

GUIDE

DU FUTUR

ÉTUDIANT



Ce guide nous l'espérons vous donnera les premières réponses aux différentes questions que vous pouvez vous poser sur votre future vie quotidienne d'étudiant.

SOMMAIRE

1. Gérer son quotidien

● Le budget	p 3
● Financer ses études	p 4
● Se loger	p 6
● Se restaurer	p 8
● Se soigner	p 9
● Se déplacer	p 12
● Se divertir	p 12
● S'engager	p 13

2. Construire son avenir professionnel

● L'orientation	p 14
● Les stages	p 15
● S'ouvrir à l'international	p 16

GERER SON QUOTIDIEN

A) LE BUDGET



Budget mensuel moyen d'un étudiant

Logement : - Chambre en résidence U - Chambre en ville - Studio universitaire (charges comprises)	149€ 300€ 370€
Nourriture : - repas au Resto U (20 repas) - courses diverses	63€ 150€
Transport : - Abonnement bus de 12 mois - Essence	16€ 90€
Location privée : - Electricité/gaz - Eau - Assurance	50€ 10€ 10€
Frais mutuelle :	20€
Frais facultatif : - Abonnement internet - Abonnement tél portable - Loisirs, sorties	30€ 20€ 50€

Liste des frais supplémentaires

Selon votre situation, vous devrez payer dès votre rentrée certaines charges.

LOGEMENT

- ☞ le premier mois de loyer
- ☞ le dépôt de garantie
- ☞ l'assurance habitation
- ☞ les frais d'ouverture des compteurs d'énergie et d'eau
- ☞ les frais d'ouverture de la ligne
- ☞ le mobilier

INSCRIPTION FACULTÉ

- ☞ frais pour l'inscription à l'université
- ☞ frais d'inscription à la Sécurité Sociale étudiante
- ☞ fournitures scolaires et livres

Tarifs à titre indicatif, car ils diffèrent selon la ville et la situation de l'étudiant.

Dans certaines conditions, vous serez redevable de la taxe d'habitation et de la redevance TV. Consultez le site : vosdroits.service-public.fr



Vous trouverez un budget vierge à télécharger sur www.crous-bordeaux.fr dans la rubrique social, « Comment mieux gérer son budget ».

B) FINANCER SES ETUDES



Pour savoir si vous pourriez obtenir de bourse, faites une simulation sur le site www.cnous.fr

✓ Les bourses d'études du CROUS :

Pour avoir droit à une aide financière du ministère de l'enseignement supérieur, vous devez avoir **moins de 28 ans** au 1er octobre de l'année universitaire et suivre une **formation habilitée** à recevoir des boursiers.

Les aides sont attribuées en fonction de trois critères :

- Les **revenus fiscaux 2015** (figurant sur l'avis fiscal 2016 des parents) ;
- Le **nombre d'enfants à charge** ;
- L'**éloignement du lieu d'études**.

En fonction de ces éléments, les bourses sur critères sociaux de l'enseignement supérieur vous sont **versées sur 10 mois** et leur **montant varie** en fonction de votre échelon.

Pour faire une demande de bourses, vous devez constituer votre **Dossier Social Etudiant (DSE)** sur le site internet du CROUS académique (où vous suivez actuellement vos études) du **15 janvier au 31 mai 2017**.

En cas de situation particulière lors de vos études (Rupture familiale, situation d'indépendance), constituez votre Dossier Social Étudiant et contactez directement les Services Sociaux du CROUS.



Le **Dossier Social Etudiant** vous permet :

1. de formuler vos vœux d'études
2. de faire une demande de logement en résidence universitaire
3. de demander une bourse de l'enseignement supérieur.

✓ Les bourses d'études du Conseil Départemental :

➤ Conseil Départemental des Landes :

Les prêts d'honneur d'études

Sous certaines conditions, le **Conseil Départemental des Landes** peut vous avancer 1000€ ou 2 050€ par année scolaire, sous forme de prêt sans intérêt, remboursable après les études.

Pour l'année 2014-2015, ce prêt s'adresse également aux étudiants des Métiers inscrits en post-bac, en contrat d'apprentissage.

