ACADÉMIE
DE NANCY-METZ
Liberté
Égalité
Fraternité

Centre d'Information et d'Orientation
Épinal- Remiremont

KIT PARENTS

Accompagner son enfant vers les études supérieures



Ce kit permet aux parents de trouver des conseils et informations pour aider son enfant, l'accompagner dans ses choix d'orientation au lycée et après le bac afin de réaliser son projet.

SOMMAIRE

SE REPERER DANS L'ENSEIGEMENT SECONDAIRE

Schéma des études « après la 3ème » 3

Le bac général 4

Les bacs technologiques 5

S'INFORMER SUR LES ETUDES SUPERIEURES

Se repérer dans l'enseignement supérieur 7

Accéder aux études supérieures : la plateforme Parcoursup 10

Se former par le biais de l'apprentissage dans le supérieur 10

Quelques temps forts de l'année de Terminale 10

PREPARER SA VIE ETUDIANTE

Financer ses études 11

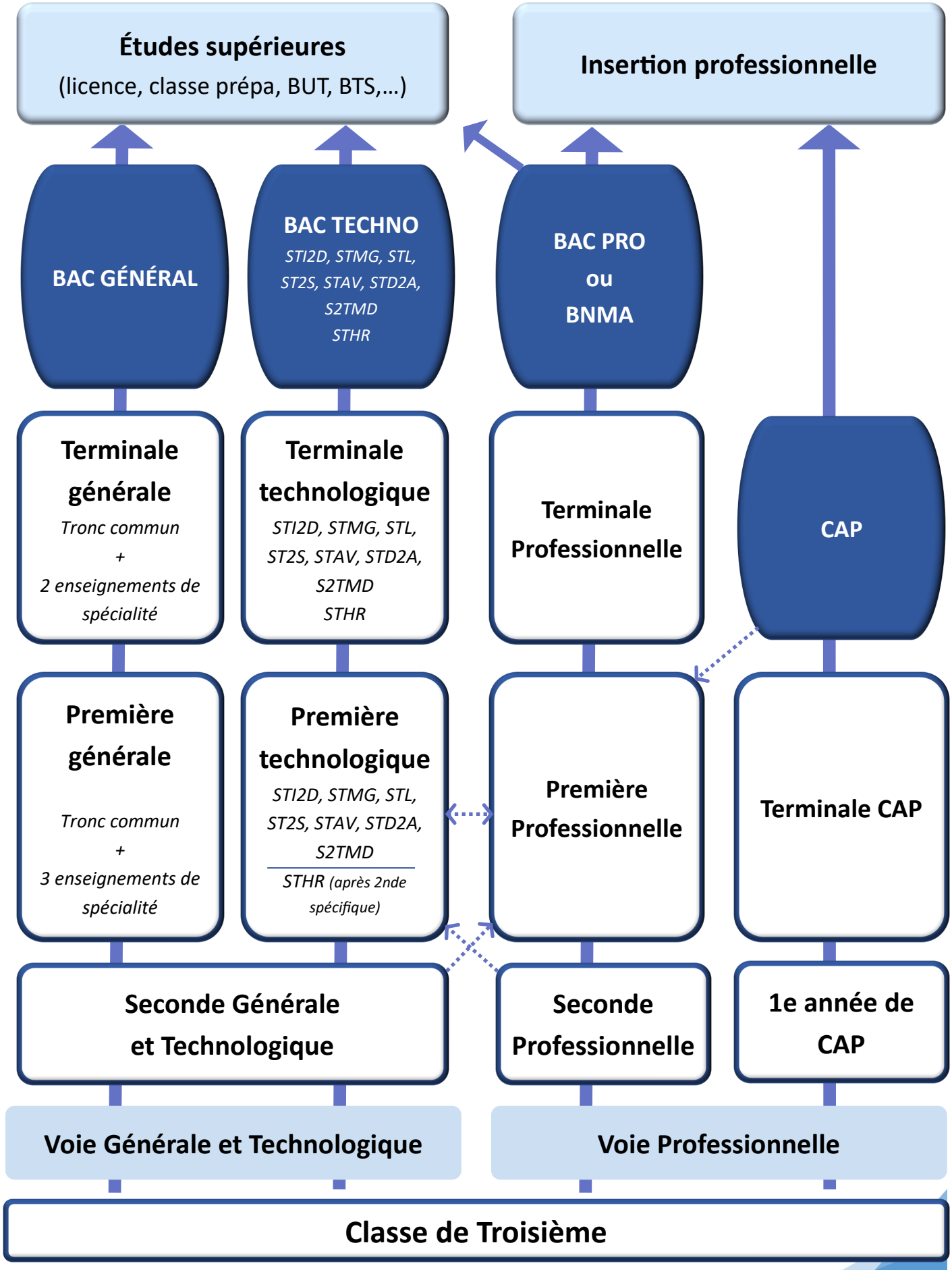
Se loger 13

Se restaurer 15

Se soigner 15

LES ORGANISMES DE REFERENCE 17

SE REPERER DANS L'ENSEIGEMENT SECONDAIRE



HORAIRES HEBDOMADAIRES ET ENESIGNEMENTS EN PREMIERE ET TERMINALE GENERALE

ENSEIGNEMENTS COMMUNS	PREMIERE	TERMINALE
Français	4h	-
Philosophie	-	4h
Histoire—géographie	3h	3h
Langue vivante A (LVA) & Langue vivante B (LVB) [1]	4h30 [2]/5h30[3]	4h/5h30 [3]
Éducation physique et sportive (EPS)	2h	2h
Enseignement moral et civique (EMC)	18h/an	18h/an
Enseignement scientifique	2h[4]	2h
ENSEIGNEMENTS DE SPECIALITE AU CHOIX : 3 en 1ère, 2 en terminale	**PREMIERE**	**TERMINALE**
Arts (arts plastiques, arts du cirque, cinéma-audiovisuel, danse, histoire des arts, musique, ou théâtre) [5]	4h	6h
Biologie—écologie [3]	4h	6h
Éducation physique, pratiques et cultures sportives [6]	4h	6h
Histoire—géographie, géopolitique et sciences politiques	4h	6h
Humanités, littérature et philosophie	4h	6h
Langues, littératures et cultures étrangères et régionales [7]	4h	6h
Littératures et langues et cultures de l'antiquité (LCA)	4h	6h
Mathématiques	4h	6h
Numérique et sciences informatiques	4h	6h
Physique—chimie	4h	6h
Sciences de la vie et de la Terre (SVT)	4h	6h
Sciences de l'ingénieur [8]	4h	6h
Sciences économiques et sociales	4h	6h
1 ENSEIGNEMENT OPTIONNEL (en 1ère et terminale)	**PREMIERE**	**TERMINALE**
Langue vivante C (LV C) [1]	3h	3h
Langue des signes française	3h	3h
Langues et cultures de l'antiquité (LCA) : latin ou grec	3h	3h
Éducation physique et sportive (EPS)	3h	3h
Arts (arts plastiques, cinéma-audiovisuel, danse, histoire des arts, musique, ou théâtre) [5]	3h	3h
Hippologie et équitation [3]	3h	3h
Agronomie – économie – territoires [3]	3h	3h
Pratiques sociales et culturelles [3]	3h	3h
1 ENSEIGNEMENT OPTIONNEL (en terminale)	**PREMIERE**	**TERMINALE**
Mathématiques complémentaires [9]	-	3h
Mathématiques expertes [10]	-	3h
Droits et grands enjeux du monde contemporain	-	3h

1. La LVB ou LVC peut être étrangère ou régionale.
