous également vos propres objectifs, en gardant à l'esprit que votre stage doit être utile pour affiner votre projet professionnel : mise en pratique des cours, découverte de la vie active, d'un métier, d'une entreprise, d'un secteur d'activité, d'un produit, acquisition de nouvelles compétences, etc. Pensez aussi au type d'organisme et à la nature de la mission qui vous conviendraient.

Faites le point sur les formations que vous avez suivies, vos centres d'intérêt, vos compétences, vos expériences (stages, projets divers, petits boulots, bénévolat, etc.). Listez vos qualités et vos défauts. Soyez prêt à vous présenter et à parler de votre projet professionnel.

Tout cela sera indispensable pour orienter vos recherches, rédiger vos candidatures puis convaincre votre futur organisme d'accueil.

Pour un stage utile

- Avant le premier contact, recueillez le maximum d'informations sur l'organisme auprès duquel vous candidatez pour vérifier qu'il correspond à vos attentes.
- ayez un sujet (ou au moins des objectifs) de stage précis,
- faites preuve d'esprit d'initiative, de curiosité et d'écoute,
- à tout moment de votre stage, prenez des notes en vue de votre rapport,
- constituez-vous un carnet d'adresses professionnel utile pour votre avenir,
- faites un bilan de stage avec votre tuteur et tirez profit de ses observations,
- essayez de quitter l'organisme en bons termes, de laisser vos coordonnées et de donner régulièrement de vos nouvelles.

Chercher un employeur pour effectuer un contrat en alternance

Les conseils donnés ici sont également valables dans le cadre d'une formation en alternance. Côté délais, prévoyez de débuter votre recherche d'employeur en mars-avril, voire même avant, pour être prêt à la rentrée de septembre.

Repérer des opportunités

Tous les organismes sont susceptibles de proposer des stages. Les grandes entreprises sont davantage connues et sollicitées, mais il ne faut pas négliger les petites et moyennes entreprises (PME), les petites et moyennes industries (PMI), ou les très petites entreprises (TPE). Pensez aussi aux associations, aux collectivités territoriales, aux établissements publics et aux services de l'État.

Commencez votre prospection au moins trois ou quatre mois avant le début du stage. Exploitez les différentes possibilités : cherchez les organismes auxquels vous enverrez une candidature spontanée, recherchez des offres, rencontrez les entreprises sur des salons professionnels, etc.

Rechercher des organismes d'accueil

Consultez les annuaires ou les fichiers d'entreprises, disponibles en ligne (voir sites p. 22) ou parfois dans le centre de documentation de votre établissement de formation.

Faites appel à votre entourage : demandez à vos parents, à votre famille, à vos amis, s'ils connaissent une personne travaillant dans le secteur d'activité qui vous intéresse ou qui exerce le métier que vous avez choisi. Le bouche-à-oreille peut être payant !

Rechercher des offres de stage

Certains sites Internet sont spécial sés dans l'offre de stage. Vous pouvez généralement définir des critères de recherche comme la zone géographique, le secteur d'activité ou le niveau de diplôme demandé. Les annonces couvrent de nombreux domaines d'activité. Consultez les sites d'offres p. 22 et 23, et sur notre site **crijinfo.fr** rubrique « études, métiers » > « trouver un stage » > « trouver des offres de stage sur Internet ».

Les sites des grandes entreprises et de certaines administrations peuvent aussi proposer des offres de stage. N'hésitez pas à consulter leur rubrique « emploi » ou « recrutement ».

Des tuyaux auprès de votre établissement?

Demandez à votre responsable de formation, à vos enseignants, au secrétariat, s'ils disposent d'offres de stage, ou même d'une liste d'organismes ayant déjà accueilli des stagiaires de votre cursus les années précédentes.

Postuler

Avant de postuler, renseignez-vous au mieux sur les organismes, par exemple en consultant leurs sites Internet ou les annuaires d'entreprises (p. 22).

Envoyez une lettre de motivation personnalisée et un CV (curriculum vitae). Si vous avez besoin d'aide pour rédiger ces documents, consultez les sites de conseils (p. 22 et 69) ou notre site **crijinfo.fr** rubrique « études, métiers » > « trouver un stage » > « lettre de motivation et CV pour un stage »

Pensez à relancer par téléphone si vous n'avez pas de nouvelles, environ 7 à 10 jours après l'envoi de votre candidature.

Stage à l'étranger

Faire un stage à l'étranger dans le cadre de votre cursus d'études est un bon moyen de vous doter d'un CV international.

Préparez votre recherche d'organisme et vos démarches administratives au moins 6 mois à l'avance. Hors UE, renseignez-vous auprès du consulat ou de l'ambassade du pays visé pour connaître les formalités administratives (visa, permis de travail).

Attention, la notion de stage n'est pas identique dans tous les pays et dans certains, ce concept n'existe pas. Quant à la convention de stage, il vaut mieux pouvoir en signer une, car elle définira les dispositions qui seront appliquées, et qui pourront être en tout ou partie celles de la règlementation francaise ou du pays de votre stage.

Votre organisme d'accueil est libre de vous verser ou non une gratification, mais cependant un organisme français implanté à l'étranger devra vous en accorder une si votre stage dure plus de 2 mois.

Différentes structures, notamment votre établissement, peuvent vous aider pour les démarches, la règlementation, les aides financières, etc.

Consultez également le chapitre « Faire une partie de ses études à l'étranger » p. 25, ainsi que la rubrique « Europe, international » > « faire un stage » sur **crijinfo.fr**



Se faire aider

Chercher un organisme d'accueil pour son stage fait partie du cursus de formation : c'est à vous de mener votre recherche et de vous organiser. Mais, si besoin, votre établissement peut aussi vous accompagner dans vos démarches et vous aider à préparer votre candidature. Certains établissements disposent d'ailleurs de services spécifiques pour cela : renseignez-vous auprès de l'administration de votre établissement pour les connaître. (Coordonnées des services universitaires ci-après.)

N'hésitez pas également à franchir la porte des PIJ, des BIJ ou du CRIJ (coordonnées p. 111) pour trouver de l'aide. Vous pourrez aussi y consulter le dossier Actuel Cidj n° 3.012 « Trouver un stage en entreprise ».

Pour trouver des conseils et compléter la liste des sites d'informations et d'offres de stage que vous trouverez dans les pages suivantes, rendez-vous sur **crijinfo.fr** rubrique « études, métiers » > « trouver un stage ».

CONTACTS

Services des universités

▶ Tours

Maison de l'orientation et de l'insertion professionnelle (MOIP)

Université de Tours Bât. A - Rez-de-chaussée 60 rue du Plat d'Étain - BP 12050 37020 TOURS CEDEX 1 Tél : 02 47 36 81 70

Courriel: moip@univ-tours.fr

univ-tours.fr rubrique « formations » > « orientation, stage, emploi »

Horaires d'ouverture : lundi de 13h30 à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h.

Permanences: site Grandmont (BU sciences pharmacie): mardi de 12h30 à 16h.

Fermeture pendant les vacances de Noël et trois semaines au mois d'août.

Services dédiés aux étudiants de l'université de Tours :

- accompagnement dans la démarche de recherche de stage: connaissance du marché du travail, prospection d'entreprises, valorisation des formations et des compétences, lettre de motivation, CV, préparation d'entretien, etc. (sur rendez-vous avec des chargés d'insertion professionnelle),
- ateliers thématiques (thèmes ci-dessus et d'autres : projet professionnel, simulation d'entretien, etc.),
- offres de stage sur rpro.univ-tours.fr (après identification). Possibilité de dépôt de CV, consultation d'offres de stage, annuaire des entreprises et des anciens étudiants,
- possibilité de rencontrer des professionnels et de découvrir des entreprises, lors du « forum stage emploi » en novembre : rencontres avec des entreprises et dépôts de candidatures.

▶ Orléans

Direction de l'orientation et de l'insertion professionnelle (DOIP)

Université d'Orléans

Maison de l'étudiant - 1er étage Rue de Tours - BP 6749 45067 ORLÉANS CEDEX 2 Tél : 02 38 49 45 47

Courriel: stage.emploi@univ-orleans.fr

univ-orleans.fr rubrique « orientation et insertion » > « stages et emplois »

Horaires d'ouverture : lundi de 13h30 à 17h, du mardi au jeudi de 9h à 12h et de 13h30 à 17h, vendredi de 9h à 12h. Fermeture pendant les vacances de Noël et sur certaines périodes de vacances.

Services dédiés aux étudiants ou anciens étudiants de l'université d'Orléans :

- aide et conseils dans la recherche de stage : prospection, réseaux professionnels, lettre de motivation, CV, entretien,
- offres de stage consultables sur univ-orleans.fr rubrique « orientation et insertion » > « stages et emplois » > « plateforme emplois/stages » (après identification),
- documentation spécialisée, accueil et accompagnement individualisés, ateliers de recherche de stage, rencontres étudiants-entreprises, conférences pour une meilleure connaissance de l'entreprise et de ses métiers, services spécifiques pour les doctorants.

Services stages - Université d'Orléans

(services universitaires d'accompagnement à la recherche de stage)

- ▶ UFR DEG (Droit, économie et gestion) : M^{me} Rouanet - Tél : 02 38 41 70 29,
- UFR LLSH (Lettres, langues et sciences humaines):
 M. Ferrandez Tél: 02 38 49 40 86,
- ▶ UFR COST (Sciences et techniques) : Tél : 02 38 49 43 70.
- OSUC:

Mme Bodusseau - Tél : 02 38 49 49 12,

Polytech Orléans :

M. Fedioun - Tél : 02 38 49 43 90.

À consulter en ligne

« Guide des stages étudiants » (conseils pratiques, réglementation, protection sociale, etc.) / Ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation.

Disponible en téléchargement sur :

enseignementsup-recherche.gouv.fr rubrique « enseignement supérieur » > « insertion professionnelleemploi » > « stage ».

SITES INTERNET

Vous pourrez souvent postuler en ligne. N'hésitez pas à déposer votre CV et lettre de motivation sur les sites qui le proposent et à créer des alertes pour recevoir des offres.

ANNUAIRES D'ENTREPRISES

fichentreprise.com

Fichier des entreprises (industries, commerces, prestataires de services) de la région Centre-Val de Loire inscrites au registre du commerce et des sociétés. Accès à des informations utiles pour la recherche d'un stage : coordonnées de l'établissement, effectif, noms des principaux responsables, site Internet, etc.

kompass.com

Annuaire d'entreprises dans plus de 75 pays.

· jobartisans.com

Annuaire des artisans.

• lartisanatenligne.com

Annuaire des artisans de la région Centre-Val de Loire, inscrits au répertoire des métiers de la chambre de métiers et de l'artisanat.

· pagesjaunes.fr

Annuaire des professionnels.

· pagespro.com

Annuaire d'entreprises en France.

INFORMATIONS ET CONSEILS

enseignementsup-recherche.gouv.fr

Réglementation, conseils, informations. Rubrique « enseignement supérieur » > « insertion professionnellemploi » > « stage ».

· etudiant.gouv.fr

Portail numérique des démarches et services de la vie étudiante. Informations. Rubrique « votre emploi/ entrepreneuriat » > « concilier emploi et études (job et stages) » > « effectuer un stage ».

· euroguidance-france.org

Informations sur les stages en Europe. Rubrique « partir à l'étranger » > « les différentes formes de mobilité » > « stage à l'étranger ».

· service-public.fr

Accès à un simulateur de calcul de la gratification minimale d'un stagiaire.

• travail-emploi.gouv.fr

Informations sur la réglementation du stage. Rubrique « emploi » > « mesures jeunes » > « les stages étudiants en milieu professionnel ».

INFOS, CONSEILS, OFFRES DE STAGE POUR TOUS SECTEURS

· agefiph.fr

Offres de stage accessibles aux personnes handicapées. Rubrique « accéder à l'espace emploi ».

· apec.fr

Offres de stage, en France et à l'étranger, à partir de bac+3. Rubrique « offres d'emploi ».

• cidi.com

Conseils et offres. Rubrique « emploi, jobs et stages ».

· emploi.org

Portail pour l'emploi contenant, notamment, des sites d'offres de stage et des conseils. Rubrique « chercher un stage ».

· emploi.trovit.fr

Métamoteur pour trouver, notamment, des offres de stage.

hannloi.com

Offres de stage, en France et à l'étranger, accessibles aux personnes handicapées. Rubrique « offres d'emploi » > « stage/alternance ».

· indeed.fr

Métamoteur pour trouver, notamment, des offres de stage. Utilisez la recherche avancée.

· kapstages.com

Offres de stage, en France et à l'étranger.

· letudiant.fr

Conseils. Offres de stage, en France et à l'étranger. Rubrique « jobs, stages, emploi ».

· monstageenligne.fr

Offres et demandes de stage, en France et en Allemagne. Conseils pour la recherche de stage (démarches, règlementation, lettre de motivation, CV, etc.).

· studyrama-emploi.com

Conseils et offres de stage, en France et à l'étranger.

wizbii.com

Réseau social professionnel proposant, notamment, des offres de stage.

INFOS, CONSEILS, OFFRES DE STAGE PAR SECTEUR D'ACTIVITÉ

apecita.com

Offres de stage en agriculture, agroalimentaire et environnement.

• emploi-environnement.com

Offres de stage dans l'environnement. Rubrique « offres d'emploi ».

· emploi-ess.fr

Offres de stage et dépôt de CV dans l'économie sociale et solidaire.

• lindustrie-recrute.fr

Offres de stage et dépôt de CV dans le secteur de l'industrie.

profilculture.com

Offres de stage dans le secteur de la culture et des médias.

remixjobs.com

Offres de stage dans les secteurs de l'informatique et du web.

· revue-banque.fr/emploi-carriere

Offres de stage en assurance, banque, gestion, comptabilité, IT en finance. Rubrique « espace carrière et emploi ».

INFOS, CONSEILS, ACTUALITÉS ÉCONOMIQUES, OFFRES DE STAGE EN RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE

agglojob.com

Offres de stage dans l'agglomération de Tours.

· centrejob.com

Offres de stage et dépôt de CV. Rubrique « emploi ».

devup-centrevaldeloire.fr

Informations sur l'économie de la région Centre-Val de Loire.

· objectifapprentistage.fr

Offres de stage dans l'orléanais.

· sesame-emploi.fr

Offres de stage en région Centre-Val de Loire.

La retraite... c'est pas pour demain... mais...

Vos années d'études supérieures et vos périodes de stage gratifié peuvent être prises en compte pour votre retraite (sous réserve de versement de cotisations de retraite (sous réserve de versement de cotisations de votre part). Pour les périodes de stage, la demande doit votre faite dans les 2 ans qui suivent la date de fin de chaque stage, à la caisse régionale de retraite de votre lieu de résidence.

Plus d'infos sur **lassuranceretraite.fr** rubrique « salariés » > « âge et montant de ma retraite » > « améliorer mes futurs revenus » « racheter des trimestres ».

Attention aux arnaques

Des sites Internet proposent, contre paiement, la délivrance de conventions qui ne respectent pas les conditions fixées par la loi. Certains sites utilisent frauduleusement le logo officiel de la République française et le mettent en avant comme garantie de qualité.

Fuyez ces sites sous peine de problèmes. Vous risquez, notamment, d'avoir un organisme d'accueil qui refusera de signer votre convention illégale.

Àlire

« Stages en entreprise » / Ministère du Travail, de l'Emploi, de la Formation professionnelle et du Dialogue social, La documentation française, collection « les indispensables jeunes », édition 2015. Ce guide pratique répond à toutes les questions relatives au stage suivi par un étudiant : réglementation du stage, convention, droits et obligations du stagiaire.

ÊTRE ÉTUDIANT ÉTRANGER EN RÉGION CENTRE-VAL DE LOIRE

Prendre des COURS de français

Même si vous avez déjà suivi des cours de français dans votre pays d'origine et que vous allez baigner dans cette langue pendant vos études en France, vous ressentez peut-être le besoin de suivre des cours complémentaires de français.

Plusieurs pistes s'offrent à vous :

- votre établissement d'enseignement, qui peut proposer des cours de français pour les étrangers qu'il accueille,
- la mairie, la bibliothèque/médiathèque ou un centre social de votre commune, qui peuvent donner des cours ou, le cas échéant, vous orienter vers des associations compétentes.
- les assos d'étudiants étrangers, qui s'occupent de votre accueil et de votre intégration sur le campus et peuvent vous aider en la matière. Contactez par exemple les assos « Erasmus student network » à Orléans et Tours (Facebook: @ESN Orléans et @ESN Tours).

Par ailleurs, n'hésitez pas à utiliser des applis et des sites, comme par exemple :

duolingo.com, projet-voltaire.fr, savoirs.rfi.fr/fr, parlons-francais.tv5monde.com et orthodidacte.com

Enfin, au-delà des cours, n'hésitez pas à écouter la radio, lire des livres et des revues, regarder la télévision et visionner des films en français. Vous pouvez aussi pratiquer un loisir, trouver un petit boulot ou encore faire du bénévolat avec des Français.

Travailler en France pendant ses études

Si vous avez besoin d'un petit coup de pouce financier pendant vos études en France, vous pouvez trouver un job étudiant. Cela vous permettra aussi d'améliorer votre niveau de français, de faire des rencontres et d'enrichir votre CV.

Que dit la réglementation?

Si vous êtes étudiant européen, vous pouvez accéder librement à un job étudiant dans la limite d'une durée annuelle de travail de 964 heures.

Si vous êtes étudiant non européen, vous devez être en possession d'un « visa de long séjour valant titre de séjour étudiant » ou d'une carte de séjour portant la mention « étudiant ». Vous êtes alors autorisé à travailler 964 heures par an (60 % de la durée annuelle légale du travail). Votre employeur devra déclarer votre embauche à la préfecture.

Par ailleurs, vous devrez demander une autorisation provisoire de travail :

• si votre formation vous impose de travailler plus de 964 heures par an (contrat d'apprentissage, doctorant ou assistant de langue par exemple),

- si vous êtes titulaire d'un visa long séjour temporaire de 6 mois. La durée de travail légale maximum est alors de 482 heures,
- si vous êtes de nationalité algérienne. L'autorisation de travail est limitée à 50 % de la durée annuelle de travail de la branche professionnelle concernée.

L'autorisation provisoire de travail est à demander, avant de débuter votre activité, à l'unité départementale de la Direccte (direction des entreprises, de la concurrence, de la consommation, du travail et de l'emploi) de votre domicile ou directement en ligne sur workinfrance.beta.gouv.fr pour les étudiants domiciliés dans le Loiret. Coordonnées des Direccte sur centre-val-de-loire.direccte.gouv.fr rubrique « nos services en département » en page d'accueil.

Comment chercher un petit boulot?

Consultez notre rubrique sur les jobs étudiants p. 64.

FAIRE UNE PARTIE DE SES ÉTUDES À L'ÉTRANGER

Améliorer son niveau en langue, découvrir un pays, gagner en autonomie ou être plus compétitif sur le marché de l'emploi... Partir étudier dans un autre pays au cours de votre cursus est une expérience très enrichissante!

où s'informer?

Service des relations internationales de votre établissement d'enseignement

Accompagnement des étudiants souhaitant partir étudier : informations et conseils sur les destinations possibles, les démarches à entreprendre, la préparation au départ, les aides financières (qu'il gère directement pour certaines).

Renseignez-vous auprès de l'administration de votre établissement de formation pour connaître ce service (coordonnées des services des universités ci-après).

Réseau Information Jeunesse

Accueil, information et orientation sur toutes vos questions liées à un projet d'études à l'étranger, ressources doumentaires, ateliers d'informations et rencontres thématiques pour certains PIJ, BIJ et le CRIJ. Coordonnées p. 111.

Centre Europe Direct

Accueil, information et orientation sur les études en Europe, ressources documentaires, ateliers d'information, etc.

CONTACTS

Centre Europe Direct.

Services des relations internationales des universités (pour les autres établissements d'enseignement, renseignez-vous auprès de l'administration pour connaître les coordonnées de ce service).

▶ Bourges

Centre Europe Direct

Halle Saint-Bonnet, 1er étage 8 boulevard de la République 18000 BOURGES Tél : 02 48 57 82 81 Courriel : europe-direct@ville-

bourges.fr ville-bourges.fr « Bourges » > « centre d'information

Europe Direct » Horaires d'ouverture : lundi et vendredi de 15h à 17h, mardi de 9h à

dredi de 15h à 17h, mardi de 9h à 12h et de 15h à 17h, mercredi de 9h à 12h et de 15h à 19h, jeudi de 15h à 19h.

▶ Orléans

Bureaux des relations internationales

Université d'Orléans Coordonnées détaillées sur univ-orleans.fr rubrique « international » > « contacts ». (Pour les mobilités en Europe.)

Direction des relations internationales Université d'Orléans

Bâtiment Omega Rue de Chartres - BP 6749 45067 ORLÉANS CEDEX 2 Tél : 02 38 49 47 95 Courriel : international@univ-orleans.fr univ-orleans.fr/international Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h. (Pour les mobilités hors Europe.)

▶ Tours

Centre Europe Direct

97 bis boulevard Jean Royer 37000 TOURS

Tél: 02 47 20 05 55 Courriel: maisoneuropetours@gmail.

maisoneuropetours.fr

Horaires d'ouverture : lundi et jeudi de 14h à 17h, mardi et mercredi de 10h à 12h30 et de 14h à 17h30, vendredi de 10h à 12h.

Direction des relations internationales

Université de Tours 60 rue du Plat d'Étain - BP 12050 37020 TOURS CEDEX 1 Tél: 02 47 36 67 04

Courriel: international@univ-tours.fr univ-tours.fr/international international.univ-tours.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

(Pour les étudiants étrangers hors programmes d'échanges, s'adresser à la scolarité de votre faculté.)

SITES INTERNET

· criiinfo.fr

Informations sur les programmes de mobilité, les aides financières ainsi que la préparation au départ ; guides pratiques et brochures dédiés téléchargeables en ligne.

· euroguidance-france.org

Informations sur les études en Europe par pays, aides financières.

· european-funding-guide.eu/fr

Base de données de bourses et aides financières pour étudier à l'étranger (sur inscription).



Partir à titre individuel

Si vous voulez débuter ou poursuivre vos études à l'étranger, sans lien de rattachement à un établissement d'enseignement français, vous devrez effectuer seul toutes vos démarches :

trouver un établissement et vous y inscrire.
 Consultez des répertoires de formation sur ec.europa.
 eu/ploteus/fr - bachelorsportal.com - mastersportal.com - umultirank.org - whed.net

À savoir: les conditions et les formalités d'inscription diffèrent selon les établissements et les pays. Prévoyez une période de 2 à 4 mois pour tout préparer: dossier de candidature, tests linguistiques, diplômes traduits par des traducteurs assermentés, lettres de recommandation de vos professeurs, etc.

Attention: vous devrez régler les frais d'inscription de l'établissement étranger, qui peuvent être beaucoup plus élevés que ceux appliqués en France. De plus, vous ne pourrez pas prétendre à toutes les aides financières, qui sont souvent uniquement valables pour des programmes d'échanges.

- vous informer sur la reconnaissance des diplômes : vos diplômes français sont-ils reconnus à l'étranger ? Et vice-versa au retour ?
- trouver un logement (liens utiles sur crijinfo.fr rubrique « Europe, international » > « préparer son départ »),
- régler tous les aspects administratifs et pratiques (visa si besoin, sécurité sociale, assurance, transport, etc.).

Partir dans le cadre d'un **programme**

Vous restez affilié à votre établissement français, qui organise votre mobilité avec l'un de ses établissements partenaires à l'étranger. Vous réglez ainsi uniquement les frais d'inscription de l'établissement français et pouvez éventuellement bénéficier d'aides financières.

La période d'études suivie à l'étranger est reconnue pour l'obtention du diplôme en France, voire peut vous permettre d'obtenir un double diplôme.

Erasmus+ Enseignement supérieur

Ce programme permet aux étudiants inscrits au moins en 2º année d'études supérieures, de partir étudier de 3 mois à 1 an dans un autre établissement européen partenaire.

Vous êtes sélectionné selon votre motivation et votre dossier universitaire.

Plus d'infos auprès du service des relations internationales de votre établissement.

Programmes d'échange et filières internationales

En dehors du programme Erasmus+, de nombreuses universités et écoles françaises ont conclu des accords de mobilité avec des établissements étrangers. Ils permettent aux étudiants français d'aller se former dans l'établissement partenaire étranger sur une période déterminée (et vice-versa pour les étudiants étrangers). Certains cursus bi ou multinationaux aboutissent à la délivrance d'un double diplôme.

Plus d'infos auprès du service des relations internationales de votre établissement.

La reconnaissance des diplômes

Le réseau Enic-Naric délivre des informations et des attestations utiles pour faire reconnaître vos diplômes. Son avis est purement facultatif et seul l'établissement d'accueil décidera de la valeur à accorder à votre diplôme.

- ciep.fr/enic-naric-france pour la reconnaissance d'un diplôme étranger en France,
- enic-naric.net pour obtenir une équivalence d'un diplôme français à l'étranger. Choisissez le centre Naric du pays dans lequel vous souhaitez étudier. S'il n'y en a pas, contactez l'ambassade de France sur place.

Les bourses

Pour en savoir plus sur chacune de ces bourses, contactez le service des relations internationales de votre établissement.

Bourse Erasmus+

Cette aide est destinée aux étudiants suivant une période d'études à l'étranger dans le cadre du programme Erasmus+. Le montant varie en fonction de votre établissement et du pays de destination : entre 150 et 300 € par mois pour une mobilité d'études.

Bon plan : vous pouvez bénéficier de la bourse 12 mois par cycle d'études (licence, master, doctorat).

Aide à la mobilité internationale

Cette aide est délivrée aux étudiants boursiers qui souhaitent effectuer un séjour d'études à l'étranger dans le cadre d'un programme d'échanges. Son montant varie en fonction des établissements. À titre indicatif, il était de 800 € par semestre pour l'université de Tours et 1 600 € par semestre pour l'université d'Orléans pour l'année scolaire 2018-2019.

Bourse sur critères sociaux

Si vous êtes boursier sur critères sociaux de l'enseignement supérieur (plus d'infos p. 58), vous pouvez continuer à percevoir cette aide pour effectuer une période d'études à l'étranger.

Bon plan

Ces aides sont également valables pour une période de stage à l'étranger. Les conditions et les montants varient.

Mobi-Centre

Attribuée par le conseil régional Centre-Val de Loire, cette aide est destinée aux étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur de notre région. Chaque étudiant dispose d'un « crédit temps » personnel lui permettant d'effectuer, en fonction de ses besoins et dans le cadre de son cursus, un ou plusieurs séjours de formation ou de stage en entreprise à l'étranger.

Le crédit temps est de 6 mois pour les filières courtes et de 1 an pour les filières longues. Les aides régionales sont versées aux étudiants tout au long de leurs études supérieures dans la limite de ce crédit temps.

L'aide est de $40 ext{ } ext{€} ext{ par semaine en Europe, } 60 ext{ } ext{€} ext{ par semaine hors Europe.}$

Vous devez en faire la demande auprès de votre établissement de formation et sur la plateforme **yeps.fr**

Bourse départementale

En région Centre-Val de Loire, seul le conseil départemental de l'Indre propose une bourse départementale d'enseignement supérieur. Celle-ci est également valable pour effectuer une période d'études à l'étranger. Plus d'informations sur les conditions d'attribution de cette aide p. 63. Attention, cette bourse n'est pas cumulable avec l'aide Mobi-Centre.

Autres aides financières

D'autres organismes attribuent des aides financières spécifiques à un pays ou un domaine d'études. Plus d'infos sur **crijinfo.fr** rubrique « Europe, international » > « étudier ».







Se loger

PRÉPARER LA RECHERCHE

Définir ses besoins

Quel est votre logement idéal ? Définir vos critères et besoins permettra de guider vos recherches, et donc de gagner du temps et de limiter les erreurs.

Pour vous aider, vous pouvez vous poser ces questions :

- Êtes-vous intéressé par la colocation ?
- Souhaitez-vous un logement vide ou meublé?
- Avez-vous besoin d'être proche d'une gare car vous faites des allers-retours tous les jours ?
- Quel quartier ciblez-vous : céntre-ville, périphérie, campus ?
- Avez-vous besoin d'une place de parking?
- Pour combien de temps souhaitez-vous vous installer ?
 Quelle(s) concession(s) êtes-vous prêt à faire ?

Ainsi, vous saurez ce qui est indispensable pour vous mais aussi les points sur lesquels vous pouvez faire des compromis, et ainsi coller à votre budget.

Évaluer son budget

Il est indispensable de choisir un logement adapté à vos moyens, pour ne pas vous retrouver dans une situation financière ingérable.

Commencez par dresser la liste des ressources dont vous disposerez et de toutes les dépenses auxquelles vous devrez faire face. Utilisez notre tableau dépenses / recettes, vous n'oublierez rien! (Voir p. 56).

Attention, les dépenses pour vous loger, ce sera bien sûr le loyer, mais aussi, selon votre logement : un dépôt de garantie, des frais d'agence, des frais de déménagement, des achats de meubles et d'électroménager, des abonnements d'électricité, gaz, eau, Internet ou encore une assurance habitation.



S'y prendre en avance

Cela vous permettra d'avoir un logement qui vous plaît et qui correspond à vos besoins et moyens. Vous vous épargnerez du stress et des décisions prises dans la précipitation.

Attention, certaines démarches peuvent prendre du temps. Par exemple, une demande de logement en résidence universitaire s'effectue à partir du 15 janvier, et ce le plus rapidement possible sur messervices.etudiant.gouv.fr (plus d'infos p. 34 et 58).

S'informer sur la future ville

Si vous partez faire des études dans une ville que vous ne connaissez pas, pensez à vous renseigner sur le lieu de vos études, le réseau de transport en commun, les différents lieux de loisirs et de sport, la vie culturelle et les emplacements des services du quotidien (supermarché, pharmacie, etc.). Dans l'idéal, rendez-vous sur place une journée ou deux.

Préparer les visites

Préparez toutes vos questions au propriétaire ou à l'agent immobilier, par exemple : le détail de ce qui est compris dans les charges, le coût estimatif du chauffage (s'il n'est pas déjà inclus), la vie du quartier, les futures constructions dans le voisinage, etc.

Pendant la visite, pensez à tout vérifier : ouvrir et fermer les placards, les portes et les fenêtres, etc. N'hésitez pas à prendre des photos.