Pour bénéficier de cette aide : vous avez moins de 26 ans et vous étudiez dans un établissement supérieur public, privé reconnu par l'État ou ouvrant droit au bénéfice des bourses nationales. Votre famille est domiciliée dans les Landes depuis au moins un an et son coefficient familial ne dépasse pas le seuil fixé annuellement par l'Assemblée Départementale (15 500€ pour 2013/2014) Un dossier est à retourner au Conseil Départemental avant le 15 novembre de l'année scolaire concernée.

Contact : 05 58 05 40 40 - Poste 8524

➤ Conseil Départemental des Pyrénées-Atlantiques :

La bourse ordinaire

Pour bénéficier de cette aide : avoir moins de 28 ans, avoir la résidence familiale dans les Pyrénées-Atlantiques, être titulaire d'une bourse d'état sur critères sociaux et avoir le statut d'étudiant.

La bourse de mobilité internationale ou stages

Pour bénéficier de cette aide : les critères d'attribution sont les mêmes que la bourse ordinaire.

Sites internet :

www.crous-bordeaux.fr
www.landes.org
www.etudiant.gouv.fr

Sites internet :

www.bourses.cg64.fr

Les Bourses ERASMUS

Sous certaines conditions, le **Conseil Départemental des Landes** peut vous attribuer une bourse mensuelle de 104 à 312 € en fonction de votre coefficient familial, afin de vous aider à **étudier en Europe**.

Pour bénéficier de cette aide : vous devez être inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur d'un pays membre de l'Union Européenne, sélectionné dans le cadre d'un programme européen « Erasmus - Enseignement supérieur - Études ». Votre famille est domiciliée depuis au moins un an dans les Landes.

Le dossier est à retourner à la Direction de l'Education, de la Jeunesse et des Sports du Conseil Départemental au plus tard un mois avant le départ. L'aide est cumulable avec les bourses octroyées par la Communauté Européenne, l'Etat et la région Aquitaine mais pas avec le Prêt d'honneur du Conseil Départemental.

Contact : 05.58.05.40.40 - Poste 8524

✓ Les autres aides :

N'hésitez pas à vous renseigner auprès des collectivités territoriales du domicile de vos parents (Municipalités, Conseils Départementaux, Conseils Régionaux,...) qui proposent parfois, sous certaines conditions, d'autres aides (bourses, aides à la mobilité, cartes de réductions,...).

Par exemple, la Mairie de Pau propose une bourse d'études supérieures.

En cas de difficultés matérielles, vous pouvez rencontrer une assistante sociale au Service Social des Etudiants du CROUS.

Site internet :

www.crous.bordeaux.fr

✓ L'emploi des étudiants:

Vous avez besoin ou envie d'un revenu complémentaire pour régler vos dépenses courantes et quelques extras. La première difficulté est de concilier les études et le travail.

Il est important de ne pas négliger vos études !

Certaines entreprises créent des emplois « Spécial étudiant ». Le job étudiant est soumis à la loi, alors renseignez vous auprès du site du service public pour en savoir plus.

Exemples d'emplois : *gardes d'enfants, cours particulier, caissiers, veilleurs de nuit, manutentionnaire, emplois dans la restauration et la vente.*

Sites internet :

www.service-public.fr

www.travail-solidarite.gouv.fr

www.jeunes.gouv.fr

www.apce.com

www.cyberjeune.org

<http://eole.empetu.vtech.fr>

www.jobaviz.fr

Bureau Information Jeunesse (BIJ)

www.cija.fr

Quelques pistes pour trouver un emploi temporaire :



Les étudiants à la recherche d'un emploi temporaire peuvent s'adresser au service **gratuit des emplois temporaires** (ou service jobs étudiants) du **CROUS**.



Le **Centre d'information et de documentation de la jeunesse** (CIDJ) et le **Pôle Emploi** proposent des offres en ligne



Les **journaux gratuits**: le 40, Bonjour, Hebdo Landes, Paru-Vendu et d'autres journaux locaux : Sud-Ouest...



