MINISTÈRE
DE L'ENSEIGNEMENT
SUPÉRIEUR
ET DE LA RECHERCHE

Liberté
Égalité
Fraternité

esr.gouv.fr
etudiant.gouv.fr

En route vers la vie étudiante !

Être étudiant, c'est...

→ Construire son avenir 3

→ Connaître les aides financières 5

→ Se loger pendant ses études 9

→ Prendre soin de sa santé 12

→ Se restaurer 15

→ Pouvoir s'engager pendant ses études 17

→ Pratiquer un sport pendant ses études 19

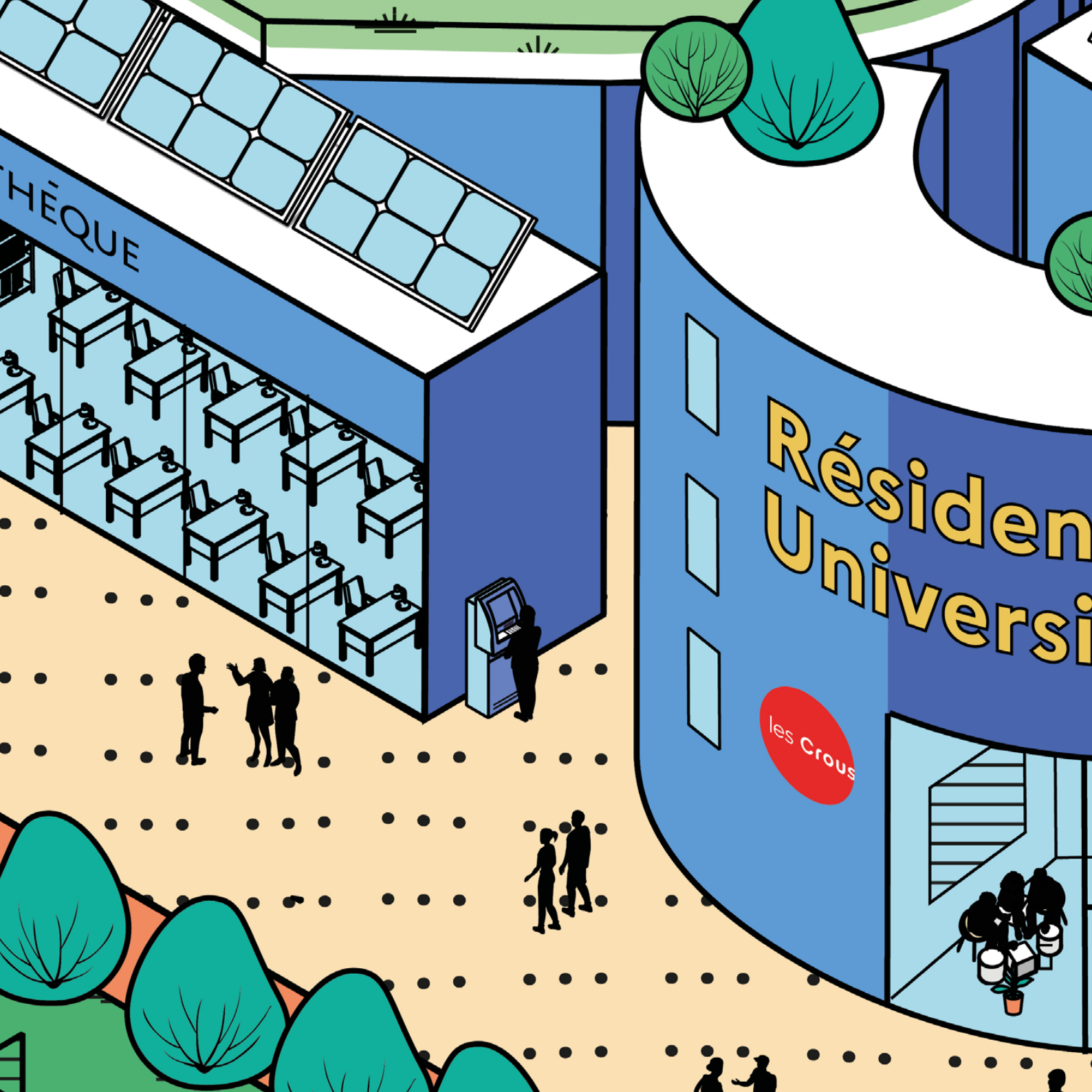
→ Pratiquer une activité culturelle 21

→ Avoir une possibilité d'emploi à l'université en parallèle de ses études 23

→ Suivre une formation à distance et être accompagné près de chez soi 25

→ Construire son avenir

En terminant votre lycée, vous vous apprêtez à franchir une étape importante de votre parcours ! Pour beaucoup d'entre vous, ce moment est synonyme d'entrée dans la majorité, de prise de responsabilités, parfois de départ du foyer familial. Une période de nouveautés, de choix, souvent également d'interrogations et d'inquiétudes. Pas de panique, les acteurs de l'Éducation nationale et de l'Enseignement supérieur, et notamment les services d'orientation et d'insertion, sont là pour vous aider et vous accompagner. Cela commence dès à présent grâce à ce guide de la vie étudiante !


THÈQUE
Résiden
Universi
les Crous

→ Connaître les aides financières

La bourse

La bourse d'enseignement supérieur est accordée aux étudiantes et étudiants dont les parents ne disposent pas de ressources suffisantes pour leur permettre de subvenir à leurs besoins durant leurs études. Elle constitue une aide complémentaire à celle de la famille. Les revenus ainsi que la composition et la distance de la famille sont pris en compte pour déterminer le taux de la bourse fixé en application d'un barème national.
Les montants des bourses pour l'année universitaire 2023/2024 **viennent d'être revalorisés**.

Vous pouvez calculer vos droits à bourses via le **simulateur de bourses** des centres régionaux des œuvres universitaires et scolaires (Crous)[1].

Si vous étiez boursier au lycée, il y a de fortes chances pour que vous ayez droit à une bourse de l'enseignement supérieur. Faites votre demande sans délai !

Un étudiant dans un cycle licence (bac +3) peut bénéficier, au maximum, de 5 années de bourses pour valider sa licence.