Enfin, apportez avec vous tous les documents nécessaires : photocopie de la carte d'identité et des justificatifs de ressources, pour vous-même et pour la personne qui se portera éventuellement caution. Si vous êtes intéressé par le logement visité, vous pourrez alors remettre tout de suite votre « dossier » de demande de logement pour le réserver.

DICO DU LOGEMENT

Bail : contrat de location signé entre le locataire et le propriétaire bailleur. Il fixe les droits et les obligations de chacun : montants du loyer et du dépôt de garantie, durée du bail, description du logement, modalités du préavis, etc.

À noter : instauré par la loi Élan, le nouveau **bail mobilité** permet de conclure un contrat de location meublée d'une durée de 1 à 10 mois, sans dépôt de garantie.

Bailleur : gestionnaire du logement avec lequel vous signez le bail et qui est responsable du respect du contrat de location. Il peut s'agir d'un particulier, du Crous, d'une société de résidence étudiante, d'un organisme de logement social, etc.

Caution (ou « garant »): personne ou organisme qui s'engage à payer votre loyer si vous ne pouvez plus le faire (plus d'infos sur les aides au cautionnement p. 51).

Charges locatives: frais liés au logement (eau, électricité, etc.), à l'usage de l'immeuble (ascenseur, frais d'entretien et de petites réparations des parties communes) et taxes locatives (ordures ménagères, etc.). Généralement, le locataire règle une provision pour charges tous les mois. Une fois par an, une régularisation est faite pour ajuster selon les dépenses réelles.

Commission / frais d'agence (si vous passez par une agence immobilière) : honoraires, partagés entre le locataire et le propriétaire, à régler au moment de la signature du bail. Ils correspondent à la visite du logement, à la constitution du dossier, à la rédaction du bail et à la réalisation de l'état des lieux d'entrée. En région Centre-Val de Loire, ils sont plafonnés à 8 € par m² pour le locataire (loi Alur). Les frais doivent être affichés en vitrine et dans les locaux de l'agence.

Dépôt de garantie : somme d'argent versée au bailleur à la signature du bail et destinée à couvrir d'éventuels impayés de loyer et de charges, ou de futurs frais de réparation. Le montant correspond à un mois de loyer hors charges (2 mois hors charges en location meublée). Il est restitué en fin de location, déduction faite des éventuelles sommes dues au bailleur. Plus d'infos sur les aides au dépôt de garantie p. 50.

Diagnostic de performance énergétique (DPE) : estimation de la consommation en énergie du logement, indiquée selon une échelle allant de « A » = très économe, à « G » = très énergivore. Le DPE est obligatoire et doit être annexé au bail.

État des lieux : document qui décrit, à l'arrivée et au départ du locataire, l'état du logement loué ainsi que les équipements qu'il comporte. Le locataire et le propriétaire doivent constater et signer l'état des lieux ensemble, d'un commun accord.

Logement décent : logement garantissant la sécurité physique et la santé du locataire, doté d'une surface habitable minimum, pourvu d'équipements le rendant conforme à un usage d'habitation et répondant à un critère de performance énergétique minimale et exempt de toute infestation d'espèces nuisibles et parasites.

Préavis : délai que vous devez respecter pour prévenir le bailleur de votre intention de rompre le bail et libérer le logement. Le délai général est de 3 mois pour un logement vide, 1 mois pour un meublé.

Taxe d'habitation : impôt local que vous devrez régler annuellement sur le logement que vous occupiez au $1^{\rm er}$ janvier (même si vous avez déménagé depuis). Une réforme est en cours et une baisse progressive de la taxe d'habitation s'applique ainsi à certains foyers. La suppression complète de la taxe est prévue d'ici 2022.



Se loger

S'INFORMER ET SE FAIRE AIDER

Qu'il s'agisse ou non de votre première recherche de logement, vous pouvez toujours avoir besoin de conseils et d'aide. Rassurez-vous : il existe des structures qui peuvent vous informer gratuitement et vous accompagner pour trouver votre toit, solliciter des aides financières, ou résoudre un problème une fois installé.

Adil - Espace Info Énergie

Les agences départementales d'information sur le logement offrent gratuitement aux particuliers un conseil complet sur toutes les questions juridiques, financières ou fiscales liées au logement et sur la maîtrise de l'énergie. Retrouvez des offres de logement en location sur le site de l'Adil de votre département.

Codhaj et services logement ieunes

Ces services vous informent et vous accompagnent individuellement et gratuitement dans votre recherche de logement :

- recherche d'annonces et mise en relation avec des propriétaires,
- accompagnement dans les demandes de logement,
- aide à la constitution de dossier de demande d'aide financière.

ERL

L'espace ressource logement orléanais propose aux étudiants qui présentent des difficultés d'accès au logement un service d'information et d'orientation : atelier d'information collective, appartement pédagogique, information et orientation individualisées. Les étudiants en situation de précarité (mais bénéficiant d'un minimum de ressources financières) peuvent également solliciter un accompagnement social.

Maison de l'Habitat

La Maison de l'Habitat d'Orléans Métropole offre un accueil dédié aux jeunes de moins de 30 ans en recherche de logement sur le territoire de la métropole orléanaise :

- recherche de solutions de logement adaptées.
- accompagnement pour une demande de logement social,
- informations et offres de colocation en logement social,
- informations et offres de chambres chez l'habitant, renseignements sur les aides au logement, ateliers
- d'information gratuits. Consultez la page Facebook : Sam'Loj, réseau orléanais

consacré au logement des jeunes

Relais logement

Le Relais logement est un service d'accompagnement au logement dans le département de l'Indre. Il s'adresse à toute personne engagée dans un parcours de formation. Il assure :

- la mise en relation de candidats à la location et de propriétaires de logements préalablement agréés,
- une information sur les droits et les devoirs en matière de location.
- des conseils sur les aides à l'accès au logement.

Réseau Information Jeunesse

Les PIJ, BIJ et le CRIJ vous informent gratuitement sur vos questions relatives au logement. Vous y trouverez des ressources et des contacts utiles sur la législation, les aides et les différentes formules pour vous loger. Certains mettent à votre disposition des offres de logement de particuliers. Coordonnées p. 111.

CONTACTS

▶ Blois

Adil - Espace Info Énergie

Cité administrative - Porte C 34 avenue du Maréchal Maunoury 41000 BLOIS

Tél: 02 54 42 10 00

Courriel: adileie41@wanadoo.fr

Horaires d'ouverture : lundi, mercredi et jeudi de 9h à 12h30 et de 13h45 à 17h30, mardi de 13h45 à 17h30, vendredi de 9h à 12h30 et de 13h45 à 17h.

Service logement jeunes Escale et Habitat

37 rue Pierre et Marie Curie 41000 BLOIS

Tél: 02 54 52 36 00

Courriel: accueil@escalehabitat-blois.fr

Sur rendez-vous.

▶ Bourges

Espace Tivoli

Comité départemental pour l'habitat des ieunes du Cher - Codhai 18

3 rue du Moulon 18000 BOURGES Tél: 06 14 13 09 29

02 48 23 07 40

Courriel: codhaj18-fjtsaintamand@hotmail.fr

Sur rendez-vous.

Châteauroux

Adil - Espace Info Énergie

Centre Colbert - Bât. I 1 place Eugène Rolland 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 27 37 37

Courriel: adil36.cf@wanadoo.fr

adil36.org

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h.

Relais logement

Centre Colbert - Bât, I 1 place Eugène Rolland 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 27 37 37

Courriel: tatiana.volaric@adil36.org

adil36.org rubrique « vos recherches » > « relais logement » Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h.

▶ Orléans

Adil - Espace Info Énergie

1 bis rue Saint-Euverte 45000 ORI ÉANS Tél: 02 38 62 47 07 Courriel: adil.eie@adil45.org adil45.org Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à

12h30 et de 14h à 17h30.

ERL

Aidaphi

66 rue du Faubourg de Bourgogne 45000 ORLÉANS

Tél: 02 34 28 35 09

Courriel: erl.orleans@aidaphi.asso.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 12h

et de 14h à 17h.

Maison de l'Habitat

16 rue Jeanne d'Arc 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 68 10 40

Courriel: info@mdh.orleans-metropole.fr maisonhabitat.orleans-metropole.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au ieudi de 10h à

17h30 et le vendredi de 10h à 16h.

▶ Tours

Service logement jeunes

Association Jeunesse et Habitat 24 rue Bernard Palissy 37000 TOURS Tél: 02 47 60 51 55

Courriel: slj@asso-jeunesse-habitat.org

asso-jeunesse-habitat.org

Permanences sans rendez-vous sur Tours : lundi de 14h à 15h30, mardi de 16h à 17h30, mercredi et jeudi de 10h30 à 12h, vendredi de 11h à 12h30. Entretiens sur rendez-vous possibles en dehors de ces permanences et sur le reste du département d'Indre-et-Loire.



TROUVER UN LOGEMENT

Vous connaissez sûrement la célèbre « cité U » ou la solution « coloc ' ». Mais avez-vous déjà entendu parler de la cohabitation intergénérationnelle ou des résidences habitat jeunes ? Nous faisons le point pour vous sur toutes les formules possibles d'hébergement : vous trouverez certainement la vôtre !

Les résidences universitaires

 $1^{\rm re}$ solution pour vous loger à moindre coût pendant vos études : les résidences universitaires gérées par le Crous. Situées sur le campus ou en plein centre-ville, elles proposent des logements meublés et équipés, de la chambre de 9 m² au T3, avec des possibilités de colocation.

Les + :

- les résidences sont à proximité des lieux d'études,
- · les logements sont meublés,
- vous ne payez pas de frais d'agence et êtes exonéré de la taxe d'habitation.
- les loyers sont bon marché (et donnent droit à une aide de la Caf - plus d'infos p. 52),
- les résidences proposent de nombreux services : laveries, salles d'études et de loisirs, parkings, présence de personnel sur place, Internet inclus dans le loyer, etc.,
- un accueil privilégié est proposé aux nouveaux étudiants des résidences pour les aider à s'intégrer et à réussir leurs études.
- certains logements sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.
- la convivialité est souvent au rendez-vous avec les autres étudiants!

Les - :

- dans certains cas, il faut partager la cuisine et quelquefois les sanitaires,
- certaines règles de vie peuvent être contraignantes, comme l'interdiction d'héberger quelqu'un par exemple.

Le conseil de résidence

C'est une instance de concertation, d'échange et de proposition qui réunit des membres de l'administration et des étudiants élus. Elle propose des animations à mettre en place dans les résidences et reçoit les demandes et suggestions des locataires.

Comment faire?

Tous les étudiants, boursiers ou non, peuvent prétendre au logement universitaire.

Vous devez constituer un dossier social étudiant (DSE). Cette procédure vous permet de demander une bourse sur critères sociaux et/ou de manifester votre intention de demander un logement en résidence universitaire.

Connectez-vous ensuite sur **trouverunlogement.lescrous.fr** pour formuler vos vœux de logement. Ce site permet de consulter les offres de logement partout en France, avec un descriptif détaillé et des photos, puis de formuler vos vœux de logement.

À savoir :

- vous pouvez formuler jusqu'à 6 vœux (2 par villes de l'académie), jusqu'à mi-juin,
- vous pouvez faire plusieurs demandes dans une même résidence.

SITES INTERNET

· crous-orleans-tours.fr

Rubrique « logement » : informations sur les logements proposés dans l'académie, la vie en résidence universitaire, la demande de logement et le paiement de loyers.

• trouverunlogement.lescrous.fr

Ce site permet de consulter l'offre de logement partout en France, avec un descriptif détaillé et des photos, puis de formuler vos vœux de logement.

Logement temporaire

Pour les étudiants ayant besoin d'un hébergement ponctuel, un court séjour est possible en résidence universitaire.

Plus d'infos p. 48.

Les résidences habitat jeunes

Les résidences habitat jeunes (ou « foyers de jeunes travailleurs ») sont réservées aux jeunes âgés de 16 à 30 ans. Les étudiants peuvent y prétendre, bien qu'ils ne soient pas le public prioritaire.

Elles offrent une solution d'hébergement économique et conviviale pour un court, moyen ou long séjour. Ils proposent plusieurs types de logement ainsi que de nombreux services : un restaurant associatif, des animations, une laverie, des salles de travail, de jeux, etc.

Les +:

- les logements sont meublés,
- le montant des loyers est très raisonnable,
- vous ne payez pas de frais d'agence et êtes exonéré des taxes d'habitation et de redevance TV,
- vous pouvez rencontrer des jeunes de divers horizons et ainsi partager des activités et des moments de détente,
- vous n'avez pas à vous occuper de préparer vos repas dans les résidences proposant une restauration.

Les - :

- les étudiants ne sont pas le public prioritaire,
- · dans certains cas, il faut partager la cuisine,
- certaines règles de vie peuvent être contraignantes, comme l'interdiction d'héberger quelqu'un à long terme par exemple.

CONTACTS

Montant des loyers et équipements (2019-2020)

- · Les tarifs s'entendent par mois,
- tous les logements ouvrent droit aux aides au logement de la Caf (plus d'infos p. 52).
- un dépôt de garantie, généralement équivalent à un mois de loyer hors charges, est demandé à l'entrée dans le logement,
- certaines résidences proposent des logements pour les personnes à mobilité réduite. Renseignez-vous.
- les logements sont meublés, sauf indication contraire, et la plupart proposent un accès Wi-Fi.

Type de logement

- Chambre : 1 seule pièce (superficie minimum légale : 9 m² ou 14 m² en cas de colocation),
- studio : 1 pièce de vie avec coin cuisine + sanitaires,
- T1 : 1 pièce de vie + cuisine séparée + sanitaires,
- T2: 1 chambre + 1 salon + cuisine séparée + sanitaires,
- T3 : 3 pièces + cuisine séparée + sanitaires.
- « CC »: charges comprises (hors électricité).
- « TCC »: toutes charges comprises.



▶ Blois

Résidence Escale et Habitat

37 rue Pierre et Marie Curie 41000 BLOIS

Tél : 02 54 52 36 00

Courriel: accueil@escalehabitat-blois.fr

escalehabitat-blois.fr

Chambres de 12 à 18 m² à partir de 320 €. Studios de

25 m² à partir de 405 €, etc. TCC.

Bourges

Résidence Tivoli Initiatives

Espace Tivoli 3 rue du Moulon 18000 BOURGES Tél: 02 48 23 07 40

Courriel: direction@tivoli-initiatives.fr

tivoli-initiatives.fr

Chambres de 12 à 14 m² à 320 €. T1 de 20 m² à 430 €. T1 bis de 30 m² à 470 €. T2 de 46 m² à 490 € (colocation possible). T3 de 60 m² à 510 € (colocation possible). TCC.

▶ Chartres

Résidence du Clos Brette

7 passage de Sours 28000 CHARTRES Tél: 02 37 28 28 06

Courriel: fjt.chartres@hotmail.fr habitatjeuneschartres.sitew.eu

T1' de 20 m² à 425 €. T1 bis de 30 m² à 467 €

(colocation possible). TCC.

▶ Châteauroux

Résidence Pierre Perret

8 rue Michelet 36000 CHÂTEAUROUX

Tél: 02 54 34 34 97

Courriel: fjt-ccas@chateauroux-metropole.fr

habitatjeunes.ccas-chateauroux.fr

Chambre de 12 m² à 328 €. Studio de 20 m² à 436 €. T1 bis de 30 m² à 479 €. T5 de 70 et 80 m² en colocation à 160 € par personne. *TCC*.

Orléans

Résidence Acacias

28 rue Jacquard 45000 ORLÉANS Tél : 02 38 65 42 10

Courriel: contact.acacias@rjac.fr residences-jeunes-acacias-colombier.fr

T1 de 15 à 22 m² de 474 \in à 498 \in (inclus un forfait restauration $\frac{1}{2}$ pension), etc. *TCC*.

La résidence Acacias gère également des locations d'appartements indépendants à Orléans et dans l'agglomération.

Résidence Colombier

29 rue du Colombier 45000 ORLÉANS Tél : 02 38 42 23 30

Tel: 02 38 42 23 30 Courriel: contact.colombier@rjac.fr

residences-jeunes-acacias-colombier.fr

T1 de 13 à 18 m² à 496 € (inclus un forfait restauration ½ pension). T1 de 14 à 26 m² de 424 € à 523 € (inclus un forfait) et a 700

(inclus un forfait), etc. TCC.

La résidence Colombier gère également des locations d'appartements indépendants à Orléans et dans l'agglomération.



Résidence Denis Papin

8 rue Denis Papin 45000 ORI ÉANS

Contact : résidence Acacias.

T1 bis de 35 m² à 391 €. T2 de 50 m² à 493 €. CC.

Résidence Illiers

50 rue d'Illiers 45000 ORLÉANS

Contact : résidence Colombier.

T1' de 20 m² à 462 €, T1' de 25 m² à 484 €, T1 bis de 35 m² à 554 € (inclus un forfait restauration). TCC.

Résidence Molière

3 rue Molière 45000 ORI ÉANS Contact : résidence Acacias. T1' de 22 m² à 404 €. T1 bis de 27 m² à 436 € et de 30 m² à 456 €. TCC.

Résidence Riobé

2 boulevard Guy-Marie Riobé 45000 ORI ÉANS Contact : résidence Colombier. T1' bis de 18 à 20 m² à 393 €. T1' de 20 à 22 m² à 405 €. T1' de 22 à 24 m² à 421 €. T1 bis de 30 à 32 m² à 466 €. TCC.

▶ Tours

Résidence Henri Fontaine

16 rue Bernard Palissy 37000 TOURS Tél: 02 47 60 51 51

Courriel: contact@asso-ieunesse-habitat.org asso-jeunesse-habitat.org rubrique « se loger » Réservée aux 16-25 ans.

Chambre de 13 m² à partir de 392 € + forfait repas obligatoire de 50 €, etc. TCC.

Résidence Hôtel de l'alternance

25 rue du Plat d'Étain 37000 TOURS Tél: 09 83 66 66 24

Courriel: hotel-alternance@asso-jeunesse-habitat.org asso-jeunesse-habitat.org rubrique « se loger » Priorité aux alternants en double résidence. T1' de 20 m² à 459 €. T1 bis de 30 m² à 504 €, etc.

TCC.

Résidence René de Prie

84 rue René de Prie 37000 TOURS Tél: 02 47 60 51 55

Courriel: sli@asso-jeunesse-habitat.org asso-jeunesse-habitat.org rubrique « se loger »

T1 à 503 €. TCC.

Résidence Saint-Sauveur

255 rue Auguste Chevallier 37000 TOURS Tél: 02 47 60 51 55

Courriel: slj@asso-jeunesse-habitat.org asso-jeunesse-habitat.org rubrique « se loger »

T1 à T1 bis de 20 à 27 m² de 144 € à 196 € + 35 € à 65 € de charges. Non meublés.

Résidence Traversière

28 rue Jules Simon 37000 TOURS Tél: 02 47 60 51 55

Courriel: slj@asso-jeunesse-habitat.org asso-jeunesse-habitat.org rubrique « se loger »

T1' de 17 à 25 m² à 461 €. T2 de 34 m² à 509 €. TCC.



Le logement social

Comment faire?

Vous devez enregistrer votre demande de logement social sur demande-logement-social.gouv.fr

(En Indre-et-Loire, votre demande est à saisir sur demandelogement37.fr).

Après validation, elle sera transmise directement à tous les organismes de logement social des communes demandées. Ceux-ci vous contacteront si un logement correspondant à votre profil se libère.

Si vous ne pouvez pas faire votre demande en ligne, rendez-vous dans un guichet dédié (annuaire sur demande-logement-social.gouv.fr) ou dans un organisme centralisateur à Orléans

CONTACTS

Numéro national d'assistance téléphonique

0 $80\bar{6}$ 000 $11\bar{3}$ (prix d'un appel local), du lundi au vendredi de 9h à 19h.

Organisme centralisateur

▶ Orléans

Maison de l'Habitat

16 rue Jeanne d'Arc 45000 ORLÉANS Tél : 02 38 68 10 40

Courriel: info@mdh.orleans-metropole.fr

maisonhabitat.orleans-metropole.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 10h à 17h30 et le vendredi de 10h à 16h.

 « Guichet d'enregistrement des demandes de logement social » : accompagnement dans la demande de logement, information sur le parc social et aide à la constitution du dossier. Cet organisme centralisateur transmettra ensuite la demande à tous les bailleurs sociaux concernés,

• offres de colocation dans le parc social.

Logements sociaux réservés aux étudiants

Certains bailleurs sociaux réservent une partie de leur parc locatif aux étudiants. Contactez-les directement.

Montant des loyers et équipements (2019-2020)

- · Les tarifs s'entendent par mois,
- tous les logements ouvrent droit aux aides au logement de la Caf (plus d'infos p. 52),
- un dépôt de garantie, généralement équivalent à un mois de loyer hors charges, est demandé à l'entrée dans le logement,
- il n'y a pas de frais de dossier à régler,
- les logements sont généralement meublés et équipés, et la plupart proposent un accès Wi-Fi.

Type de logement

- Chambre : 1 seule pièce (superficie minimum légale : 9 m² ou 14 m² en cas de colocation).
- studio : 1 pièce de vie avec coin cuisine + sanitaires,
- T1 : 1 pièce de vie + cuisine séparée + sanitaires,
- T2 : 1 chambre + 1 salon + cuisine séparée + sanitaires.
- T3 : 3 pièces + cuisine séparée + sanitaires.
- « CC »: charges comprises (hors électricité).
- « TCC »: toutes charges comprises.





Orléans La Source : À louer appartements meublés et équipés ou non meublés, à 2 pas de la fac !



- Du T1 au T4 (idéal pour colocation) Proches tram et commerces
- Parking sécurisé APL (Aide Personnalisée au Logement)
- Pas de frais d'agence
- De 350 € à 650 € TTC (eau froide, eau chaude et chauffage inclus)

Pour visiter, contactez : l'équipe commerciale 2 02 38 41 49 42

ou envoyez un mail à :

sc.attribution@residences-orleanais.fr

▶ Châteauroux

Résidence Chanzy

Rue Chanzy

36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 60 20 00 Contact: Opac 36

opac36.fr

Située en centre-ville, à proximité de l'IUT et de l'éco-

Studios de 31 à 45 m² de 322 € à 388 €. CC.

Résidence Patureau Francœur

Rue du Palais de Justice 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 60 20 00 Contact: Opac 36

opac36.fr

Située en centre-ville, à proximité de l'IUT et de l'éco-

Studios de 36 à 45 m² de 295 € à 361 €. CC.

▶ Issoudun

Résidence René Char

16-19 rue René Char 36100 ISSOUDUN Tél: 02 54 60 20 00 Contact: Opac 36 opac36.fr Située à proximité de l'IUT.

Studios et T2 de 31 à 47 m² de 282 € à 361 €. CC.

▶ Orléans

Résidence Coliany

5 passage Coligny 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 79 75 04 Contact: Vallogis valloire-habitat.com

Située derrière la gare, à 5 min à pied du centre-ville. T4 de 100 m² en colocation à partir de 342 € par per-

sonne. TCC.

Résidence Châteaudun 2

21 boulevard Châteaudun 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 79 75 04 Contact: Vallogis valloire-habitat.com

Située à 10 min à pied du centre-ville, à proximité de

l'Escem, de l'IFPM et de l'Espé.

Studios de 18 à 21 m² de 275 € à 315 €. CC.

Résidence Dauphine

4 rue des Roses 45100 ORLÉANS Tél: 02 38 81 08 10

Courriel: contacteznous@franceloire.fr

Contact: France Loire

franceloire.fr

Située à proximité de l'arrêt de tram Mouillère, dans le quartier Dauphine.

T4 de 74 m² en colocation à partir de 340 € par personne. TCC.

Résidence Fougères

16 rue Jean d'Aulon 45100 ORLÉANS-LA SOURCE

Tél: 02 38 79 37 56 Contact: Vallogis valloire-habitat.com

Située à proximité immédiate du campus universitaire. Studios de 14 à 18 m² de 295 € à 345 €. TCC.

Résidence Le Dhuv

123 rue de l'Ardoux 45160 OLIVET Tél: 02 38 70 29 59

Courriel: ledhuy@logemloiret.fr

Contact : LogemLoiret

logemloiret.fr

Située à proximité du campus universitaire et d'une sta-

tion de tram.

Studios de 20 m² à partir de 316 €. CC.

Résidence Les Allées de la Source

19-21 rue Henri Trovat 45100 ORLÉANS-LA SOURCE Tél: 02 38 41 49 42

Courriel: sc.attribution@residences-orleanais.fr

Contact : Résidences de l'Orléanais

residences-orleanais.fr

Située à proximité immédiate du campus universitaire. T1 de 27 m² à partir de 320 € (meublés et non meublés). TCC.

Résidence Mondésir

36 place Longue

45800 SAINT-JEAN-DE-BRAYE Tél: 02 38 70 29 59

Courriel: ledhuv@logemloiret.fr

Contact : LogemLoiret

logemloiret.fr

Située à proximité de lycées avec sections post-bac. Studios de 19 à 23 m² de 248 € à 268 €. T1 bis de 29 m² à 298 €. CC.

▶ Tours

Résidence Général Renault

172 rue du Général Renault 37000 TOURS

Tél: 02 47 77 50 60 Courriel: accueil@semlti.com Contact: La Tourangelle Immobilier

latourangelleimmobilier.com Située quartier Giraudeau, près du centre-ville et proche

de la faculté de médecine.

Studios de 18 à 25 m² et T2 de 30 à 33 m² de 390 €

à 490 €. CC.

Résidence Giraudeau

5-6 rue Robert Mallet Stevens 37000 TOURS

Tél : 02 47 77 50 60

Courriel: accueil@semlti.com Contact: La Tourangelle Immobilier

latourangelleimmobilier.com

Située quartier Giraudeau, près du centre-ville et proche

de la faculté de médecine.

Studios de 18 à 21 m² à 415 €. CC.

Résidence Rochepinard

18-26 Jardin Bouzignac 37000 TOURS

Tél: 02 34 36 32 90 tours-habitat.fr

Située au bord du Cher, à proximité d'Ikea. Studios de 15 m² à partir de 240 €. *TCC*.

Résidence Sanitas

Allée de la Bourdaisière 37000 TOURS Tél : 02 34 36 32 90 tours-habitat.fr Située à proximité de la gare de Tours. Studios de 26 à 44 m² à partir de 331 €. *TCC*.



Les résidences privées

Situées à proximité des lieux d'études ou en centre-ville, les résidences privées se sont beaucoup développées au cours des dernières années.

Les +:

- elles proposent souvent de nombreux services (laverie, salle de sport, cafétéria, etc.), et parfois même des logements « haut de gamme »,
- beaucoup sont situées en centre-ville,
- le nombre important d'étudiants qui y habitent rend les lieux conviviaux,
- des formules de court séjour peuvent être proposées pour des périodes de stages.

Les -

- elles pratiquent des tarifs parfois assez élevés,
- il n'y a pas d'exonération de taxes et certaines résidences ne sont accessibles qu'en contrepartie de frais de dossier,
- certains services attrayants sont payants en sus du loyer.



CONTACTS

Montant des loyers et équipements (2019-2020)

- · Les tarifs s'entendent par mois,
- tous les logements ouvrent droit aux aides au logement de la Caf (plus d'infos p. 52),
- la majorité des résidences demandent un dépôt de garantie, équivalent à un mois de loyer hors charges, et des frais de dossier.
- certaines résidences proposent des logements pour les personnes à mobilité réduite. Renseignez-vous,
- les logements sont meublés, sauf indication contraire, et la plupart proposent un accès Wi-Fi.

Type de logement

- Chambre : 1 seule pièce (superficie minimum légale : 9 m² ou 14 m² en cas de colocation),
- studio : 1 pièce de vie avec coin cuisine + sanitaires,
- T1 : 1 pièce de vie + cuisine séparée + sanitaires,
- T2 : 1 chambre + 1 salon + cuisine séparée + sanitaires
- « CC » : charges comprises (hors électricité).
- « TCC » : toutes charges comprises.

▶ Blois

Résidence Abbé Grégoire

5-7 rue de la Taille aux Moines 41000 BLOIS

Tél: 02 54 52 36 00

Courriel: accueil@escalehabitat-blois.fr

escalehabitat-blois.fr

Située près du lycée hôtelier et du lycée Camille Claudel. T1 de 18 m² à 432 €. T1 bis de 36 m² à 485 €. TCC.

Résidence Appart'city

20 rue de la Chocolaterie 41000 BLOIS Tél: 02 54 78 45 45

Courriel: blois@appartcity.com

appartcity.com

Située en centre-ville, en face de l'IUT et de l'école

d'ingénieur.

Studios de 20 m² à partir de 485 €. TCC.

Résidence Le Vendôme

70 rue des Gallières 41000 BLOIS Tél: 02 54 90 90 90 Courriel: blois@laforet.com

laforet.com

Contact : agence Laforêt

Située à proximité du site universitaire.

Studios non meublés de 20 à 23 m² à partir de 290 €,

etc. CC.

Résidence Le Vinci

1 boulevard Vauban 41000 BLOIS

Tél: 07 87 46 70 37 (Suitétudes) 02 54 90 90 90 (agence Laforêt)

Courriel: vinci@suitetudes.com ou blois@laforet.com

suitetudes.com ou laforet.com

Contact : Suitétudes ou agence Laforêt Située en centre-ville et à proximité des sites universi-

Studios de 17 à 23 m² à partir de 390 € (Suitétudes). CC. Studios non meublés de 30 à 45 m² à partir de 400 € (Laforêt). CC.

▶ Bourges

Résidence Louis Mallet

25 rue Louis Mallet 18000 BOURGES Tél: 02 48 67 55 55 Courriel: foyer@cher.cci.fr cher.cci.fr rubrique « formation »

Située à proximité du centre-ville et de l'espace de loisirs du Prado, sur le campus de la CCI du Cher.

Studios de 15 m² à 400 €. Studios doubles de 27 m² à

438 €. TCC (pas de frais de dossier).

Chartres

Résidence CCI 28

5 quater avenue Marcel Proust 28000 CHARTRES

Tél: 06 37 94 97 24 laresidencecci28.fr

Située sur le site de la CCI et du campus.

Réservée aux étudiants en alternance.

Studios de 18 m² à partir de 333 €. TCC (pas de frais de dossier).