S'adressez à la **DDAF** (Direction Départementale de l'Agriculture et de la Forêt) et à la **Chambre de l'Agriculture** (pour le castrage du maïs par exemple)

Sites internet :

www.cnous.fr
www.pole-emploi.fr
www.cidj.com
www.kitrouve.com
www.sudouest-emploi.com
www.paruvendu.fr
www.phosphore.com
www.jobs-ete.com
www.letudiant.fr
www.jobs-ete-europe.com
www.figaroetudiant.com
www.job-etudiant.com
www.info-jeune.net

Sachez que la loi prévoit une exonération d'impôts pour les jobs étudiants des moins de 25 ans. Renseignez-vous pour savoir s'il est plus avantageux de vous déclarer **seul ou avec vos parents**.

C) SE LOGER

✓ La recherche de logement :



Se loger dans les villes universitaires peut s'avérer difficile !

Si vous cherchez un hébergement en **résidence universitaire**, vous trouverez toutes les informations sur le site du CROUS ou bien celui de l'association ADELE.

Pour les **logements de particuliers à étudiants**, consultez les annonces actualisées par le CIJA et le CROUS ou bien les annonces des journaux (Sud-Ouest, le 40, Paruvendu...). Enfin si vous n'avez toujours pas trouvé votre hébergement pour la rentrée, n'hésitez pas à prendre contact avec la mairie pour d'éventuelles listes de logement.

Dans tous les cas, l'Accueil Info Famille est là pour vous accompagner dans vos recherches, n'hésitez pas à venir nous rencontrer.

Sites internet :

www.info-jeune-net
www.cnous.fr
www.adele.org
www.leboncoin.fr
www.kitrouve.com
www.paruvendu.fr
www.mapiaule.com
www.etudiant.gouv.fr
www.pap.fr
www.campusvert.com
www.logementcontreservices.fr
www.location-etudiant.fr
www.cija.fr
Bureau Information Jeunesse (BIJ)

✓ La colocation :

Un seul loyer pour plusieurs locataires, c'est le principe-même de la **colocation**. Les colocataires s'engagent dans une relation juridique à la fois entre eux et avec un propriétaire commun. Il est très important que chacun des colocataires signe le bail car celui qui n'apparaît pas sur le document n'a aucun droit. Cette solution a de vrais avantages (confort, partage des charges) mais peut se transformer en vrai cauchemar. Avant de vous engager, renseignez vous !

Sites internet :

www.colocation.fr
www.ma-colocation.com
www.appartager.com
www.kel-koloc.com

Attention : *Le propriétaire peut exiger une "clause de solidarité" qui le prémunit contre les impayés. Cette clause est assez contraignante pour les occupants. Si un colocataire ne paie plus sa quote-part, les autres sont tenus de régler à sa place. De même, si un colocataire donne son congé, il reste tenu au paiement du loyer et des charges jusqu'au terme du bail.*

✓ Assurance habitation :

Une assurance habitation est obligatoire, que vous soyez en résidence universitaire, dans un logement privé, seul ou en colocation. Au plus tard, le jour de votre entrée dans les lieux, vous devrez présenter une attestation d'assurance à votre propriétaire. De nombreux assureurs et mutuelles offrent des formules d'assurance "multirisque habitation" très compétitives.

La prime sera calculée en fonction de plusieurs critères :

- le lieu de résidence ;
- la superficie ;
- le montant du mobilier garanti ;
- le nombre de personnes qui occupent le logement.

✓ Les aides à l'installation :



Le LOCAPASS : est une aide pour les étudiants boursiers et salariés sous certaines conditions.

Le LOCAPASS peut avancer le montant de la caution sous forme d'un prêt à 0%

Se renseigner au CIL ou au GIC.



Le dispositif CLE mis en place par le conseil Régional d'Aquitaine pour les étudiants n'ayant pas de droit au LOCAPASS.

N°AZUR : 0810 121 107

Sites internet :

www.aidologement.com
www.cle.aquitaine.fr
www.amallia-fr
www.locapass.fr

✓ Les aides au logement des CAF :

Si vous êtes locataire de votre résidence principale, que ce logement est décent, d'une superficie minimale à 9 m² et si vos ressources sont inférieures à un certain plafond, vous pouvez bénéficier d'une aide au logement.