2. Enseignement auquel peut s'ajouter 1h avec un assistant en langue.
3. Enseignements assurés uniquement dans les lycées d'enseignement général et technologique agricole.
4. Un enseignement spécifique de mathématiques de 1h30 est ajouté à l'enseignement scientifique de 1e générale pour les élèves qui ne suivent pas l'enseignement de spécialité mathématiques et qui auront ainsi un volume globale d'enseignement scientifique de 3h30.
5. Les arts du cirque ne peuvent être choisis qu'en enseignement de spécialité. Les élèves ont la possibilité de cumuler en spécialité et en option 2 enseignements relevant d'un même domaine artistique ou non.
6. Pour les élèves ne choisissant pas en 1e l'enseignement optionnel EPS
7. Langue suivie en LVA, LVB ou LVC
8. Enseignement compété de 2h de sciences physiques en terminale
9. Pour les élèves ne choisissant pas en terminale la spécialité mathématiques.
10. Pour les élèves choisissant en terminale la spécialité mathématiques.

HORAIRES HEBDOMADAIRES ET ENESIGNEMENTS EN PREMIERE ET TERMINALE TECHNOLOGIQUE

ENSEIGNEMENTS COMMUNS		PREMIERE	TERMINALE
Français		3h/3h30 [2]	-
Philosophie		-	2h
Histoire—géographie		1h30	1h30
Langue vivante A (LV A) & Langue vivante B (LV B)		4h/3h30 [2]	4h/3h30 [2]
Éducation physique et sportive (EPS)		2h	2h
Enseignement moral et civique (EMC)		18h/an	18h/an
Mathématiques		3h	3h
ENSEIGNEMENTS DE SPECIALITE AU CHOIX : 3 en 1ère, 2 en terminale		**PREMIERE**	**TERMINALE**
S2TMD	Economie, droit et environnement du spectacle vivant	3h	-
	Culture et sciences chorégraphiques ou musicales ou théâtrales [3]	5h30	7h
	Pratiques chorégraphiques ou musicale ou théâtrale	5h30	7h
ST2S	Physique – chimie pour la santé	3h	-
	Biologie et physiopathologie humaines	5h	-
	Chimie, biologie et physiopathologie humaines	-	8h
	Sciences et techniques sanitaires et sociales	7h	8h
STAV [2]	Gestion des ressources et de l'alimentation	6h45	6h45
	Territoires et sociétés	2h30	-
	Technologie	3h	-
	Territoires et technologie	-	4h30
STD2A	Physique – chimie	2h	-
	Outils et langages numériques	2h	-
	Design et métiers d'art	14h	-
	Analyse et méthodes en design	-	9h
	Conception et création en design et métiers d'art	-	9h
STHR	Enseignement scientifique alimentation – environnement (ESAE)	3h	-
	Sciences et technologies culinaires et des services	10h	-
	Sciences et technologies culinaires et des services - ESAE	-	13h
	Economie – gestion hôtelière	5h	5h
STI2D	Innovation technologique	3h	-
	Ingénierie et développement durable (I2D)	9h	-
	Physique – chimie et mathématiques	6h	6h
	Ingénierie, innovation et développement durable (2I2D), avec un enseignement spécifique : architecture et construction, énergies et environnement, innovation technologique et éco-conception, systèmes d'information et numérique	-	12h