En cas d'une poursuite d'études (bac +5), il peut bénéficier de droits à bourses supplémentaires, jusqu'à 7 ans au total (diplôme de niveau licence + master).

À noter : le droit à bourse est soumis à une **obligation d'assiduité**.

En tant qu'étudiant boursier, en plus de l'aide financière, vous bénéficierez notamment de l'exonération des droits d'inscription dans votre établissement[2], de l'exonération de la Contribution de vie étudiante et de campus (CVEC), du repas à 1€ pour les étudiants boursiers et précaires et de la priorité dans l'attribution d'un logement étudiant Crous.

Si vous êtes boursier, vous pouvez également bénéficier d'aides complémentaires.
Renseignez-vous sur :

l'aide au mérite ;

l'aide à la mobilité parcoursup ;

l'aide à la mobilité master ;

l'aide à la mobilité internationale.

1. À noter que les critères d'attribution des bourses peuvent varier chaque année. Veillez à faire des simulations régulièrement.

2. Si vous préparez un diplôme national ou un diplôme d'ingénieur dans un établissement public à caractère scientifique, culturel ou professionnel, comme le sont les universités.

Les bourses peuvent être demandées tout au long de l'année. Il est conseillé de faire votre demande de bourse **avant le 31 mai, afin d'en bénéficier dès la rentrée universitaire suivante, début septembre.** À tout moment de l'année, n'hésitez pas à prendre contact avec votre Crous pour faire part de vos difficultés (voir la liste des 26 Crous **ici**).

À noter : certaines formations n'ouvrent pas droit à bourses versées par les Crous. Vous pouvez vous renseigner auprès de l'établissement d'inscription préalablement à la formulation de vos vœux dans Parcoursup.

Si vous n'êtes pas éligible à la bourse mais que vous rencontrez des difficultés financières pérennes, une aide spécifique annuelle peut vous être allouée, par exemple si vous êtes en situation de rupture familiale. Renseignez-vous **ici.**

Les étudiants non-boursiers bénéficient également de l'accès au repas à tarif social de 3,30€ dans les restaurants universitaires. Si vous êtes étudiant non-boursier ou confronté à une situation de précarité, vous pouvez demander au Crous d'examiner votre situation pour vous permettre d'accéder au repas à 1€.