La **demande d'aide au logement s'effectue auprès de la CAF** de votre lieu de résidence, et peut être saisie sur Internet pour un traitement plus rapide. Le dossier doit être déposé dès votre entrée dans les lieux, afin de ne pas perdre une partie de vos droits.

Site internet :
www.caf.fr

En fonction du logement vous pouvez prétendre soit à l'allocation de logement à caractère social (ALS) ou à l'aide personnalisée au logement.

Attention : *l'allocation logement est accordée à titre personnel. Si vous avez moins de 25 ans, et que vous demandez une allocation logement, vos parents ne pourront plus prétendre à des prestations (allocations familiales, allocation logement, RSA) pour vous. Vous pouvez faire une estimation de vos droits à prestations sur le site de la CAF.*

✓ Pour vous renseigner sur vos droits et devoirs tant que locataire :

Prenez contact avec l'Association Départementale pour l'information sur le Logement (ADIL) de votre lieu de résidence.

Vous trouverez toutes les coordonnées sur le site internet ou à l'Accueil Info Famille

☞ à Dax : tél. 05.58.91.00.11

☞ à Bordeaux : tél. 05.57.10.09.10

☞ à Bayonne : tél. 05.59.59.11.00

☞ à Pau : tél. 05.59.02.26.26

Site internet :
www.anil.org

D) SE RESTAURER

Le CROUS met souvent à votre disposition des restaurants et cafétérias au sein des campus.

Pour en bénéficier il faut être inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur agréé par la sécurité sociale (Universités, écoles d'ingénieurs, BTS...).

En 2015/16, le prix d'un repas est fixé à **3,25€**, un montant que vous pourrez payer en espèce ou par carte monétique Aquipass (se renseigner au CROUS)

Vous trouverez les coordonnées de votre Resto U à proximité des sites universitaires, sur le site du CNOUS.



E) SE SOIGNER



✓ La protection sociale :

Vous venez de décrocher le bac, désormais vous devez vous affilier à la **Sécurité sociale étudiante**.

LA SECURITE SOCIALE

Pour les moins de 20 ans : Possibilité d'être «ayant droit» de ses parents, à la CPAM, la MSA, ou un autre régime (militaire par exemple), selon leur régime d'appartenance.

Pour les plus de 20 ans : Vous ne pouvez plus être ayant droit de vos parents, vous devez adhérer et régler une mutuelle assurance étudiant. Le montant de la cotisation à payer s'élève à 213€. Un étudiant boursier, quel que soit son âge est exonéré du versement de la cotisation.

Sites internet :

www.ameli.fr
www.msa.fr
www.cija.fr
www.securite-sociale.fr
www.etudiant.gouv.fr

LES MUTUELLES ETUDIANTES

Bien que l'on parle couramment de mutuelle étudiante, ces organismes gèrent la part complémentaire (comme une mutuelle traditionnelle) mais également la sécurité sociale des étudiants (la part obligatoire).

C'est en juillet, le jour de l'inscription administrative dans votre futur établissement d'enseignement supérieur, que vous devez choisir une mutuelle étudiante. L'affiliation est effective pour l'année universitaire à partir du 1^{er} octobre et jusqu'au 30 septembre de l'année suivante.

Dans certains cas, vous pouvez garder la mutuelle de vos parents : renseignez vous auprès de ces organismes.

Sites internet :

www.ameli.f
www.vittavi.fr
www.lmde.com
www.devismutuelle.com

En Aquitaine, il existe deux mutuelles : VITTAVI et LMDE

VITTAVI : 21 place de la Victoire 33000 Bordeaux tél : 0825 825 715

LMDE : 24 cours de l'Argonne 33000 Bordeaux tél : 0810 600 601

Ces mutuelles ont des antennes localement (Pau, Bayonne,...), renseignez-vous en cas de besoin.