STL	Physique – chimie et mathématiques	5h	5h
	Biochimie – biologie	4h	
	Biotechnologie ou sciences physiques et chimiques en laboratoire	9h	-
	Biochimie – biologie - biotechnologie ou sciences physiques et chimiques en laboratoire	-	13h
STMG	Sciences de gestion numérique	7h	-
	Management	4h	-
	Management, sciences de gestion numérique, avec un enseignement spécifique : gestion et finance, mercatique (marketing), ressources humaines et communication, systèmes d'information de gestion	-	10h
	Droit et économie	4h	6h
2 ENSEIGNEMENTS OPTIONNELS EN 1E ET EN TERMINALE			
Langue vivante C (LVC) *		3h	3h
Langue ses signes françaises (LSF) *		3h	3h
Langues et cultures de de l'antiquité : latin ou grec [4]		3h	3h
Éducation physique et sportive (EPS) *		3h	3h
Arts (arts plastiques, cinéma – audiovisuel, danse, histoire des arts, musique ou théâtre)		3h	3h
Droit en grands enjeux du monde contemporain *2		-	3h
Hippologie et équitation *2		3h	3h
Agronomie – économie – territoires *2		3h	3h
Pratiques sociales et culturelles		3h	3h

1. La LVB ou LVC peut être étrangère ou régionale. Possibilité d'ajouter 1h avec un assistant de langue. Sur les heures d'enseignements hebdomadaires, 1h d'enseignement technologique en langue vivante (ETLV) est pris en charge conjointement par un enseignant d'une discipline technologique et un enseignant de langue vivante. Il est adossé soit à la LVA, soit à la LVB
2. Enseignements assurés uniquement dans les lycées d'enseignement général et technologique agricole.
3. l'enseignement spécifique (soit de danse, soit de musique, soit de théâtre) est le même pour les 2 enseignements de spécialité. Cet enseignement peut être suivi par les élèves inscrits au sein d'un établissement d'enseignement artistique classé ou reconnu par l'Etat et sous réserve d'une convention signée entre l'établissement où est scolarisé l'élève et l'établissement d'enseignement artistique.
4. les enseignements optionnels de LCA latin et grec peuvent être choisis en plus des enseignements optionnels suivis par ailleurs.
** Enseignements optionnels présents dans les lycées d'enseignement général et technologique agricole.*

LEXIQUE

CAP : Certificat d'Aptitude Professionnelle

CAPA : Certificat d'Aptitude Professionnelle Agricole

Bac : Baccalauréat

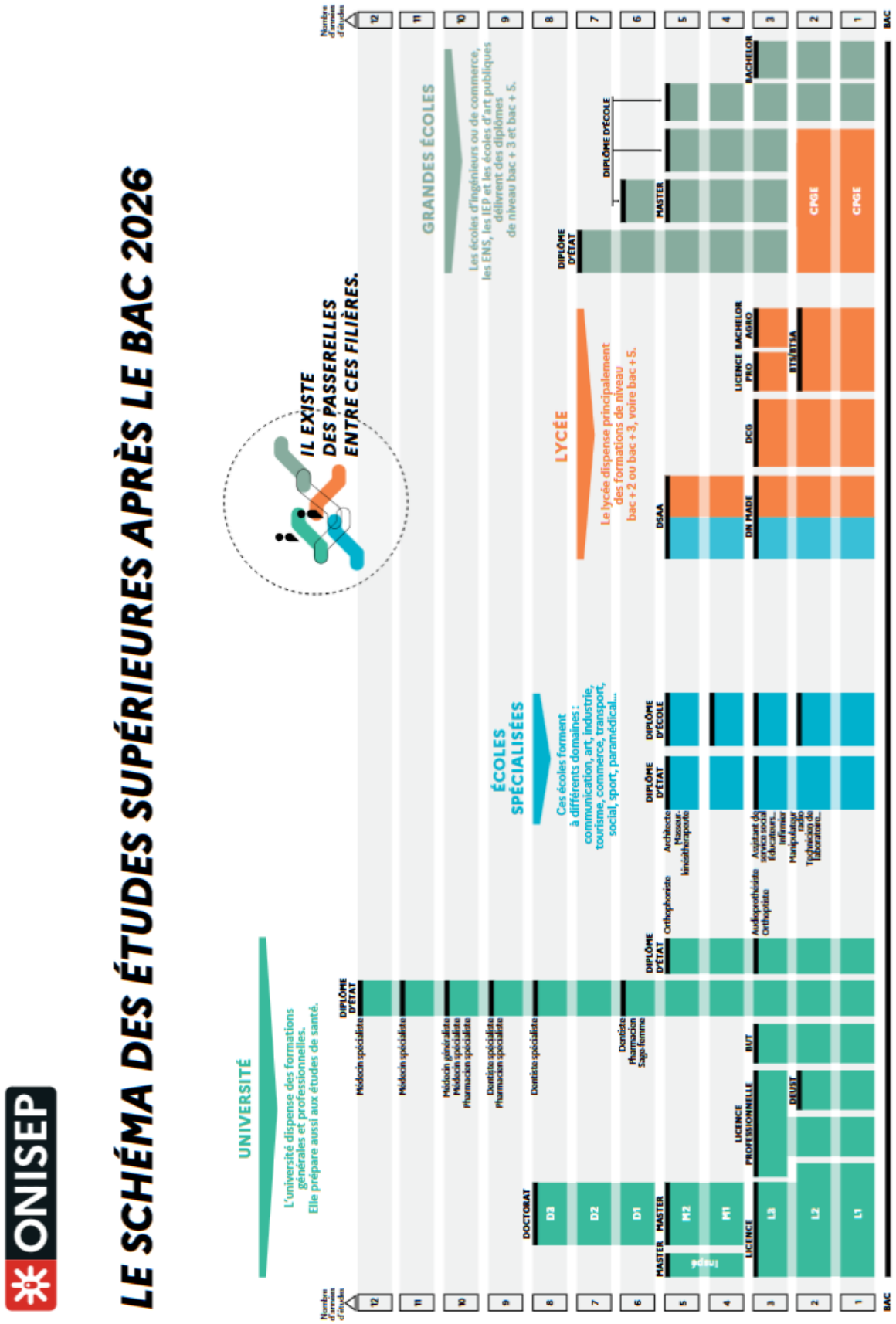
BNMA : Brevet National des Métiers d'Arts