Orléans

Résidence Oxford

239 rue de l'Ardoux 45160 OLIVET Tél: 02 38 69 30 70 Contact: agence Sergic

Située à proximité du campus universitaire.

Studios de 24 m² à partir de 390 € non meublés, etc. CC.

Résidence Stanford

200 rue de l'Ardoux 45160 OLIVET Tél: 02 38 69 30 70 Contact: agence Sergic Située à 300 m du campus universitaire.

Studios de 24 m² à partir de 390 € non meublés, etc. CC.

Résidence Carré Céleste

4 rue des Africains 45000 ORLÉANS Tél: 04 78 17 14 11

Courriel: contact@lesbellesannees.com

lesbellesannees.com

Située à 5 minutes de la cathédrale Sainte-Croix, en centre-ville.

Studios de 17 à 24 m² à partir de 407 €, etc. CC.

Résidence La Reine Blanche

Rue Druffin et angle rue des Puits Saint-Laurent 45000 ORI ÉANS

Tél : 04 78 17 14 11

Courriel: contact@lesbellesannees.com

lesbellesannees.com

Située au cœur du quartier de la Madeleine, à proximité de l'Escem et de l'Espé.

Studios de 17 à 23 m² à partir de 400 €, etc. TCC.

Résidence Les Estudines Jeanne d'Arc

11 place du 6 Juin 1944 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 62 93 00

Courriel: orleans.jeannedarc@estudines.com

estudines.com

Située à proximité d'établissements scolaires (lycées Pothier et Sainte-Euverte, Esad), à 10 min à pied du centre-ville.

T1 de 17 à 23 m² de 455 € à 535 €, etc. CC.

Résidence Pythagore

21 avenue Alain Savary 45100 ORLÉANS Tél: 02 38 24 55 91

Contact: agence Sergic

Située à proximité de l'avenue Dauphine, à 10 min du

tram.

Studios de 18 m² à partir de 375 €. CC.

Résidence Odalys Campus Saint-Jean 26 rue du Faubourg Saint-Jean

45000 ORLÉANS Tél: 02 38 75 14 75 Courriel: saintjean@odalys.fr

odalys-campus.com Située à 10 minutes du centre-ville et de la gare SNCF, à proximité de l'Escem, de l'IFPM et de l'Espé.

Studios de 16 m² à partir de 410 €. CC.

Résidence Orléans Université

6 rue Condorcet 45100 ORLÉANS-LA SOURCE Tél: 02 38 63 14 14

Courriel: gestion@residence-condorcet.fr residence-orleans-universite.fr

Située face au campus universitaire. Studios de 21 m² de 439 € à 479 €. CC.

▶ Tours

Foyer Hameau Saint-Michel

2 impasse Rabelais 37000 TOURS Tél: 02 47 31 66 66

Courriel: contact.hameau@soliha.fr

hameau-saint-michel.fr

Situé en centre-ville près des Halles.

Chambres individuelles avec salle d'eau privative ou commune de 380 € à 544 €. TCC (y compris les petits

déjeuners).

Fover Saint-Thomas-d'Aquin

17 quai Portillon 37100 TOURS Tél: 02 47 62 49 50

Courriel: fover@st-thomas-daguin.fr foversaint-thomasdaguin.fr

Situé à proximité du centre-ville.

Réservé aux étudiantes âgées de 18 à 25 ans. Chambres individuelles avec sanitaires de 13 à 25 m².

Forfait chambre + petit déjeuner + 10 repas : 515 € pour une petite chambre, 530 € pour une moyenne. TCC.

Résidence Gaya

Avenue Édouard Michelin 37200 TOURS Tél: 07 85 88 71 73 suitetudes.com Contact : Suitétudes

Située à proximité du campus des Deux Lions. Chambres de 9 m² à 390 €. Studios de 22 m² à 440 €. TCC.

Résidence Le Cambridge

150-152 rue Édouard Vaillant 37000 TOURS

Tél: 02 47 77 47 77 Contact: agence Nexity

Située près de la gare et du centre-ville. Studios de 16 à 20 m² à partir de 350 €. CC.

Résidence Les Estudines Léonard de Vinci

1 place François Truffaut 37000 TOURS Tél: 02 47 05 19 00

Courriel: tours.devinci@estudines.com

estudines.com

Située en centre-ville, entre l'École supérieure des beaux-arts et l'université de Tours, à 150 m de la gare. T1 de 18 à 23 m² de 430 € à 540 €€, etc. CC.

Résidence Le Matisse

30 avenue Boris Vian 37000 TOURS Tél: 02 47 77 47 77 Contact: agence Nexity

Située derrière l'hôpital Bretonneau, près de la faculté

de médecine.

Studios non meublés de 16 à 25 m² de 345 € à 420 € CC

Résidence Le Montesquieu

25 rue Édouard Vaillant 37200 TOURS Tél: 02 47 77 47 77 Contact: agence Nexity Située à proximité de la gare. Studios de 16 à 21 m² à partir de 340 €. CC.

Résidence Odalys Campus

49 bis boulevard Preuilly 37000 TOURS Tél: 02 47 96 47 96 Courriel: tours@odalys.fr odalys-campus.com

Située à proximité de la faculté de médecine et des Tan-

Studios de 20 à 28 m² de 555 € à 580 €. TCC.

Résidence Studéa Gare

25 rue Édouard Vaillant 37000 TOURS Tél: 02 47 20 14 31 nexity-studea.com Située à proximité de la gare. Studios de 16 à 21 m² de 410 € à 470 €. CC.

Les offres de location privée

Sur Internet

De nombreux sites Internet diffusent des annonces. Ils ont l'avantage de proposer des offres généralement actualisées en temps réel, avec des photos. Vous avez la possibilité d'affiner votre recherche en déterminant certains critères (localisation, budget, surface, etc.) et de créer des alertes pour être informé en direct d'offres correspondant à vos attentes. Enfin, ne négligez pas les réseaux sociaux, sur lesquels des annonces peuvent êtres postées!

SITES INTERNET

Lokaviz : la centrale du logement étudiant • lokaviz.fr

Gérée par les Crous, cette plateforme en ligne recense les offres de logement en résidences universitaires mais également dans le parc locatif privé.

Consultez les offres en vous connectant à messervices. etudiant.gouv.fr

Sites d'annonces de particuliers

- entreparticuliers.com
- leboncoin.fr
- locatme.fr
- pap.frparuvendu.fr
- Sites d'annonces de professionnels
- fnaim.fr
- logic-immo.com

Sites d'annonces dédiés aux étudiants

- immojeune.com
- location-etudiant.fr
- univ-tours.studapart.com/fr (plateforme de recherche de logement autour de l'université de Tours)

Chez un professionnel de l'immobilier

Agences immobilières

Elles ont pour rôle de vous proposer des offres adaptées à vos besoins et vos envies, d'organiser les visites, de rédiger et de planifier la signature du bail. Elles seront les intermédiaires entre le propriétaire et vous. Des frais d'agence vous seront demandés au moment de la signature du bail (plus d'infos sur le montant de ces frais p. 31). Trouvez les coordonnées des agences dans les pages jaunes ou sur le site **fnaim.fr** pour les agences adhérentes à la Fédération nationale de l'immobilier (une grande majorité).

Les +:

- elles gèrent une grande partie du marché locatif et proposent donc un large choix d'offres,
 - elles peuvent vous fournir des conseils pratiques et vous renseigner sur vos droits et vos obligations de locataire,
- elles s'occupent des démarches avec le propriétaire,
- elles peuvent parfois afficher des loyers inférieurs à ceux des particuliers,
- certaines d'entre elles offrent aux étudiants des réductions sur leurs frais d'agence.

Les - :

- vous devrez leur payer des frais d'agence,
- certaines demandent des dossiers parfois lourds et peuvent être exigeantes sur les revenus requis.

Notaires

Les études notariales peuvent proposer des offres de location

immobilier.notaires.fr: annonces et annuaire des notaires.



Auprès d'une structure Information Jeunesse

Consultez des petites annonces dans les structures Information Jeunesse (CRIJ, BIJ, PIJ): notamment les BIJ à Blois et à Chartres (coordonnées p. 111).

« Label logement étudiant » de la communauté d'agglomération Bourges Plus

Tél: 0 810 200 133

agglo-bourgesplus.fr rubrique « résider » > « label

logement étudiant » Garantit aux étudiants des logements adaptés à leurs besoins (loyer, situation, confort). Il concerne les logements privés, vides ou meublés, mis en location sur les 16 communes de l'agglomération de Bourges. Annonces consultables sur le site.

CONTACT

Agence immobilière spécialisée dans le logement étudiant

▶ Tours

Bed and School

37 rue Néricault Destouches 37000 TOURS

Tél: 02 47 60 19 92

Courriel: tours@bedandschool.com

bedandschool.com

Horaires d'ouverture : du mardi au samedi de 9h à 12h30 et de 14h à 18h.

Offres de logement en location répondant aux besoins spécifiques des étudiants,

▶ aide à la constitution de dossiers de demandes d'aides financières, aide à l'installation et à l'intégration.

Les honoraires dépendent de la superficie du logement sélectionné.



La colocation

Vous retrouver seul dans un nouveau logement ne vous tente pas trop ? Votre budget est serré ? Alors pensez à la coloc'!

Les +:

- partager le montant du loyer et des charges,
- profiter d'une plus grande superficie,
- ne pas être seul, surtout lorsqu'on arrive dans une nouvelle ville.

Les - : les aléas de la vie en collectivité !

Pour les éviter, voici quelques conseils :

- discutez avec vos futurs colocataires de votre façon de voir la vie au quotidien et de vos habitudes de vie, même si ce sont des amis,
- répartissez équitablement les tâches de chacun,
- soyez au clair sur le partage des dépenses.

SITES INTERNET

Pour consulter et diffuser des offres de colocation

- appartager.com
- lacartedescolocs.fr
- · leboncoin.fr/colocations

Bon plan: il existe des applis pour faire les comptes entre colocs: « **ze-coloc** » ou « **tricount** » par exemple.



Que dit la réglementation?

- 1re possibilité: la colocation donne lieu à un contrat de location unique (colocation en bail unique), signé par tous les colocataires. Il peut comprendre une clause de solidarité qui implique que chacun des colocataires peut être tenu responsable du paiement de la totalité des sommes dues au propriétaire (loyer, charges, réparations locatives). Ainsi, si l'un d'entre eux ne paie pas sa part de loyer, le propriétaire peut se retourner contre les autres colocataires pour exiger la somme à payer.
- 2º possibilité: chaque colocataire signe un contrat individuel avec le propriétaire (colocation en baux multiples). Chacun a un droit de jouissance exclusif sur certaines pièces de l'appartement et un accès à usage commun pour certaines autres pièces, telle la cuisine ou les sanitaires. Dans ce cas, les colocataires sont juridiquement indépendants les uns des autres. anil.org rubrique « votre question ».

Colocation et aides financières

Chaque colocataire peut prétendre à une aide au logement de la Caf, à condition d'apparaître sur le bail. Chacun doit remplir sa propre demande auprès de la Caf. L'aide sera calculée sur la base de vos ressources et sur la part de loyer versée.
Plus d'infos p. 52.

À ne pas confondre avec la colocation : la sous-location

Sous-louer consiste à donner location à une autre personne de tout ou partie du logement que l'on loue soi-même. La sous-location doit être réalisée obligatoirement avec l'accord écrit du propriétaire, sinon elle est illégale. L'accord doit aussi prévoir le prix du sous-loyer qui ne doit en aucun cas dépasser celui du loyer principal.

Une aide financière de la Caf peut être attribuée. C'est le locataire principal et non le propriétaire-bailleur qui établit dans ce cas l'attestation de loyer.

Vivre chez l'habitant

Autre façon de partager un logement tout en faisant des économies : louer une chambre chez l'habitant ou opter pour la cohabitation intergénérationnelle. Il est indispensable de rencontrer le propriétaire au préalable et de bien discuter des règles de vie et des attentes de chacun.

Les + :

- · vous évitez la solitude,
- ce sont des solutions économiques, voire très économiques,
- vous pouvez bénéficier des aides au logement de la Caf, à condition qu'un contrat de location ou qu'une convention d'occupation soit établi.
- dans le cadre de la cohabitation intergénérationnelle, vous vous rendez utile.

Les -:

- il est souvent difficile de recevoir des visites,
- · vous pouvez manquer d'intimité,
- ce n'est pas la formule qui vous garantit la plus grande superficie.

Chambre chez l'habitant

C'est une pièce habitable, généralement meublée, avec accès à une salle de bains et à une cuisine commune ou privative. Elle est située dans la maison ou l'appartement même du propriétaire. Un contrat de location doit être signé. Une quittance de loyer peut être éditée chaque mois, à la demande du locataire.

- fr.bedycasa.com
- roomlala.com
- · cohebergement.com

À savoir : le BIJ de Chartres propose un listing de chambres chez l'habitant (coordonnées p. 111).



Cohabitation intergénérationelle

Le principe : une mise en relation de seniors désireux de compagnie et/ou d'un complément de revenu, avec des jeunes en recherche de logement, afin de faciliter la moilité et l'insertion des jeunes, de lutter contre l'isolement des seniors, de créer du lien social et de l'entraide intergénérationnelle.

La cohabitation intergénérationnelle solidaire est encadrée par la loi ; un contrat est signé entre les 2 parties et une charte de bonnes pratiques précise le cadre.

CONTACTS

▶ Bourges

Ensemble2générations Bourges

Tél: 06 51 34 70 73

bourges@ensemble2generations.fr

ensemble2generations.fr

Sur rendez-vous.

Ce service s'adresse à tous les jeunes de 18 à 30 ans. 3 formules :

- logement gratuit contre présence le soir et la nuit,
- ▶ logement économique contre entraide (présence régulière). Le jeune participe seulement aux charges (90 € par mois),
- ▶ logement solidaire (veille passive et aides spontanées). Le loyer est de 250 € maximum par mois.

Cotisation annuelle : 290 €.

▶ Orléans

Maison de l'Habitat

16 rue Jeanne d'Arc 45000 ORLÉANS

Tél : 02 38 68 10 40

Courriel: info@mdh.orleans-metropole.fr

maisonhabitat.orleans-metropole.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 10h à 17h30 et le vendredi de 10h à 16h.

Ce service s'adresse à tous les jeunes de 16 à 30 ans. 2 formules :

- ▶ logement contre présence : le jeune est logé chez le senior contre une présence régulière d'au moins 4 soirs par semaine et 1 week-end sur deux. Le jeune participe seulement aux charges (maxi 50 € par mois).
- ▶ logement contre indemnité : la présence du jeune n'est pas imposée de façon régulière, il paie une contrepartie financière (entre 150 € et 250 € par mois, charges comprises).

Cotisation annuelle : 100 €.

▶ Tours

Un Toit en Partage

Tél: 06 02 12 82 85 Courriel: uteptours@gmail.com untoitenpartage.com

Ce service s'adresse à tous les jeunes de 18 à 30 ans.

Le jeune est logé chez le senior en échange d'une participation au loyer et d'une entraide réciproque. Le montant du loyer est fixé avec le propriétaire, en fonction du niveau de présence (minimum : 50 €, maximum : 250 €).
 Cotisation annuelle : 10 € + participation financière annuelle à l'association : 90 €.

Ensemble2générations Tours

Tél: 06 51 26 58 54 tours@ensemble2generations.fr ensemble2generations.fr

Sur rendez-vous.

Ce service s'adresse à tous les jeunes de 18 à 30 ans. 3 formules :

- logement gratuit contre présence le soir et la nuit,
- ▶ logement économique contre entraide (présence régulière). Le jeune participe seulement aux charges (90 € par mois),
- ▶ logement solidaire (veille passive et aides spontanées). Le loyer est de 250 € maximum par mois.

Cotisation annuelle : 250 €.



Un logement pour une courte durée

Résidences universitaires

Pour les étudiants ayant besoin d'un hébergement ponctuel dans le cadre d'examens, de concours, d'un stage ou d'un job d'été par exemple, un court séjour est possible en résidence universitaire.

Rendez-vous sur trouverunlogement.lescrous.fr

À partir de l'été 2019, le Crous d'Orléans-Tours propose des logements en centre-ville de Tours via bedandcrous.com

Auberges de jeunesse

Pour séjourner en auberge de jeunesse en France ou à l'étranger, il faut obtenir une carte d'adhésion auprès de l'une des deux associations qui les fédèrent : la LFAJ (Ligue française pour les auberges de la jeunesse) ou la Fuai (Fédération unie des auberges de jeunesse).

- auberges-de-jeunesse.com (LFAJ)
- hifrance.org (Fuaj)

Centres d'accueil Éthic étapes

Ouverts toute l'année pour des séjours individuels ou en groupes, ils offrent, dans une ambiance d'échanges internationaux, des prix économiques.

ethic-etapes.fr

Gîtes et chambres d'hôtes

Le gîte est une location indépendante, à la semaine, au week-end ou en court séjour à certaines périodes. Chaque gîte est équipé d'une ou de plusieurs pièce(s) à vivre, de chambre(s), de sanitaires et d'une cuisine.

La chambre d'hôtes est une chambre chez l'habitant, parfois accompagnée d'un coin cuisine ou d'une pièce commune pour cuisiner.

gites-de-france.com

Autres pistes

- Certaines **résidences privées** proposent des formules courts séjours (liste p. 40),
- les résidences habitat jeunes peuvent aussi vous accueillir pour des séjours temporaires (liste p. 35),
- n'oubliez pas les possibilités de **chambre chez l'habitant** (voir p. 46),
- le couchsurfing est une formule d'hébergement gratuit entre particuliers, basée sur l'échange d'hospitalité (votre hôte vous fait partager son quotidien et vous fait découvrir sa ville) : couchsurfing.com
- autres sites utiles : morningcroissant.fr et airbnb.fr

Plateforme e-logement

Cette plateforme permet de rechercher un hébergement temporaire en région Centre-Val de Loire. Des solutions diversifiées sont proposées : résidences habitat jeunes, internats de lycées ou de CFA, logements communaux, particuliers, etc. Elle est destinée aux jeunes en formation, en stage ou en apprentissage.

elogement.regioncentre-valdeloire.fr



CONTACTS

▶ Blois

Auberge de jeunesse

11-13 rue de la Taille aux Moines 41000 BLOIS

Tél: 02 54 52 20 40 Courriel: accueil@crjsblois.fr

cris-blois.fr

Accueil : du lundi au vendredi de 9h à 13h et de 14h à

18h, de 8h à 14h le week-end.

21 € / 30 € / 35 € la nuit en chambre individuelle (pour les titulaires de la carte Fuaj / basse saison / haute saison).

Éthic étapes Val de Loire

37 rue Pierre et Marie Curie 41000 BLOIS

Tél: 02 54 52 37 00

Courriel: accueil@ethicetapes-blois.fr

ethicetapes-blois.fr

Accueil: du lundi au samedi de 9h à 21h, dimanche et iours fériés de 9h à 11h et de 17h à 21h.

31.50 € la nuit en chambre individuelle. 23.70 € la nuit en chambre à 2 lits. 18,05 € la nuit en chambre à 3 lits et plus.

▶ Bourges

Auberge de ieunesse Jacques Cœur

22 rue Henri Sellier 18000 BOURGES Tél: 02 48 24 58 09

Courriel: bourges@hifrance.org

hifrance.org

Accueil : du lundi au jeudi de 10h à 11h et de 18h à 21h, sur réservation le vendredi, samedi et dimanche.

18 € la nuit en chambre collective.

▶ Chartres

Auberge de jeunesse

23 avenue du Baron Neigre 28000 CHARTRES

Tél: 02 37 34 27 64

Courriel: auberge-ieunesse-chartres@wanadoo.fr

auberge-de-jeunesse-chartres.fr

Accueil: du lundi au dimanche de 15h à 20h.

17 € la nuit en chambre collective. 26 € la nuit en

chambre individuelle.

Orléans

Auberge de jeunesse

2 rue Winston Churchill

45100 ORLÉANS-LA SOURCE

Déménagement prévu en centre-ville d'Orléans en fin d'année 2019.

Tél: 02 38 53 60 06

06 17 67 64 58

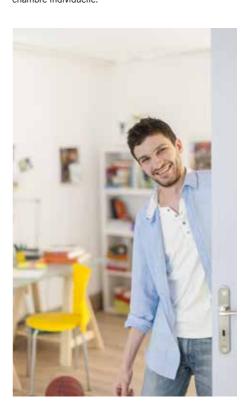
Courriel: auberge.crjs45@orange.fr

aubergedejeunesseorleans.fr

Accueil: du lundi au vendredi de 8h30 à 23h, samedi et

dimanche de 9h à 14h et de 16h à 23h.

21 € la nuit en chambre collective. 29 € la nuit en chambre individuelle.



CONNAÎTRE LES AIDES

Le logement représente un poste de dépense très important dans votre budget. Sous certaines conditions, des aides peuvent vous être accordées, aussi bien pour payer votre dépôt de garantie que pour régler vos loyers.

Pour le dépôt de garantie

Le dépôt de garantie est la somme d'argent versée au propriétaire bailleur à la signature du bail et qui est destinée à couvrir d'éventuelles réparations locatives ou des impayés de loyer et de charges. Le montant correspond à un mois de loyer hors charges (deux mois si la location est meublée). Il est restitué en fin de location, déduction faite des éventuelles sommes dues au bailleur.

Avance Loca-Pass

C'est quoi?

C'est une avance gratuite sous forme de prêt sans frais de dossier ni intérêt, d'un montant de 1 200 € maximum. Le prêt peut être remboursé sur une durée de 25 mois maximum, avec un minimum de 20 € par mois.

Pour qui?

- Les étudiants salariés de moins de 30 ans pouvant justifier :
 - d'un CDD de trois mois minimum en cours au moment de la demande d'aide.
 - ou d'un ou plusieurs CDD pour une durée cumulée de trois mois minimum au cours des six mois précédant la demande d'aide,
- ou d'une convention de stage d'au moins trois mois en cours au moment de la demande,
- ou d'un statut d'étudiant boursier d'État français.
- les jeunes de moins de 30 ans en formation professionnelle (contrat d'apprentissage ou de professionnalisation) ou en recherche d'emploi,
- les salariés d'une entreprise du secteur privé non agricole.

Comment en bénéficier ?

Faites votre demande en ligne au plus tard 2 mois après votre entrée dans le logement sur locapass.actionlogement.fr

Si besoin, n'hésitez pas à vous rendre dans une agence Action Logement près de chez vous. Coordonnées sur actionlogement.fr rubrique « nous contacter » > « les implantations ».

Aide régionale au dépôt de garantie

C'est quoi?

C'est une avance gratuite sous forme de prêt sans frais de dossier ni intérêts, correspondant au montant du dépôt de garantie exigé par le bailleur, dans la limite de $300 \in$ par bénéficiaire ou de $150 \in$ en cas de colocation. Le prêt doit être remboursé en 6 mensualités de $50 \in$, 6 mois après la date de versement de l'avance.

Pour qui?

Jeunes âgés de 16 à 25 ans pour l'accès à leur premier logement.

Comment en bénéficier ?

Pour l'obtenir, il faut adresser au conseil régional un dossier comprenant un courrier de demande, une attestation sur l'honneur de première installation, un justificatif de domicile de moins de 3 mois, une copie du bail de moins de 3 mois ou du projet de bail ou de la promesse de bail, une copie de la pièce d'identité recto-verso et un RIB. Envoyez la demande au plus tard 3 mois après la signature du bail à :

Conseil régional Centre-Val de Loire 9 rue Saint-Pierre Lentin - CS 94117 45041 ORLÉANS CEDEX 1

yeps.fr



Pour la **Caution** (ou le « garant »)

La caution (ou le « garant ») est une personne ou un organisme qui s'engage à couvrir des éventuels impayés de loyer et de charges ou des frais de réparation locative.

Visale

C'est quoi?

C'est un dispositif de cautionnement gratuit géré par Action Logement. Il est applicable à tout type de logement loué auprès d'un bailleur privé. Pour les étudiants et les alternants, il est également valable dans le pars social. En cas d'impayés, les sommes sont avancées au propriétaire par Action Logement puis remboursées par le locataire.

Pour qui?

- Les jeunes de 18 à 30 ans, quelle que soit leur situation.
- les salariés de plus de 30 ans embauchés (ou avec une promesse d'embauche) depuis moins de 6 mois (hors

CDI confirmé) dans une entreprise du secteur privé ou agricole,

- les titulaires d'un bail mobilité, peu importe leur âge,
- les ménages entrant dans un logement locatif privé via un organisme d'intermédiation locative agréé (agence immobilière sociale ou association à vocation sociale par exemple).

Comment en bénéficier ?

Faites votre demande en ligne sur visale.fr

Après vérification, Action Logement vous délivre un visa certifié à présenter au bailleur, indiquant la durée de validité du cautionnement et le montant de loyer garanti. De son côté, le bailleur peut vérifier l'authenticité de votre visa via son espace personnel sur le site **visale.fr** et faire sa demande de cautionnement.

Si besoin, n'hésitez pas à vous rendre dans une agence Action Logement près de chez vous. Coordonnées sur actionlogement.fr rubrique « nous contacter » > « les implantations ».



Pour le paiement du loyer

Aide de la Caf

C'est quoi?

L'aide personnalisée au logement (APL), l'allocation de logement à caractère familial (ALF) et l'allocation de logement à caractère social (ALS) sont 3 aides, non cumulables, attribuées par la Caisse d'allocations familiales. Elles sont applicables à tout type de logement (résidence universitaire, foyer, logement privé meublé ou non meublé, sous-location, hôtel, chambre chez l'habitant, etc.), à condition qu'il soit décent et d'une superficie au moins égale à 9 m² par personne.

Pour qui?

Les ressortissants français de l'Union européenne, de l'Espace économique européen ou de la Suisse qui remplissent les conditions de droit au séjour ainsi que les étrangers possédant un titre de séjour en cours de validité.

Quel sera le montant de votre aide?

Il est calculé selon le montant de votre loyer (sans les charges), vos ressources et de celles de toutes les personnes vivant sous votre toit, le lieu de votre domicile et le nombre d'enfants et des autres personnes à votre charge.

Vous ne devez pas déclarer le montant des revenus de vos parents. Si vous choisissez de bénéficier d'une aide au logement, vos parents ne recevront plus de prestations familiales en votre faveur.

caf.fr rubrique « mes services en ligne » > « faire une simulation ».

Comment en bénéficier ?

Complétez votre demande d'aide au logement en ligne sur **caf.fr** rubrique « mes services en ligne » > « faire une demande de prestation ».

En juillet & août

Votre Caf vous demandera, en fin d'année scolaire, si vous conservez votre logement en juillet et en août. Si vous ne restez pas dans votre logement (ou en l'absence de réponse de votre part), le versement de votre aide sera interrompu à partir de fin juin.

Mobili-Jeune

C'est quoi?

C'est une subvention de 10 à 100 € par mois qui peut être attribuée sur toute la durée de votre formation en alternance (3 ans maximum). Le montant de l'aide est calculé en fonction du loyer et des aides au logement déjà perçues. L'aide est applicable à tout type de logement.

Pour qui?

Jeunes âgés de moins de 30 ans en formation en alternance (sous contrat d'apprentissage ou de professionnalisation) dans une entreprise privée non agricole et dont la rémunération n'excède pas le montant du Smic.

Comment en bénéficier ?

Faites votre demande en ligne avant le début de la formation ou au plus tard dans un délai de 6mois à compter de la date de démarrage du cycle de formation sur mobilijeune.actionlogement.fr

Si besoin, n'hésitez pas à vous rendre dans une agence Action Logement près de chez vous. Coordonnées sur actionlogement.fr rubrique « nous contacter » > « les implantations ».



En cas de difficultés

Fonds de solidarité logement (FSL)

Géré par les conseils départementaux, le FSL est une aide destinée aux personnes rencontrant des difficultés pour accéder ou se maintenir dans un logement et/ou qui sont dans l'impossibilité de régulariser des impayés d'énergie, d'eau ou de téléphone. Les aides du FSL sont apportées sous forme de cautionnement, de prêts sans intérêt, de garanties ou de subventions.

Le FSL est secondaire à toute forme d'aide et doit donc

être sollicité uniquement après les aides de la Caf et d'Action Logement par exemple.

À noter que dans le Loiret, l'aide est appelée Fonds unifié logement (FUL).

Chaque conseil départemental applique son propre règlement. Consultez le site Internet de votre conseil départemental pour en connaître le détail.

Pour faire une demande d'aide, adressez-vous à un travailleur social, présent au sein d'un organisme d'action sociale (CCAS, Maison du département, etc.) ou de votre établissement de formation





APPRENTIS OU ETUDIANTS ?SE LANCER DANS LA VIE DEMANDE D'ÊTRE BIEN ENTOURÉ.

LE CRÉDIT DE 1 000 EUROS À 0 % TAEG FIXE(1)

Certaines dépenses sont essentielles pour vous permettre d'étudier dans les meilleures conditions possibles : financer son matériel, son permis de conduire ou son véhicule...

TAEG Fixe de : 0 %

Montant demandé : 1 000 €

Montant total dû par l'emprunteur : 1 000 €

Votre mensualité : 27,78 €

Un crédit vous engage et doit être remboursé.

Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager.

0 % TAEG FIXE

Exemple: pour un prêt personnel^[2] de 1 000 € sur 36 mois au taux débiteur annuel fixe de 0 %, 1ère mensualité de 27,70 €, puis 35 mensualités de 27,78 €. Taux Annuel Effectif Global fixe de 0 %. Frais de dossier de 0 €. Coût de l'assurance facultative^[3]: 0,70 € par mois qui s'ajoutent à la mensualité et montant total dû au titre de l'assurance sur la durée totale du prêt : 25,20 €. Taux annuel effectif de l'assurance : 1,63 %. Montant total dû par l'emprunteur, hors assurance facultative : 1 000 €.