Enfin, renseignez-vous auprès de votre collectivité : les villes, départements, et régions accordent également **des aides** aux étudiants en complément des dispositifs de l'État.

De même, si vous êtes lycéens en outremer, différents dispositifs sont prévus pour vous accompagner financièrement et faciliter votre arrivée en métropole si vous vous y rendez pour poursuivre vos études. Renseignez-vous **ici.**

Les aides ponctuelles

Par ailleurs, des aides ponctuelles existent pour les étudiants rencontrant des difficultés financières momentanées, suite à une situation grave se présentant au cours de l'année universitaire.

Elles peuvent bénéficier à tous les étudiants, boursiers ou non boursiers. Elles sont attribuées par le Crous après évaluation de votre situation par une assistante sociale. Renseignez-vous **ici** et auprès de votre Crous sur les aides spécifiques ponctuelles.

Vous pourrez retrouver le détail de l'ensemble des aides sociales nationales aux étudiants sur le site **etudiant.gouv.fr** ainsi que sur le **guide du Cnous**.

Le prêt étudiant garanti par l'État

Vous avez besoin d'un prêt pour financer vos études et vos parents ne peuvent se porter garants ? Le Prêt garanti par l'État vous permet de financer vos études. Renseignez-vous **ici.**

→ **Pour toute information relative à vos droits et aides, pensez à vous renseigner directement auprès de l'établissement d'enseignement supérieur qui vous accueillera (directions ou services des études, de la vie étudiante ou de l'action sociale, maison de l'étudiant, etc.) et de votre Crous.**

Résidence
Universitaire
les Crous

→ Se loger pendant ses études

En cas de mobilité dans une autre ville ou région, vous pouvez avoir besoin d'un logement étudiant pour mener à bien votre projet d'études. Voici plusieurs informations pour vous aider dans vos recherches.

Différents organismes proposent des logements. En premier lieu, ayez le réflexe de demander un logement dans **les résidences des Crous** présents partout en France. Ces logements sont prioritairement attribués aux étudiants dont la famille dispose de faibles ressources. Renseignez-vous **ici.**

→ **Pour toute information relative à vos démarches pour trouver un logement, pensez à vous renseigner directement auprès de l'établissement d'enseignement supérieur qui vous accueillera (directions ou services des études, de la vie étudiante ou de l'action sociale, maison de l'étudiant, etc.).**

→ **Étudiants en situation de handicap, visualisez une cartographie de logements accessibles ici.**

D'autres logements étudiants sont également disponibles en dehors des Crous, auprès des bailleurs sociaux de votre ville d'études, au sein des résidences habitat jeune, des foyers de jeunes travailleurs, ou des résidences gérées par des associations. Des logements sont également proposés par des acteurs privés, mais à tarifs plus élevés que dans les résidences conventionnées.

Enfin, d'autres solutions existent : les locations chez un particulier (rendez-vous notamment sur **lokaviz**), ou encore des possibilités de colocation (proposées entre amis, par des associations, y compris de manière intergénérationnelle). De nombreux sites internet vous proposent ce type de solution (par exemple **1jeune1solution**).

Pour vous aider dans vos démarches

Pour louer un logement, vous aurez besoin d'une caution locative. Il s'agit d'une personne pouvant s'engager auprès du propriétaire de votre logement pour payer le loyer si vous n'y parvenez plus vous-même. Au-delà de votre famille, vous pouvez désormais utiliser **la garantie locative Visale,** 100 % gratuite pour tous les étudiants majeurs, elle est accessible sans conditions de ressources, pour tout type de logement. La demande se fait **ici.**

Pour vous aider à constituer votre dossier de location auprès de n'importe quel bailleur, et mettre toutes les chances de votre côté, vous pouvez utiliser **Dossier facile, ici.**

Enfin, beaucoup d'étudiants bénéficient **d'aides au logement (APL et ALS)** pour les aider à financer leur loyer. Pour les étudiants, elles ne dépendent pas des ressources des parents. Renseignez-vous auprès de la Caisse d'allocations familiales du département où vous envisagez d'étudier, **ici.**

Pour toutes ces démarches, n'hésitez pas à vous renseigner sur **etudiant.gouv.fr** et auprès de votre futur établissement d'enseignement supérieur. Certains d'entre eux (par exemple, écoles ou lycées pour les classes post-bac) disposent de résidences ou d'internats pour leurs étudiants ou accompagnent leurs étudiants dans cette démarche.