Baccalauréats technologiques : les séries

- **S2TMD** : Sciences et Technologie du Théâtre, de la Musique et de la Danse
- **ST2S** : Sciences et Technologie de la Santé et du Social
- **STAV** : Sciences et Technologie de l'Agronomie et du Vivant
- **STD2A** : Sciences et Technologie du Design et des Arts Appliqués
- **STHR** : Sciences et Technologie de l'Hôtellerie et de la Restauration
- **STI2D** : Sciences et Technologie de l'Industrie et du Développement Durable
- **STL** : Sciences et Technologie de Laboratoire
- **STMG :** Sciences et Technologie du Management et de la Gestion

S'INFORMER SUR LES ETUDES SUPERIEURES

SE REPERER DANS L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR



COMPARATIF DES PRINCIPALES FILIÈRES POST-BAC

	BTS	BUT	LICENCES ET PARCOURS D'ACCÈS AUX ÉTUDES DE SANTÉ	CPGE (classe préparatoire aux grandes écoles)	ÉCOLES SPÉCIALISÉES[1] (paramédical, social, artistique, architecture...)	ÉCOLES[1] (commerce-management-ingénieur post-bac)
Admission via Parcoursup	Filière sélective sur dossier.	Filière sélective sur dossier.	Filière non sélective (dans la limite des places disponibles). À noter : les doubles licences (menant à un double diplôme) et certaines licences sont sélectives. Cette information est indiquée pour chaque formation sur Parcoursup.	Filière sélective sur dossier.	Filière sélective sur dossier et, dans certains cas, par concours ou entretien.	Filière sélective sur dossier et, dans certains cas, par concours ou entretien.
Durée des études	2 ans	3 ans	3 ans	2 ans – redoublement possible en 2e année uniquement	2 à 6 ans selon secteur et écoles	2 à 6 ans (2 ans cycle préparatoire + 3 ans cycle ingénieur) selon les écoles
Lieux de préparation	Lycée ou CFA si BTS en apprentissage	Institut ou CFA si BUT en apprentissage	Unité de formation et de recherche (UFR) au sein d'une université	Lycées publics et privés	Écoles et instituts	Écoles publiques et privées
Nombre d'étudiants	30 à 35 par classes	50 à 100 par promotion	Variable selon la licence et l'université choisies	Petites promotions de 30 à 40. Encadrement renforcé.	Petites promotions de 30 à 50	Variable selon les écoles
Objectifs pédagogiques et organisation	Acquérir des compétences dans un domaine professionnel précis	Plus généraliste que le BTS, couvre un domaine professionnel assez large	Acquérir une culture générale + des compétences transversales déclinées en domaines et mentions	Programmes pluridisciplinaires calés sur les concours (culture générale + méthodologie de travail)	1re année : enseignement théorique généralement par des professionnels. Plateau technique et stages.	Enseignements théoriques, généraux + stages. Spécialisation. Séjours à l'étranger. Apprentissage possible.
Découverte Professionnelle	8 à 16 semaines de stage en entreprise	22 à 26 semaines de stages en entreprise	Stages éventuellement en L2 et/ou L3. Modules de formation Projet personnel et professionnel.	Pas de stage	Enseignement pratique intégré à la formation. Professionnalisation progressive.	Stages (organisation spécifique selon les écoles)
Validation des études	Examen final et contrôle continu. 120 crédits européens ECTS[2].	Délivré sur la base du contrôle continu et de la validation des connaissances à chaque semestre (180 ECTS[3])	Partiel et examen terminal. 180 crédits européens pour valider la licence ou 30 crédits pour valider le semestre.	Réussite aux concours d'entrée des grandes écoles. Attestation descriptive du parcours de l'élève.	2 à 6 ans selon les secteurs et diplômes délivrés après examen final et contrôle continu	Diplôme d'ingénieur avec le grade de master. Une quarantaine d'écoles de commerce délivrent un diplôme conférant le grade de master.
Insertion professionnelle	Diplôme à visée professionnelle	Diplôme à visée professionnelle	Visée professionnelle pour la licence pro contrairement à la licence générale	Pas de visée professionnelle	Diplôme à visée professionnelle	Diplôme à visée professionnelle
Poursuite d'études	En universités ou en écoles	En universités ou en écoles	En universités ou en écoles	En écoles (notamment grandes écoles) ou en université	Spécialisation en écoles ou universités	En universités