Prenez rendez-vous en ligne www.caisse-enarque.fr

(coût d'accès à Internet)



Pour nous contacter www.caisse-epargne.fr

(coût d'accès à Internet)



(1) Offer réservée aux personnes capables âgées de 18 à 28 ans. Les intérêtes sont pris en charge par votre Caisse d'Epargne. (2) Exemple donné à titre indicatif, sans valeur contractuelle, sous réserve d'acceptation de votre dossier par la Caisse d'Epargne et après expiration du délai légal de rétractation. Conditions tarifiaires au 01/02/2019, susceptibles de variation. Renseignez-vous auprès de votre Conseiller. (3) Pour le prêt cité ci-dessus, et pour un client de 20 ans assuré en décès et en perte totale et irréversible d'autonomie. Le cotôt mensuel de l'assurance dépend des garanties offertes, de l'âge et des conditions de santé de l'emprunteur. Renseignez-vous en agence. Contrat d'assurance de CNP Assurances, entreprise régie par le code des assurances. Caisse d'Epargne et de Prévoyance Loire-Centre, Banque coopérative régie par les articles L. 512-58 et suivants du Code monétaire et financier, société anonyme coopérative à directoire et conseil d'orinentation et de suverillance au capatital social de 37 409 440 e. Siège social à Orifeans, 7 rue d'Escures. RCS Orifeans 383-952-470. Intermédiaire en assurances immatriculé à l'ORIAS sous le numéro 07 004 526. Titulaire de la carte professionnelle n° CPI 4501 2018 000 030 210 «transactions sur immeubles et fonds de commerce» délivrée par la Chambre de Commerce et d'Industrie du Loiret. Pour cette activité, l'établissement ne doit revevoir ni détenir d'autres fonds, effets ou valeurs que ceux représentatifs de sa rémunération ou de ses honoraires. Garantie financier. C'E. G.C. G. f. nu Hoche - Tour Kupka B - TSA 39999 -9291 la Défénes Cedex. DilbEV 03/2019. C'édit hotos : Stocchopton.



MAÎTRISER SON BUDGET

Pour bien gérer vos dépenses, il est utile de repérer tout ce qui rentrera dans votre budget serré d'étudiant! Début de l'indépendance oblige, vos dépenses seront nombreuses : il est important de bien les identifier et de savoir les dompter. Quant à vos recettes, pas toujours suffisantes, vous pourrez avec des bons plans et des aides diverses, profiter tout de même de votre vie d'étudiant.

Dépenses

- · loyer, chauffage, eau, gaz, électricité
- mutuelle
- assurances (responsabilité civile, habitation, automobile)
- impôts
- frais bancaires
- alimentation
- · santé, hygiène
- habillement
- entretien et équipements divers (logement, vélo, voiture, etc.)
- téléphone, Internet
- frais d'inscription pour vos études
- livres, matériel pédagogique et informatique
- déplacements (transports publics, essence)
- · culture, loisirs, sport
- vacances
- autres dépenses (remboursement de prêt étudiant, permis de conduire, dépenses imprévues, etc.)

Recettes



- · aide des parents
- salaires (job d'été ou petit boulot étudiant, rémunération d'apprenti), gratifications de stage
- bourses ou autres aides liées à vos études
- · allocations logement
- remboursements des frais de santé
- · autres recettes

Quelques pistes pour gérer au mieux Votre budget

Information

Exploitez au mieux toutes les opportunités présentées dans ce guide (jobs étudiants, bourses, aides au logement, réductions culture, etc.).

Organisation

- enregistrez régulièrement dans un tableau vos dépenses et vos recettes, pour y voir clair. Vous pouvez pour cela télécharger un calculateur, par exemple sur inc-conso.fr rubrique « format » > « simulateurs » > « calculez votre budget ».
- suivez vos comptes bancaires pour voir tout de suite ce qui cloche et y remédier. Si besoin, négociez une autorisation de découvert avec votre banquier (attention : autorisation de découvert ne veut pas dire absence de frais de découvert!).
- soyez sérieux avec l'administration et en cas de problème avec un organisme, contactez-le rapidement pour trouver une solution. De même avec votre propriétaire : en cas de retard de paiement du loyer, il sera plus facile de trouver un arrangement à l'amiable si vous avez l'habitude de payer en temps et en heure.

Consommation maline

- dans tous les domaines, comparez les prix, faites jouer la concurrence, profitez des promotions et quand c'est possible, négociez!
- privilégiez les achats d'occasion, équipez-vous auprès d'Emmaüs, dans les vide-greniers, sur les sites de revente,
- faites réparer votre matériel, plutôt que de racheter du neuf,
- profitez des réductions offertes grâce à votre carte d'étudiant.
- pensez à la colocation, au covoiturage, aux achats groupés, à la location et aux services entre particuliers ou étudiants, etc.,
- ne vous laissez pas tenter par les crédits à la consommation divers et variés. Si vous envisagez un prêt étudiant, étudiez scrupuleusement les conditions de prêt,
- consultez, par exemple, le site studyrama.com rubrique
- « vie étudiante » > « économiser : nos bons plans ».

En cas de difficultés financières, ponctuelles ou plus graves, n'attendez pas!

- faites-vous aider par le service social du Crous (coordonnées p. 110). Les assistantes sociales vous accompagneront dans les formalités et difficultés de votre vie étudiante (budget, logement, aides sociales, travail). Elles pourront également vous présenter les différentes possibilités de financement de vos études (bourses, aides) et instruire des dossiers de demande d'aides financières (notamment les aides spécifiques du Crous, voir p. 60),
- si vous êtes étudiant dans un lycée public (BTS, CPGE), adressez-vous au service social de votre établissement,
- si vous êtes étudiant dans une école privée non reconnue par l'État, adressez-vous à votre établissement.
- de nombreux organismes (Restos du cœur, Secours populaire, Secours catholique, épiceries sociales, etc.) peuvent également vous soutenir. Pour connaître les coordonnées des organismes proches de chez vous, rendez-vous dans une structure Information Jeunesse (coordonnées p. 111).

• proximité de votre lieu d'études ou de votre domicile,

• qualité de l'accueil, temps d'attente au guichet,

 services de banque à distance : opérations que vous pouvez réaliser sans vous déplacer, par téléphone ou Internet.

Il existe aussi des banques en ligne, qui fonctionnent sans agence, sans conseiller individuel et qui peuvent donc proposer des tarifs bancaires réduits. Pourquoi pas ? Mais sachez que parfois, dans les situations difficiles, avoir la possibilité de discuter avec un conseiller « en chair et en os » change bien des choses...

Suivez vos comptes sur votre téléphone

De plus en plus de banques vous permettent d'accéder à vos comptes à partir d'une appli gratuite : téléchargez la vôtre pour suivre vos comptes et réagir en direct!

Les banques

Même si vous n'êtes pas encore autonome financièrement, les banques s'intéressent déjà à vous. Elles pourront vous proposer des produits spécifiques: livrets jeunes, cartes adaptées aux jeunes (tarif moins élevé, carte à autorisation systématique, carte de paiement prépayée), exonérations d'agios, crédits adaptés à taux préférentiel, prêts permis à un euro par jour, prêts étudiants, etc.

Avant de choisir une banque, informez-vous sur les produits bancaires et comparez-les dans différentes banques. Pour vous aider à comparer : tarifs-bancaires.gouv.fr

Quels sont les différents moyens de paiement ? Comment ouvrir et utiliser un compte bancaire ? Combien coûtent les services d'une banque ?

Pour répondre à ces questions, vous pouvez consulter le site **lesclesdelabanque.com** qui vous donnera des explications simples et claires sur la banque et l'argent : informations utiles, guides pratiques, modèles de lettre, etc. Visitez notamment la rubrique « particuliers » > « mes enfants et l'argent » > « étudiant » (budget, services bancaires, etc.).

Référez-vous également au site **service-public.fr** rubrique « particuliers » > « argent » > « banque ».

Pour choisir votre banque, plusieurs critères peuvent entrer en ligne de compte

- · conditions et tarifs,
- · clarté des explications, contrats et services proposés,

Le prêt étudiant garanti par l'État

L'État a créé un fonds de garantie « prêts étudiants » qui permet à certaines banques partenaires (Société générale, Crédit mutuel, CIC, Caisses d'épargne, Banques populaires) d'accorder un prêt d'un montant maximum de 15 000 €, sans conditions de ressources et sans caution parentale ou d'un tiers.

Il faut avoir moins de 28 ans, être de nationalité française ou posséder la nationalité de l'un des États membres de l'Union européenne ou de l'Espace économique européen, et être inscrit dans un établissement en vue de la préparation d'un concours ou d'un diplôme de l'enseignement supérieur français.

Le remboursement peut être différé (partiellement ou totalement). Les taux d'intérêt et les modalités de prêt sont variables selon les organismes bancaires.



57

BÉNÉFICIER D'UNE AIDE FINANCIÈRE

BOUTSES sur critères sociaux

Les bourses sur critères sociaux sont destinées à aider les étudiants qui suivent leurs études dans une formation dispensée par un établissement d'enseignement supérieur public ou privé, habilitée par les ministères suivants à recevoir des boursiers :

- le ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation,
- le ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation,
- le ministère de la Culture.

Ces bourses sont gérées par les Crous (Centres régionaux des œuvres universitaires et scolaires) via le DSE (voir ci-après).

Bénéficiaires

- étudiant âgé de moins de 28 ans au 1^{er} septembre de l'année universitaire pour une première demande de bourse.
 - sans limite d'âge pour les étudiants handicapés reconnus par la commission des droits et de l'autonomie des handicapés,
 - recul de la limite d'âge en fonction de la durée du volontariat dans les armées ou du volontariat civil,
 - recul de la limite d'âge d'un an par enfant élevé,
- étudiant de nationalité française ou ayant la nationalité d'un État membre de l'Union européenne (ou d'un État faisant partie de l'Espace économique européen),
- · étudiant d'une autre nationalité.
 - bénéficiant d'un titre de séjour en règle,
- domicilié en France depuis au moins deux ans et dont le foyer fiscal auquel il est rattaché (père, mère ou tuteur légal) est situé en France depuis au moins deux ans

Dans tous les cas, l'étudiant devra répondre aux conditions d'assiduité, de présence aux examens et de scolarité.

Critères d'attribution

Les aides sont attribuées en fonction de trois critères : le revenu brut global de la famille, le nombre d'enfants à charge fiscale de la famille et l'éloignement du lieu d'études. Ces critères définissent le droit à bourse et l'échelon de bourse. La bourse est versée en 10 mensualités, de septembre à juin.

Dossier social étudiant (DSE)

Le dossier social étudiant est un document unique qui vous permet, en tant qu'étudiant ou futur étudiant, de demander une bourse sur critères sociaux et/ou un logement en résidence universitaire.

Simulation

Pour savoir si vous pouvez obtenir une bourse sur critères sociaux, vous pouvez faire une simulation à partir du 15 janvier sur **crous-orleans-tours.fr** rubrique « bourses » > « montants et simulateur ».

« bourses » > « initiality et similarity et

Le DSE doit être constitué chaque année sur Internet entre le 15 janvier et le 15 mai pour l'année scolaire qui suit. Dans le cas d'une demande de logement, il est recommandé de la faire le plus rapidement possible, afin que le dossier soit instruit en vue des mouvements nationaux d'affectation en résidence universitaire.

Vous pourrez encore faire votre demande après le 15 mai. Votre dossier sera examiné et traité, mais sachez que le paiement de la bourse pourra connaître un délai, et ne s'effectuera que lorsque votre dossier sera complet.

Pour effectuer votre demande de bourse et/ou de logement :

 rendez-vous sur messervices.etudiant.gouv.fr rubrique « demander une bourse ou une aide » > « demande de DSE », identifiez-vous via votre compte personnel et faites votre demande. Tout au long de l'année vous pourrez suivre votre dossier : rubrique « suivi du DSE ».

Pour plus d'infos sur les bourses, le logement et sur le DSE, consultez **crous-orleans-tours.fr** rubriques « bourses » et « logement ».

Le Crous de l'académie où vous êtes actuellement scolarisé est votre interlocuteur, même si vous souhaitez poursuivre vos études dans d'autres académies.

Dès la validation des informations fournies dans votre DSE, il vous adressera une notification conditionnelle par mail, indiquant la décision d'attribution ou de refus de votre demande de bourse.

Cette notification est un document important, qui vous permettra si vous devenez boursier, d'être exonéré de vos droits d'inscription dans les établissements publics et de la contribution de vie étudiante et de campus (CVEC).

Après avoir reçu le justificatif d'inscription dans votre établissement, le Crous fixera le montant définitif de votre bourse et vous enverra une notification définitive

Conseils

N'attendez surtout pas les derniers jours pour remplir votre dossier. Vous éviterez ainsi le risque de saturation

Un dossier réalisé dans les délais et complet permettra un traitement plus rapide de votre demande.

CONTACTS

▶ Orléans

Crous d'Orléans-Tours

Maison de l'étudiant Hall du forum - 1er étage Bourses et logements 2 rue de Tours 45100 ORLÉANS

Tél: 02 38 24 27 00 (du lundi au vendredi de 9h à 17h)

Besoin d'aide?

Vous pouvez poser des questions sur votre DSE, les bourses et le logement, via messervices.etudiant.gouv.fr : connectezvous à votre compte personnel puis utilisez la rubrique « ma boîte à questions ».

▶ Tours

Clous (Centre local des œuvres universitaires et scolaires)

Bourses et logements 60 rue du Plat d'Étain - Bât. H 37000 TOURS

Tél: 02 38 24 27 00 (du lundi au vendredi de 9h à 17h)



Autres aides

Aides spécifiques du Crous

Les aides spécifiques permettent d'apporter rapidement une aide financière personnalisée.

Après un entretien et en fonction de votre situation, une assistante sociale pourra vous proposer une aide financière :

- soit une allocation annuelle accordée à l'étudiant qui rencontre des difficultés pérennes (rupture familiale par exemple),
- soit une aide ponctuelle pour faire face à une difficulté nouvelle et imprévisible.

L'âge limite pour bénéficier d'une aide spécifique est fixé à 35 ans. Cette limite d'âge n'est pas opposable aux étudiants atteints d'un handicap reconnu par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées. Les demandes d'aides spécifiques sont examinées par une commission présidée par la direction du Crous. Elles y sont présentées de façon anonyme.

Pour plus de renseignements et pour déposer un dossier, prendre contact avec le service social du Crous (coordonnées p. 110).

Aides gérées par le Crous ou par d'autres organismes

Il existe d'autres aides que celles citées dans ce guide. Renseignez-vous :

- service social du Crous (coordonnées p. 110) ou de votre établissement.
- site Internet du Crous crous-orleans-tours.fr rubriques « bourses », « logement » et « action sociale/santé »,
- guide du Crous d'Orléans-Tours, ainsi que la brochure « Guide du dossier social étudiant », disponibles sur le site du Crous crous-orleans-tours.fr
- dossier Actuel Cidj n° 1.612 « Les bourses de l'enseignement supérieur », consultable dans toutes les structures Information Jeunesse en région Centre-Val de Loire (coordonnées p. 111),
- etudiant.gouv.fr rubrique « vos aides financières »,
- mes-aides.gouv.fr: ce site vous permet de voir en une seule simulation si certaines aides sociales pourraient vous être attribuées (aide au logement, prime d'activité, aide au paiement d'une complémentaire santé. etc.).
- fondationdefrance.org/fr rubrique « trouver un financement » > « les bourses des fondations ».

Droits d'inscription à l'Université

Si vous rencontrez des difficultés financières, si vous avez perdu votre droit à bourse, vous pouvez peut-être bénéficier d'une aide.

penencier à une aiue. Renseignez-vous auprès de l'administration de votre université.

Vous êtes en alternance?

Vous pouvez profiter du logement et de la restauration universitaires, des aides sociales et d'autres services proposés par le Crous.

La carte d'étudiant des métiers pourra vous faire obtenir des réductions diverses (culture, sport, commerces, etc.).

Si vous êtes en situation de handicap

Vous pouvez bénéficier de la prestation de compensation du handicap.

Cette aide personnalisée est calculée par la Maison départementale des personnes handicapées (MDPH) en fonction de votre handicap et de vos besoins (humains, matériels, etc.).

Renseignez-vous sur les conditions d'attribution auprès de la MDPH de votre département.

Contrat d'engagement de service public (CESP)

Le CESP propose aux étudiants et aux internes en médecine, une allocation de 1 200 € brute par mois. Une candidature au CESP peut être déposée dès la 2e année des études médicales.

En contrepartie, les bénéficiaires s'engagent, pendant un nombre d'années égal à celui durant lequel ils auront perçu l'allocation et pour 2 ans minimum, à choisir une spécialité moins représentée ou à s'installer dans une zone où la continuité des soins est menacée.

Pour récupérer puis déposer votre dossier, contactez le service scolarité de votre faculté de Médecine de la région Centre-Val de Loire à Tours.

Les médiateurs de l'Éducation nationale et de l'Enseignement supérieur

Vous contestez une décision de l'administration ? Vous êtes en conflit avec un membre de l'administration et vos démarches n'ont pas abouti favorablement ? Vous n'arrivez pas à vous faire entendre sur un problème de bourse ou de logement universitaire ?

Vous pouvez faire appel à un médiateur de l'Éducation nationale et de l'Enseignement supérieur pour vous aider à résoudre votre problème.

Plus d'infos et coordonnées sur **education.gouv.fr** rubrique « le système éducatif » > « le ministère » > « missions et organisation du ministère » > « les organismes rattachés au ministère de l'Éducation nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche » > « le médiateur de l'Éducation nationale et de l'Enseignement supérieur ».

Aides des collectivités territoriales

Certaines collectivités territoriales peuvent apporter des aides financières aux étudiants de leur territoire. Pensez à la région, aux départements et parfois aux villes. La nature des aides (bourses d'études, aides lors d'us tage, etc.) et les modalités d'attribution (critères sociaux, filières de formation, etc.) sont variables. Renseignez-vous auprès de chaque collectivité.

Une aide pour sortir de nos frontières?

Si vous voulez obtenir une bourse ou une aide pour partir étudier à l'étranger, rendez-vous p. 27.

CONTACTS

Aides de la région Centre-Val de Loire

Orléans

Conseil régional du Centre-Val de Loire

9 rue Saint-Pierre Lentin 45041 ORLÉANS CEDEX 1 aress.regioncentre-valdeloire.fr regioncentre-valdeloire.fr

Aides dans votre parcours de formation du secteur sanitaire et social :

prise en charge du coût pédagogique de votre formation initiale dans un des établissements de formation agréés ou autorisés en région Centre-Val de Loire, selon certains critères.

Renseignez-vous auprès des établissements de formation ou au 0 800 222 100 (appel gratuit depuis un poste fixe), ou dans le guide « Les métiers de la santé et du social en région Centre-Val de Loire » sur onisep.fr rubrique « près de chez vous » > « Orléans » > « publications de la région ».

attribution d'une bourse régionale d'études sur critères sociaux (soumise à conditions de ressources), alignée sur le régime des bourses sur critères sociaux de l'enseignement supérieur. Pour être éligible à la bourse régionale, l'étudiant doit bénéficier de la prise en charge du coût pédagogique de sa formation par le conseil régional. Bourse versée mensuellement, dès le mois qui suit l'entrée en formation.

Pour plus d'informations (diplômes, dates de demande, conditions d'attribution, etc.), consultez aress.regioncentrevaldeloire.fr ou téléphonez au 02 38 56 93 12 ou envoyez un courriel à aress@regioncentre.fr

Aides des départements

Blois

Conseil départemental de Loir-et-Cher

Direction générale adjointe des solidarités 34 avenue Maunoury Cité administrative - Porte D 41020 BLOIS Tél : 02 54 58 43 50 le-loiret-cher.fr

Allocation de déplacement ou de logement de 1 200 €, pour les étudiants internes en médecine générale en 3° cycle et stagiaires dans le Loir-et-Cher. Stage de médecine générale de 6 mois dans un ou plusieurs cabinets de médecine générale du département ou dans un service hospitalier agréé pour la médecine générale.



Bourges

Conseil départemental du Cher

Direction générale adjointe prévention, autonomie et vie sociale

Démographie médicale Hôtel du département Place Marcel Plaisant - CS 30322 18023 BOURGES CEDEX

Tél: 02 48 27 69 67 ou 06 88 28 97 92

Courriel: pierre-alexandre.couf@departement18.fr

departement18.fr rubrique « je suis un particulier » > « jeunes » > « enseignement supérieur » > « étudiants en médecine »

Bourse aux étudiants en 3e cycle de médecine. Bourse de 600 € par mois versée pendant 3 ans au maximum.

L'étudiant s'engage contractuellement à s'installer pendant 5 ans minimum dans le Cher à l'issue de ses études (dans tout le département, sauf dans la zone franche urbaine de Bourges, dans laquelle l'étudiant s'engage également à ne pas s'installer dans les 10 ans qui suivent sa 1^{re} installation). Cumul possible avec le CESP (voir p. 60).

Mise à disposition de logement à titre gracieux : pour les étudiants internes en médecine stagiaires en ambulatoire chez un praticien de médecine en libéral du Cher, et pour les étudiants en masso-kinésithérapie stagiaires dans le Cher.

▶ Chartres

Conseil départemental d'Eure-et-Loir

Direction du développement des territoires Service valorisation et animation des territoires Plan santé 28

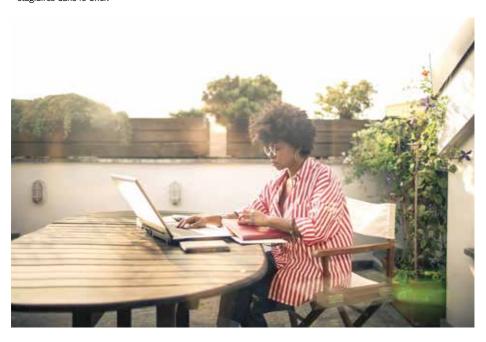
Plan sante 28 Hôtel du département 1 place Châtelet 28000 CHARTRES Tél : 02 37 88 08 75

Courriel: plansante 28@eurelien.fr

eurelien.fr/guide/sante

Pour les étudiants en médecine générale, médecine spécialisée, odontologie, masso-kinésithérapie, maïeutique, pharmacie et les étudiants infirmiers :

- accompagnement personnalisé pendant les études,
 indemnités de déplacement pour les stages chez les professionnels de santé libéraux (hors médecine libérale) du département,
- accueil d'internes en médecine générale au service de protection maternelle et infantile (PMI) du conseil départemental.
- logements meublés à prix attractifs pour les stages sur Chartres, Dreux, Brou et Châteaudun.



▶ Châteauroux

Conseil départemental de l'Indre

Direction générale adjointe des routes, des transports, du patrimoine et de l'éducation

Direction de l'éducation et des transports

Hôtel du département

Place de la Victoire et des Alliés - CS 20639

36020 CHÂTEAUROUX CEDEX

Tél: 02 54 08 37 67 Courriel: contact@indre.fr

indre.fr rubrique « territoire » > « éducation » > « études supérieures » > « bourse d'enseignement supérieur » Bourse accordée aux étudiants boursiers du Crous, fisca-

lement dépendants du département.

Montant annuel de 265 €.

Demande à effectuer de début décembre à mi-mars. Pour déposer un dossier, renseignez-vous sur indre, fr

Conseil départemental de l'Indre

Direction de la prévention et du développement social (DPDS)

Maison départementale de la solidarité Centre Colbert - Bât. E 4 rue Eugène Rolland - BP 601

36020 CHÂTEAUROUX CEDEX Tél: 02 54 08 38 09

indre.fr

▶ Bourse « étudiants internes en médecine » pour les étudiants en 3e cycle de médecine.

Bourse de 600 € par mois durant les 3 années d'internat ou à partir de la date d'entrée dans le dispositif. L'étudiant s'engage à s'installer pour une durée mini-

male de 5 ans dans l'une des zones déficitaires du département, une fois son diplôme obtenu et ce dans les 2 années suivant son obtention.

L'aide est versée à la signature d'un contrat liant l'étudiant interne et le département, et définissant les obligations des deux parties.

Cumul possible avec le CESP (voir p. 60).

Aide au logement pour les étudiants internes en médecine stagiaires dans l'Indre.

▶ Orléans

Conseil départemental du Loiret

Direction des relations avec les territoires Démographie médicale

45945 ORLÉANS Tél: 02 38 25 45 45

Courriel: sarah.benavad@loiret.fr loiret.fr

Bourse d'études et de projets professionnels pour les étudiants en médecine (3e cycle de médecine générale, 2º et 3º cycles d'odontologie).

Bourse de 7 200 € par an pendant 3 ans.

L'étudiant s'engage à s'installer et à exercer à l'issue de ses études pendant 5 ans dans le territoire loirétain. Il devra rembourser la subvention au prorata de la durée d'installation, si celle-ci est inférieure à 5 ans. Cumul possible avec le CESP (voir p. 60).

Propositions de logement pour les étudiants internes en médecine stagiaires sur la période de novembre à avril.

Certains conseils départementaux peuvent intervenir dans le cadre du FAJ (Fonds d'aide aux jeunes), à certaines conditions et en aide d'urgence. Cette aide est à solliciter seulement après avoir déjà rencontré une assistante sociale du Crous ou de votre établissement.



TRAVAILLER PENDANT SES ÉTUDES

Que vous cherchiez à travailler toute l'année en complément des cours ou pendant l'été, en région Centre-Val de Loire, ailleurs en France, ou même à l'étranger, les possibilités sont nombreuses. À vous de choisir la formule la plus adaptée à votre emploi du temps et à vos projets. Si vous souhaitez cumuler études et petit boulot, prévoyez de garder suffisamment de temps pour suivre vos cours, faire votre travail personnel, sans oublier vos loisirs.

Faire le point

Réfléchir pour savoir ce que l'on veut, ce n'est pas perdre son temps, bien au contraire !

Posez-vous les bonnes questions : quand et combien de temps voulez-vous travailler ? À quel endroit ? Quelles sont vos priorités ? Quel type de petit boulot cherchez-vous ? Quels sont vos atouts ? Vos contraintes ?

Vos réponses vous permettront de mieux mener vos recherches et vous prépareront à vos futurs contacts (entretien d'embauche par exemple) avec des employeurs potentiels.

On peut trouver un petit boulot durant l'été ou à d'autres périodes de l'année dans n'importe quel secteur d'activité. Mais certains secteurs fournissent plus d'opportunités: l'animation, le tourisme, les loisirs, l'agriculture, l'hôtellerie et la restauration, les services à la personne, le commerce. Alors n'hésitez pas à cibler ces domaines en priorité, sauf si vous avez des contacts privilégiés dans d'autres.

Dénicher des offres

La règle d'or : s'y prendre suffisamment tôt (en règle générale dès janvier-février pour travailler l'été) et donc préparer le terrain en déterminant le ou les postes recherchés en priorité.

Soyez organisé : pour ne rater aucune occasion.

Soyez attentif : pour postuler sur des postes auxquels votre profil correspond (compétences, contraintes, désirs).

Soyez actif : répondez à des offres, envoyez des candidatures spontanées, relancez, déplacez-vous dans les entreprises.

Votre réseau relationnel

On arrive souvent à trouver un petit boulot grâce au « bouche-à-oreille » et aux relations.

La première chose à faire est de parler de votre recherche autour de vous : famille, amis, voisins, commerçants, etc., et de communiquer sur vos réseaux sociaux. Pensez aussi à postuler auprès des employeurs de vos parents.

Des professionnels et des outils pour vous aider

Le réseau Information Jeunesse

Le réseau Information Jeunesse (coordonnées p. 111) peut vous proposer un accompagnement gratuit dans votre recherche de petit boulot : conseils, documentation, informations sur la législation, informations sur la rédaction de la lettre de motivation et du CV, pistes de recherche, offres, accès Internet, etc.

Le CRIJ édite un guide « Jobs d'été et petits boulots » qui recense :

- conseils pratiques, contacts et sites Internet liés à la recherche d'un petit boulot.
- · informations relatives au droit du travail,
- contacts pour un job à l'étranger.

Ce guide est disponible gratuitement dans toutes les structures Information Jeunesse en région Centre-Val de Loire (coordonnées p. 111) et téléchargeable sur le site **crijinfo.fr** rubrique « nos publications ».

En complément de ce guide, consultez crijinfo.fr rubrique « emploi, job » > « jobs d'été, petits boulots : des employeurs qui recrutent ». Vous y trouverez des infos, des conseils, les coordonnées et les critères de recrutement d'employeurs qui embauchent l'été ou au fil de l'année, ainsi que des sites d'offres de petit boulot, par secteur d'activité.

Le CRIJ, et de nombreuses autres structures Information Jeunesse, organisent des journées « jobs d'été » qui peuvent gratuitement vous permettre, selon la structure organisatrice, de :

- · vous informer sur les petits boulots,
- vous faire accompagner pour réaliser votre lettre de motivation et votre CV.
- faire des simulations d'entretien d'embauche,
- rencontrer des employeurs qui recrutent pour l'été, puis postuler auprès de ceux qui vous intéressent,
- vous renseigner sur les jobs à l'étranger.
- Retrouvez les lieux et dates de ces rendez-vous organisés chaque année de mars à mai, sur le site **crijinfo.fr** rubrique « emploi, job » > « trouver un job » > « nos journées jobs d'été ».



Les Crous (Centres régionaux des œuvres universitaires et scolaires)

Toute l'année, **jobaviz.fr** géré par les Crous, propose des offres de job étudiant dans de nombreux domaines, auprès d'entreprises, d'administrations, d'associations ou de particuliers. Les Crous eux-mêmes peuvent y proposer des emplois au sein de leurs services, par exemple dans les résidences ou les restaurants universitaires.

Consultez les offres en vous connectant à messervices. etudiant.gouv.fr

Les agences d'emploi et de travail temporaire

Elles proposent des missions courtes ou saisonnières, dans des domaines variés.

Beaucoup d'agences sont spécialisées dans un ou plusieurs secteurs d'activité. Sélectionnez ceux qui vous attirent.

Coordonnées dans les pages jaunes, à la rubrique « agences d'intérim, d'emploi ».

Les annuaires d'entreprises

Incontournables pour sélectionner des employeurs qui vous intéressent, afin d'envoyer des candidatures spontanées, ou pour vous renseigner sur ceux qui proposent une offre, voir sites p. 22.

La presse

Plongez-vous dans les rubriques « petites annonces » des quotidiens locaux. Bon nombre sont consultables dans les structures Information Jeunesse (coordonnées p. 111).

Consultez également les revues spécialisées des secteurs dans lesquels vous souhaitez travailler (certaines sont disponibles dans les bibliothèques).

Internet

Consultez les sites d'offres et de conseils, voir p. 68.

Un job dans l'animation?