✓ La prévention santé :

LA MEDECINE PREVENTIVE UNIVERSITAIRE

Le service gratuit de médecine préventive est un lieu d'échange et de rencontre avec des professionnels de la santé (médecins généralistes et spécialisés, infirmiers et psychologues). Une visite médicale est systématique pour les étudiants de 1er cycle.

à Bordeaux : 05.56.04.06.06

à Pau : 05.59.40.79.01

à Bayonne : 05.59.57.41.56

à Toulouse : 05.61.63.37.25 et 05.61.50.41.41

Sites internet :

www.cnous.fr

www.cg40.fr

LE CENTRE MEDICO-SOCIAL DE VOTRE LIEU DE VIE ACTUEL

à Dax : 5 rue Labadie, tél. 05.58.90.19.06

LES CENTRES DE DEPISTAGE ANONYMES ET GRATUITS

à Dax : 4 bis rue Labadie, tél. 05.58.57.92.60

à Mont de Marsan : 4 allées Raymond Farbos, tél.05.58.46.27.27

à Bordeaux : Maison départementale de la Santé, tél.05.57.22.46.60

Médecins du Monde, Accueil Medical Dépistage, tél.05.56.48.52.52

à Pau : Centre de Dépistage VIH à l'Hôpital de Pau, tél.05.59.92.48.48

à Toulouse : Centre de Dépistage VIH à l'Hôpital de la Grave, tél.05.61.77.78.59

à Bayonne : Centre d'Information de Dépistage et de Diagnostic des Infections Sexuellement Transmissibles, tél. 05.59.46.52.38

✓ Lieux d'écoute :

Le CIJA:

Centre d'Information Jeunesse Aquitaine
125 cours Alsace Lorraine
33000 Bordeaux.

Documentation, service d'offres de logements entre particuliers, petites annonces pour l'emploi, à l'année ou jobs d'été, concours administratifs, recherche de stages...

Les Point Info Jeunes

Un réseau de Points Info Jeunes existe sur le département des Landes.

Sites internet :

www.info-jeune.net

www.filsantejeunes.com

www.bij.bayonne.fr

www.planning-familial.org

www.infofemmes.com

www.sida-info-service.org

www.sante-aquitaine.fr

www.tabac-info-service.fr

www.fr-fr.help-eu.com

www.lasourcedeslandes.fr

www.aides.org

www.anpaa.asso.fr

www.boiretrop.fr

www.choisirsacontraception.fr

www.curiosphere.tv/sida

Le planning familial

Lieu d'écoute, d'accueil, d'information et de réflexion sur la sexualité et les moyens de contraception.

à Bayonne : 08.99.03.67.37
à Mont de Marsan : 05.58.06.85.85
à Bordeaux : 05.56.44.00.04
à Pau : 05.59.27.88.43

Le Centre de Planification et d'Éducation Familiale

à Bayonne : 05.59.44.40.94
à Dax : tél. 05.58.90.19.06

Le CAAN'ABUS

Consultation avancée d'addictologie sur les nouveaux usages et abus de drogues chez les jeunes

à Bordeaux : 09.64.03.67.12

L'ANPAA

Prévention et Consultation en Alcoologie et Addictologie


à Mont-de-Marsan: 05.58.75.46.04
à Bayonne : 05.59.63.63.63


BIZIA


Prévention et Consultation en Alcoologie et Addictologie


à Bayonne : 05.59.44.31.00


N°Téléphone :


 **Fil Santé Jeunes**
3224(gratuit depuis un fixe)
01 44 93 30 74 (gratuit depuis un mobile)


 **Drogue Info Service**
0800 23 13 13 (gratuit depuis un fixe)

 **Ecoute Cannabis**
0811 91 20 20

 **Ecoute Alcool**
0811 91 30 30

 **Suicide écoute**
01 54 39 40 00

 **Tabac info service**
0825 309 310

 **Sida Info Service**
0800 840 800



L'ARIT

à Biarritz : 05.59.24.82.60



Le CIDFF

Informations juridiques gratuites, défense des droits des femmes, écoute et accompagnement en cas de violence faites aux femmes, hébergement d'urgence...