NB : toutes les filières sont accessibles en apprentissage dans certains cas ou certaines spécialités signalés sur Parcoursup, sauf les CPGE.

1. ATTENTION : quelques écoles sont hors plateforme, contacter directement les écoles. Concours (entretien, épreuves écrites et/ou orales, dossiers) avec le plus souvent des concours communs à plusieurs écoles (banques d'épreuves communes) ou des concours propres à chaque école.
2. ECTS : système adopté par les établissements du supérieur. Chaque semestre d'études validé permet d'obtenir des points capitalisables et transférables (en France, d'un établissement à l'autre, mais aussi en Europe).
3. Ceux qui ont validé 120 crédits obtiennent le diplôme intermédiaire de DUT (diplôme universitaire de technologie).

POUR APPROFONDIR CES INFORMATIONS

www.onisep.fr/avenir-s

AVENIRS

www.onisep.fr

ONISEP L'INFORMATION POUR L'ORIENTATION

https://www.onisep.fr/orientation/le-systeme-educatif/l-ecole-expliquee-aux-parents-en-video

"L'École expliquée aux parents" en vidéo

Date de publication : 31 mars 2022

"L'École expliquée aux parents" est la nouvelle série vidéo de l'Onisep. Destinée à tous les parents, cette série présente de façon claire et synthétique, L'École en France, son organisation, ses missions et les différentes étapes de la scolarité des enfants de la maternelle jusqu'à l'enseignement supérieur.

https://www.orientest.fr/

La Région Grand Est | ORIENT'EST | JE METS LE CAP SUR MON AVENIR PROFESSIONNEL

ACCEDER AUX ETUDES SUPERIEURES : LA PLATEFORME PARCOURSUP

La plateforme Parcoursup :

- permet aux lycéens de **découvrir** des milliers de formations sélectives ou non sélectives y compris par apprentissage (quelques formations ne sont pas présentes sur la plateforme). Informations disponibles pour chaque formation : le lieu, le statut de l'établissement (public ou privé), la nature de la formation (sélective, non sélective), le contenu, les frais de scolarité, les débouchés professionnels et les poursuites d'études, les critères de sélection, les dates des portes ouvertes, les contacts utiles au sein de l'établissement…

- permet aux lycéens de terminale de constituer un seul dossier en **saisissant leurs vœux de formations post-bac** dans le cadre d'une procédure dématérialisée, avec un **calendrier unique** (disponible sur la plateforme).

SE FORMER PAR LE BIAIS DE L'APPRENTISSAGE DANS LE SUPERIEUR

Choisir l'apprentissage, c'est se former, préparer un diplôme tout en se créant de l'expérience professionnelle. De nombreuses formations post-bac sont proposées dans ce cadre. Juste après le bac, elles concernent le plus souvent des BTS, des BUT, des mentions complémentaires. Certaines sont visibles sur le site de Parcoursup. Des informations et conseils, notamment pour trouver une entreprise sont disponibles sur :

www.education.gouv.fr/se-former-par-l-apprentissage-2216

https://labonnealternance.apprentissage.beta.gouv.fr/

www.alternance.emploi.gouv.fr/accueil

QUELQUES TEMPS FORTS DE L'ANNEE DE TERMINALE

Pour accompagner les élèves de terminale dans le processus de réflexion et construction du projet d'orientation, plusieurs salons et évènements sont proposés :

- **Salon de l'orientation E-Pôle Sup à Epinal**
- **Salon régional post-bac Oriaction à Nancy ou Metz (en alternance)** :
- **Journées Portes Ouvertes des établissements (dates sur Parcoursup)**

PREPARER SA VIE ETUDIANTE

Au préalable…

Le Dossier Social Etudiant (ou DSE) est la procédure de demande **de bourse** et de **logement en résidence universitaire.**

Constituez le DSE, sur le site web du Crous de l'académie où vous faites actuellement vos études. Ce Crous (dit « d'origine ») remplit le rôle de guichet unique. Il est votre interlocuteur durant l'instruction de votre dossier, même si vous souhaitez étudier dans une autre académie.

