

GUIDE

GUIDE DES AIDES SOCIALES

30 SEPTEMBRE 2026

e-mail affairesociales@anesf.com

Site internet anesf.com

Instagram [@anesf_sagefemme](https://www.instagram.com/anesf_sagefemme)



Table des matières

Table des matières.....	1
Avant-propos.....	2
Liste des abréviations.....	5
1. Bourses et Aides.....	7
1.1. Bourses des Formations Sanitaires et Sociales.....	7
1.2. Bourse du CROUS et transfert de bourses.....	10
1.3. Bourse au mérite.....	11
1.4. Aide Spécifique Ponctuelle (ASP).....	11
1.5. Aide Spécifique d'Allocation Annuelle (ASAA).....	13
1.6. FSDIE Social.....	13
1.7. Prime d'Activité.....	13
1.8. Exonération des frais d'inscription.....	13
1.9. Autres Aides.....	14
1.10. Prêt étudiant garanti par l'Etat.....	15
2. Alimentation et Consommables.....	16
2.1. Les AGORAés.....	16
2.2. Les Restos du Coeur.....	16
2.3. Le Secours Populaire.....	17
2.4. La Croix Rouge.....	17
2.5. Les Services de restauration du CROUS.....	18
2.6. Les AMAP.....	18
2.7. Les applications.....	19
2.8. Emmaüs.....	20
3. Transports.....	20
3.1. Transports en commun.....	20
3.1.1. Train.....	20
3.1.2. Carte Avantage Jeune.....	21
3.1.3. Abonnement Max Jeune.....	21
3.2. Voiture.....	22
3.2.1. Aides aux transports personnels.....	22
3.2.1. Permis à 1€ par jour.....	22
3.2.1. Aides des collectivités territoriales.....	23
3.2.1. Co-Voiturage.....	23
3.3. Avion.....	24
4. Logement.....	24
4.1. Allocations logements.....	24
4.2. Garantie Visale.....	26
4.3. Loca-Pass.....	26
4.4. Fond de solidarité pour le Logement.....	27
4.5. Comité Local pour le Logement Autonome des Jeunes (CLLAJ).....	27

4.6. Logements à coûts réduits.....	28
4.6.1. Logements CROUS.....	28
4.6.2. Logements sociaux.....	29
4.6.3. Colocations solidaires.....	29
5. Aide aux frais courants.....	31
5.1. Le Chèque Énergie.....	31
5.2. Aide financière pour les factures d'eau.....	31
6. Santé.....	31
6.1. Accès aux soins.....	31
6.1.1. Services universitaires : SSE, CSU, BAPU.....	31
6.1.2. Étudiant·e·s relais-santé.....	32
6.1.3. Dispositifs Santé Psy Étudiant et Mon Soutien Psy.....	33
6.2. Accompagnement social.....	34
6.2.1. Fil santé jeune.....	34
6.2.2. Nightline.....	34
6.2.3. Les CROUS.....	35
6.2.4. Collectivités territoriales.....	36
6.2.5. Numéro d'appel national pour les difficultés financières graves.....	37
6.2.6. L'association SPS : Soins aux Professionnels en Santé.....	37
6.3. Protections sociales.....	37
6.3.1. Protection maladie universelle (PUMa).....	37
6.3.2. Complémentaire santé solidaire.....	38
6.3.3. L'aide médicale d'Etat.....	38
7. Étudiant·e·s en situation de handicap.....	39
7.1. Service Handicap d'une université.....	39
7.2. Aides au transport.....	39
7.3. Accompagnement au logement.....	39
7.4. La Maison Départementale des Personnes Handicapé·e·s (MDPH).....	40
7.5. Aides financières.....	40
7.5.1. Allocation d'Education de l'Enfant Handicapé (AEEH).....	40
7.5.2. Prestation compensatoire handicap.....	41
7.5.3. Bourses mouvement 100% Handinamique.....	42
8. Aide à la mobilité.....	42
8.1. Erasmus +.....	42
8.2. Collectivités locales.....	43
8.3. Mobilité en France.....	43
8.4. Mobilité culturelle et sportive.....	44
8.5. Mobilité au sein de votre ville étudiante.....	44
9. Aides aux étudiant·e·s en Outre-Mer et internationaux·ales.....	45
9.1. Étudiant·e·s d'Outre-Mer.....	45
9.1.1. Aides communes.....	45
9.1.2. Passeport de mobilité-études.....	45

9.1.3. Aides de la Martinique.....	46
9.1.4. Aides de la Guyane.....	46
9.1.5. Aides de la Guadeloupe.....	46
9.1.6. Aides de Saint-Barthélemy.....	46
9.1.7. Aides de la Polynésie française.....	47
9.1.8. Aides de la Nouvelle Calédonie.....	47
9.1.9. Aides de Wallis et Futuna.....	47
9.1.10. Aides de la Réunion.....	47
9.1.11. Aides de Mayotte.....	48
9.1.12. Aides de Saint-Pierre et Miquelon.....	48
9.2. Étudiant·e·s internationaux·ales.....	48

Avant-propos

L'Association Nationale des Étudiant·e·s Sages-Femmes actualise chaque année son guide des aides sociales. C'est un document qui permet de découvrir des aides sociales accessibles aux étudiant·e·s sages-femmes pendant leurs études.