à Dax : 05.58.91.57.51
à Bordeaux : 05.56.44.30.30
à Pau : 05 59 27 92 43
à Bayonne : 05.59.50.04.38



ADAVEM

Aide aux victimes et accompagnement dans les procédures (agressions, vols, violences...)

à Dax : 05.58.74.71.88

F) SE DÉPLACER

Vous n'avez pas forcément la chance...d'habiter à proximité de votre lieu d'études ! La voiture est encore un luxe et le vélo est plaisant au printemps, un peu moins l'hiver. La solution reste donc les transports en commun. Vous trouverez toutes les informations sur le site de la ville universitaire où vous étudierez, concernant les transports urbains (train, bus, métro, tramway), les cartes d'abonnements et les réductions dédiées aux étudiants.

à Bordeaux : www.infotbc.com,

à Pau : www.reseau-idelis.com

à Toulouse: www.tisseo.fr



↳ La carte aquitaine étudiante

Elle ouvre droit à des réductions SNCF pour le trajet domicile parental/ville étudiante. Cette carte coûte 24€. Un dossier peut être téléchargé sur le site Internet du CIJA, à partir de l'Accueil Info Famille. Elle permet à chaque étudiant domicilié en Aquitaine de bénéficier :

- ☞ d'une réduction de 50% sur les trajets en train du domicile au lieu d'étude
- ☞ d'une réduction de 25 à 50% sur l'ensemble du réseau Ter Aquitaine toute l'année

Sites internet :

www.info-jeune.net

www.atoutroute.com

www.covoituragelandes.org

www.ckisam.fr

↳ L'assurance moto/auto

Elle est obligatoire pour tout véhicule. Elle sert à minimiser les risques, car si quelque chose arrive et que vous n'avez pas d'assurance, vous pourriez payer un prix fort.

BON PLAN : Le Contrat atout route

Tarifs préférentiels sur l'assurance, le contrôle technique...pour les jeunes conducteurs qui s'engagent à une conduite sécurisée (pas d'alcool, pas de drogue, pas d'infraction de conduite). Un dossier est à constituer après contact auprès de la préfecture.

G) SE DIVERTIR

↳ Faire du sport

Faire du sport tout au long de vos études est un bon moyen pour recharger vos neurones et affronter les examens sereinement.



✓ Le Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives (SUAPS) :

Ce service vous propose de nombreuses activités sportives.

- ☞ Bordeaux I : 05.40.00.63.69
- ☞ Bordeaux II : 05.57.57.14.03
- ☞ Bordeaux III : 05.57.12.46.03 ou 05.56.84.44.29
- ☞ Bordeaux IV : 05.56.84.85.17 ou 05.56.00.97.36
- ☞ Bayonne : 05.59.57.41.08
- ☞ Pau + antenne sur Mont de Marsan : 05.59.40.70.96

Sites internet :

www.sport-u.com

<http://suaps.u-bordeaux4.fr/>

N'oubliez pas non plus que les associations et clubs sportifs proposent généralement des adhésions à tarifs réduits pour les étudiants.

↳ Vie Culturelle

Vous souhaitez faire du chant, du théâtre, assister à un concert ou participer à la radio étudiante de votre campus ? Profitez des offres et réductions proposées par votre établissement et par ses partenaires locaux et nationaux.

Sites internet :

www.cnous.fr

www.etudiant.gouv.fr

www.auc.asso.fr

www.culture.fr

H) S'ENGAGER



Vous pouvez participer activement aux décisions qui concernent la vie de votre établissement (voir le Crous), monter un projet social ou culturel, adhérer à une association étudiant... Il existe dans chaque site universitaire mille et une façons de s'engager.

Sites internet :

www.enviedagir.fr

Encore plus d'adresses

<http://www.vaut-mieux-le-savoir.com>

<http://www.etudiant.gouv.fr>

<http://www.capcampus.com>

<http://www.letudiant.fr>

<http://www.onisep.fr>

<http://www.toulouse.fr/etudiant>

<http://www.studyrama.com>

CONSTRUIRE SON AVENIR PROFESSIONNEL

A) L'ORIENTATION



✓ DÈS MAINTENANT:

Site internet :

ce.ciodax@ac-bordeaux.fr

Le Centre d'Information et d'Orientation met à votre disposition un Conseiller d'Orientation Psychologue. Il a pour mission d'aider les jeunes à construire leur projet, d'informer le public sur les études, les diplômes, les débouchés et les métiers.