Le DSE est à remplir **chaque année, de janvier à mai pour la rentrée de septembre**. La demande est réalisée sur internet (en lien avec le CROUS)

www.messervices.etudiant.gouv.fr

FINANCER SES ETUDES

Les aides financées par le CROUS

- **Les bourses sur critères sociaux :** pour **les moins de 28 ans** en fonction du revenu des parents, des enfants à charge, de l'éloignement du domicile et du lieu d'études, du diplôme et de la nationalité

www.crous-lorraine.fr

A savoir : l'étudiant doit être présent en cours et aux examens. L'étudiant boursier est prioritaire sur l'attribution d'un logement étudiant du CROUS
Avec de nouveaux paramètres de calcul, 35000 étudiants sont désormais éligibles. Tester votre éligibilité !

- Les **aides spécifiques** : annuelles ou ponctuelles, elles visent à aider les étudiants en graves difficultés financières (se rapprocher du Service Social du CROUS). Pour être éligible, il faut avoir moins de 35 ans et être inscrit dans un établissement supérieur reconnu par l'Etat et être détenteur d'un statut étudiant.

A savoir : l'aide ponctuelle (difficulté passagère) est cumulable avec les bourses sur critères sociaux ; ce qui n'est pas le cas pour l'allocation annuelle, non cumulable

- **La bourse au mérite :** complément versé aux boursiers et aux allocataires d'une aide spécifique annuelle qui ont obtenu la mention « très bien au Bac ». Elle est versée en 9 fois (montant annuel d'environ 900 euros).

- **Les aides à la mobilité des étudiants :** lorsque l'étudiant accepte de changer d'académie ou souhaite après obtention de sa licence s'inscrire en Master dans une autre région ou se rendre dans un autre pays (pour un stage ou une poursuite des études). Les aides sont les suivantes :

  - Aide à la mobilité Parcoursup : changement d'académie après le Bac.

  - Aide à la mobilité en Master : changement d'académie pour faire un master

  - Aide à la mobilité internationale : pour étudier dans un autre pays. Si les études se déroulent dans un pays européen, il relève de la bourse Erasmus+ (la demande de bourse Erasmus+ se fait directement auprès de l'établissement dont dépend l'étudiant ; elle est cumulable avec la bourse du CROUS)

Toutes les informations sont consultables directement sur le site :
https://www.etudiant.gouv.fr/fr/guide-de-letudiant

- **JOBAVIZ :** géré par les CROUS ce service permet aux étudiants de trouver un emploi compatible avec leurs études.
  Rendez-vous sur le site : **www.jobaviz.fr**

Les aides financées par l'Etat

- **Prêts bancaires garantis par l'Etat :** pour un montant maximal de 15000 à 20000 euros, des prêts sont ouverts à l'ensemble des étudiants sans ressources et sans caution parentale ou d'un tiers. Il existe 3 conditions pour en bénéficier :
  - être inscrit dans un établissement en vue de la préparation d'une certification ou d'un concours ou d'un diplôme de l'enseignement supérieur français
  - être âgé de moins de 28 ans ou être mineur émancipé à la date à laquelle le prêt a été contracté ;
  - être de nationalité française ou posséder la nationalité de l'un des États membres de l'UE ou de l'EEE à condition de justifier d'une résidence régulière ininterrompue en France depuis au moins 2 ans au moment de la conclusion du prêt.

Rendez-vous sur le site ci-dessous pour plus d'informations :
www.etudiant.gouv.fr/fr/pret-etudiant-garanti-par-l-etat-1723

- **Aides des collectivités locales :** les régions, départements ou villes, apportent des aides aux étudiants issus de leur territoire. Informez-vous auprès des collectivités.

- **Bourses pour les étudiants inscrits en formations sanitaires et sociales** :
  Attribution par les conseils régionaux aux élèves et étudiants inscrits dans les établissements dispensant des formations sanitaires et sociales, agréées et financées par les régions.
  www.etudiant.gouv.fr/fr/formations-sanitaires-et-sociales-les-bourses-regionales-694

SE LOGER

Les logements universitaires

Au préalable, vous devez remplir le Dossier Social Etudiant (DSE) et cocher la case « je demande un logement », dans la rubrique « trouver un logement/en résidence Crous ».

www.messervices.etudiant.gouv.fr

Selon votre budget, plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- **Les chambres universitaires traditionnelles :** de 9m2 avec des sanitaires collectifs et jusqu'à 20m2 sous format « studio ». Les prix de ces chambres en résidence universitaire s'étalent de 200 à 500 euros. Elles sont éligibles à l'ALS (aide au logement – voir plus d'informations ci-dessous dans la partie Aides aux logements).

- **Les résidences conventionnées – HLM :** meublées et équipées, elles sont de type T1, T2 et T3. Elles permettent notamment d'avoir plus d'espace. Le loyer est plus élevé qu'une résidence universitaire. Elles sont éligibles à l'ALS.

- **Les chambres chez les particuliers :** location d'une pièce habitable chez un particulier située dans la maison même du propriétaire. (Demande hors CROUS)

Testez votre éligibilité et faites votre demande de bourses :
https://www.etudiant.gouv.fr/fr/guide-de-letudiant

Les aides au logement

Elles sont attribuées par la CAF (Caisse d'Allocations Familiales) sur des critères sociaux (situation, logement, ressources…), directement versées au CROUS et l'étudiant paie la partie restant à charge.

