

GUIDE POUR

# *TES PREMIERS PAS EN FRANCE*



Fatima OULATA

Maryam OULATA

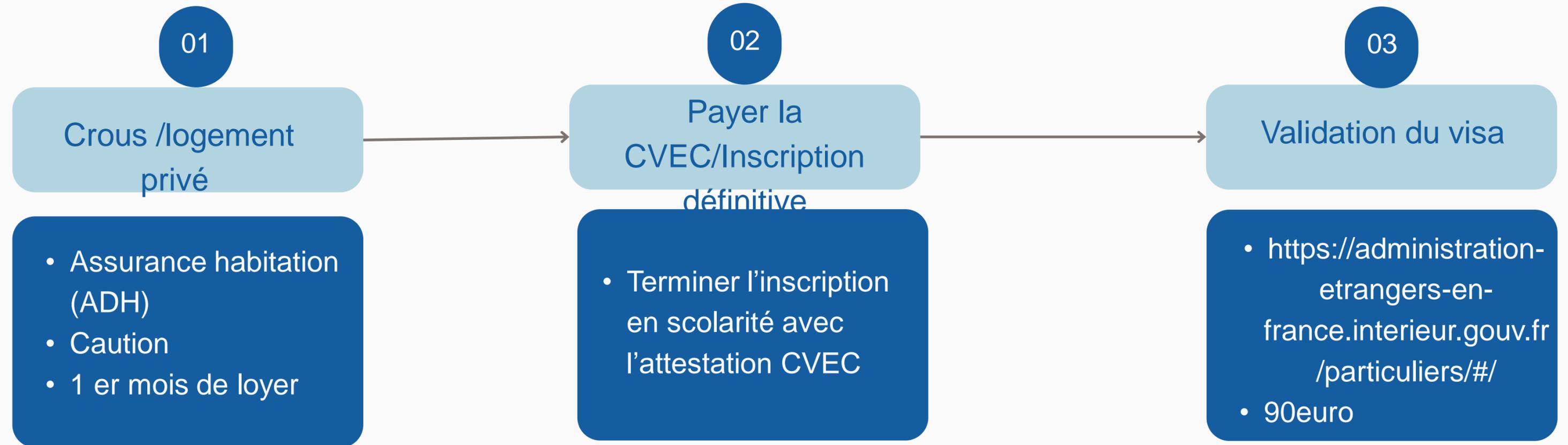


A vertical photograph of a Parisian street scene. The Eiffel Tower is visible in the background, rising above the rooftops of traditional Parisian buildings. A French flag is flying from a pole in the foreground. The sky is overcast, and the trees have some autumn-colored leaves.

# *SOMMAIRE*

LES PREMIÈRES DÉMARCHES À FAIRE	01
TROUVER SON LOGEMENT	02
LES DÉMARCHES COMPLÉMENTAIRES À L'ARRIVÉE	03
POUR RÉDUIRE SES DÉPENSES	04
FAIRE SES COURSES AU MOINS CHER	05
TROUVER UN JOB ÉTUDIANT	06
À L'UNIVERSITÉ	07