Enfin les **CLLAJ** (comités locaux pour le logement autonome des jeunes) et les **ADIL** (agences départementales pour l'information sur le logement) peuvent également vous orienter dans votre recherche de logement, vous informer sur les droits et obligations du locataire ou propriétaire, et vous donner des conseils juridiques sur toutes les questions de logement.

ART
MUTUELLE
CABINET MEDICA
Rés

→ Prendre soin de sa santé

Rester en bonne santé et se soigner quand on en a besoin est bien sûr indispensable, et un atout pour réussir ses études. En tant qu'étudiant, vous êtes acteur de votre santé. Voici les informations incontournables pour vous aiguiller dans votre parcours de soins.

Les services de santé étudiante sont là pour vous accompagner tout au long de l'année dans votre parcours de prévention et de soins. Ils proposent des rendez-vous médicaux gratuits et des bilans médico-sociaux, pour informer, conseiller, prendre en charge les étudiants et définir avec eux le parcours le plus adapté à leurs besoins de santé. Composés de médecins, sages-femmes, infirmiers, assistants sociaux, psychologues etc., ces services sont des acteurs incontournables. Ils peuvent notamment vous aider en matière de santé mentale, de nutrition, de santé sexuelle (dépistage, suivi gynécologique etc.), d'addictions, etc.

Pour plus d'informations sur la santé étudiante, rendez-vous **ici.**

Prendre soin de soi, c'est aussi comprendre le système de protection sociale et se doter d'une complémentaire santé.

À 18 ans, vous devenez "assuré autonome" : vous gérez désormais votre santé et n'êtes plus rattaché à vos parents. Pensez tout d'abord à créer votre **compte** sur **Ameli, le site de l'Assurance Maladie,** afin de suivre vos remboursements de frais de santé, télécharger vos attestations, etc. Pensez également à déclarer un **médecin traitant,** afin de vous assurer un suivi adapté et un meilleur remboursement de la part de l'assurance maladie. Vous trouverez plus d'informations sur les formalités à réaliser **ici.**

→ **Vous êtes en situation de handicap ?**
De nombreux dispositifs existent dédiés aux étudiants en **situation de handicap** ou concernés par un **trouble de santé invalidant.** Des services vous accompagnent dans vos études, lors de votre **vie étudiante** ou dans le cadre de votre **insertion professionnelle.** Informez-vous **ici.**

L'Assurance Maladie prend en charge une partie du coût de vos consultations médicales (environ 70%). Pour compléter les remboursements de l'Assurance Maladie, vous pouvez adhérer à une complémentaire santé, qui pourra prendre en charge jusqu'aux 30% restants. De multiples complémentaires santé existent. Vous pouvez rester sur la mutuelle de vos parents, ou souscrire à une mutuelle spécialisée sur le public étudiant (par exemple, la **LMDE**, la **Smeno,** la **SMERRA** ou encore **HEYME**), à un autre organisme complémentaire… Pour plus d'infos sur la complémentaire santé, rendez-vous **ici.**

Si vous êtes étudiant étranger, vous devrez réaliser les mêmes démarches. Renseignez-vous **ici.**

Si vos ressources sont modestes, vous pouvez bénéficier de la complémentaire santé solidaire (CSS ou C2S). Elle vous permet entre autre de ne pas payer vos consultations chez le médecin, le dentiste, vos médicaments, vos lunettes, prothèses dentaires, etc. Selon vos ressources, la complémentaire santé solidaire est gratuite, ou vous coûte 1€ par jour. Renseignez-vous **ici** sur les conditions d'attribution de la C2S, et simulez vos droits **ici**.

Resto U

→ Se restaurer

Les Crous permettent aux étudiants de se restaurer avec des repas de qualité à prix réduits.