◊ **L'Allocation Logement à Caractère Social (ALS)** :

◊ **L'Aide personnalisée au Logement (APL)** :

Les conditions d'attribution sont à vérifier auprès de la CAF.

www.caf.fr

À noter : ces aides ne sont pas cumulables avec les prestations familiales des parents pour les enfants de moins de 20 ans. L'étudiant qui choisit de bénéficier des aides au logement n'est donc plus considéré comme étant à la charge de ses parents pour l'ouverture des droits aux prestations familiales

Les aides Action Logement

- **La garantie visale :** caution locative accordée pour garantir les paiements de loyer et de charges locatives au propriétaire du logement en cas de défaillance de paiement. Elle est gratuite et accessible à tous les jeunes de 30 ans maximum.

www.actionlogement.fr/la-garantie-visale

- **L'Avance LOCA-PASS** : Action Logement propose de financer sous forme de prêt à taux 0% le versement de votre dépôt de garantie, somme généralement exigée au moment de la signature du bail. Les conditions d'attribution se retrouvent sur le site ou en agence:

www.actionlogement.fr/l-avance-loca-pass

- **L'aide MOBILI-JEUNE :** pour les étudiants en alternance dans une entreprise du secteur privé et de moins de 30 ans, qui, suite à un déménagement de l'entreprise, embauche ou mutation doivent changer de résidence principale. L'aide prend en charge les frais d'accompagnement à la recherche d'un logement et une partie des dépenses liées à la mobilité de l'étudiant.

La demande peut être faite dès 3 mois avant le démarrage de votre formation et jusqu'à 6 mois après le démarrage de celle-ci.

https://mobilijeune.actionlogement.fr

SE RESTAURER

Les restaurants universitaires sont une solution à la portée de tous les étudiants. Situés à proximité des lieux d'études ou sur les campus, ils proposent des repas complets, variés et équilibrés au tarif étudiant de 3,30€ et 1€ pour les étudiants boursiers et en situation de précarité.

www.izly.fr

Crous Resto U'
Un repas complet au plateau pour 10 points équivalent à 3,30 € pour les étudiants

Crous Cafet'
Points de vente de proximité sur les campus proposant des produits à manger sur place ou à emporter

Crous & go'
Point de vente en libre-service proposant une variété de produits à emporter

Crous Market'
Point de vente proposant 800 références de produits de première nécessité adaptés à la vie en résidence ou pour les petits creux entre deux cours

Crous Truck'
Camions ambulants installés sur les campus ou itinérants en soirée dans les résidences universitaires pour proposer une restauration d'appoint à emporter

Crous (S)pace'
Espace de restauration multi-services alliant restauration au plateau, libre-service, et différents espaces de vie de type coworking, fitness/sport, lounge, numérique, etc.

Crous Break'
Espace proposant une offre alimentaire variée par le biais de distributeurs automatiques

Crous Club'
Espace de restauration proposant une offre conçue pour les personnels des établissements de l'ESR ou conventionnés

Crous Event'
La marque Traiteur du Crous pour vos petits-déjeuner, pauses café, déjeuner de travail ou dîner de gala

À savoir : Le système de paiement IZLY vous permet d'effectuer en toute sécurité le paiement de vos repas dans l'ensemble des points de restauration du CROUS LORRAINE et des CROUS de France grâce à votre carte étudiante ou votre smartphone

SE SOIGNER

La Sécurité sociale

La **sécurité sociale est obligatoire**. Elle est gérée par la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de votre département d'habitation. La sécurité sociale prend en charge **une partie de vos frais de soins de santé**.

La Complémentaire Santé Solidaire (C2S) > modification non CSS car dépend de la CPAM. C2S est pour les étudiants

La Complémentaire santé solidaire prend en charge les frais de santé qui ne sont pas remboursés par l'Assurance Maladie (y compris à l'hôpital). Selon vos ressources, elle ne coûte rien ou 8 euros par mois, si vous avez moins de 29 ans.

www.etudiant.gouv.fr/fr/complementaire-sante-mutuelles-271

La Mutuelle/complémentaire santé

Il est possible de souscrire à une mutuelle également appelée complémentaire santé. Payante, elle n'est **pas obligatoire mais vivement conseillée** afin de compléter la prise en charge de la sécurité sociale. Si vous souhaitez compléter les remboursements de l'Assurance Maladie, **vous pouvez adhérer à la complémentaire santé de votre choix (une mutuelle spécialisée pour les étudiants comme la LMDE, la Smeno, la SMERRA ou encore HEYME, la mutuelle de vos parents, un autre organisme complémentaire...).**

www.etudiant.gouv.fr/fr/complementaire-sante-mutuelles-271

Le Service de Santé Étudiante

Il propose aux étudiants des consultations gratuites et confidentielles sur les sites de l'Université de Lorraine. Pour prendre contact avec un professionnel de santé (médecin, infirmière …) ou une assistante sociale, contactez le Service de Santé Étudiante le plus proche de votre campus.

https://www.univ-lorraine.fr/la-vie-a-luniversite-de-lorraine/sante/

La Santé psychologique

L'Université de Lorraine propose un **Bureau d'Aide Psychologique pour les Etudiants (BAPE)** âgés de 18 à 27 ans. Des psychologues et une psychiatre vous accueillent et vous accompagnent gratuitement sur rendez-vous.