Les aides existantes sont classées par thématique, nous vous invitons à le consulter lorsque l'un des axes vous intéresse : bourses, aides, logement, alimentation, transport, santé, handicap, mobilité.

N'hésitez pas à le feuilleter, vous découvrirez que de nombreuses aides existent !

Nous restons disponibles pour vous accompagner ou vous éclairer dans vos démarches.

Sterenn LESAUX-COUGARD

Vice-présidente chargée des affaires sociales 2026-2027

Kyra BRAZE

Vice-présidente chargé·e des affaires sociales 2025-2026

Lou-Anne BELLETERRE

Vice-présidente chargé·e des affaires sociales 2024-2025

Valentine JANIN & Robin SANTAMARIA

**Vice-président·e·s chargé·e·s des Affaires Sociales et de la Défense des Droits
2023-2024**

Benjamin LOHEZ

Vice-président chargé des Affaires Sociales et de la Défense des Droits 2022-2023

Emeline MEYRE

Membre de la CASA, étudiante à Bordeaux

Liste des abréviations

AEEH	Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé
AFEV	Association de la Fondation Étudiante pour la Ville
ALF	Allocation de Logement Familiale
ALS	Allocation de Logement Sociale
AMAP	Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne
AME	Aide Médicale d'État
ANESF	Association Nationale des Étudiant·e·s Sages-Femmes
APL	Aide Personnalisée au Logement
BAPU	Bureau d'Aide Psychologique Universitaire
BFSS	Bourse des Formations Sanitaires et Sociales
CAF	Caisse d'Allocations Familiales
CCAS	Centre Communal d'Action Sociale
CIAS	Centre Intercommunal d'Action Sociale
CNOUS	Conseil National des Œuvres Universitaires et Scolaires
CROUS	Conseil Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires
CVEC	Contribution à la Vie Étudiante et de Campus
DSE	Dossier Social Étudiant
FAGE	Fédération des Associations Générales Étudiantes
FSDIE	Fond de Solidarité et de Développement des Initiatives Étudiantes
FSL	Fond de Solidarité pour le Logement
L.AS	Licence Accès Santé
MDPH	Maison Départementale pour les Personnes Handicapées
MESR	Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche
PASS	Parcours Accès Spécifique Santé
RU	Restaurant Universitaire
SNCF	Société Nationale des Chemins de Fer français

SSE	Service de Santé Étudiante
SUH	Service Université Handicap
TER	Transport Express Régional

1. Bourses et Aides

1.1. Bourses des Formations Sanitaires et Sociales et frais d'inscription

Les études de sage-femme font partie des **formations sanitaires et sociales**, qui dépendent, en partie, de la région suite à la loi de décentralisation de 2004, Loi n° 2004-809 du 13 août 2004 relative aux libertés et responsabilités locales. Il tient donc aux **régions de financer** ces cursus, **mais aussi de gérer les bourses** des étudiant·e·s de ces filières qui sont donc appelées les BFSS. Ce sont des bourses sur critères sociaux, au même titre que les **bourses du CROUS**.

Le montant annuel de la bourse, découpé en 8 échelons, est attribué en fonction des **revenus déclarés** et des **points de charge** associés à des critères. Les BFSS doivent respecter **des minima de taux et de points de charges fixés par le MESR** et qui sont republiés chaque année après révision. L'échelon est fixé selon les revenus du foyer fiscal auquel l'étudiant·e est rattaché·e, et les points de charge ajoutés dépendent de la distance entre le domicile familial et l'établissement d'inscription, ainsi que de la composition du foyer familial.

Les étudiant·e·s boursier·ère·s bénéficient d'un **remboursement des frais d'inscription universitaire**, ainsi que de ceux de la Contribution Vie Étudiante et de Campus (CVEC). Certaines régions avaient mis en place une exonération de la CVEC pour la rentrée 2024-2025, sous réserve de fournir sa notification de bourse (c'est-à-dire que les étudiant·e·s boursier·ère·s ne devaient pas avancer les 105 € de CVEC) : Hauts de France, Île-de-France, Pays-de-Loire, Occitanie, Auvergne-Rhône-Alpes et Grand Est. Pour en bénéficier, il faut donc réaliser son dossier de demande de bourse suffisamment tôt afin d'avoir la notification de bourse au moment du paiement de la CVEC.