Pourquoi ne pas essayer de décrocher un petit boulot dans un accueil de loisirs ou dans un séjour de vacances ? Pour être animateur auprès d'enfants ou d'adolescents, il vous faudra généralement le Bafa, brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur. Pour en savoir plus sur ce brevet et sur la fonction d'animateur, consultez le « Guide du Bafa (et du BAFD) en région Centre-Val de Loire » / Édition du Crij Centre-Val de Loire, 2016-2017.

Guide consultable dans toutes les structures Information Jeunesse de la région Centre-Val de Loire (coordonnées p. 111), téléchargeable sur crijinfo.fr rubrique « nos publications ». N'hésitez pas à contacter les différents organismes accordant des aides financières au Bafa, car celles-ci évoluent au fil des années.



Postuler

Candidature

Avant de postuler, renseignez-vous au mieux sur l'organisme visé, par exemple en consultant son site Internet ou les annuaires d'entreprises (p. 22), pour personnaliser votre candidature.

La plupart des bibliothèques, des structures du réseau Information Jeunesse (coordonnées p. 111), des centres de documentation de votre établissement, ou des agences Pôle emploi, disposent de guides sur les lettres de motivation et les CV. Leur consultation sur place ne nécessite généralement aucune inscription. Pensez aussi à regarder les modèles du guide « Jobs d'été et petits boulots », voir p. 64. Il existe aussi de nombreux modèles et conseils sur Internet, voir p. 69.

Pour savoir à qui adresser votre candidature, demandez quel est l'interlocuteur à contacter pour candidater (ou respectez les consignes de l'annonce). Préciser la fonction et le nom du destinataire sera toujours bien vu, car cela prouvera que vous avez pris la peine de vous renseigner.

Informez-vous sur le mode de diffusion qui répond aux attentes de l'employeur et utilisez-le (ou respectez les consignes de l'annonce).

Ayez une adresse mail et un message de répondeur téléphonique adaptés.

Entretien d'embauche

Si l'employeur qui a retenu votre candidature prend contact avec vous par téléphone, soyez prêt à lui répondre. Ayez toujours à portée de main de quoi noter l'heure, la date, le lieu de rendez-vous et le nom de la personne que vous devrez rencontrer. Si vous n'êtes pas vraiment disponible pour répondre, laissez votre répondeur prendre le message et rappelez au plus vite.

Préparez votre entretien :

- complétez vos renseignements sur l'employeur, notamment via Internet (site de l'organisme, annuaires d'entreprises, etc.).
- relisez et apportez le CV et la lettre de motivation que vous avez envoyés, ainsi que l'offre de petit boulot, car ces documents pourront servir de fil conducteur lors de l'entretien. Soyez capable d'expliquer ce que vous avez écrit
- préparez-vous aux questions habituelles d'un recruteur : vos points forts, vos points faibles, vos compétences, vos motivations, vos projets d'études ou de future carrière, etc.,
- sachez parler de vous et n'hésitez pas à vous exprimer,

 l'entretien permet au recruteur d'estimer si vous êtes le bon candidat, mais c'est aussi pour vous l'occasion de vérifier que le poste proposé correspond à vos attentes. Listez donc les questions que vous souhaitez poser sur le poste et sur l'organisme.

Les règles d'or de l'entretien d'embauche : ponctualité, aisance orale (entraînez-vous), motivation, présentation adaptée au poste.

Éteignez votre téléphone pour l'entretien. N'hésitez pas à prendre des notes. Pensez à remercier votre interlocuteur de vous avoir recu.

Une semaine après, si vous n'avez pas de nouvelles, recontactez l'employeur.

Conseils de préparation à l'entretien sur emploi-store.fr

Tenter l'aventure à l'étranger

Quand on cherche un petit boulot à l'étranger, il vaut mieux parler la langue du pays ou l'anglais.

Les secteurs d'emploi les plus porteurs sont l'hôtellerie-restauration, le tourisme et l'animation, les travaux agricoles.

Pensez également au séjour au pair.

Il est conseillé de préparer votre projet à l'avance.

Des organismes peuvent vous accompagner dans votre recherche de petit boulot et dans vos démarches administratives.

Vous trouverez leurs coordonnées dans le guide « Jobs d'été et petits boulots », disponible gratuitement dans toutes les structures Information Jeunesse en région Centre-Val de Loire (coordonnées p. 111), et téléchargeable sur le site crijinfo.fr rubrique « nos publications ». Des conseils, des ressources et des sites d'offres, sont également présents dans le guide pour vous aider dans votre projet. Consultez aussi crijinfo.fr rubrique « Europe, international » > « travailler » > « trouver un job à l'étranger ».



SITES INTERNET

Vous pourrez souvent postuler en ligne. N'hésitez pas à déposer votre CV et lettre de motivation sur les sites qui le proposent, et à créer des alertes pour recevoir des offres.

OFFRES. CONSEILS

· capcampus.com

Offres de petit boulot.

centremploi.com

Offres d'emploi et conseils.

• cidj.com

Offres et conseils, rubrique « emploi, jobs et stages ».

· emploi.org

Portail pour l'emploi. Sélection de sites d'offres et de conseils. Offres de petit boulot.

· emploi-store.fr

Portail pour l'emploi. Sites, applis : MOOCs, serious games, e-learning, simulateurs d'entretien, quiz, etc., pour trouver un emploi et pour préparer sa candidature.

· etudiemploi.com

Offres de petit boulot et conseils.

e indood fr

Moteur de recherche d'emploi. Indeed explore les sites d'emploi, de journaux, d'associations et les pages carrières des entreprises. Cliquez sur « rechercher » pour pouvoir sélectionner le type de contrat souhaité.

• iquesta.com

Offres de job.

• jobdete.com

Offres de job.

jobetudiant.net

Offres de petit boulot. Conseils pour postuler, par entreprise ou métier, rubrique « étudiants » > « fiches jobs ».

· leboncoin.fr

Offres d'emploi et de petit boulot.

letudiant.fr

Offres de job et conseils pour les étudiants.

pole-emploi.fr

Conseils et offres d'emploi. Cliquez sur la loupe de la recherche d'offres, pour pouvoir sélectionner le type de contrat souhaité, la durée hebdomadaire, etc. N'hésitez pas à créer votre espace personnel qui vous permettra notamment de recevoir des offres par mail. (Pour tout cela, il n'est pas nécessaire d'être inscrit à Pôle emploi comme demandeur d'emploi.)

prostudent.fr

Offres de petit boulot et conseils.

· rpro.univ-tours.fr

Offres de job réservées aux étudiants de l'université de Tours

· sesame-emploi.fr

Offres d'emploi en région Centre-Val de Loire.

• studyrama-emploi.com

Offres de job et conseils.

Coordonnées d'employeurs en ligne

Consultez **crijinfo.fr** rubrique « emploi, job » > « jobs d'été, petits boulots : des employeurs qui recrutent ». Vous y trouverez des infos, des conseils, les coordonnées et les critères de recrutement d'employeurs qui embauchent l'été ou au fil de l'année, ainsi que des sites d'offres de petit boulot, par secteur d'activité.

OFFRES PAR SECTEUR D'ACTIVITÉ

• lagriculture-recrute.org

Offres d'emploi dans le secteur agricole.

• Ihotellerie-restauration.fr

Offres d'emploi dans le secteur de l'hôtellerierestauration. Rubrique « emploi ».

planetanim.fr

Offres d'emploi dans l'animation.

saisonnalite.org

Si vous êtes disponible plusieurs mois (été ou hiver), avec un peu d'expérience, contactez les maisons des saisonniers dont vous trouverez les coordonnées sur ce site. Rubrique « annuaire des structures ».

tourisme-espaces.com

Offres d'emploi dans le tourisme, la culture, le sport et les loisirs.

LETTRE DE MOTIVATION, CV

· doyoubuzz.com/fr

Pour créer, héberger et diffuser son CV en ligne.

• emploi-store.fr pole-emploi.fr

Modèles de CV, de lettre de motivation, conseils, création en ligne.

moncv.com

Pour créer son CV et gérer ses candidatures.

semantis.fr/logiciels/cvitae

Logiciel gratuit, pour rédiger son CV, sa lettre de motivation et suivre ses candidatures.



Congé examen

Pour la préparation directe d'un examen, un étudiant justifiant d'une inscription valide et en cours au sein d'un établissement préparant à l'obtention d'un diplôme d'enseignement supérieur a droit à un congé supplémentaire non rémunéré de cinq jours ouvrables par tranche de soixante jours ouvrables travaillés prévus par son contrat de travail.

Ce congé est pris dans le mois qui précède les examens.

Prime d'activité pour les étudiants ayant des revenus professionnels

La prime d'activité est une prestation qui complète les revenus d'activité professionnelle.

Pour y avoir droit en tant qu'étudiant salarié (ou apprenti), vous devez notamment : avoir au moins 18 ans, résider en France, percevoir pendant au moins 3 mois un salaire mensuel supérieur à 78 % du Smic net (soit 932,29 € net, chiffre 2019) et inférieur à environ 1 787 € net.

La prime est versée tous les mois en fonction de votre situation et des ressources perçues au cours des 3 derniers mois. Le montant est identique sur 3 mois même si votre situation change au cours de cette période. La prime est cumulable avec une bourse sur critères sociaux.

Pour plus d'infos, pour estimer vos droits puis faire votre demande, rendez-vous sur **caf.fr** rubrique « droits et prestations » > « s'informer sur les aides » > « solidarité et insertion » > « la prime d'activité » > « questions/réponses » > « je suis étudiant... ».

Jobs et impôts

N'oubliez pas (vous ou vos parents) de déclarer vos revenus aux impôts.

Notez qu'une exonération d'impôts est possible dans vertains cas. Plus d'infos sur **travail-emploi.gouv.fr** rubrique « emploi » > « mesures jeunes » > « job d'été : formalités et obligations ».

Étudiant salarié

Vos établissements d'enseignement fixent des modalités pédagogiques spéciales (dispense d'assiduité à certains TD, emploi du temps adapté, contrôle terminal au lieu du contrôle continu, etc.) pour prendre en compte vos besoins spécifiques d'étudiant en situation particulière, notamment si vous êtes étudiant salarié.

Prenez contact avec votre établissement pour connaître les aménagements prévus, les conditions pour en bénéficier et vous faire connaître en tant qu'étudiant salarié.

(À savoir : ces dispositions sont aussi valables pour les étudiants assumant des responsabilités particulières dans la vie universitaire, étudiante ou associative, les étudiantes enceintes, les étudiants chargés de famille, les étudiants engagés dans plusieurs cursus, les étudiants handicapés, les artistes, les sportifs de haut niveau, etc.)

PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

La protection sociale

La sécurité sociale

À la rentrée 2019, la sécurité sociale étudiante disparaît. Tous les étudiants sont désormais rattachés au régime général de la protection sociale (ou un autre régime s'ils en font la demande avec leurs parents). Vous n'avez aucune démarche à faire. De même si vous étiez déjà étudiant en 2018-2019.

Pensez tout de même à mettre à jour votre carte vitale.

Conseil

Pour toutes vos démarches, n'hésitez pas à vous créer un compte sur **ameli.fr** (le site officiel de l'Assurance Maladie).

Contribution de Vie Étudiante et de Campus (CVEC)

Cette contribution, d'un montant de 91 € pour l'année 2019-2020, est destinée à favoriser l'accueil et l'accompagnement social, sanitaire, culturel et sportif des étudiants et à conforter les actions de prévention et d'éducation à la santé réalisées à leur intention.

q equication à la sante realisses d'entre les Sont concernés les étudiants en formation initiale des établissements publics et privés d'enseignement supérieur.

Il existe des cas d'exonération, pour les étudiants boursiers sur critères sociaux notamment.

Le paiement se fait en ligne, avant l'inscription administrative, sur **cvec.etudiant.gouv.fr**



Les complémentaires santé (mutuelles)

Pour compléter les remboursements de votre sécurité sociale, vous pouvez souscrire à la complémentaire santé (ou « mutuelle ») de votre choix. Ce n'est pas obligatoire mais fortement recommandé. Renseignez-vous auprès de la mutuelle de vos parents, d'une mutuelle étudiante ou d'un autre organisme complémentaire.

Aides financières

- la couverture maladie universelle complémentaire (CMU-C) : si vous avez de faibles ressources et sous certaines conditions, cette aide peut vous permettre de bénéficier d'une prise en charge à 100 % de vos dépenses de santé, sans avoir de frais à avancer ni de complémentaire à payer,
- l'aide pour une complémentaire santé (ACS): si vos ressources sont faibles mais légèrement supérieures au plafond fixé pour l'attribution de la CMU-C, vous pouvez prétendre à cette aide sous certaines conditions. Vous recevrez une attestation-chèque permettant d'obtenir une réduction sur le montant annuel de votre cotisation à une mutuelle

Consultez les conditions détaillées, effectuez une simulation et téléchargez les formulaires de demande sur ameli.fr/simulateur-droits

Loiret Santé: la complémentaire santé pour tous les Loirétains

Le département du Loiret, en partenariat avec Actiom (association d'assurés), propose la mutuelle Loiret Santé, à petit prix et accessible à tous les habitants du Loiret. Plus d'infos au 02 46 72 01 62 ou sur loiret.fr/sante

Les Organismes et services de santé généralistes

Service de santé universitaire (SSU)

Une équipe de médecins généralistes et spécialistes, de psychologues, d'infirmiers et d'assistants sociaux, etc., peut vous recevoir gratuitement sur rendez-vous pour :

- un bilan de santé, à votre arrivée à l'Université et tout au long de votre cursus,
- une consultation spécialisée, variable selon les structures (gynécologie, psychologie, diététique, etc.),
- un dépistage IST,
- une vaccination,
- · un certificat médical,
- · des conseils santé,
- une validation médicale d'aménagement des examens pour les étudiants présentant un handicap permanent ou temporaire,
- un entretien avec un assistant social.

SOS Médecins

Si votre médecin traitant n'est pas disponible, vous pouvez faire appel à SOS Médecins, service médical libéral, qui se déplace à votre domicile pour une consultation. Dans certaines villes, il dispose également d'une permanence de consultations en cabinet, sans rendez-vous. Pour une consultation à votre domicile, composez le 36 24.

En cabinet:

- à Bourges : 51 rue de Turly et 9 rue Aristide Maillol,
- à Orléans : 44 rue de Chanzy,
- à Tours : 19 rue de la Dolve.

Maisons des adolescents (MDA) et Points accueil écoute jeunes (Paej)

Ces structures accueillent de façon inconditionnelle, gratuite et confidentielle (voire anonyme selon les structures) les jeunes et/ou leur entourage. Vous pouvez y être accueilli, écouté, informé et orienté sur de nombreux sujets tels que la sexualité, les relations aux autres, le sommeil, l'alimentation, la consommation de drogues, le mal-être et les prises de risques. Les maisons des adolescents offrent une prise en charge médicale gratuite et pluridisciplinaire. Il est possible, selon les structures, d'y consulter des médecins, des gynécologues, des infirmiers, des diététiciens, des éducateurs spécialisés et des psychologues.

Information et écoute téléphonique ou en ligne

Fil santé jeunes :

Service gratuit et anonyme pour les jeunes de 12 à 25 ans. Écoute, information et orientation en matière de santé physique, psychologique et sociale, sexualité, nutrition, addictions, rapports aux autres et à la société.

- 0 800 235 236, tous les jours de 9h à 23h,
- tchat, individuel ou collectif, tous les jours de 9h à 22h sur filsantejeunes.com



CONTACTS

SSU

À noter : les étudiants des IUT de Chartres. Châteauroux et Issoudun doivent s'adresser au SSU d'Orléans.

▶ Blois

Antenne SSU

10-12 rue Anne de Bretagne 41000 BLOIS

Tél: 02 54 74 78 97 ou 06 98 17 01 84

Courriel: ssu.blois@univ-tours.fr univ-tours.fr rubrique « campus » > « santé »

Dépend de l'université de Tours. Sur rendez-vous.

Bourges

Antenne SSU

IUT de Bourges 63 avenue de Lattre de Tassigny

18000 BOURGES Tél: 02 48 23 80 83

Courriel: sante-bourges@univ-orleans.fr

univ-orleans.fr rubrique « vie des campus » > « santé et

accompagnement »

Dépend de l'université d'Orléans.

Horaires d'ouverture : lundi de 8h15 à 17h, mardi et jeudi de 8h à 17h, mercredi et vendredi de 8h à 12h30.

▶ Orléans

SSU

9 rue de Tours 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 41 71 79

Courriel: sante@univ-orleans.fr

univ-orleans.fr rubrique « vie des campus » > « santé et accompagnement »

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 17h.

Tours

SSU

60 rue du Plat d'Étain Bât. H - 1er étage 37000 TOURS Tél: 02 47 36 77 00

Courriel: ssu@univ-tours.fr

univ-tours.fr rubrique « campus » > « santé »

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 17h.

MDA et Paei

Blois

MDA

28 rue des Écoles 41000 BLOIS Tél: 02 54 55 64 22

Courriel: maisonados@ch-blois.fr

ch-blois fr/mda

Horaires d'ouverture : lundi, mercredi et vendredi de 10h à 18h sans rendez-vous, jeudi de 13h à 17h sur rendez-

Public accueilli : jeunes de 11 à 21 ans et leur entourage.

Bourges

MDA

1 bis rue du Marché 18000 BOURGES

Tél: 02 48 68 08 82 ou 06 71 44 47 37 (questions sms)

Courriel: mda.bourges@anpaa.asso.fr

Facebook: Maison des adolescents du Cher

Horaires d'ouverture : lundi, mercredi et vendredi de 12h à 19h, mardi et jeudi de 10h à 17h, samedi de 8h30 à

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 10h à 17h.

Public accueilli : jeunes de 11 à 25 ans et leur entourage.



▶ Chartres

Paei

9 boulevard Clémenceau 28000 CHARTRES Tél: 02 37 30 23 23

Courriel: pole-jeunesmajeurs@adsea28.org

adsea28.org rubrique « services et établissements » >

« service aide et dialogue »

Horaires d'ouverture : lundi et jeudi de 8h à 18h, mardi et mercredi de 8h à 20h, vendredi de 8h à 17h.

Public accueilli : jeunes de 17 à 25 ans et leur entou-

rage.

Châteauroux

MDA

30 avenue de la Châtre 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 22 56 64 Courriel: mda36@mda36.fr

mda36.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 9h à 18h,

vendredi de 9h à 17h.

Public accueilli : jeunes de 10 à 25 ans et leur entourage.

▶ Orléans

MDA

22 rue d'Alsace Lorraine 45000 ORLÉANS Tél: 02 34 28 35 08 Courriel: contact@amara45.fr

maisondesados45.fr

Facebook: Maison des adolescents du Loiret

Horaires d'ouverture : lundi et vendredi de 15h à 18h,

mercredi de 13h à 18h.

Public accueilli : jeunes de 12 à 21 ans et leur entourage.

Tours

MDA

66 boulevard Béranger 37000 TOURS

Tél: 02 47 22 20 69

Courriel: mda37@montjoie.asso.fr

montjoie.asso.fr rubrique « dispositif enfance » > « Indre-et-Loire » > « MDA »

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 13h à 18h.

Permanences régulières à Saint-Pierre-des-Corps et à

Tours Nord.

Public accueilli : jeunes de 12 à 21 ans et leur entourage.

Paei - Espace santé jeunes

95 rue Michelet 37000 TOURS Tél: 02 47 05 07 09

Courriel: espacesante.jeunes37@wanadoo.fr

Facebook : Espace Santé Jeunes 37

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h30 à 12h et de 14h à 18h30.

Permanences d'écoute : du lundi au vendredi de 15h30 à 18h30. Public accueilli : jeunes de 12 à 25 ans et leur entourage.



Les Organismes et services de santé Spécialisés

Addictions

Si boire quelques verres de temps en temps en soirée ou fumer une ou deux cigarettes n'est pas dramatique (mais non recommandé), une consommation plus régulière doit vous alerter. Être dépendant à un produit (alcool, tabac, drogue, médicament) ou à une pratique (jeu, achat) peut, à long terme, avoir de graves conséquences sur votre santé et vos études.

Si vous ou votre entourage remarquez une consommation « limite », des professionnels peuvent vous informer et vous aider :

Votre médecin traitant

Les centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (Csapa)

Ils proposent, de manière confidentielle et gratuite, une prise en charge médicale, psychosociale et éducative, des groupes de parole et d'entraide ainsi qu'un soutien à l'entourage.

Les consultations jeunes consommateurs (CJC)

Ce sont des lieux d'écoute, d'information, d'orientation et de soutien destinés aux jeunes et à leur entourage. Les consultations sont gratuites et anonymes. Elles se déroulent au sein de centres spécialisés dans le domaine des addictions : Csapa (voir ci-dessus) ou dans des lieux d'accueil de jeunes : MDA, Paej (coordonnées p. 72-73).

Les associations d'entraide

Ce sont principalement des groupes de personnes anciennement alcooliques ou toxicomanes qui se réunissent pour se soutenir dans l'abstinence, échanger leur expérience et s'entraider. Cette aide est bénévole et complémentaire au soin médical et au soutien psychologique offerts par les centres de soin spécialisés.

Les services téléphoniques d'information et d'aide à distance

- Alcool Info Service : 0 980 980 930.
- Drogues Info Service: 0 800 23 13 13.
- Joueurs Écoute Info Service : 09 74 75 13 13.
- Tabac Info Service: 39 89 (suivi personnalisé gratuit avec un tabacologue).

Anonymat, confidentialité et neutralité garantis.

SITES INTERNET

- · drogues-info-service.fr
- · jeunes.alcool-info-service.fr
- joueurs-info-service.fr
- · tabac-info-service.fr

Certains de ces sites proposent également un service de tchat en ligne.

CONTACTS

Coordonnées des Csapa, CJC et associations d'entraide auprès des services téléphoniques et sur les sites Internet (rubrique « se faire aider ») cités ci-dessus.



Sexualité, sida et IST

Pour vivre une sexualité sereine, consentie et épanouie, quelques précautions s'imposent. Que ce soit avec une aventure d'un soir ou avec votre partenaire régulier, on ne le répétera jamais assez : protégez-vous !

Choisir sa contraception

L'essentiel est d'adopter une méthode qui vous convienne. Pilule, préservatif féminin ou masculin, stérilet (DIU), implant, etc. N'hésitez pas à rencontrer un professionnel pour vous guider dans votre choix.

Se protéger du sida et des infections sexuellement transmissibles (IST)

Pour se protéger de ces risques, il faut utiliser un préservatif et se faire dépister régulièrement.

Des professionnels peuvent vous informer et vous accompagner :

Votre médecin traitant, un gynécologue, un sage-femme, un infirmier de votre établissement de formation

Les SSU

Le SSU de Tours assure des consultations gynécologiques, peut délivrer gratuitement une contraception d'urgence et renouveler une ordonnance de pilule. Le dépistage anonyme et gratuit du VIH et des IST est possible aux SSU d'Orléans et de Tours. Coordonnées p. 72.

Les centres de planification et d'éducation familiale (CPEF)

Ils proposent les services suivants :

- · consultations gynécologiques,
- délivrance gratuite et confidentielle de médicaments ou de moyens contraceptifs aux personnes mineures, aux jeunes majeurs jusqu'à 25 ans et aux personnes ne bénéficiant pas de couverture sociale au-delà de 25 ans,
- entretiens préalables à l'IVG,
- dépistages du VIH, des IST et des cancers,
- entretiens de conseil conjugal et de parentalité.

Les établissements d'information, de consultation et de conseil familial (EICCF)

Ils proposent les services suivants :

- accueil, écoute, information et orientation sur les questions relatives à la fécondité, la contraception, la sexualité, l'identité sexuelle, l'orientation sexuelle et la prévention des IST et les violences,
- entretiens préalables à l'IVG,
- entretiens de conseil conjugal et de parentalité.

Les centres d'interruption volontaire de grossesse (CIVG)

Les centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic (Cegidd)

Ils accueillent et informent toute personne sur les IST. Il est également possible d'y effectuer un dépistage anonyme et gratuit du VIH, des hépatites et des IST.

Les structures d'information et de soutien sida et IST

Ces structures associatives offrent à tout public un accueil, une écoute et des informations. Certaines d'entre elles organisent ponctuellement des dépistages, en partenariat avec des établissements médicaux. Elles proposent un accompagnement social, psychologique et parfois médical aux personnes atteintes d'une IST.

Les services téléphoniques d'information et d'aide à distance

- Hépatites Info Service: 0 800 845 800,
- plateforme téléphonique régionale d'information « sexualité contraception IVG » : 0 800 08 11 11.
- sida Info Service : 0 800 840 800.

Anonymat, confidentialité et neutralité garantis.

SITES INTERNET

- · choisirsacontraception.fr
- info-ist.fr
- onsexprime.fr



CONTACTS

Cegidd, CIVG, CPEF, EICCF.

(Coordonnées des structures d'information et de soutien sida et IST sur **sida-info-service.org** et auprès des services téléphoniques cités p. 75.)

Blois

CEGIDD

Centre hospitalier Mail Pierre Charlot - 9e étage

41000 BLOIS Tél: 02 54 55 67 69

Courriel: sec.prevention@ch-blois.fr

Sur rendez-vous.

CIVG, CPEF

Centre hospitalier Mail Pierre Charlot - 2e étage 41000 BLOIS Tél : 02 54 55 62 75

Courriel: sec.planif@ch-blois.fr

Pour une consultation de première contraception et de dépistage IST pour les mineurs : mercredi de 14h à 16h sans rendez-vous.

Permanence à la Maison des adolescents de Blois (coordonnées p. 72) : lundi de 12h à 15h, mercredi de 13h à 17h et vendredi de 16h à 18h.

EICCF

Planning familial 28 rue des Écoles 41000 BLOIS

Tél: 02 54 74 33 41 Courriel: mfpf.41@wanadoo.fr

planning-familial.org

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 10h à 16h.

Bourges

Sur rendez-vous.

CEGIDD

Centre hospitalier Jacques Cœur 145 avenue François Mitterrand 18000 BOURGES Tél : 02 48 48 49 40

CIVG

Centre hospitalier Jacques Cœur Pôle femme-enfant, service gynécologie-obstétrique 145 avenue François Mitterrand

18000 BOURGES Tél : 02 48 48 49 25

Horaires d'ouverture : mardi et vendredi à 13h (se présenter impérativement à cet horaire). Pas de rendez-vous les autres jours.

CPEF

9 rue Fernault 18000 BOURGES Tél : 02 18 87 27 64

Courriel: cpef@departement18.fr

Horaires d'ouverture : lundi, mercredi et jeudi de 13h à 17h, mardi de 13h30 à 17h, vendredi de 9h à 12h et de 13h à 17h. Ces horaires sont susceptibles de changer pendant les vacances scolaires.

▶ Chartres

CEGIDD

Centre hospitalier Hôtel-Dieu Centre de prévention médico-sociale 34 rue du Docteur Maunoury 28000 CHARTRES Tél : 02 37 30 31 06 Courriel : sec-clat@ch-chartres.fr

Dépistage gratuit sans rendez-vous : lundi de 16h30 à 18h30, mercredi de 14h à 16h en consultation externe à l'Hôpital Louis Pasteur au Coudray.

CIVG

Centre hospitalier Louis Pasteur
Pôle femme-enfant, service gynécologie-obstétrique
4 rue Claude Bernard
28630 LE COUDRAY
Tél : 02 37 30 38 31
Sur rendez-yous.

CPEF

Centre hospitalier Hôtel-Dieu Centre de prévention médico-sociale 34 rue du Docteur Maunoury 28000 CHARTRES Tél : 02 37 30 37 41

Horaires d'ouverture : lundi et mercredi de 9h à 17h, vendredi de 13h à 15h30.

▶ Châteauroux

CEGIDD

Centre hospitalier Service de médecine interne Hôpital de jour - Pavillon 3 216 avenue de Verdun 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 02 54 29 66 78 Sur rendez-vous

CIVG, CPEF

Centre hospitalier

Pôle femme, mère, enfant - Pavillon 11

216 avenue de Verdun 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 29 65 82

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à

16h30.

EICCF

Planning familial 36 1 rue de Provence 36000 CHÂTEAUROUX

Tél: 02 54 61 07 08 ou 07 81 48 30 56

Courriel: indre.mfpf@wanadoo.fr Facebook: Le Planning Familial 36

planning-familial.org

Horaires d'ouverture : lundi et mercredi de 14h à 17h.

Rendez-vous possibles en dehors de ces horaires.

▶ Issoudun

CIVG, CPEF

Centre hospitalier de la Tour Blanche Avenue Jean Bonnefont

36100 ISSOUDUN Tél : 02 54 03 54 15

Consultations gynécologiques et permanences : mercredi de 14h à 16h sans rendez-vous, sur rendez-vous les autres jours.

Orléans

CEGIDD

Hôpital Porte Madeleine Espace de santé d'Orléans Service grand dispensaire 1 rue Porte Madeleine 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 74 45 54

Dépistage gratuit sans rendez-vous : lundi de 11h à 13h et de 13h30 à 18h30, mardi de 10h à 13h et de 13h30 à 17h, mercredi et vendredi de 10h à 13h et de 13h30 à 17h30, jeudi de 8h30 à 13h et de 13h30 à 16h (sauf 1e et 3e ieudis du mois).

CIVIC

Centre hospitalier régional 14 avenue de l'Hôpital 45100 ORLÉANS-LA SOURCE Tél : 02 38 74 41 15 Sur rendez-vous.

CPEF. EICCF

Planning familial 6 rue du Brésil 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 70 00 20

Courriel: contact@planning45.org

loiret.planning-familial.org

Horaires d'ouverture : mardi et mercredi de 13h30 à

19h, vendredi de 9h à 14h.

Consultations gynécologiques et IVG médicamenteuses sur rendez-vous.

CPEF, EICCF

Planning familial Centre social 33 rue Romain Rolland 45100 ORLÉANS-LA SOURCE Tél: 02 38 70 00 20 Courriel: contact@planning45.org

loiret.planning-familial.org

Horaires d'ouverture : lundi et mercredi de 13h30 à

17h30.

Consultations médicales et IVG médicamenteuses sur rendez-vous.

▶ Tours

CIVG, CPEF

Hôpital Bretonneau Centre d'orthogénie Bâtiment Olympe de Gouges 2 boulevard Tonnelé 37000 TOURS Tél: 02 47 47 43 Sur rendez-vous.