# LES PREMIÈRES DÉMARCHES À FAIRE



# TROUVER SON LOGEMENT



## CROUS

<https://trouverunlogement.lescrous.fr/>

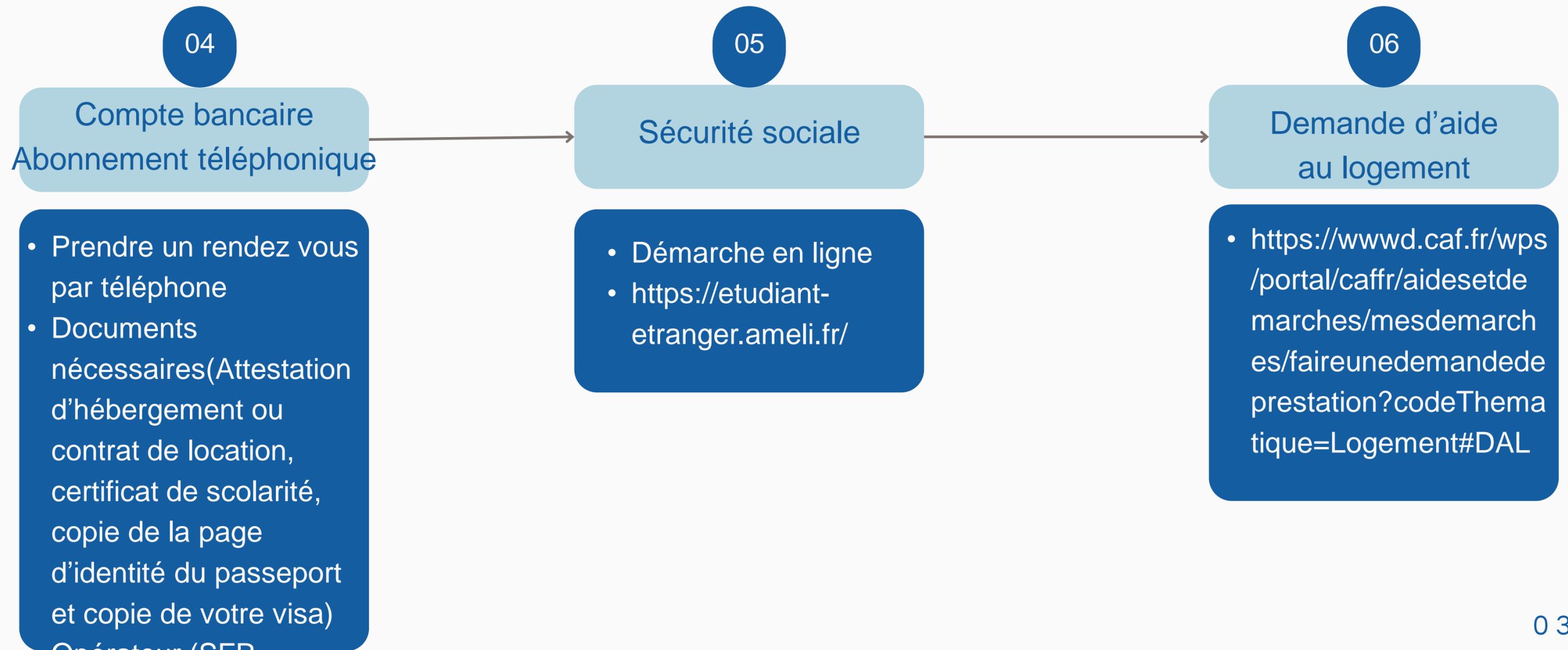
## RÉSIDENCE ÉTUDIANTE

- Studapart
- Uxco

## SECTEUR PRIVÉ

- Particulier
- Groupe facebook notamment New generation of studies in France
- Leboncoin, seloger...

# LES PREMIÈRES DÉMARCHES À FAIRE



# TROUVER SON LOGEMENT



## CROUS

<https://trouverunlogement.lescrous.fr/>

## RÉSIDENCE ÉTUDIANTE

- Studapart
- Uxco

## SECTEUR PRIVÉ

- Particulier
- Groupe facebook notamment  
New generation of studies in  
France
- Leboncoin, seloger...

# LES DÉMARCHES COMPLÉMENTAIRES

## ABONNEMENT DE TRANSPORT

- Renseignez vous auprès de la société de transport de votre ville par rapport aux abonnements mensuels
- Réduction du prix avec la CMU
- Location de vélos (Normaux et à assistance électrique)

---

## DÉCLARER LE CHANGEMENT DE SITUATION À LA CAF

- Déclarer le changement d'adresse à la caf
- Faire une nouvelle demande auprès de la caf avec la nouvelle attestation de loyer

## COMPLÉMENTAIRE DE LA SANTÉ (CMU)

- Démarche en ligne
- Dirigez vous vers la CPAM( Caisse primaire d'assurance maladie) de votre ville.
- Cette attestation pourrait vous aider à réduire les frais d'abonnement de transport

# POUR RÉDUIRE SES DÉPENSES

## DEMANDE DU REPAS À 1 EURO

<https://epa.lescrous.fr>

## DEMANDE DE L'AIDE FINANCIÈRE

<https://dae.lescrous.fr>

Mais de préférence d'aller voir directement avec l'assistante sociale

## DEMANDE DU PASS NUMÉRIQUE

<https://www.univ-nantes.fr/vie-de-campus/aides-sociales-financieres/pass-numerique-nantes-universite-vous-aide-a-vous-equiper-dun-ordinateur-ou-dune-tablette>

REPUBLICQUE FRANÇAISE **étudiant** Faire une demande pour bénéficier du repas à 1€ Mes Services Étudiants (se connecter)

### VOUS SOUHAITEZ DEMANDER À BÉNÉFICIER DU TARIF À 1€ EN RESTAURATION UNIVERSITAIRE

Le tarif à 1€ peut être accordé aux étudiants en situation de précarité, même s'il ne sont pas boursiers, après une évaluation sociale.

#### VOTRE CROUS INSTRUIRA VOTRE DEMANDE.

L'attribution du tarif à 1€ en restauration universitaire vient répondre au constat d'une situation financière ne permettant pas de faire face aux dépenses alimentaires.