Plus de 700 points de restauration **proposent des menus à 3,30 € pour tous les étudiants et à 1 € pour les étudiants boursiers et précaires.** Différentes possibilités s'offrent à vous pour un déjeuner attablé, sur le pouce, ou pour profiter d'une pause gourmande entre deux cours et à proximité de vos lieux d'étude :

- → **Crous Resto U'** : restaurants universitaires
- → **Crous Cafet'** : cafétérias (sur place ou à emporter)
- → **Crous Market'** : épiceries (sur place ou à emporter)
- → **Crous & go** : à emporter & commandes en ligne
- → **Crous Break'** : distribution automatique (machine) & corner coffee
- → **Crous (S)pace'** : espace regroupant plusieurs espaces dédiés aux étudiants incluant au moins une structure de restauration

→ **Pour trouver l'offre la plus proche de votre lieu d'études, rendez-vous ici.**

ACCUEIL

→ Pouvoir s'engager pendant ses études

Vous voulez prendre part à une action collective, rencontrer de nouvelles personnes, ou tout simplement participer à un projet qui vous tient à cœur tout en développant vos compétences ? L'enseignement supérieur encourage et valorise les engagements étudiants.

Première étape : découvrez les associations de votre campus à la rentrée ! Les établissements d'enseignement supérieur organisent généralement des forums lors de la rentrée universitaire, qui vous permettront de rencontrer les associations présentes autour de votre formation et sur votre campus. N'hésitez pas également à vous rapprocher du service vie étudiante de votre établissement, qui pourra aisément vous orienter vers l'association que vous recherchez.

Si vous souhaitez vous engager, vous avez la possibilité de bénéficier d'aménagements pour concilier engagement et études. Ces aménagements peuvent porter sur votre emploi du temps, la durée de votre cursus d'études ou encore les modalités de contrôle des connaissances. Renseignez-vous auprès de votre établissement afin d'identifier les aménagements d'études auxquels vous pouvez prétendre.

Les étudiants qui s'engagent au cours de leurs études ont la possibilité de demander à leur établissement **de reconnaître les compétences et savoir-faire acquis dans le cadre de leur engagement** (avec par exemple, une activité bénévole au sein d'une association, un volontariat en Service Civique, un engagement sportif de haut niveau, un volontariat dans les armées, ou encore l'aide d'un proche malade ou en situation de handicap, etc.), via une unité d'enseignement dédiée ou non, des points bonus dans la moyenne générale du semestre, ou bien une dispense partielle ou totale de stage.

Enfin, l'engagement étudiant permet de développer des compétences transversales, tant des savoir-être que des savoir-faire, qui sont valorisables sur un CV. Ces compétences pourront être mises en avant auprès de vos futurs employeurs. Pour vous aider à identifier et à valoriser vos compétences, plusieurs associations, dont Animafac, le réseau des associations étudiantes, proposent des outils d'aide à l'identification et à la valorisation des compétences acquises dans un parcours d'engagement. Les services d'aide aux stages ou d'insertion professionnelle des établissements sont également à votre disposition pour en discuter.