CPEF, CEGIDD

5 rue Jehan Fouquet 37000 TOURS Tél: 02 47 66 88 41 Sur rendez-vous.

CPEF

12 rue de Tourcoing 37100 TOURS Tél: 02 47 42 89 88 Sur rendez-vous.

EICCF

Planning familial Centre de vie du Sanitas 10 place Neuve 37000 TOURS Tél: 02 47 20 97 43

Courriel: contact@leplanningfamilial37.fr

Facebook: Planning familial 37

Horaires d'ouverture : mercredi et vendredi de 14h à 18h. Rendez-vous possibles les autres jours et dans tout

le département d'Indre-et-Loire.

SE DÉPLACER

Prendre les transports en commun

Prendre le bus et le tram

CONTACTS

▶ Blois

Bus: réseau Azalys

- Ticket à l'unité : 1,25 € (+ 0,15 € la 1^{re} fois pour un ticket sans contact rechargeable),
- ▶ abonnement mensuel, moins de 26 ans : 18,60 €,
- abonnement annuel, moins de 26 ans : 195 €.

Agence Azalys 3 rue du Commerce 41000 BLOIS Tél: 09 69 36 93 41 azalys-blois.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h30 à 18h30, samedi de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h.

Bourges

Bus : réseau Agglobus

- ► Ticket à l'unité : 1,40 €,
- ▶ abonnement mensuel, moins de 26 ans : 18 €,
- b abonnement annuel, moins de 26 ans : entre 39 € et 180 € selon le quotient familial.

Agence Agglobus Espace Nation 1 place de la Nation 18000 BOURGES Tél : 02 48 27 99 99 agglobus.com

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h à 12h15 et de 13h45 à 18h, samedi de 9h à 12h15 et de 13h45 à 17h.

▶ Chartres

Bus: réseau Filibus

- Ticket à l'unité : 1,30 €,
- b abonnement mensuel, moins de 28 ans résidant sur le territoire de Chartres métropole : 20 €,
- > abonnement annuel « Filiplus », étudiants post-bac de plus de 18 ans scolarisés dans un établissement situé sur le territoire de Chartres Métropole : 10 €.

Agence Filibus 32-34 boulevard Chasles 28000 CHARTRES Tél: 02 37 36 26 98 filibus.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h à 17h, samedi de 9h à 12h30.

Châteauroux

Bus: réseau Horizon

Bus gratuits.

Agence Horizon
Gare routière
Rue Bourdillon
36000 CHÂTEAUROUX
Tél : 0 800 711 036
bus-horizon.com
Horaires d'ouverture : 0

Horaires d'ouverture : du lundi au samedi de 10h à 12h30 et de 14h à 18h.

▶ Issoudun

Bus : réseau TIG

Bus gratuits. Ils circulent uniquement mardi, mercredi et jeudi après-midi, vendredi matin et samedi toute la journée.

Pas d'agence. Tél : 02 54 08 55 60 issoudun.fr rubrique « vie pratique » > « transport ».



Du 8 au 19 juillet, retrouvez nos stands Fil Bleu sur les sites universitaires lors de votre inscription :

Tanneurs, Deux Lions / Portalis, Tonnellé, Grandmont et Jean Luthier (IUT). Profitez-en pour poser toutes vos questions et créer votre carte!



▶ Orléans

Bus, tram: réseau Tao

- ▶ Ticket à l'unité : 1,60 € dans les agences Tao, chez les dépositaires agréés et dans les distributeurs automatiques des stations Tram. 1,43 € en abonnement « Liberté » (règlement différé par prélèvement automatique). 1,80 € à bord du bus,
- ▶ abonnement mensuel, tarif jeune : 21,80 €,
- b abonnement annuel, tarif ieune : 186 €.

Tous les titres abonnés sont valables dans les parkings relais et dans les trains SNCF entre les gares des Aubrais, d'Orléans, de la Chapelle-Saint-Mesmin et de Saint-Cyr-en-Val.

Agence Martroi 4 rue de la Hallebarde 45000 ORLÉANS Tél: 0 800 012 000 reseau-tao.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h30 à 19h, samedi de 10h à 18h.

Tours

Bus, tram: réseau Fil Bleu

- Ticket à l'unité : 1,60 € ou 1,40 € avec un pass « Liberté » (règlement différé par prélèvement automatique),
- pass mensuel 19 25 ans : 23 €,
- pass étudiant annuel : 230 €.

Tous les titres abonnés sont valables dans les parkings relais et dans la navette SNCF entre les gares de Saint-Pierre-des-Coros et de Tours.

Agence Fil Bleu 9 rue Michelet 37000 TOURS Tél: 02 47 66 70 70 filbleu fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 7h30 à 19h, samedi de 10h à 17h.

Voyager en car

En région Centre-Val de Loire : Rémi

Rémi est le réseau de mobilité interurbaine de notre région pour voyager en dehors des agglomérations. Consultez les horaires, les plans des lignes et les tarifs détaillés sur remi-centrevaldeloire.fr

En dehors de la région

De nombreuses compagnies de car vous permettent de voyager à moindre coût à travers toute la France et même un peu plus loin : Eurolines, Flixbus, Blablabus, etc. Vous trouverez des points d'arrêt dans les grandes villes de la région Centre-Val de Loire. Par exemple, un trajet Orléans - Tours coûte à partir de 5 €. N'hésitez pas à regarder les sites Internet des compagnies ou bien à utiliser un comparateur : comparabus.com/fr ou busradar.fr

Circuler en train

Cartes de réduction

▶ Carte Rémi Liberté Jeune

Elle vous permet de vous déplacer en train en région Centre-Val de Loire mais également en Île-de-France, en Nouvelle Aquitaine ou en Loire-Atlantique, à un tarif réduit : 50 % de réduction en semaine, 66 % le week-end. Elle est réservée aux jeunes de moins de 26 ans. Cette carte est gratuite si vous la commandez sur vens.fr

remi-centrevaldeloire.fr

▶ Carte Avantage Jeune

Réservée aux jeunes, âgés de 12 à 27 ans inclus, elle permet d'obtenir 30 % de réduction sur vos billets de train toute l'année. Elle offre également 10 % de réduction sur les billets Prem's et 25 % de réduction vers l'Europe.

La carte coûte 49 €. Elle est valable 1 an.

Vous pouvez la commander sur **oui.sncf** rubrique « menu » > « cartes et abonnements » > « carte avantage jeune » ou en gare.

Un trajet Orléans - Tours, combien ça coûte ?

- Tarif carte Rémi Liberté Jeune : 10,50 €,
- tarif carte Avantage Jeune : 15,80 €,

tarif normal : 21 €.

(Tarifs en vigueur au 06/06/2019.)

Abonnement

Si vous êtes amené à prendre le train tous les jours ou presque, optez pour un abonnement :

▶ Abonnement Rémi Zen Jeune

Cet abonnement, annuel, mensuel ou hebdomadaire est accessible à tous les jeunes de moins de 26 ans, peu importe leur statut. Il permet de circuler de manière illimitée en train sur un parcours choisi en région Centre-Val de Loire. Le coût de l'abonnement dépend de la distance parcourue, avec une réduction de 50 % par rapport au prix de l'abonnement Rémi Zen tout public. Il est de toute façon plafonné à 75 € par mois, avec un minimum de 25 € par mois.

remi-centrevaldeloire.fr



Voyager sans carte de réduction

Même si vous n'avez pas de carte de réduction, vous pouvez profiter de tarifs avantageux et de bons plans :

• Ouigo : offre de TGV low-cost proposant des billets à partir de 10 € : ouigo.com

Prix Flash Rémi

Billets à petits prix disponibles en nombre limité quelques jours avant le départ sur une sélection de trains en Centre Val-de-Loire ou depuis et vers l'Île-de-France:

- prix Flash: 15 % de réduction,
- prix Flash Plus : prix ronds (7, 10, 15, 19 € selon la distance).

Billets nominatifs pour le train et le jour choisis, ni échangeable. ni remboursable.

remi-centrevaldeloire.fr

- Tarifs groupes et mini-groupes : pour voyager à prix réduits, restez groupés !
- Un groupe d'au moins 10 personnes de moins de 27 ans peut obtenir jusqu'à 65 % de réduction sur le tarif normal.
- en région Centre-Val de Loire, profitez du « Pass Rémi Découverte » pour voyager en illimité jusqu'à 5 personnes sur 2 ou 3 jours (45 € ou 60 €) : remi-centrevaldeloire.fr

- Des sites permettent d'échanger, revendre ou acheter des hillets de train :
- kelbillet.com
- · trocdestrains.com
- · zepass.com

Prix cassés à l'occasion de certains évènements !

Le réseau de transport Rémi propose des allers-retours à $4 \in \text{pour}$ se rendre à certains évènements culturels dans notre région, comme par exemple le festival Terres du Son, les rendez-vous de l'histoire, etc. Pour le Printemps de Bourges : réduction de 50 % sur un trajet aller-retour.

Pour aller plus loin : l'Interrail Pass

C'est un billet qui vous permet de voyager en train partout en Europe en présentant simplement votre pass. Vous n'avez donc pas à acheter des billets dans chaque ville que vous visitez. Par exemple, vous pouvez voyager 5 jours en train sur un séjour de 15 jours à partir de 200 €. interrail.eu/fr

Se déplacer en Voiture

Passer son permis

La formation obligatoire et minimum au permis de conduire comprend une partie théorique (le code) et une partie pratique (20 heures minimum de conduite).

Cette formation peut être complétée par une phase de conduite accompagnée : l'apprentissage anticipé de la conduite dès 15 ans ou la conduite supervisée à partir de 18 ans. Elle permet de se perfectionner à l'apprentissage de la conduite sous le contrôle d'un accompagnateur, un parent par exemple.

Autre formule : vous préparer en candidat libre.

Pour le code de la route, vous devrez vous former seul et effectuer les démarches d'inscription vous-même : obtenir un numéro d'enregistrement préfectoral harmonisé (NEPH) sur ants.gouv.fr et vous inscrire auprès d'un centre d'examen (coût : 30 €). Sachez qu'il est désormais possible de passer le code dans des centres d'examens privés agréés par l'État : codengo.bureauveritas.fr - lecode.laposte.fr - objectifcode.sgs.com - pointcode.fr - le-code-dekra.fr

Pour la conduite, vous vous formerez aux côtés d'un accompagnateur de votre choix titulaire du permis B depuis au moins 5 ans et avec un véhicule équipé (double commande de frein, d'embrayage et d'accélération, deux rétroviseurs, etc.), qu'il est possible de louer.

crijinfo.fr rubrique « vie pratique » > « se déplacer ».

Bien choisir son auto-école

- Visitez-en plusieurs afin de comparer les offres.
- préférez-en une ayant une garantie financière, comme celles proposant le permis à un euro par jour, et signataires de la Charte de qualité des écoles de conduite,
- vérifiez bien qu'elle possède un numéro d'agrément, qui doit figurer sur tous les documents. Il est délivré par la préfecture et garantit qu'un certain nombre d'obligations sont respectées.
- interrogez-la sur son taux de réussite. Les meilleures ont un taux de 70 % et les moins bonnes 50 % à peine.

Combien ça coûte?

Les prix sont variables d'une auto-école à l'autre, mais prévoyez un budget d'environ 1 500 €. Ne réglez surtout pas la totalité des frais en une fois. Choisissez une auto-école qui accepte le paiement en 3 ou 4 fois. En cas de fermeture soudaine ou si vous abandonnez, cela limitera les dégâts. Enfin, méfiez-vous des forfaits trop attractifs! Les 20 heures minimum de conduite sont peut-être facturées à bas coût mais qu'en est-il des heures supplémentaires (quasi indispensables) et des frais annexes (inscription à l'examen, etc.) ?

Aides financières

Permis à un euro par jour

C'est un prêt à taux zéro pour aider les jeunes de 15 à 25 ans à financer leur permis de conduire. Le remboursement du prêt se fait par mensualités de $30 \in$ maximum. Ce prêt est délivré sans frais de dossier.

Pour en bénéficier, vous devrez avoir signé un contrat de formation avec une école de conduite partenaire. Une fois le contrat en main, vous solliciterez votre prêt auprès d'un établissement financier partenaire (banque, assurance, etc.).

securite-routiere.gouv.fr rubrique « permis » > « passer son permis de conduire » > « financement du permis de conduire » : liste des établissements financiers, coordonnées des écoles de conduite partenaires.

Bourse des mairies

En échange d'une activité bénévole d'intérêt collectif au service de la mairie de votre commune, cette dernière peut prendre en charge une partie du coût de votre permis de conduire. Cette bourse s'adresse généralement aux jeunes habitant la commune et dépourvus de ressources personnelles ou familiales suffisantes pour financer leur permis. Elle est cumulable avec le « permis à un euro par jour », renseignez-vous auprès de votre mairie mais aussi de l'établissement de crédit pour l'articulation des deux aides.

▶ Aide pour les apprentis

Tous les apprentis peuvent bénéficier d'une aide de l'État à hauteur de 500 € pour financer leur formation au permis de conduire. Cette aide est cumulable avec less aides auxquelles vous pouvez prétendre.

Vous devez avoir au moins 18 ans, être titulaire d'un contrat d'apprentissage et être en cours de préparation des épreuves du permis B. Rapprochez-vous de votre CFA, qui se chargera de vous verser cette aide.

Aide pour le code de la route (dans le Cher)

Le conseil départemental du Cher attribue une aide de 150 € aux jeunes âgés de 15 à 18 ans, domiciliés et inscrits dans une auto-école du Cher, pour financer leur code de la route. En contrepartie, il faut s'engager à suivre une session d'initiation aux gestes qui sauvent et à être présent à une cérémonie officielle de remise de l'aide au conseil départemental.

departement18.fr rubrique « je suis un particulier » > « jeunes » > « aides aux jeunes » > « mobilité et secours ».

Faire du covoiturage

Économique et convivial, le covoiturage consiste à partager un véhicule avec une ou plusieurs personnes qui effectuent le même trajet. Les occasions ne manquent pas : pour aller à la fac, pour faire des courses, pour partir en vacances ou même pour aller à un concert!

- À Chartres : covoiturage.eurelien.fr
- À Tours : touraineouestcovoiturage.fr
- Sites nationaux : blablacar.fr mobicoop.fr idvroom.comlaroueverte.com - roulezmalin.com

Profiter de l'autopartage ou de la location de voiture entre particuliers

Ces formules permettent de louer une voiture ponctuellement et pour une courte durée. Le principe est simple : vous réservez un véhicule via un site Internet ou une application, vous vous rendez à une station d'autopartage ou à un endroit convenu avec un particulier, et à la fin de votre utilisation, vous restituez la voiture, généralement à son emplacement initial. La prise de possession comme la restitution du véhicule sont souvent automatisées à l'aide d'un badge.

Autopartage :

- à Châteauroux : renault-mobility.com
- à Tours : tours.citiz.coop

Location de voitures entre particuliers : drivv.com - ouicar.fr

Circuler à Vélo

Acheter un vélo d'occasion

Pensez aux brocantes, aux vide-greniers et aux différentes bourses qui peuvent être organisés autour de chez vous : vous trouverez peut-être un vélo d'occasion en bon état et à un prix intéressant. Allez également faire un tour à Emmaüs, où vous dénicherez sûrement votre bonheur. Des offres sont souvent diffusées sur les sites de petites annonces en ligne comme **leboncoin.fr**

Enfin, les magasins Décathlon proposent le « Trocathlon », où vous pouvez trouver de bonnes affaires trocathlon.fr

Entretenir et réparer votre vélo à moindre coût

Des associations proposent des ateliers de réparation gratuits dans certaines villes universitaires de la région Centre-Val de Loire. Pour les trouver, consultez le site du réseau des ateliers vélo participatifs et solidaires heureux-cyclage.org

Louer / emprunter un vélo

CONTACTS

Blois

Azalys - Location longue durée de vélo électrique

Réservé aux personnes majeures habitant la communauté d'agglomération de Blois « Agglopolys ».

- 1 mois : 30 € pour les abonnés du réseau Azalys, 45 € pour les non-abonnés,
- 3 mois : 60 € pour les abonnés du réseau Azalys. 90 € pour les non-abonnés.
- 1 an : 180 € pour les abonnés du réseau Azalys, 270 € pour les non-abonnés.

Coordonnées p. 78.

azalys-blois.fr rubrique « vélos électriques »

Bourges

Mairie - Prêt gratuit de vélo pendant 6 mois

Réservé aux personnes majeures habitant ou travaillant à Bourges.

Hôtel de Ville

11 rue Jacques Rimbault Niveau -1 du parking 18000 BOURGES Tél: 02 48 57 83 91

ville-bourges.fr rubrique « vie pratique » > « déplace-

ments » > « vélo » > « prêt de vélo »

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8h à 17h.

Chartres

Maison du vélo - Location longue durée Tarifs moins de 28 ans :

1 journée : 4 €, 1 semaine : 12 €, 1 mois : 25 €. 1 année : 65 €.

Maison du vélo 2 rue Danièle Casanova 28000 CHARTRES Tél: 02 37 32 83 51

Courriel : maisonduvelo@filibus.fr

Horaires d'ouverture : du mardi au samedi de 9h30 à

12h30 et de 14h à 18h.

Calculs d'itinéraires

geovelo.fr vous permet de calculer et de visualiser vos itinéraires en vélo. Une appli mobile gratuite est également disponible.

Orléans

Vélo'+ - Vélo en libre-service

Vélo en libre-service mis à disposition en prêt. Vous empruntez un vélo dans l'une des stations existantes et le déposez dans n'importe quelle autre, selon le parcours que vous voulez effectuer.

- Abonnement à la journée : 1 €.
- b abonnement à la semaine : 3 €,
- b abonnement annuel : 5 € + 5 € (heures prépayées) pour les abonnés annuels du réseau Tao. 15 € + 5 € (heures prépavées) pour les non-abonnés.
- frais d'utilisation du vélo : 1re demi-heure gratuite, 2e demi-heure : 0,50 € (gratuite pour les abonnés annuels Tao), 2e heure : 1 € et au-delà de la 3e heure, l'heure est facturée 2 €.

Agence Vélo'+ 8 rue Nicolas Copernic 45000 ORLÉANS Tél: 0 800 008 356 agglo-veloplus.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 10h à 13h et de 14h à 17h30, samedi de 10h à 13h et de 14h à 17h.

Vélo'Tao - Location longue durée

La location longue durée est disponible uniquement pour les vélos électriques.

- > 3 mois : 43 € pour les abonnés Tao, 58 € pour les non-abonnés.
- 5 mois : 56 € pour les abonnés Tao, 76 € pour les non-abonnés.
- ▶ 12 mois : 85 € pour les abonnés Tao, 115 € pour les non-abonnés.

▶ Tours

Velociti - Location longue durée

Réservée aux personnes domiciliées dans une commune du réseau Fil Bleu.

3 € par mois pour les abonnés Fil Bleu, 5 € pour les nonabonnés (de 3 à 5 mois de location).

Accueil Vélo et Rando 31 boulevard Heurteloup 37000 TOURS Tél: 02 47 64 66 38

Courriel: velociti@tours-metropole.fr

mobilite.tours-metropole.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au dimanche de 9h à 19h.

UTILISER LES ESPACES PUBLICS NUMÉRIQUES

Votre ordinateur ou votre connexion Internet est tombé en rade, vous n'avez pas d'ordinateur ou de connexion, vous avez besoin d'aide pour un usage spécifique du multimédia : direction un espace public numérique (EPN) ! Les EPN mettent à disposition gratuitement, sauf exceptions, du matériel informatique, des logiciels, une connexion Internet et proposent souvent des ateliers thématiques. Sachez qu'il en existe dans de nombreuses médiathèques, bibliothèques ou centres sociaux. Pour vous connecter, pensez également aux points d'accès Wi-Fi proposés gratuitement par certaines villes, offices de tourisme, et de nombreux organismes publics ou privés (bibliothèques, gares, bars, centres commerciaux, etc.).

Internet dans vos lieux étudiants

Voyez ce que peut vous proposer votre établissement d'enseignement (salles informatiques, Wi-Fi, etc.), et n'oubliez pas que toutes les résidences universitaires, la plupart des résidences habitat jeunes (ou FJT) et la plupart des résidences privées offrent un accès Wi-Fi. Enfin, des espaces multimédias existent dans certaines résidences habitat jeunes (ou FJT).

Le web dans les PIJ, BIJ et au CRIJ

Dans chaque PIJ, BIJ et au CRIJ (coordonnées p. 111), vous pouvez utiliser gratuitement un ordinateur.

Certains disposent également d'un espace numérique, dans lequel vous pouvez être accompagné au besoin par un animateur multimédia, voir coordonnées ci-après.

CONTACTS

Espaces publics numériques des structures Information Jeunesse Points d'accès Wi-Fi (liste non exhaustive) Services de l'université d'Orléans et de Tours

Blois

Bureau Information Jeunesse de Loir-et-Cher

15 avenue de Vendôme Tél : 02 54 78 54 87

Courriel: contact@infojeune41.org

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 12h à 19h. En accès libre : du lundi au vendredi de 9h à 12h.

Points d'accès Wi-Fi

- ▶ L'office de tourisme de Blois Chambord Val de Loire propose un accès Wi-Fi: 5 rue de la Voûte du Château Tél: 02 54 90 41 41
- La ville de Blois propose des accès Wi-Fi:
 Divers lieux publics couverts. Informations et implantations sur blois.fr rubrique « pratique » > « numérique »
 > « réseau Wi-Fi public gratuit de la ville ».

Bourges

Points d'accès Wi-Fi

La ville de Bourges propose des accès Wi-Fi : Nombreux lieux publics couverts. Informations et implantations sur ville-bourges.fr rubrique « vie pratique » > « quotidien » > « numérique ».





▶ Chartres

Bureau Information Jeunesse de Chartres

Place de la Cathédrale 3 rue de l'Étroit Degré

(déménagement prévu en 2020)

Tél: 02 37 23 42 32 Courriel: bij28@agglo-ville.chartres.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h30 à

12h15 et de 13h30 à 17h15.

Points d'accès Wi-Fi

L'office de tourisme de Chartres Métropole propose un accès Wi-Fi:

8 rue de la Poissonnerie Tél : 02 37 18 26 26

La ville de Chartres propose des accès Wi-Fi : Zone du parvis de la Cathédrale, place des Cygnes, place des Épars et place Marceau.

▶ Châteauroux

Point Information Jeunesse de Châteauroux Mission Locale

24 rue Bourdillon Tél : 02 54 07 70 00

Courriel: mission.locale@chateauroux.org

pij.chateauroux@ijcentre.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 13h30

à 17h.

Points d'accès Wi-Fi

L'office de tourisme Châteauroux Berry tourisme propose un accès Wi-Fi: 2 place de la République

Tél : 02 54 34 10 74

La ville de Châteauroux propose des accès Wi-Fi: Nombreux lieux publics couverts. Informations et implantations sur chateauroux-metropole.fr rubrique « vie économique » > « numérique » > « hotspots Wi-Fi gratuits ».

▶ Issoudun

Point Information Jeunesse d'Issoudun

Meli

Rue de tous les Diables Tél: 02 54 21 12 36

Courriel: pij.issoudun@ijcentre.fr

Horaires d'ouverture : mardi, mercredi et vendredi de 14h à 18h, jeudi de 14h à 19h, samedi de 14h à 17h. Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 14h à 18h.

Points d'accès Wi-Fi

- ▶ L'office de tourisme d'Issoudun propose un accès Wi-Fi : Place Saint-Cyr Tél : 02 54 21 74 02
- La ville d'Issoudun propose des accès Wi-Fi : Centre de congrès, médiathèque, mairie et Point Information Jeunesse.

Orléans

CRIJ Centre-Val de Loire

3 rue de la Cholerie Tél : 02 38 78 91 78 Courriel : crij@ijcentre.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 13h à

18h30.

Points d'accès Wi-Fi

La ville d'Orléans propose des accès Wi-Fi : Nombreux lieux publics couverts. Informations et implantations sur orleans-metropole.fr/974/wifi

Université d'Orléans

univ-orleans.fr rubrique « ENT » L'université propose à ses étudiants :

- des ressources en ligne : plateforme de cours, MOOCs, etc..
- un ENT (environnement numérique de travail) personnalisé pour accéder à un ensemble d'outils et de services: messagerie universitaire, dossier administratif, emploi du temps, résultats, offres de stage et d'emploi, etc..
- des salles informatiques en libre service sur tous les sites universitaires, avec matériel nécessaire pour réaliser vos documents de travail et les imprimer, et pour consulter Internet. Moniteurs informatiques présents pour assistance,
- un vidéo lab : prêt de matériel et accompagnement dans vos projets audiovisuels,
- le Wi-Fi sur l'ensemble des campus.

▶ Tours

Bureau Information Jeunesse d'Indre-et-Loire

57 avenue de Grammont Tél : 02 47 64 69 13 Courriel : bij37@ijcentre.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 13h à 18h,

vendredi de 13h à 16h.

Points d'accès Wi-Fi

L'office de tourisme de Tours Val de Loire propose un accès Wi-Fi:

78-82 rue Bernard Palissy Tél : 02 47 70 37 37

La ville de Tours propose des accès Wi-Fi : Nombreux lieux publics couverts. Informations et implantations sur wifipublic.agglo-tours.fr

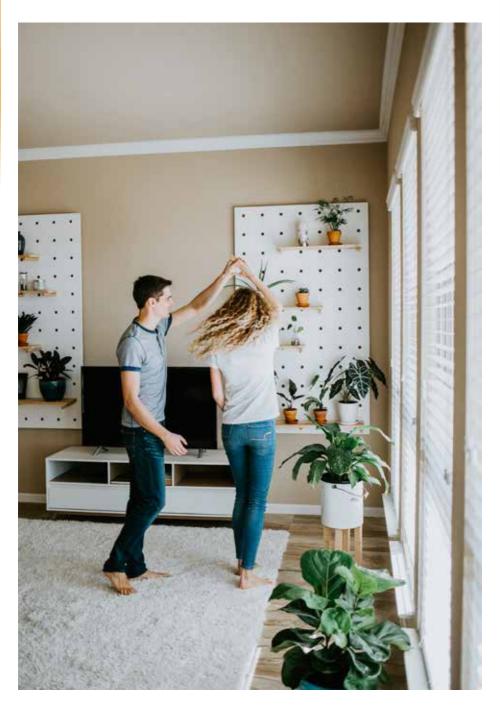
Université de Tours

univ-tours.fr rubrique « campus » > « vie pratique » > « ressources numériques »

L'université propose à ses étudiants :

- des cours en ligne,
- un ENT (environnement numérique de travail) personnalisé pour accéder à un ensemble d'outils et de services : emploi du temps, résultats, ressources documentaires, messagerie universitaire, etc.,
- des salles informatiques en libre-service sur l'ensemble des sites universitaires, avec matériel nécessaire pour réaliser vos documents de travail et pour consulter Internet. Moniteurs informatiques présents pour assistance,
- le Wi-Fi sur l'ensemble des sites de l'université.







#OBJECTIF EMPLOI ORIENTATION

www.objectif-emploi-orientation.fr

Au Crédit Mutuel, on m'aide aussi à m'orienter et à chercher un emploi.

Le Crédit Mutuel facilite votre recherche d'emploi ou de stage en mettant à votre disposition un coach spécialisé en ressources humaines pour vous accompagner dans votre démarche. Côté orientation, un professionnel vous aidera à définir votre projet et les démarches à effectuer⁽¹⁾. Et pour tous, un accès libre et gratuit à une boîte à outils avec des modèles de CV et des lettres de motivation.





DEVENIR BÉNÉVOLE	90	S'engager dans un	
Pour qui?	90	service civique	92
▶ Quel statut ?	90	Devenir sapeur-pompier	
▶ Combien de temps ?	90	volontaire	92
• Quels droits ?	90	Participer au corps européen	
▶ Où s'investir ?	91	de solidarité	92
• Quelles missions ?	91	MONTER UN PROJET	93
▶ Où s'informer et trouver une mission ?	91	S'informer et se faire accompagTrouver des aides	ner 93

S'engager, monter un projet

DEVENIR BÉNÉVOLE

Ce qui se passe autour de vous ne vous laisse pas indifférent ? Vos études vous laissent un peu de temps libre ? Le bénévolat est un des moyens de vous rendre utile, de manière ponctuelle ou dans la durée.

Pour **QUi**?

Tout le monde peut être bénévole. Aucune connaissance ni qualification ne sont requises, c'est votre motivation qui compte. Mais si vous savez par exemple créer un site Internet, tourner des vidéos ou encore faire de la compta, vos compétences seront les bienvenues.

Quel Statut?

Le bénévole est « une personne qui s'engage librement pour mener une action non salariée en direction d'autrui, en dehors de son temps professionnel et familial » (définition du Conseil économique, social et environnemental).

Vous n'êtes donc pas salarié, stagiaire, ni même volontaire. Vous ne signez pas de contrat formel avec l'association dans laquelle vous choisissez de vous investir. En revanche, vous devez respecter son règlement intérieur el l'engagement moral que vous avez envers elle. Certaines associations font signer une « charte du bénévole » (voir modèle sur **francebenevolat.org**).

Votre engagement reconnu et valorisé

Les compétences et aptitudes acquises via votre activité bénévole, volontaire ou encore d'un mandat d'élu étudiant peuvent être reconnues et validées dans votre cursus d'études. Chaque établissement fixe ses dispositifs de reconnaissance. Il peut être question d'une unité d'enseignement attribuant des crédits ECTS, d'une mention supplémentaire indiquée sur votre diplôme, d'un octroi de bonus, etc. Par ailleurs, l'organisation et le déroulement de vos études peuvent être aménagés pour pouvoir concilier cours et engagement (emploi du temps adapté par exemple).

Combien de temps?

En principe, vous vous engagez le temps que vous souhaitez selon le rythme qui vous arrange, de quelques heures par mois à plusieurs journées par semaine. Mais il faudra parfois vous adapter au planning de l'association (exemple : maraudes le soir, festival le week-end). Enfin, vous restez toujours libre de mettre un terme à votre engagement.

Quels droits?

Vous ne percevez pas de rémunération en contrepartie de votre bénévolat. Vous pouvez éventuellement être remboursé de certains frais, qui doivent être réels, justifiés et engagés pour les besoins de l'activité de l'association (déplacements, achat de matériel, etc.).



où s'investir?