Taux sur 10 mois pour l'année 2026-2027							
Échelon Obis	Échelon 1	Échelon 2	Échelon 3	Échelon 4	Échelon 5	Échelon 6	Échelon 7
1 454€	2 163€	3 071€	3 828€	4 587€	5 212€	5 506€	6 335€

Pour établir un dossier, des **pièces justificatives** sont demandées notamment un justificatif de domicile, l'avis d'imposition de vos représentant·e·s légaux·les, un certificat de scolarité de vos frères et sœurs, une copie du livret de famille, etc. Il faut être attentif·ve à la période de demande qui est généralement ouverte de février jusqu'à octobre.

De plus, depuis la rentrée 2022 il est possible pour les étudiant·e·s boursier·ère·s d'avoir le Pass'Sport. Il s'agit d'une aide de 50 euros pour financer toute ou une partie de son inscription dans une structure sportive partenaire du dispositif. Vous pouvez en faire la demande jusqu'au 31 décembre.

Pour plus d'informations : <https://pass.sports.gouv.fr/>

Vous pouvez faire vos demandes de bourse sur :

> Antilles-Guyane :

Les étudiant·e·s d'Antilles-Guyane sont intégré·e·s aux services du CROUS, grâce à un transfert de la gestion de la région vers le CROUS. Si vous êtes étudiant·e·s en Martinique, vous devez donc faire un Dossier Social Etudiant (DSE), au même titre que l'ensemble des étudiant·e·s de l'enseignement supérieur. Les montants et échelons sont les mêmes, mais ils sont parfaitement harmonisés et le dossier doit être déposé entre le 2 mars et le 31 mai. Le lien pour faire les démarches est le suivant :

[Faire une demande de bourse - Crous Antilles et Guyane](#)

> Auvergne-Rhône-Alpes :

[Obtenir une bourse pour suivre une formation dans le secteur santé-social](#)

> Bourgogne-Franche-Comté :

[Bourses d'études sanitaires et sociales | Région Bourgogne-Franche-Comté](#)

> Bretagne :

[QUALIF Sanitaire & Social : demandez votre bourse d'études ! · Région Bretagne](#)

> Centre-Val de Loire :

Les étudiant·e·s du Centre-Val de Loire sont intégré·e·s aux services du CROUS, grâce à un transfert de la gestion de la région vers le CROUS. Si vous êtes étudiant·e·s à Tours, vous devez donc faire un Dossier Social Etudiant (DSE), au même titre que l'ensemble des étudiant·e·s de l'enseignement supérieur. Les montants et échelons sont les mêmes, mais ils sont parfaitement harmonisés et le dossier doit être déposé entre le 2 mars et le 31 mai. Le lien pour faire les démarches est le suivant :

[Faire une demande de bourse - Crous Orléans-Tours](#)

Les cumuls sont possibles avec :

- > Une bourse au mérite ;**
- > Une bourse de mobilité internationale ;**

- > Une bourse donnée par une collectivité territoriale ;
- > Une aide d'urgence ponctuelle.

- > Grand Est :

Bourse du secteur sanitaire et social - GrandEst

- > Hauts-de-France :

Bourses d'Études Sanitaires et Sociales BESS - Guide des aides - Région Hauts-de-France

- > Île-de-France :

Bourse d'étude pour élèves et étudiants inscrits en formation sociale, paramédicale et maïeutique | Région Île-de-France

- > Nouvelle-Aquitaine :

Obtenir une bourse régionale pour les formations sanitaires, sociales, paramédicales et santé en Nouvelle-Aquitaine

- > Occitanie :

<https://del.laregion.fr/CRMP-Web/jsp/nouveauContexte.action?codeAction=M42-ACCUEIL>

- > Pays de la Loire :

Les étudiant·e·s des Pays de la Loire sont intégré·e·s aux services du CROUS, grâce à un transfert de la gestion de la région vers le CROUS. Si vous êtes étudiant·e·s à Nantes ou Angers, vous devez donc faire un Dossier Social Etudiant (DSE), au même titre que l'ensemble des étudiant·e·s de l'enseignement supérieur. Les montants et échelons sont les mêmes, mais ils sont parfaitement harmonisés et le dossier doit être déposé entre le 2 mars et le 31 mai. Le lien pour faire les démarches est le suivant :

Bourses et aides financières - Crous Nantes Pays de la Loire

Les cumuls sont possibles avec :

- > Une bourse au mérite ;
- > Une bourse de mobilité internationale ;
- > Une bourse donnée par une collectivité territoriale ;
- > Une aide d'urgence ponctuelle.