Plus d'informations sur l'engagement étudiant **ici.**

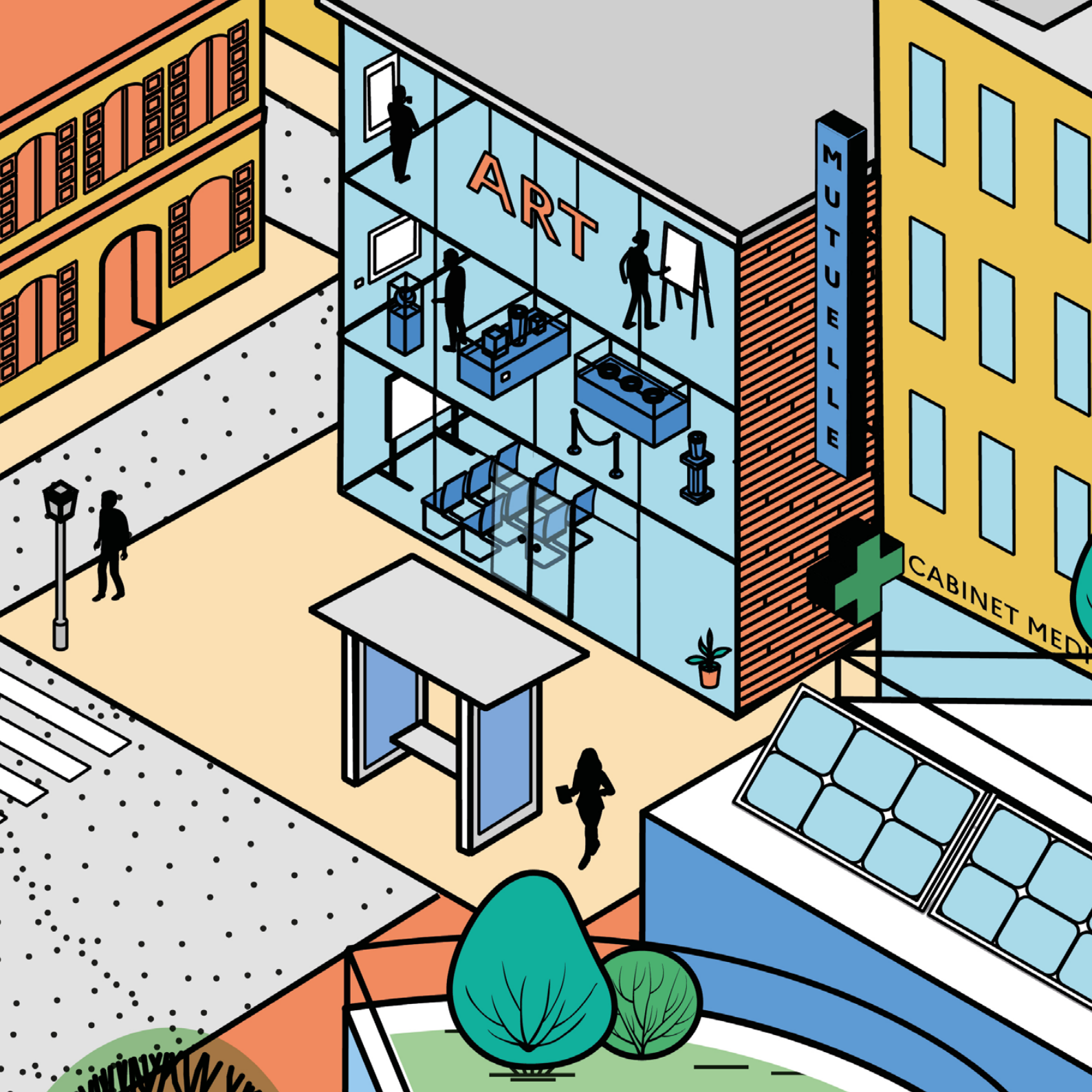
→ Pratiquer un sport pendant ses études

Vous souhaitez pratiquer un sport pendant vos études ? Beaucoup d'établissements, dont les universités, disposent d'un service dédié à la pratique sportive (les SUAPS dans les universités). Ils ont pour mission d'offrir aux étudiants qui le souhaitent la possibilité de pratiquer un sport, avec généralement une large possibilité de choix.

Il vous est également possible de participer aux compétitions sportives universitaires. Pour cela, vous devez adhérer à l'association sportive (AS) de votre établissement, afin de devenir licencié de la Fédération française du sport universitaire (FFSU). Pour vous inscrire, un certificat médical pourra vous être demandé, assurant qu'il n'y a pas de contre-indication à la pratique sportive en compétition.

À noter : les activités sportives peuvent être prises en compte pour la délivrance de votre diplôme.

Vous êtes boursier, et/ou en situation de handicap ? Vous pouvez bénéficier du Pass'Sport, un chèque de 50 € pour faciliter votre inscription dans un club sportif (liste des structures éligibles **ici**). Plus d'infos **ici** sur les conditions d'éligibilité au Pass'Sport.