- au sein d'une association étudiante (coordonnées auprès du service de la vie associative / bureau de la vie étudiante de votre établissement ou sur son site Internet).
- au sein de votre établissement (il existe sûrement une instance de représentation des étudiants).
- dans une association thématique, d'envergure locale, nationale voire internationale,
- au sein d'un syndicat ou d'un parti politique.

Les domaines d'action peuvent être très différents : citoyenneté ; culture et loisirs ; sport ; action sociale, sanitaire et humanitaire ; défense des droits ; éducation ; environnement : défense des animaux. etc.

Vous pouvez choisir une structure en fonction de vos centres d'intérêt, d'une cause ou d'un public qui vous touchent particulièrement. En tout cas, il est important d'opter pour un organisme dont vous partagez les valeurs et les modes d'action.

Quelles missions?

Vous pouvez exercer des missions très variées :

- sur le terrain (exemple : donner des cours de soutien scolaire, participer à des collectes de denrées alimentaires, aider à l'organisation d'un festival, etc.),
- et/ou sur des fonctions « support » (exemple : secrétariat, comptabilité, communication, etc.).

Le chantier de jeunes bénévoles

C'est un séjour durant lequel un groupe de jeunes réalise de manière bénévole un projet utile à la collectivité (restauration du patrimoine bâti, aménagement d'espaces naturels, organisation de manifestations culturelles, etc.). Les frais de voyage et une participation aux frais d'hébergement et de nourriture sont à la charge des participants. Les séjours sont de courtes durées et se déroulent en France ou à l'étranger.

Pour y participer, vous devez vous adresser à une association agréée. Liste sur cotravaux.org rubrique « qui sommes-nous » > « associations membres ».

Pour un chantier archéologique : culture.gouv.fr rubrique « thématiques » > « archéologie » > « sur la terrain ».

Où s'informer et **trouver** une mission?

Quelques pistes:

- au « bureau de la vie étudiante » (ou « service de la vie associative ») de votre établissement d'enseignement,
- auprès du Crous (Centre régional des œuvres universitaires): crous-orleans-tours.fr rubrique « culture » > « assos étudiantes ».
- au sein de l'association « Animafac », réseau d'assos étudiantes : animafac.net
- sur Internet : diffuz.com (offres ponctuelles) tousbenevoles.org - welp.fr (réseau d'entraide entre particuliers),
- auprès de France bénévolat : francebenevolat.org,
- dans votre mairie : certaines d'entre elles réalisent un annuaire des associations, dans lequel vous pourrez repérer celles susceptibles d'accueillir des bénévoles dans votre ville.
- durant un forum des associations: organisé chaque année début septembre dans beaucoup de villes, cet évènement permet de rencontrer en un lieu et une journée les associations de votre ville. Renseignez-vous auprès de votre mairie pour connaître la date exacte,
- dans une structure Information Jeunesse (CRIJ, BIJ, PIJ): vous y trouverez des ressources sur le bénévolat et pourrez y rencontrer un informateur jeunesse qui vous guidera dans vos recherches. Coordonnées p. 111.



S'engager, monter un projet

DEVENIR VOLONTAIRE

Contrairement au bénévole, le volontaire s'engage de manière formelle : il signe un contrat pour exercer une mission d'intérêt général dans un organisme à but non lucratif. dans le cadre de l'un des dispositifs spécifiquement mis en place pour le volontariat, en France ou à l'étranger.

S'engager dans un service civique

Pour qui? Jeunes de 16 à 25 ans (30 ans pour les jeunes en situation de handicap). Aucune condition de diplôme ni même d'expérience professionnelle.

Combien de temps ? 6 à 12 mois. Vous vous engagez 24 heures minimum par semaine (vous pouvez donc cumuler études et service civique).

Où? En France ou à l'étranger.

Dans quels domaines? Culture et loisirs, développement international et action humanitaire, éducation pour tous. environnement, intervention d'urgence, mémoire et citoyenneté, santé, solidarité, sport, incendie et secours.

Quels droits? Indemnité de 580 € par mois. Les jeunes, bénéficiaires ou appartenant à un foyer bénéficiaire du RSA, ou titulaires d'une bourse de l'enseignement supérieur au titre du 5° échelon ou au-delà, bénéficient d'une maioration d'indemnité de 108 € par mois.

Comment postuler ? Consultez service-civique.gouv.fr



Autres dispositifs

Plus d'infos auprès d'une structure Information Jeunesse (coordonnées p. 111).

Devenir sapeur-pompier volontaire

Pour qui ? À partir de 16 ans. Il faut avoir accompli sa Journée défense et citovenneté et présenter des conditions physiques et médicales adaptées.

Combien de temps ? 5 ans, tacitement reconduit. Vous bénéficiez d'une formation initiale puis d'une formation continue et de perfectionnement tout au long de votre

Quels droits ? Indemnité variable selon le grade et le nombre d'heures accomplies dans le mois.

Comment postuler ? Adressez-vous au service départemental d'incendie et de secours de votre département : pompiers.fr

Participer au corps européen de solidarité

Pour qui ? Jeunes de 18 à 30 ans. Aucune condition de diplôme, d'expérience ou de niveau de langues.

Combien de temps ? 6 à 12 mois en volontariat individuel, 2 semaines à 2 mois en volontariat collectif.

Où? En Europe.

Dans quels domaines? Art et culture, éducation, environnement, lutte contre les discriminations, santé, social, sport, etc.

Quels droits? Le programme prend en charge les frais d'hébergement et de nourriture pendant la mission. ainsi qu'une partie des frais de voyage aller-retour et des dépenses personnelles.

postuler Inscrivez-vous europa.eu/youth/solidarity fr. recherchez des offres de volontariat qui vous plaisent et soumettez votre candidature. Puis, prenez contact avec une organisation de soutien près de chez vous (BIJ à Blois, CRIJ à Orléans, Relais Brenne Initiatives Jeunes à Oulches et YFU et Maison de l'Europe à Tours).

MONTER UN PROJET

Peut-être avez-vous une idée personnelle que vous aimeriez partager et rendre concrète ? Créer un spectacle, monter une association ou mettre en place une action de solidarité. N'hésitez pas à vous lancer : ces expériences sont extrêmement formatrices!

S'informer et se faire accompagner

Si vous en êtes au début de votre projet, ou si vous souhaitez bénéficier de conseils à certaines étapes, sachez qu'il existe des structures à même de vous accompagner ou même de vous former, à titre gratuit :

- votre établissement d'enseignement,
- le Crous (Centre régional des œuvres universitaires) : crous-orleans-tours.fr.
- certains financeurs listés ci-après,
- des associations thématiques (coordonnées auprès de votre mairie).
- le centre social de votre commune.
- les associations d'éducation populaire et de ieunesse (liste sur crajepcentre.fr rubrique « le réseau craiep » > « nos membres »).
- les structures du réseau Information Jeunesse : CRIJ, BIJ, PIJ (coordonnées p. 111).

Espaces coworking IJ

Ces tiers lieux gratuits proposent des espaces de coworking équipés destinés aux jeunes qui souhaitent mettre en œuvre un projet. • Au CRIJ à Orléans : InfoLab (coordonnées p. 111).

- Au BIJ 37 à Tours (coordonnées p. 111).



Trouver des aides

Autofinancement

Investir vos propres ressources, mêmes minimes, montrera votre implication et votre motivation à vos partenaires et financeurs.

Financement participatif

Le principe est simple : faire financer votre proiet en collectant des fonds auprès de particuliers via une plateforme Internet. Parmi les plus connues : Ulule, Kisskissbankbank, GoFundMe, Leetchi, KickStarter.

Aides publiques

Quelaues pistes:

Collectivités locales (votre mairie, votre conseil départemental, le conseil régional du Centre-Val de Loire)

Elles seront d'autant plus intéressées si votre projet participe à dynamiser leur territoire et concerne leur domaine de compétence.

Services départementaux de l'État en charge de la jeunesse

Un conseiller peut vous informer et vous accompagner sur votre projet dans chaque service départemental de l'État en charge de la jeunesse. Certains départements proposent des dispositifs de financement d'aides aux projets, en plus de l'accompagnement méthodologique. Coordonnées sur centre-val-de-loire.drdiscs.gouv.fr encadré « informations sur les départements ».

Caisse des allocations familiales (Caf)

caf.fr (indiquez votre ville dans l'outil de géolocalisation de la page d'accueil pour connaître les aides de votre territoire.)

Associations

Certaines soutiennent des projets via des financements, d'autres par une aide méthodologique, matérielle ou logistique. Si possible, ciblez des associations dans le même champ d'action que votre projet.

S'engager, monter un projet

Aides dédiées aux étudiants

Fonds de solidarité et de développement des initiatives étudiantes (FSDIE)

Pour qui? Associations étudiantes.

C'est quoi ? Financement de projets étudiants, dans les domaines suivants : culture, animation du campus, sport, solidarité, citoyenneté, environnement, etc. Les projets doivent être de préférence transversaux à la communauté universitaire et se dérouler principalement sur le campus ou les autres sites universitaires.

Modalités : le projet doit être présenté devant une commission, qui se réunit plusieurs fois dans l'année.

Contact: service de la vie associative et de la citoyenneté étudiante à l'université d'Orléans (univ-orleans.fr rubrique « vie des campus » > « vie associative étudiante » ou bureau de la vie étudiante à l'université de Tours (univ-tours.fr rubrique « campus » > « vie associative »).

Animafac

Ressources, bons plans, actus... c'est un des sites de référence en matière de projet étudiant! Étudiez aussi leur appel à projet « La Riposte », votre asso pourrait peut-être en bénéficier.

animafac.net

Culture-ActionS

Pour qui ? Étudiant, groupe d'étudiants ou association d'étudiants.

C'est quoi ? Aide financière ou logistique pour des projets étudiants, dans les domaines suivants : culture, citoyenneté, solidarité, environnement, sport, humanitaire, santé, culture scientifique et technique.

Modalités : le projet doit être présenté devant une commission, qui se réunit plusieurs fois dans l'année.

Contact: pôle culture, associations et événementiel du Crous d'Orléans-Tours (**crous-orleans-tours.fr** rubrique « culture » > « culture-actions »).

Concours et tremplins du Crous

Chaque année, le Crous organise des concours (BD, photo, peinture, film court, nouvelle) et des tremplins artistiques (musique, danse et théâtre). Il organise aussi le printemps de l'art étudiant, concours régional libre d'art graphique.

crous-orleans-tours.fr

Aides privées

Mécénat

Le mécénat est le soutien d'une entreprise à un projet d'intérêt général, sans contrepartie. Vous ne serez pas dans l'obligation de faire un retour une fois l'aide accordée. L'entreprise verse son aide directement ou par l'intermédiaire d'une fondation.

Liste d'entreprises mécènes sur **admical.org** (payant) et liste de fondations et fonds de dotation sur **centre-francais-fondations.org**

Autre organisme incontournable en la matière : la Fondation de France, qui pourra vous financer elle-même ou, le plus souvent, vous mettre en relation avec l'une des nombreuses fondations qu'elle héberge : fondationdefrance.org rubrique « trouvez un financement ».

Sponsoring

Au contraire du mécénat, le sponsoring relève d'une démarche commerciale. Votre interlocuteur souhaite, à travers vous, faire sa publicité tout en vous aidant. Pensez à démarcher les commerces et les entreprises situés près de chez vous. Consultez un annuaire d'entreprises en région Centre-Val de Loire sur **fichentreprise.com**





Sortir, bouger

SPORT ET CULTURE

où s'informer?

Dès la rentrée, vous pourrez reprendre ou découvrir des activités sportives, culturelles, ou de loisirs qui vous permettront des pauses bien méritées tout au long de l'année. Mais comment choisir sans yous ruiner?

- ▶ Rendez-vous dans votre PIJ. BIJ ou CRIJ (coordonnées p. 111) pour v consulter les plaquettes de présentation de nombreux clubs, associations ou organismes sportifs. culturels ou de loisirs, centres sociaux et manifestations diverses. Vous pourrez aussi y feuilleter les dossiers Actuel Cidi sur les loisirs et les sports.
- ▶ Rencontrez les associations de votre ville sur les forums des associations. Organisés début septembre, ils vous permettront de découvrir des activités diverses et d'assister à des démonstrations pour faire vos choix. Renseignez-vous auprès de la mairie.

Votre établissement d'enseignement peut également organiser des évènements de ce type, posez la question à la rentrée.

site Internet de votre commune ou à la mairie. ▶ Renseignez-vous sur les bons plans de votre établissement

Consultez le guide ou annuaire des associations, clubs et

autres organismes, souvent consultable en ligne sur le

- d'enseignement, auprès des services culturels et sportifs ou des associations étudiantes. Ils permettent à leurs étudiants d'accéder facilement et à moindre coût à la culture, aux loisirs et au sport. Et bien souvent, ils mettent en place des partenariats avec différentes structures de la ville, pour proposer des tarifs préférentiels.
- Profitez des offres des collectivités locales (villes, départements, région) et des organismes de tourisme : organisation d'activités, de manifestations, tarifs réduits sous forme de passeports, cartes, stages, etc., pour faire du sport, assister à des spectacles, visiter châteaux, monuments, musées, sites naturels, parcs de loisirs, etc. Certaines offres sont destinées aux étudiants, d'autres à toute la population.

Pour bénéficier de toutes les aides et bons plans proposés en région Centre-Val de Loire, inscrivez-vous sur yeps.fr (voir page suivante).

Voir aussi les places gratuites offertes par la région Centre-Val de Loire pour les évènements dont elle est partenaire: regioncentre-valdeloire.fr rubrique « les services en ligne » > « ma région m'invite ».

Pensez aux activités proposées à prix très compétitifs par les MJC, centres sociaux, maisons de quartiers, etc.

La carte d'étudiant

Lorsque vous vous inscrivez dans un établissement d'enseignement supérieur, on vous remet votre carte d'étudiant. Elle vous permet de prouver votre statut d'étudiant et vous donne accès aux bibliothèques, restaurants universitaires, installations sportives, culturelles, etc. Elle vous donne également droit à de nombreuses réductions et offres spéciales : dans les lieux culturels, dans les lieux de sortie, dans les salles de sport, chez les commerçants, etc. Pensez donc toujours à l'avoir sur vous et renseignez-vous à la caisse avant de payer!

En région Centre-Val de Loire, les universités d'Orléans et de Tours, ainsi que le Crous d'Orléans-Tours, vous proposent la carte Atout'Centre qui sera à la fois votre carte d'étudiant et une carte multi-services (sur les sites universitaires : paiements de vos repas, emprunts à la bibliothèque, photocopies, impressions, accès à des salles ou parkings).

Revente de billets

Vous trouverez des sites et des applis pour revendre vos places de concerts, spectacles, évènements sportifs. Utilisez ceux qui sont sécurisés. Certains organismes de spectacles proposent un service de revente de billets. Renseignez-vous.

Loisirs. vacances

La carte jeunes européenne

Avec des réductions sur les transports et les hébergements, le sport, la culture ou encore les loisirs, cette carte permet à tous les jeunes, jusqu'à 30 ans, de pouvoir découvrir de nouvelles activités et de bouger en France et en Europe. La carte au prix de 10 € est valable 1 an.

Pour plus d'infos et pour commander votre carte en ligne : cartejeunes.fr

Envie de vacances ?

Si vous avez entre 18 et 25 ans, le dispositif Départ 18 : 25 peut vous proposer une aide financière pour vos vacances. Cette aide est attribuée sur des offres de vacances spécifiques, et sous conditions de statut (étudiant boursier, en alternance) ou de ressources (revenu fiscal de référence inférieur à 17 280 € par an pour une part fiscale).

Plus d'infos sur depart1825.com

Les bons plans communs au sport et à la culture

CONTACTS

Yep's

Aides, infos, bons plans, etc., via le site Internet, l'appli, Facebook, Insta, etc.

Cagnotte culture : réductions pour des manifestations, spectacles, concerts, festivals, cinéma, visites, achats de livres, etc. Accès gratuits à des lieux culturels.

Pour les jeunes de 15 à 25 ans qui habitent en région Centre-Val de Loire.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur yeps.fr et inscrivezvous en ligne.

Blois

Mairie

La Fabrique 7 rue d'Auvergne

41000 BLOIS Tél: 02 54 56 08 89

blois.fr rubrique « pratique » > « enfance et jeunesse » « vie étudiante »

Début octobre, la mairie de Blois accueille les nouveaux étudiants et leur remet un Pass culture :

▶ entrées gratuites pour le Château royal, la Maison de la magie, la Fondation du doute, le muséum d'histoire naturelle. le musée de la résistance.

▶ tarifs préférentiels pour la Maison de Bégon, les séances art et essai de Ciné'fil, la Halle aux grains, le Chato'do, la maison de quartier Alep. le théâtre Monsabré.

les partenaires sportifs et culturels sont présents lors de la remise du Pass culture pour proposer leurs bons plans aux étudiants.

Bourges

Mairie

Service accueil-familles Hôtel de Ville

11 rue Jacques Rimbault - CS 50003 18020 BOURGES CEDEX

Tél: 02 48 57 80 75 ou 02 48 57 83 42

Bourse sport et culture

Participation au droit d'inscription, calculée selon le quotient familial.

2019 : aide plafonnée à 114 € et à 80 % du montant des frais.

Critères d'obtention :

 habiter Bourges ou fréquenter un établissement scolaire de Bourges,

> avoir moins de 20 ans,

 justifier d'une inscription auprès d'un club, d'une association ou d'un établissement public, ▶ l'activité doit suivre un cursus pédagogique annuel. Dossier à retirer auprès des clubs ou de la mairie miseptembre (service accueil-famiilles). La commission d'attribution des aides se réunit fin décembre pour examiner les demandes.

▶ Chartres

Office de tourisme de Chartres Métropole

8 rue de la Poissonnerie

Tél: 02 37 18 26 26 info@chartres-tourisme.com

chartres-tourisme.com rubrique « boutique en ligne » >

« Chartrexpérience »

Chartrexpérience - le Pass'étudiants, pour les étudiants de l'agglomération de Chartres, permet de bénéficier de réductions et d'offres diverses, notamment dans le secteur de la culture et du sport.

▶ Issoudun

Mairie

Service jeunesse et sports Place des Droits de l'Homme 36100 ISSOUDUN

Tél: 02 54 03 36 06

issoudun.fr rubrique « vie-pratique » > « réseau jeunes » Si vous avez encore 18 ans ou moins, la ville d'Issoudun vous propose gratuitement la carte Réseau-Jeunes : pour tous les jeunes qui habitent ou étudient dans la communauté de communes du pays d'Issoudun.

Piscine, bowling, squash, tennis : entrée à 3 € tous les jours. Patinoire : location gratuite de patins. Tarifs réduits, sur certains spectacles, au Centre Culturel Albert Camus (CCAC).



97

Sortir, bouger

Faire du Sport

Pensez aussi aux bons plans communs au sport et à la culture (voir p. 97).

Les bons plans sport

À vos marques, prêt... après avoir déjà lu les conseils et bons plans dans les pages précédentes, renseignez-vous encore !

- ▶ Des conventions passées par votre établissement de formation avec des partenaires peuvent vous permettre de pratiquer des sports qui nécessitent des équipements spécifiques tels que l'équitation, les sports nautiques, etc.,
- les fédérations sportives peuvent vous donner les coordonnées des clubs proches de votre lieu d'études. Consultez leurs sites Internet,
- sur res.sports.gouv.fr vous trouverez les coordonnées d'équipements sportifs et de sites de pratique.

CONTACTS

Dispositif de la ville de Tours

Services des sports des universités : pour les sites d'Orléans, Bourges, Chartres, Châteauroux et Issoudun, contactez le Suapse de l'université d'Orléans. Pour les sites de Tours et Blois, contactez le Suaps de l'université de Tours. Vous pouvez aussi vous renseigner dans votre établissement.

(Certains étudiants hors université peuvent participer aux activités proposées par les services des sports des universités.)

Orléans

Service universitaire des activités physiques sportives et d'expression (Suapse)

Université d'Orléans Secrétariat - Bât. Staps - bureau 116 2 allée du Château - BP 6237 45062 ORLÉANS CEDEX 2 Tél : 02 38 49 47 26 (secrétariat) Courriel : suapse@univ-orleans.fr univ-orleans.fr/suapse

Horaires d'ouverture : lundi, mardi, jeudi et vendredi de 8h à 12h et de 13h30 à 16h30.

Le Suapse propose un large choix d'activités physiques et sportives, à l'université d'Orléans, et dans ses antennes de Bourges, Chartres, Châteauroux et Issoudun. Le Suapse favorise la pratique de loisir, de perfectionnement, et de compétition universitaire. Pour tout renseignement sur la compétition universitaire, contacter l'Association sportive de l'université d'Orléans : asuo45@gmail.com

- Pour les étudiants de l'université d'Orléans :
 - Acces'Sport : pour pratiquer gratuitement une activité au choix par semestre,
 - Pass'Sport: pour pratiquer jusqu'à 5 activités au choix par semestre, accéder gratuitement aux animations proposées par l'ASUO, accéder aux formations qualifiantes et aux stages (hors coût hébergement, restauration, transports et activités): 2019-2020: 30 €.
- Pour les étudiants des autres établissements d'enseignement supérieur sous convention :
 - Acces'Sport : 2019-2020 : 45 €,
- Pass'Sport : 2019-2020 : 55 €.

Pour les étudiants en situation de handicap : contacter le Suapse pour obtenir un rendez-vous avec l'enseignant responsable de l'activité envisagée. Une activité regroupant étudiants non valides et étudiants valides est également proposée.



Service universitaire des activités physiques et sportives (Suaps)

Université de Tours 14 avenue Monge 37200 TOURS Tél : 02 47 36 70 24 Courriel : suaps@univ-tours.fr

suaps.univ-tours.fr

Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 8h à 18h, vendredi de 8h à 17h.

Le Pack'Sport permet aux étudiants de l'université de Tours et Blois de bénéficier de plus d'offres sportives : cours, stages nature, formations diplômantes et de tarifs préférentiels auprès de partenaires extérieurs.

Achat lors de l'inscription à l'université ou plus tard auprès du service scolarité : 2019-2020 : 25 €.

Les événements, les stages week-end et les compétitions universitaires sont accessibles hors Pack'Sport (suaps. univ-tours.fr pour tout renseignement).

Pour les étudiants en situation de handicap : consulter les informations disponibles en ligne sur les activités ou contacter l'enseignant responsable de l'activité envisagée.

Vous trouverez les **associations étudiantes** sur **univtours.fr** rubrique « campus » > « vie associative » > « découvrez les associations ». Certaines peuvent proposer des activités sportives.

Vous trouverez les associations sportives étudiantes des différents sites de l'université sur univ-orleans.fr/assos

Mairie

Direction des sports 37 rue Galpin Thiou 37000 TOURS

Tél: 02 47 70 86 86

tours.fr rubrique « habiter à Tours » > « sports et nature »

La carte CitéClub permet d'accéder à des animations, initiations et entraînements sportifs, d'obtenir des tarifs préférentiels dans les piscines municipales et à la patinoire, des offres privilégiées pour les matchs, les évènements sportifs et des accès aux entraînements de grands clubs tourangeaux, des informations sur la vie sportive, etc.

La carte CitéClub Préférence est proposée au tarif de 6 € pour un an (tarif et conditions rentrée 2019) aux étudiants :

- boursiers habitant Tours (sur présentation de la notification définitive de bourse),
- en situation de handicap, habitant Tours ou non (sur présentation d'un document attestant le taux d'incapacité permanente),
- licenciés dans un club sportif de Tours et habitant Tours ou non (sur présentation d'une licence fédérale en cours de validité pour la saison sportive, avec la carte du club ou une attestation du club précisant que la carte licence est en cours d'instruction).

Pour plus d'infos, renseignez-vous sur le site de la ville.

Équipements sportifs et de loisirs

Vous trouverez ci-après quelques adresses : bowling, karting, laser game, paintball, football (soccer) en salle, patinoire, piscine, base nautique, escape game, salle de jeux VR, etc., dans ou autour de votre ville universitaire. À vous d'en trouver d'autres ! Attention, pour certains, pensez à réserver.

Les équipements suivis d'un * proposent des réductions aux étudiants. Renseignez-vous pour connaître les activités concernées et les conditions. Certains équipements proposent aussi des réductions selon l'âge.

CONTACTS

▶ Blois et alentour

Bowling World Blois * Bowling, billard

25 rue Robert Nau 41000 BLOIS Tél : 02 54 74 85 21

Cap Karting

Circuit de Mer - Route de Talcy 41500 MER

Tél: 02 54 81 39 02

Landes karting * Landes paintball

Le Breuil 41190 LANDES-LE-GAULOIS Tél: 02 54 20 20 60 06 38 40 12 77

Laser Lander *

123 rue Marcelin Berthelot 41350 VINEUIL Tél : 02 54 33 06 30

Baignade naturelle du Grand Chambord (saison estivale)

407 rue de la Martinière 41250 MONT-PRÈS-CHAMBORD Tél : 02 54 79 01 81

Centre aquatique Agl'eau *

30 avenue Pierre Brossolette 41000 BLOIS Tél: 02 54 79 70 30

Piscine Tournesol *

8 rue Samuel de Champlain 41000 BLOIS Tél : 02 54 52 01 30

▶ Bourges et alentour

Espace Bowling * Bowling, billard

Route d'Orléans 18230 SAINT-DOULCHARD Tél: 02 48 27 67 67

Ledoux Karting

Montavelange 18340 LEVET Tél : 02 48 25 35 76

Laser Ouest Bourges

Les Terres de Fenestrelay Route de La Charité (derrière Conforama) 18390 SAINT-GERMAIN-DU-PUY Tél: 02 48 67 90 46

Paintball'R * Paintball, laser d'extérieur

Route de Foëcy Chemin de l'Écluse 18500 MEHUN-SUR-YÈVRE Tél: 06 13 04 09 89

Soccer Park Bourges * Allée François Arago

ZAC des Danjons 18000 BOURGES Tél : 02 48 64 32 43

Centre nautique Raymond Boisdé *

Avenue du 11 Novembre 18000 BOURGES Tél : 02 48 67 57 27

Piscine des Gibjoncs *

Rue de Turly 18000 BOURGES Tél : 02 48 70 82 90

Sortir, bouger

Chartres et alentour

Bowling de Chartres * Bowling, billard

8 route de Gasville - RN 10 28630 NOGENT-LE-PHAYE Tél : 02 37 31 61 98

Xbowl bowling de Barjouville Bowling, laser

ZA la Torche 17 rue des Pierres Missigault 28630 BARJOUVILLE Tél: 02 37 35 82 82

Pro'Kart * - Karting

Rue Notre-Dame-de-la-Ronde 28100 DREUX

Tél: 02 22 51 06 63 06 25 94 65 58

Pro'Pulsion Stages de pilotage automobile

Rue Notre-Dame-de-la-Ronde 28100 DREUX Tél: 02 37 62 50 00 0 826 098 880

Ferme autour du grain Laser game en extérieur

6 route de Berchères (GPS : rue Jean Moulin) 28130 BOUGLAINVAL Tél : 06 59 77 67 08

No limit aventure Paintball, accrobranche, laser game en extérieur

59 Bois de la Fontaine Sainte-Fraize 28250 DIGNY Tél: 06 81 37 59 85

Aquaval *

Centre aquatique, bowling Rue Saint-Hilaire

28400 NOGENT-LE-ROTROU Tél : 02 37 54 50 50

L'Odyssée * Complexe aquatique, patinoire

Rue du Médecin Général Beyne 28000 CHARTRES Tél: 02 37 25 33 33

Châteauroux et alentour

Le bowling de Châteauroux * Bowling, billard

13 avenue Daniel Bernardet 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 02 54 60 00 90

Karting Arthonnais

La Petite Vau 36330 ARTHON Tél : 02 54 36 16 67

Pôle Karting Services (PKS) Circuit de l'Indre

RD 943 - Champ du Breuil 36700 CLION-SUR-INDRE Tél : 02 54 38 67 35

Laser Wars * Laser, billard, simulateurs dynamiques

8 rue du Chaumiau 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 06 16 36 32 30

Laleuf Loisirs * Paintball, accrobranche

Lieu-dit Laleuf 36250 SAINT-MAUR Tél: 02 54 27 19 69

Base nautique de Belle-Isle Baignade, sports nautiques (saison estivale)

Avenue Daniel Bernardet 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 35 00 00

Piscine de Belle-Isle * Piscine à vagues

21 rue du Rochat 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 02 54 35 00 00

Piscine Firmin Batisse * (fermée l'été)

2 allée de Frontenac 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 02 54 22 37 98

Issoudun et alentour

Ensemble de loisirs sportifs * Bowling, piscine à vagues, squash

Parc de loisirs des Champs d'Amour 36100 ISSOUDUN Tél: 02 54 21 55 99

Patinoire * (ouverture de mi-septembre à mi-mai)

Fermée pour travaux jusqu'à fin 2019 Avenue du Père Noir

36100 ISSOUDUN Tél : 02 54 21 78 77

Piscine

Impasse du Tripot 36150 VATAN Tél : 02 54 49 76 25

Orléans et alentour

Bowling d'Orléans * Bowling, billard

2 rue Moreau 45100 ORLÉANS Tél : 02 38 66 31 55

Le Complex * Bowling, billard, laser

Parc de loisirs - Rue de la Tuilerie 45770 SARAN Tél : 02 38 73 70 60

Factory * Bowling, billard, laser

3055 route de Sandillon 45560 SAINT-DENIS-EN-VAL Tél: 02 38 14 10 10

Karting 45

9 route du Vieux Chemin 45730 SAINT-BENOÎT-SUR-LOIRE Tél : 02 38 35 73 78

Kart Racer - Karting

Parc de loisirs - Rue de la Tuilerie 45770 SARAN Tél : 02 38 72 08 08

Laser Game Evolution Laser, simulateur de F1, Mystery Escape

Parc de loisirs Allée de l'Orée de la Forêt 45770 SARAN Tél: 02 38 73 16 19

Laser Ouest Orléans *

11 rue Jean Moulin ZAC des Montées 45100 ORLÉANS Tél: 02 38 44 40 23

06 06 59 63 34

Climb'up * Escalade, accrobranche

Parc de loisirs Allée de l'Orée de la Forêt 45770 SARAN Tél: 02 38 54 22 22

Hapik - Escalade

Centre commercial Cap Saran 920 rue Paul Langevin 45770 SARAN Tél: 02 38 42 01 82