Cette situation doit être attestée par la demande d'aide et les pièces justificatives demandées. A défaut l'évaluation sociale ne pourra pas être réalisée.

Après étude de votre dossier, vous recevrez une réponse du service social.

**FAIRE MA DEMANDE**

#### QUELS DOCUMENTS FOURNIR ?

Pour effectuer votre demande, veuillez compléter en ligne les informations qui vous sont demandées et déposer les pièces justificatives suivantes :

- Attestation de scolarité dans l'enseignement supérieur ou carte d'étudiant, pour l'année universitaire 2024/2025
- Justificatifs de ressources (ex: aide au logement, pension alimentaire, salaire...)
- Justificatifs de charges (ex: loyer, charges locatives, abonnement de transport, dette, prêt bancaire à rembourser...)
- Toute pièce justifiant de votre situation financière actuelle

#### PRENDRE UN RDV OU CONTACTER LE CROUS

En cas de difficultés particulières pour réaliser votre demande, vous pouvez contacter le Crous sur l'adresse : [messervices.etudiant.gouv.fr](https://messervices.etudiant.gouv.fr)

Si la procédure décrite sur ce site ne correspond pas à votre situation, vous pouvez prendre rendez-vous avec le service social suivant les modalités décrites sur le site internet de votre Crous.

Activer Accédez au

REPUBLICQUE FRANÇAISE **étudiant** Demande d'aide ponctuelle Mes Services Étudiants (se connecter)

### VOUS AVEZ CONTACTÉ LE SERVICE SOCIAL DE VOTRE CROUS POUR DEMANDER UNE AIDE PONCTUELLE

L'aide ponctuelle est destinée à l'étudiant qui rencontre momentanément de graves difficultés. Elle constitue un outil privilégié permettant d'apporter rapidement une aide financière personnalisée.

#### VOTRE CROUS INSTRUIRA VOTRE DEMANDE

L'aide ponctuelle vient répondre au constat d'une situation sociale grave.

Cette situation doit être attestée par une évaluation sociale réalisée à partir du dossier et des pièces que vous aurez déposés.

Après étude de votre demande, le service social vous contactera pour vous proposer un rendez-vous avec une assistante sociale.

**FAIRE MA DEMANDE**

#### QUELS DOCUMENTS FOURNIR ?

Pour effectuer votre demande, veuillez compléter le formulaire mis à votre disposition et déposer les pièces suivantes :

- Certificat de scolarité et carte d'étudiant
- RIB au nom de l'étudiant
- Justificatifs des ressources de l'étudiant (CAF, Salaires, bourses, pension alimentaire, gratification de stage...etc.)
- Justificatifs des charges (loyer, énergie, taxe d'habitation...)
- 2 derniers relevés de compte bancaire (compte courant et épargne)
- Solde des comptes au moment de la demande (copie d'écran)
- En cas de dette, fournir un document attestant de la dette et les coordonnées du bailleur s'il s'agit d'une dette de loyer
- Toute pièce justifiant de votre demande

#### PRENDRE UN RDV OU CONTACTER LE CROUS

En cas de difficultés particulières pour réaliser votre demande, vous pouvez contacter le Crous sur l'adresse : [messervices.etudiant.gouv.fr](https://messervices.etudiant.gouv.fr)

Si la procédure décrite sur ce site ne correspond pas à votre situation, vous pouvez prendre rendez-vous avec le service social suivant les modalités décrites sur le site internet de votre Crous.

### Identité

**NOM DE FAMILLE**

En majuscule

**PRENOM**

En majuscule

**Numéro d'étudiant**

7 caractères. Il n'est pas utile d'ajouter le "E" du début.

**Téléphone**

**Courriel (@etu.univ-nantes.fr)**

# FAIRE SES COURSES AU MOINS CHER



Restaurant du coeur



Secours populaire



Les grandes surfaces



Les boucheries et les rayon  
Halal des supermarchés



# *TROUVER UN JOB ÉTUDIANT*

Rédiger son CV

Déposer son cv

- Dans tous les magasins (Castorama, Super u...)
- les restaurants( Mcdonald's, Burger King)
- boulangeries

Faire des candidatures spontanées

- <https://www.carrefour.fr/>
- <https://www.lidl.fr/>

Job au crous

# À L'UNIVERSITÉ

## **Journées d'inté**

Université Claude Bernard Lyon 1

Pour découvrir les différents services de l'université



Pour trouver son stage/alternance



Pour faire du sport gratuitement



*TANMIRT* :)