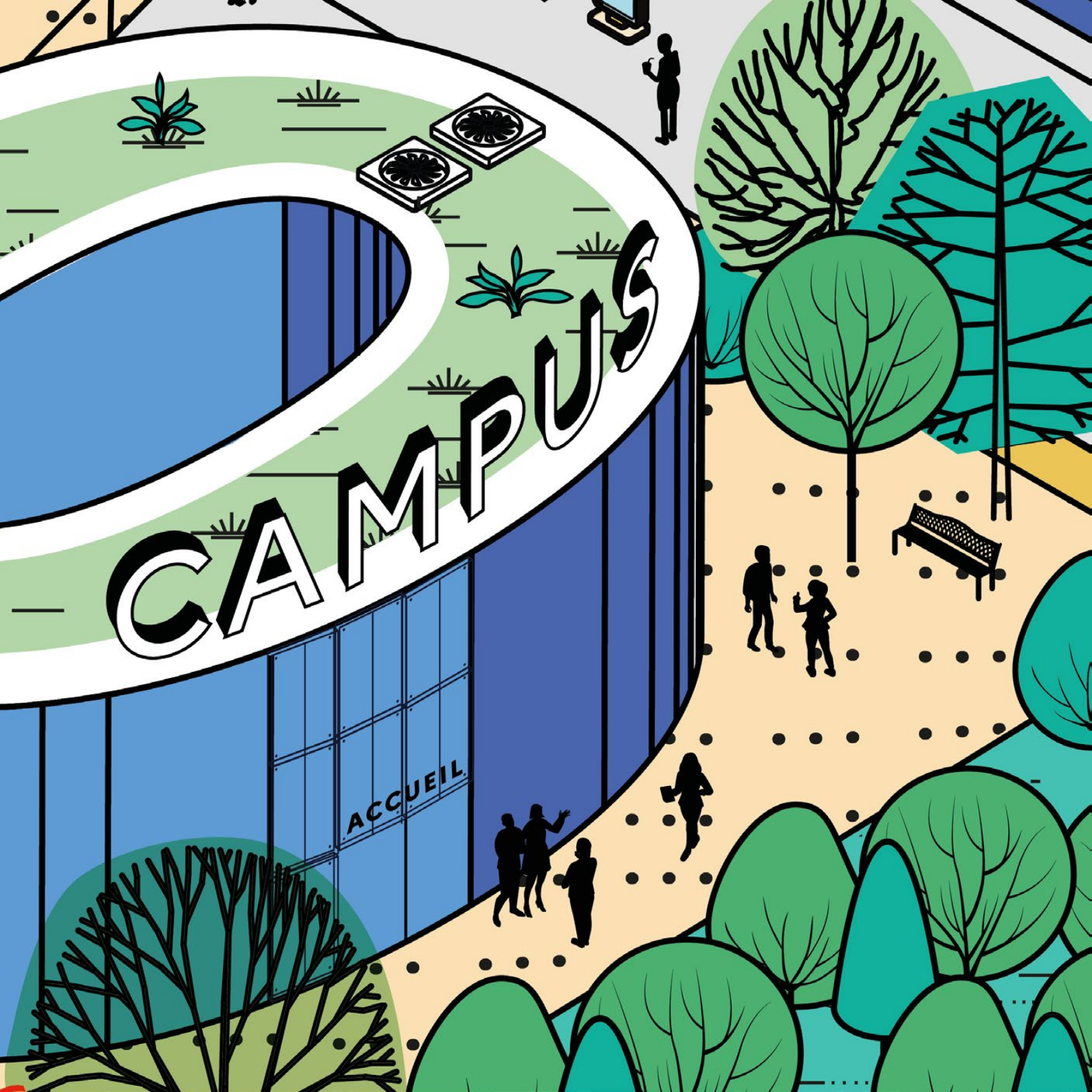

ART
MUTUELLE
CABINET MEDI

→ Pratiquer une activité culturelle

Beaucoup d'établissements d'enseignement supérieur sont dotés d'un service culturel (les SUAC dans les universités), qui a pour mission de favoriser l'accès aux pratiques artistiques et culturelles. Il participe à l'animation du campus par une programmation artistique riche et accessible à tous, notamment via l'organisation d'événements gratuits : spectacles, expositions, concerts, rencontres littéraires, etc.

Beaucoup d'associations culturelles existent aussi dans les établissements. De même, les Crous sont des acteurs culturels incontournables de la vie étudiante. Ils participent au financement des projets étudiants, et favorisent l'accès des étudiants à la culture grâce à de nombreux partenariats avec les établissements culturels régionaux. Les Crous peuvent accompagner vos projets artistiques à travers leurs concours étudiants. Informez-vous sur la programmation et les différents dispositifs de soutien à la création étudiante sur le site de votre établissement et du Crous de votre académie.