Etudiants à Nancy	Etudiants à Metz
Association APSYTUDE Point d'Ecoute Psychologique Supérieur (PEPS) 06.27.86.91.83 rdv.apsytude@gmail.com	Campus Saulcy, Bâtiment Simone Veil Pour prendre rendez-vous 03.87.21.04.70 SMS : 06.75.17.70.33

L'accompagnement du handicap

La **Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH)** est un guichet unique pour les personnes en situation du handicap. L'évaluation par la MDPH vous permettra d'ouvrir ou de maintenir vos droits, et de bénéficier des accompagnements à l'Université de Lorraine ou au lycée.

A l'Université de Lorraine : la **mission handicap de l'université de Lorraine** intervient en partenariat avec le **Service d'Intégration Scolaire et Universitaire (SISU)**. Ils vous accompagnent tout au long de votre parcours universitaire, en fonction de vos besoins. Si vous poursuivez vos études en milieu scolaire (BTS, CPGE, etc.), vous pouvez vous renseigner au sein de votre établissement car le soutien apporté au lycée peut être poursuivi.

LES ORGANISMES DE REFERENCE

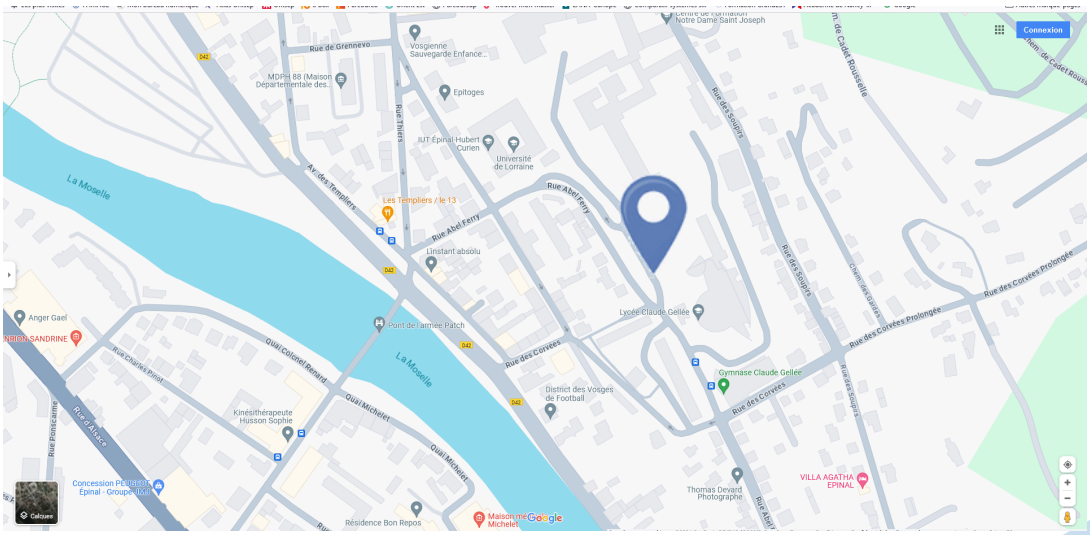
LE CENTRE D'INFORMATION ET D'ORIENTATION (CIO)

Les **psychologues de l'Education Nationale**, spécialisés en conseil en orientation scolaire et professionnelle, se tiennent à votre disposition, sur rendez-vous, pour faire le point sur votre ou vos projets de formation(s), vous aident à le(s) construire si vous n'en avez pas ou si vous vous sentez perdu.

CIO EPINAL-REMIREMONT
46 rue Abel Ferry 88 000 - **EPINAL** **03 29 82 20 94** ***Rdv possible également au Point d'accueil à REMIREMONT (impasse Charlet)*** **https://www.ac-nancy-metz.fr/cio-epinal-remiremont**
Ouvert du lundi au vendredi , **y compris pendant les vacances scolaires**







LE SERVICE D'ORIENTATION ET D'INSERTION PROFESSIONNELLE (SOIP)

Service gratuit disponible au sein des universités, il conseille et accompagne les étudiants tout au long de leurs parcours sur le projet d'études (orientation, réorientation), le projet professionnel, la recherche de stage ou d'emploi.

www.univ-lorraine.fr/enseignements-et-formations/orientation/

SOIP Nancy		SOIP Metz
Campus Lettres et sciences humaines Bâtiment D – Entrée D2 – 2e étage 23, boulevard Albert 1er 54 000 - Nancy **03 72 74 03 61**	Espace de services Aiguillettes – ESA Campus Aiguillettes Rue du Jardin Botanique 54 600 - Villers-lès-Nancy **03 72 74 03 60**	Ile du Saulcy 57 000 - Metz **03 72 74 03 62**

LA MAISON DE L'ÉTUDIANT À EPINAL

Organisme associatif qui aide et accompagne les étudiants durant leur cursus. C'est un lieu de ressources pour obtenir toutes les informations concernant le logement, la santé, la vie sportive, les aides financières…

Maison de l'étudiant
Impasse de la Louvière 88 000 - **EPINAL** **03 29 64 14 40** www.maisondeletudiant-epinal.com