Vous pouvez rencontrer un COP, soit :

- Au Lycée :

en prenant rendez-vous au CDI

- Au CIO :

à Dax : 30 Avenue Jules Bastiat 40100 Dax, tél. 05.58.74.70.34

à Bayonne : 26 Chemin d'Arancette 64100 Bayonne, tél. 05.59.52.14.58

✓ APRÈS VOTRE ARRIVÉE DANS VOTRE VILLE UNIVERSITAIRE :



Le SERVICE UNIVERSITAIRE D'INFORMATION ET D'ORIENTATION (SUIO):

Il est là pour organiser l'accueil, l'information et l'orientation des étudiants à leur entrée à l'université et tout au long du cursus universitaire.

à Bordeaux :

Bx I : 05.40.00.63.72

Bx II : 05.57.57.13.81

Sites internet :

www.ac-bordeaux.fr

www.cnous.fr

www.artisanat.fr

05.57.57.18.04

Bx III : 05.57.12.45.00

Bx IV : 05.56.84.85.49

à Pau : 05.59.40.70.90

à Bayonne : 05.59.57.41.61

à Toulouse:

Tls I : 05.61.63.37.28

Tls II : 05.61.50.45.15

Tls III : 05.61.55.61.32

La CHAMBRE DE METIERS

Informations sur les métiers et l'orientation professionnelle, l'apprentissage et la formation par alternance.

à Dax : 1 rue Jules Verne, tél. 05.58.90.95.07

à Bayonne : Université des Métiers 25 boulevard d'Aritxague 64100 Bayonne, tél. 05.59.55.12.02

B) LES STAGES

Un stage est une période de formation pratique complémentaire à la formation académique. Tout stage fait l'objet d'une convention obligatoire entre l'organisme d'accueil, votre établissement de formation et vous-même.

Progressivement, des bureaux d'aide à l'insertion professionnelle des étudiants vont être mis en place dans les universités. Ces bureaux ont pour mission de diffuser les offres de stages et d'emplois liées aux formations proposées par l'établissement.

✓ RÉMUNERATION DES STAGIAIRES APPELÉE GRATIFICATION

Les stages en entreprises de plus de 2 mois consécutifs doivent être obligatoirement rémunérés chaque mois. Le montant horaire de cette gratification est fixé à 2,875 en 2012. Les stagiaires n'ont pas le statut de salarié mais celui d'étudiant et ne reçoivent pas de bulletin de paie. Une convention de stage doit être conclue entre le stagiaire, l'entreprise d'accueil et l'établissement d'enseignement. A noter que la durée du ou des stages effectués dans une même entreprise ne peut excéder six mois par année d'enseignement.

Cette rémunération est soumise à l'impôt sur le revenu, sauf si ces 4 conditions sont remplies :

- le stage fait partie intégrante du programme de l'école ou des études
- le stage présente un caractère obligatoire
- la durée du stage n'excède pas 3 mois

Site internet :
www.atoustages.com

- le stage se fait dans une entreprise française.

C) S'OUVRIR À L'INTERNATIONAL



✓ Étudier à l'étranger

Un programme d'échange performant

Erasmus est un programme européen d'échanges d'étudiants qui vous permet d'étudier en Europe. Le réseau de contacts assure un bon accueil et un accompagnement quotidien dans vos études à l'étranger.

Site internet :

www.europe-education-formation.fr

Les aides financières

- Les bourses ERASMUS (voir bourses p5)
- Les aides à la mobilité internationale ont pour objectif d'inciter les étudiants à poursuivre une formation ou un stage à l'étranger

Vous devez vous renseigner auprès des établissements d'enseignement supérieur au cours de l'année universitaire.

Sites internet :

www.diplomatie.gouv.fr
www.egide.asso.fr
www.education.gouv.fr
www.cidj.com