Vous avez 18 ans ? N'oubliez pas que vous êtes encore éligible à l'obtention du pass Culture, un crédit de 300 € dont vous disposez pendant 2 ans. Il permet de participer à des activités ou sorties culturelles (cinéma, musée, stage, atelier, etc.) ou d'acheter des matériels et biens numériques (livre, téléchargement de musique, film, etc.). L'inscription se fait directement sur l'application pass Culture, **ici.**


CAMPUS
ACCUEIL

→ Avoir une possibilité d'emploi à l'université en parallèle de ses études

Vous souhaitez trouver un job à côté de vos études, sans vous éloigner du campus ? Les établissements proposent souvent des emplois étudiants, compatibles avec vos études.

Les missions sont multiples, et cohérentes avec vos emplois du temps. Elles peuvent être ponctuelles ou bien s'étendre sur l'année universitaire (accueil, tutorat, soutien informatique, assistance en bibliothèque ou assistance des étudiants en situation de handicap, prise de note, etc.).

Renseignez-vous auprès de votre futur établissement ou de votre Crous sur les possibilités d'emplois étudiants. Plus d'informations sur les jobs étudiants **ici.**

À noter : les salaires que vous percevez en tant qu'étudiant (jusqu'à vos 25 ans) sur l'année sont exonérés de l'impôt sur le revenu, dans la limite de 3 fois le montant du Smic mensuel.

fête de la Science
JACES

→ Suivre une formation à distance et être accompagné près de chez soi

Vous habitez dans une ville éloignée des établissements d'enseignement supérieur ?
Les Campus connectés peuvent répondre à vos besoins : ce sont des lieux d'études labellisés par l'État où vous pouvez suivre une formation à distance et bénéficier d'un accompagnement complémentaire par un tuteur. **Le Campus connecté,** en relation avec un établissement d'enseignement supérieur de proximité, le plus souvent une université, met également à votre disposition des espaces de travail individuels et collectifs, du matériel informatique et des services de vie étudiante (ressources documentaires, santé, sport, culture, etc.).

L'inscription dans un Campus connecté est gratuite.
Il est nécessaire au préalable de s'inscrire dans une formation à distance proposée par un établissement d'enseignement supérieur, puis procéder à une demande d'inscription dans le Campus connecté proche de chez vous.
Renseignez-vous **ici** sur les lieux labellisés Campus connectés. Il en existe 87 en France.

Vous êtes étudiant à besoins particuliers ?

→ **Si vous disposez d'un statut spécifique ou d'un parcours particulier, le régime spécial d'études (RSE) peut vous permettre de bénéficier d'aménagements dans le déroulement de vos études.** Vous êtes concernés si vous êtes : en situation de handicap, sportive ou sportif de haut niveau, artiste reconnu, étudiante ou étudiant salarié, étudiante ou étudiant-aidant, etc. Informez-vous **ici.**

→ **Comment vous faire connaître par votre établissement ?** Lors de votre inscription sur Parcoursup, vous pouvez renseigner les besoins particuliers liés à votre situation (handicap ; pratique d'un sport de haut niveau, etc.), qui seront pris en compte lors de vos études (pendant votre formation ou lors du passage des épreuves d'examens), **afin d'anticiper la mise en place d'aménagements.** Dès que vous avez accepté la proposition qui vous est faite sur Parcoursup, vous pouvez prendre contact avec **le service référent dédié aux étudiants à besoins particuliers de votre établissement.** Les informations et contacts sont disponibles sur son site généralement en fonction de votre profil (sportif, artiste, salarié, en situation de handicap, etc.). Vous pouvez bénéficier d'aménagements d'études et de contrôle de connaissances, d'une validation de compétences, d'aides matérielles spécifiques, etc.

→ **Vous êtes en situation de handicap ?** De nombreux dispositifs existent dédiés aux étudiants en **situation de handicap** ou concernés par un **trouble de santé invalidant.** Des services vous accompagnent dans vos études, lors de votre **vie étudiante** ou dans le cadre de votre **insertion professionnelle.** Informez-vous **ici.**

→ **Vous êtes sportive ou sportif de haut niveau ?** Dans la perspective des jeux olympiques et paralympiques 2024, de nombreux établissements ont pris des dispositions en votre faveur. Informez-vous **ici.**

→ **Vous êtes artiste reconnu ?** Si vous êtes engagé dans une activité artistique intensive et reconnue, vous pouvez également concilier vos études et votre projet artistique dans de nombreux établissements de l'enseignement supérieur. Informez-vous **ici.**

Quelques liens utiles ici :

Onisep / Parcoursup / Messervices.étudiant