Le Five Orléans-Ingré * Football en salle

4 bis rue Lavoisier 45140 INGRÉ Tél : 02 38 84 49 46

Le Five Orléans-Fleury * Football en salle, padel

113 rue de Curembourg 45400 FLEURY-LES-AUBRAIS Tél: 02 38 58 99 37

Patinoire d'Orléans * (ouverture de septembre à avril)

Boulevard Jean Jaurès 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 24 22 24

Base de loisirs de l'île Charlemagne * Baignade, sports nautiques

Levée de la Chevauchée 45650 SAINT-JEAN-LE-BLANC Tél: 02 38 51 92 04 (Léo parc aventure (accrobranche, paintball, aqua parc, laser d'extérieur): 06 10 91 25 32)

Complexe nautique de la Source

Fermé pour travaux, réouverture prévue au printemps 2020 Rue Beaumarchais 45100 ORLÉANS Tél : 02 38 63 48 17

Piscine éphémère

Place Albert Camus 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 63 62 33

Piscine du Palais des sports

14 rue Eugène Vignat 45000 ORLÉANS Tél : 02 38 53 78 17

Tours et alentour

Bowl center * Bowling, billard

28 avenue Marcel Mérieux 37200 TOURS Tél : 02 47 74 66 66

Skybowl * Bowling, billard

Rue Jean Monnet ZA de l'Arche d'Oé 37390 NOTRE-DAME-D'OÉ Tél: 02 47 40 03 00

Karting Center Tours * Karting, paintball

Lieu-dit l'Ouche Saint-Martin 37700 LA VILLE-AUX-DAMES Tél: 06 27 20 10 61 02 47 32 09 13

Pôle Karting Services (PKS) *

6 rue Gustave Eiffel Pôle d'activités Gutenberg 37300 JOUÉ-LÈS-TOURS Tél : 02 47 80 03 27

Parc de loisirs de l'Escotais Karting, moto, paintball, quad

Le Moulin Perron 37360 NEUILLÉ-PONT-PIERRE Tél : 02 47 40 90 40

Laser Game Evolution *

59 avenue Marcel Mérieux Centre commercial L'Heure Tranquille 37200 TOURS

Tél : 02 47 27 72 77

Laser Maxx Tours Nord

15 avenue du Danemark 37100 TOURS Tél : 02 47 44 37 93

Le Five Tours * Football en salle

15 avenue du Danemark 37100 TOURS Tél : 02 47 51 62 40

Le Five Joué-lès-Tours * Football en salle, squash

24 rue de Chambray 37300 JOUÉ-LÈS-TOURS Tél : 02 47 54 43 81

Patinoire de Tours (ouverture de septembre à mai)

Centre municipal des sports 27 rue de l'Élysée 37000 TOURS Tél : 02 47 70 86 30

Centre aquatique du lac *

275 avenue Grammont 37200 TOURS Tél : 02 47 80 78 10

Lac de la Bergeonnerie Cercle de voile *

Quartier des 2 lions 37200 TOURS Tél: 02 47 48 00 23

Piscine Gilbert Bozon

35 rue Galpin Thiou 37000 TOURS Tél : 02 47 70 86 20

Piscine du Mortier 2 ter rue de la Bassée

37100 TOURS Tél : 02 47 34 39 40



Sortir, bouger

▶ Blois

Daedalus *

8 ter rue de la Garenne 41000 BLOIS Tél : 09 84 48 31 71 06 33 44 70 32

Bourges

Double Tour *

5 avenue Jean Jaurès 18000 BOURGES Tél : 02 48 70 64 39

Escape games

Chartres et alentour

Escape Yourself

1 route de Gasville ZA du Bois Paris 28630 NOGENT-LE-PHAYE Tél : 02 37 84 51 39 06 50 61 08 81

▶ Châteauroux

Laser Wars - Escape game

8 rue du Chaumiau 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 06 16 36 32 30

▶ Orléans

Bank Escape *

24 ter boulevard Marie Stuart 45000 ORLÉANS Tél: 06 95 96 15 11

Get Out

(* sur réservation au téléphone) 4 rue du Faubourg Madeleine 45000 ORLÉANS Tél : 07 71 67 34 41

▶ Tours

Escape Express *

56 avenue Marcel Dassault Bât. 2 37000 TOURS Tél: 02 47 22 94 50

Escape Yourself *

53 bis rue Léon Boyer 37000 TOURS Tél : 06 28 48 00 34

Salles de jeux réalité virtuelle (VR)



Bowling World Blois

25 rue Robert Nau 41000 BLOIS Tél : 02 54 74 85 21

▶ Bourges

VR Quest Laser Quest Bourges

Les Terres de Fenestrelay Route de La Charité (derrière Conforama) 18390 SAINT-GERMAIN-DU-PUY Tél : 02 48 67 90 46

Chartres et alentour

Bowling de Chartres

8 route de Gasville - RN 10 28630 NOGENT-LE-PHAYE Tél : 02 37 31 61 98

Hiii Virtual Reality

56 rue du Château d'Eau 28300 MAINVILLIERS Tél : 02 37 83 15 90

▶ Châteauroux

Laser Wars simulateurs dynamiques

8 rue du Chaumiau 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 06 16 36 32 30

Orléans et alentour

TransVRsalle *

9 rue de l'Industrie 45100 ORLÉANS-LA SOURCE Tél: 02 38 59 92 23

Virtual Room *

231 route Nationale 45770 SARAN Tél : 02 38 84 67 19

VRZONE45

Laser Quest Orléans

ZAC des Montées 45100 ORLÉANS Tél : 02 38 44 40 23 06 06 59 63 34

▶ Tours

VRXtreme *

13 rue de Jérusalem 37000 TOURS Tél : 02 47 27 50 95

Se **Cultiver**

Pensez aussi aux bons plans communs au sport et à la culture (voir p. 97).

Les bons plans culture

Vous avez déjà pu repérer depuis le début de ce chapitre bon nombre de dispositifs permettant un accès plus facile au sport, aux loisirs et à la culture. Mais il en existe encore d'autres pour vous cultiver!

- ▶ Le Passeport culturel étudiant (PCE) de l'université de Tours, réalisé en collaboration avec le Crous d'Orléans-Tours, offre aux étudiants de Tours et Blois, inscrits à l'université de Tours et dans les établissements publics de l'enseignement supérieur, des tarifs réduits, invitations, opérations exclusives, etc., auprès de nombreux partenaires culturels,
- de 18 à 25 ans, vous pouvez accéder gratuitement aux musées et monuments nationaux. Il vous suffira de présenter une pièce d'identité. Pour les musées, la gratuité ne s'applique que sur les collections permanentes, les expositions temporaires, elles, restent payantes.

CONTACTS

Services culturels des universités

Pour les sites d'Orléans, Bourges, Chartres, Châteauroux et Issoudun, contactez le service culturel de l'université d'Orléans. Pour les sites de Tours et Blois, contactez le service culturel de l'université de Tours. Ou renseignez-vous dans votre établissement.

▶ Orléans

Service culturel de l'université d'Orléans

Le Bouillon - Rue de Saint-Amand Campus universitaire 45100 ORLÉANS-LA SOURCE

Tél : 02 38 49 24 24

lebouillon.fr rubrique « découvrir »

Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 10h à 17h.

Ateliers d'éducation artistique réservés aux étudiants de l'université. Programmation culturelle, renseignements sur l'actualité culturelle.

Le Bouillon - Centre culturel de l'université d'Orléans - Campus d'Orléans

Tél: 02 38 49 24 24

Courriel: centre.culturel@univ-orleans.fr

lebouillon.fr

Facebook, Twitter, Instagram : BouillonOrléans

Programmation riche et variée : théâtre, danse, cinéma, musiques actuelles et classiques, rencontres littéraires, etc.

Conférences, expositions et évènements organisés par les associations étudiantes.

Ouvert à tous. Gratuit pour les étudiants.

Vous trouverez les associations culturelles étudiantes des différents sites de l'université sur univorleans.fr/assos

▶ Tours

Service culturel de l'université de Tours

3 rue des Tanneurs - BP 4103 Porte 109 du site des Tanneurs 37041 TOURS CEDEX 1 Tél : 02 47 36 64 15

Courriel: culture@univ-tours.fr univ-tours.fr rubrique « culture »

Horaires d'ouverture : lundi, mercredi et jeudi de 8h45 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, mardi de 8h45 à 10h et de 13h30 à 17h30, vendredi de 8h45 à 12h30.

Ateliers de pratiques artistiques (théâtre, chant, cinéma) réservés aux étudiants de l'université. Programmation culturelle salle Thélème.

Thélème - Salle de spectacles de l'université - Site des Tanneurs

univ-tours.fr rubrique « culture » > « informations pratiques » > « Thélème »

ticketfac.univ-tours.fr pour la billetterie en ligne

Billetterie sur place ouverte dès 19h45 les soirs de spectacles programmés par le service culturel.

Lieu d'accueil privilégié de manifestations de l'université: théâtre universitaire, programmation professionnelle variée, résidences artistiques, présentations publiques d'ateliers étudiants, spectacles étudiants, projections cinématographiques, conférences, colloques scientifiques, cérémonies universitaires, etc.

Ouverte à tous. Tarifs réduits pour les étudiants (6 \in) et pour les étudiants détenteurs du PCE (4 \in).

Sortir, bouger

▶ Passeport culturel étudiant (PCE)

Tél: 02 47 36 67 05 pce.univ-tours.fr

Facebook : passeport culturel étudiant

Instagram: pceunivtours

Destiné aux étudiants de Tours et Blois inscrits à l'université de Tours ou dans un établissement public de l'enseignement supérieur.

Tarifs réduits, places offertes, opérations spéciales, invitations, etc., chez les partenaires culturels de Tours et Blois et à la salle Thélème : cinéma, danse, festivals, spectacles, médiathèque, bibliothèques, musique, théâtre. musées, monuments.

Coût du PCE 2019-2020 : 8 €.

Consultez les sites Internet pour plus d'infos (où acheter le PCE, partenaires, etc.).

Vous trouverez les **associations culturelles étudiantes** sur **univ-tours.fr** rubrique « campus » > « vie associative » > « découvrez les associations ».

Pôle culture du Crous d'Orléans-Tours

Présent sur toute l'académie, il est là pour vous faciliter l'accès à la culture :

- soutien financier pour la réalisation de vos projets étudiants par le biais du dispositif Culture-ActionS (voir p. 94),
- développement des pratiques amateurs via la mise en place de concours (p. 94),
- organisation de manifestations culturelles, spectacles, expositions, concerts, théâtre, ateliers de pratiques artistiques, etc., sur les lieux de vie étudiante, notamment dans les résidences et restaurants universitaires.

Renseignez-vous auprès du pôle culture du Crous, coordonnées p. 110.

Cinémas d'art et essai, théâtres, salles de spectacles et de concerts

Quelques lieux culturels dans votre ville universitaire.

Ceux suivis d'un * proposent des réductions aux étudiants (sans ou avec PCE). Renseignez-vous pour connaître les conditions. Certains équipements proposent aussi des réductions selon l'âge.

CONTACTS

Blois

CINÉMA D'ART ET ESSAI

Des séances de l'association Ciné'fil (art et essai) cinefilblois.fr se déroulent au cinéma : Les Lobis *

12 avenue du Maréchal Maunoury

Tél : 02 54 74 08 43

THÉÂTRES

La Halle aux grains Scène nationale de Blois

2 place Jean Jaurès Tél : 02 54 90 44 00

Théâtre Monsabré *

11 rue Bertheau Tél : 06 95 20 86 25

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

Café Le Fluxux

(concerts gratuits) La Fondation du doute 14 rue de la Paix Tél: 02 54 55 37 47

Chato'do *

113 avenue de Vendôme Tél : 02 54 45 50 00

La Halle aux grains Scène nationale de Blois *

2 place Jean Jaurès Tél : 02 54 90 44 00

Le Jeu de paume

66 avenue de Châteaudun Tél : 02 18 14 24 95

La Maison de Bégon *

Rue Pierre et Marie Curie Tél : 02 54 43 35 36

▶ Bourges

CINÉMA D'ART

Le cinéma de la Maison de la Culture *

12 boulevard Clémenceau Tél : 02 48 21 29 44

THÉÂTRE

Théâtre Jacques Cœur

16 rue Jacques Cœur Tél : 02 48 57 81 11

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

L'Auditorium de Bourges *

34 rue Henri Sellier Tél : 02 48 57 81 11

Le Hublot *

64 avenue de la Libération Tél : 02 48 67 58 64

Maison de la Culture de Bourges *

Place André Malraux Équipement en travaux, programmation dans d'autres salles de Bourges. Tél: 02 48 67 74 70

Le Nadir *

26 route de la Chapelle Tél : 02 48 50 38 61

Les Rives d'Auron Centre des congrès parc des expositions salles de spectacles

7 boulevard Lamarck Tél : 02 48 27 40 60

Théâtre Saint-Bonnet Spectacles de musique classique

1 boulevard Georges Clemenceau Tél : 06 71 00 70 86

▶ Chartres

CINÉMA D'ART ET ESSAI

Les Enfants du Paradis *

13 place de la Porte Saint-Michel Tél : 02 37 88 19 30

THÉÂTRES

Théâtre de Chartres Boulevard Chasles

Tél : 02 37 23 42 79

Théâtre en Pièces *

Abbayes Saint-Brice 2 rue Georges Brassens Tél: 02 37 33 02 10

Théâtre Portail Sud *

8 Cloître Notre-Dame Tél : 02 37 36 33 06

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

Salle Doussineau

Quartier de la Madeleine Rue Maurice Hallé Tél : 02 37 23 41 44

Théâtre du Seuil *

Rue Saint-Julien Tél: 07 64 27 93 47

▶ Châteauroux

CINÉMAS D'ART ET ESSAI

Cinéma Apollo Maison de l'image *

4 rue Albert 1^{er} Tél : 02 54 60 18 34

Des séances art et essai se déroulent au cinéma :

CGR *

86 avenue du Général de Gaulle Tél : 02 54 22 55 80



Sortir, bouger



THÉÂTRE

Équinoxe - Scène nationale de Châteauroux *

41 avenue Charles de Gaulle Tél : 02 54 08 34 34

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

9 Cube *

93 rue Ampère Tél : 09 83 65 49 24

Équinoxe - Scène nationale de Châteauroux *

41 avenue Charles de Gaulle Tél : 02 54 08 34 34

Salle Gaston Couté

7 avenue Daniel Bernardet Tél: 02 54 34 18 14

▶ Issoudun

CINÉMA D'ART

Cinéma Les Élysées *

Centre de Congrés Boulevard Roosevelt Tél : 02 54 03 32 60

THÉÂTRE

Centre Culturel Albert Camus (CCAC) *

Avenue de Bel Air Tél : 02 54 21 66 13

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

La Boîte à Musique *

Rue Georges Brassens Tél : 02 54 21 42 24

Centre Culturel Albert Camus (CCAC) *

Avenue de Bel Air Tél : 02 54 21 66 13

▶ Orléans

CINÉMAS D'ART ET ESSAI ET DE DOCUMENTAIRE

Cent Soleils

(diffusion gratuite de documentaires de création) 108 rue de Bourgogne Tél : 02 38 53 57 47

Cinéma Les Carmes

7 rue des Carmes Tél : 02 38 62 94 79 Art et essai.

THÉÂTRES

Centre d'art dramatique d'Orléans (Cado)

Théâtre d'Orléans Boulevard Pierre Ségelle Tél : 02 38 54 29 29

Centre dramatique national Orléans-Loiret-Centre (CDN) *

Théâtre d'Orléans Boulevard Pierre Ségelle Tél : 02 38 81 01 00

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

L'Astrolabe

Boulevard Jean Jaurès (3º étage de la patinoire) Tél : 02 38 54 20 06

Le Bouillon - Centre culturel de l'université d'Orléans *

Campus universitaire Rue de Saint-Amand Tél : 02 38 49 24 24

Centre chorégraphique national d'Orléans (CCNO)

(nombreux spectacles gratuits) 37 rue du Bourdon Blanc Tél: 02 38 62 41 00

Scène nationale d'Orléans

Théâtre d'Orléans Boulevard Pierre Ségelle Tél : 02 38 62 75 30

7énith

1 rue du Président Robert Schuman Tél : 02 38 25 04 29

Tours

CINÉMA D'ART ET ESSAI

Cinémas Studio *

2 rue des Ursulines Tél : 02 47 20 27 00 Cinéma associatif art et essai. Accueil de séances organisées par la cinémathèque de Tours : cinematheque.tours.fr

THÉÂTRE

Théâtre Olympia Centre dramatique national de Tours *

7 rue de Lucé Tél : 02 47 64 50 50

SALLES DE SPECTACLES, CONCERTS

Arcades Institute *

8 place de la Monnaie Tournois Tél : 02 47 66 25 65

Bateau lyre

(ouverture prévue au printemps 2020) 146 rue Édouard Vaillant 37000 TOURS

Centre chorégraphique national de Tours (CCNT) *

47 rue du Sergent Leclerc Tél : 02 18 75 12 12

Palais des congrès

26 boulevard Heurteloup Tél: 02 47 70 70 70

Grand Théâtre * Opéra de Tours

34 rue de la Scellerie Tél : 02 47 60 20 20

Parc des expositions

Avenue Camille Chautemps Tél: 02 47 32 37 10

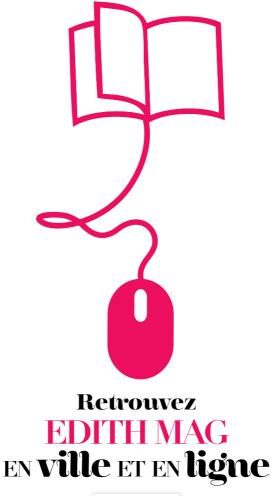
Le Petit Faucheux *

12 rue Léonard de Vinci Tél : 02 47 38 29 34

Salle Thélème Université de Tours *

3 rue des Tanneurs Tél : 02 47 36 64 15

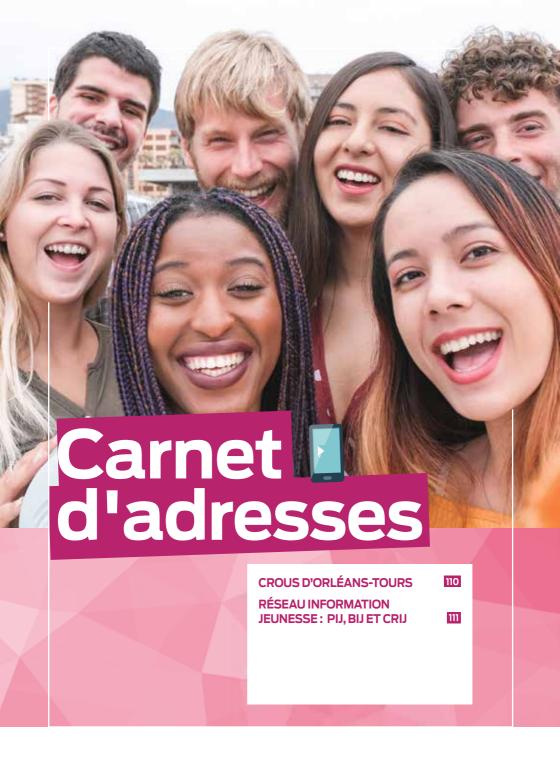






Tous nos points de diffusion sont sur edith-magazine.com

À Orléans mais aussi à Ardon, Olivet, Saint-Jean-le-Blanc, Saint-Jean-de-la-Ruelle, Fleury-les-Aubrais, Saint-Denis-en-Val, Chécy...



Carnet d'adresses

CROUS D'ORLÉANS-TOURS

Pour plus d'infos sur les services (bourses et logements, social, etc.), consultez les parties du guide correspondantes.

▶ Blois

Antenne du Crous

Maison de l'étudiant
10-12 rue Anne de Bretagne
(entrée derrière le restaurant, face à la Loire, 1er étage)
41000 BLOIS
Tél : 02 54 78 61 38
Courriel : blois@crous-orleans-tours fr

• Service social (sur rendez-vous): 02 47 60 42 46 secretariat.service-social@crous-orleans-tours.fr

 Pôle culture, associations et évènementiel :

02 54 78 63 41

de 14 h à 16h (jeudi jusqu'à 17h).

Bourges

Antenne du Crous

74 rue de Turly 18000 BOURGES Tél : 02 48 27 55 30 Courriel :

bourges@crous-orleans-tours.fr

Service social (sur rendez-vous):
02 38 24 27 22
secretariat.service-social@crous-orleans-tours fr

• Pôle culture :

02 38 22 63 45 culture-bourges@crous-orleans-tours.fr Horaires d'ouverture de l'antenne : du lundi au jeudi de 8h à 20h, vendredi de 8h à 18h.

▶ Chartres

Antenne du Crous

8 place François Rabelais 28000 CHARTRES Tél: 02 37 90 70 30 Courriel:

chartres@crous-orleans-tours.fr

• Service social (sur rendez-vous):
02 38 24 27 22
secretariat.service-social@crousorleans-tours.fr

• Pôle culture :

02 38 49 24 24 culture-orleans@crous-orleans-tours.fr Horaires d'ouverture de l'antenne : du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Châteauroux et Issoudun

Antenne du Crous pour Châteauroux et Issoudun

78 espace Mendès France 36000 CHÂTEAUROUX Tél: 02 54 22 95 06 Courriel:

chateauroux@crous-orleans-tours.fr

• Service social (sur rendez-vous assistante sociale du Sumpps de l'université d'Orléans) :

02 38 41 71 79 • Pôle culture :

02 38 49 24 24

culture-orleans@crous-orleans-tours.fr Horaires d'ouverture de l'antenne : du lundi au jeudi 9h à 11h et de 11h30 à 17h, vendredi de 9h à 11h et de 11h30 à 14h.

▶ Orléans

Crous d'Orléans-Tours

Maison de l'étudiant Hall du forum - 1^{er} étage 2 rue de Tours 45072 ORLÉANS CEDEX 2

• Bourses et logements :

02 38 24 27 00 (du lundi au vendredi de 9h à 17h)

• Service social (sur rendez-vous) : 02 47 60 42 46

secretariat.service-social@crous-orleans-tours.fr

• Accueil des étudiants étrangers : sve-orleans@crous-orleans-tours.fr

• Pôle culture :

Le Bouillon - Campus d'Orléans À côté de la maison de l'étudiant 02 38 49 24 24 Animation en résidences et restaurants universitaires 02 38 22 63 45 culture-orleans@crous-orleans-tours.fr Horaires d'ouverture du Crous: du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 13h à 16h30.

▶ Tours

Clous de Tours (Centre local des œuvres universitaires et scolaires)

60 rue du Plat d'Étain - Bât. H 37041 TOURS CEDEX Tél : 02 47 60 90 39

Courriel:

accueil-clous@crous-orleans-tours.fr

• Bourses et logements : 02 38 24 27 00 (du lundi au vendredi de 9h à 17h)

• Service social (sur rendez-vous): 02 47 60 42 46 secretariat.service-social@crousorleans-tours.fr

 Accueil des étudiants étrangers : sve-tours@crous-orleans-tours.fr

• Pôle culture, associations et évènementiel :

02 47 60 42 49

culture-tours@crous-orleans-tours.fr **Horaires d'ouverture du Clous :** du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Vous pouvez poser des questions sur votre DSE, les bourses et le logement via crous-orleans-tours.fr: connectez-vous à votre compte personnel puis utilisez la rubrique « ma boîte à questions ». Vous pouvez aussi téléphoner au 02 38 24 27 00, du lundi au vendredi de 9h à 17h.

Les informations ci-dessus sont susceptibles d'être modifiées en cours d'année. Référez-vous, si besoin, à la rubrique « contacts » du site crous-orleans-tours.fr (en bas de la page d'accueil).

RÉSEAU INFORMATION JEUNESSE : PIJ, BIJ ET CRIJ

Le réseau Information Jeunesse met à la disposition du public des informations pratiques sur les études, les métiers, l'emploi, la formation continue, la vie quotidienne (santé, logement, droits, etc.), les pays étrangers, les dispositifs de mobilité à l'international, les loisirs, les vacances et les sports.

II se compose d'un centre national, le CIDJ (Paris), de 17 centres régionaux (CRIJ) et de plus de 1 200 Bureaux et Points Information Jeunesse locaux (BIJ et PIJ) - dont 57 en région Centre-Val de Loire.

Selon les structures, peuvent être proposés :

- une riche documentation commune à tous les PIJ, BIJ et CRIJ,
- des ouvrages à consulter sur place,
- la presse quotidienne et des revues spécialisées pour les jeunes,
- des petites annonces (job, logement, covoiturage, vente, don, échange, etc.),

- des temps d'animation de l'information qui permettent aux jeunes de rencontrer des professionnels spécialistes d'un thème et d'avoir des réponses personnalisées à leurs questions,
- des espaces publics numériques (labellisés Point Cyb et/ou WebOcentre).

Attention! Les coordonnées et horaires des PIJ, BIJ et du CRIJ sont susceptibles de changer. Pour vérifier, ou pour trouver la structure la plus proche de chez vous en dehors des structures indiquées ci-dessous, vous pouvez consulter crijinfo.fr rubrique « près de chez vous : les PIJ et les BIJ ».

Blois

Bureau Information Jeunesse de Loir-et-Cher 15 avenue de Vendôme

41000 BLOIS Tél: 02 54 78 54 87 Courriel: bij41@ijcentre.fr infojeune41.org Facebook: BIJ 41

Twitter: BijBlois
Instagram: bij.blois
Horaires d'ouverture:

du lundi au vendredi de 12h à 19h. Espace public numérique.

Bourges

Bureau Information Jeunesse

Halle Saint-Bonnet - 1er étage 8 boulevard de la République 18000 BOURGES Tél : 02 48 24 77 19 Courriel : bij.bourges@ijcentre.fr ville-bourges.fr > « à tout âge » > « jeunesse » > « bureau information jeunesse »

Horaires d'ouverture : lundi de 13h à 17h30, mardi, jeudi et vendredi de 10h à 12h et de 13h à 17h30, mercredi de 9h à 12h et de 13h à 18h

▶ Chartres

Bureau Information Jeunesse

Place de la Cathédrale (en face du collège Jean Moulin) 3 rue de l'Étroit Degré (déménagement prévu en 2020) 28000 CHARTRES Adresse postale : BIJ - Mairie de Chartres Place des Halles 28019 CHARTRES CEDEX Tél: 02 37 23 42 32 Courriel: bij.chartres@ijcentre.fr chartres.fr > « vivre à Chartres » > « éducation et ieunesse » > « bureau information ieunesse » Facebook : BIJ de Chartres Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 9h30 à 12h15 et de 13h30 à 17h15, 4e samedi du mois (sauf juillet et août) de 13h30 à 16h30. Espace public numérique.

▶ Châteauroux

Point Information Jeunesse

Mission locale 24 rue Bourdillon 36000 CHÂTEAUROUX Tél : 02 54 07 70 00

Courriel: pij.chateauroux@ijcentre.fr Horaires d'ouverture:

lundi, mardi, mercredi et vendredi de 8h45 à 12h30 et de 13h30 à 17h45, jeudi de 13h30 à 17h45. Espace public numérique.

▶ Issoudun

Point Information Jeunesse

Maison d'expression et de loisirs d'Issoudun (Meli) Rue de tous les Diables 36100 ISSOUDUN

Tél: 02 54 21 12 36 Courriel: pij.issoudun@ijcentre.fr

Horaires d'ouverture : mardi, mercredi et vendredi de 14h

à 18h, jeudi de 14h à 19h, samedi de 14h à 17h.

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 14h à 18h. Espace public numérique.

Carnet d'adresses

Orléans

Centre Régional Information Jeunesse Centre-Val de Loire

3 rue de la Cholerie 45000 ORLÉANS Tél: 02 38 78 91 78 Courriel: crii@iicentre.fr

criiinfo.fr

Facebook: CRIJ Centre-Val de Loire Instagram: crijcentre Horaires d'ouverture :

du lundi au vendredi de 13h à

18h30.

Renseignez-vous pour les horaires et les fermetures des mois de juillet août.

Espace public numérique.

▶ Tours

Bureau Information Jeunesse d'Indre-et-Loire

57 avenue de Grammont 37000 TOURS Tél: 02 47 64 69 13 Courriel: bii37@iicentre.fr

Facebook: BIJ 37 Twitter: BIJ 37 Instagram: BIJ 37 Horaires d'ouverture :

du lundi au jeudi de 13h à 18h, ven-

dredi de 13h à 16h. Espace public numérique.

Point Information Jeunesse **Tours Nord**

Espace loisirs ieunes 1 allée Andy Warhol 37100 TOÚRS Adresse postale: Mairie de Tours 1-3 rue des Minimes 37926 TOURS CEDEX 9 Tél: 02 47 41 99 66

Courriel: pii.tours-nord@iicentre.fr

Horaires d'ouverture :

lundi de 13h30 à 17h, du mardi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 18h.

Pendant les vacances scolaires : du lundi au vendredi de 10h à 18h.

INDEX DES ANNONCEURS

▶ Région Centre	-Val	▶ ExtraDroit	p. 11	▶ Action		
de Loire	p. O			Logement	p. 51	
		CCI Eure-et-Loire				
▶ Orléans		Campus	p. 17	Caisse d'Éparg	ne	
Métropole	p. 2			Loire Centre	p. 54	
		► AXEREAL	p. 18			
CESI Campus				Fil Bleu Tours		
Orléans	p. 4	► IMPS Institut Professionnel		Métropole	p. 79	
▶ ISC Paris	p. 7	du Sport	p. 21	Crédit Mutuel	p. 88	
CNAM Centre	p. 9	➤ Résidences de l'Orléanais	p. 38	ESCEM Business & Digital school	p.114	

LE JOURNAL D'INFORMATION DE LA MÉTROPOLE ORLÉANNAISE ET TOURANGELLE



Rejoignez-nous

Sur facebook

Découvrez votre + d'infos sur facebook et sur www.tribune-hebdo-orleans.fr www.tribune-hebdo-tours.fr



① D'INFOS SUR WWW.escem.fr



Ecole de commerce à Tours & Orléans

DIPLÔMES

BACHELORS (BAC+3)

& MASTÈRES (BAC+5)

Visés - Reconnus par l'État