- > Polynésie Française :

[Je demande une bourse/prêt bonifié pour enseignement supérieur](#)

- > Provence-Alpes-Côte d'Azur :

[Bourse régionale d'études dans les filières du sanitaire et du travail social - Région Sud](#)

- > Normandie :

Les étudiant·e·s de Normandie sont intégré·e·s aux services du CROUS, grâce à un transfert de gestion de la région vers le CROUS. Si vous êtes étudiant·e·s en Normandie, vous devez donc faire un Dossier Social Etudiant (DSE), au même titre que l'ensemble des étudiant·e·s de l'enseignement supérieur. Les montants et échelons sont les mêmes, mais ils sont parfaitement harmonisés et le dossier doit être déposé entre le 2 mars et le 31 mai. Le lien pour faire les démarches est le suivant :

<https://www.crous-normandie.fr/bourses/faire-demande-de-bourse/>

Les cumuls sont possibles avec :

- > *Une bourse au mérite ;*
- > *Une bourse de mobilité internationale ;*
- > *Une bourse donnée par une collectivité territoriale ;*
- > *Une aide d'urgence ponctuelle.*

- > Réunion :

[Bourse Régionale Sanitaire et Sociale 2026-2027 - Région Réunion](#)

1.2. Bourse du CROUS et transfert de bourse

Comme expliqué ci-dessus, les bourses pour les étudiant·e·s sage-femme dépendent de celles des formations sanitaires et sociales, financées par les régions,. Actuellement, ce n'est plus le cas dans 4 régions : Antilles-Guyane, Normandie, Centre-Val de Loire et Pays de la Loire, qui sont déjà passées aux Bourses sur Critères Sociaux du CROUS.

En lien avec la réforme de nos études et l'intégration universitaire, un transfert de gestion et de compétence des bourses de la région vers le CROUS doit avoir lieu dans tous les établissements de formation pour la rentrée 2027. Ce passage aux bourses sur critères sociaux du CROUS facilitera donc les démarches pour les

étudiant·e·s sages-femmes, notamment pour les demandes de logement CROUS, pour l'exonération des frais d'inscription, et permettra également aux étudiant·e·s de conserver leur bourse au mérite.

En revanche, les conditions d'accès aux bourses sur critères sociaux du CROUS diffèrent de celles des bourses des formations sanitaires et sociales. Ainsi, les étudiant·e·s sages-femmes de plus de 28 ans ne pourront plus accéder à la bourse après le passage aux bourses du CROUS. Cela risque de précariser certain·e·s étudiant·e·s sages-femmes, notamment une partie des étudiant·e·s passerelles en reconversion, avec parfois des enfants à charge, mais également des étudiant·e·s passant par la voie "classique" PASS/L.AS.

1.3. Bourse au mérite

C'est une aide complémentaire versée aux **étudiant·e·s néo-bachelier·ère·s boursier·ère·s** du CROUS, ayant obtenu une mention très bien au baccalauréat. C'est donc lors du PASS ou de la L.AS que les futur·e·s étudiant·e·s sages-femmes peuvent prétendre à cette aide, d'un montant de 900€ versé sur 10 mois.

Il n'y a pas de démarche à faire pour l'obtenir, **elle est versée automatiquement** aux étudiant·e·s boursier·ère·s grâce à une synchronisation entre le rectorat et les CROUS.

Elle peut être versée **chaque année pendant 3 ans**, à condition de ne pas redoubler et de rester boursier·ère du CROUS. En d'autres termes, une fois dans le cursus maïeutique, il n'est plus possible pour les étudiant·e·s de percevoir ce versement car les bourses passent à la région.

Toutefois, avec l'intégration universitaire et le transfert des compétences et de la gestion des bourses régionales vers le CROUS, les étudiant·e·s sages-femmes pourront toucher la bourse au mérite à partir du 1er septembre 2027.

Plus d'informations sur :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1010>

Les collectivités territoriales comme les communes, départements, régions, etc, peuvent aussi mettre en place des dispositifs de bourse au mérite pour les néo-bachelier·ère·s, cumulables avec la bourse au mérite du CROUS.

Renseignez-vous sur les dispositifs existants autour de vous !

1.4. Aide Spécifique Ponctuelle (ASP)

C'est une aide versée par le CROUS qui permet la prise en compte rapide de difficultés financières nouvelles en cours d'année pour aider l'étudiant·e à poursuivre ses études. Tout·e étudiant·e inscrit·e en **formation initiale** auprès d'un

établissement ouvrant droit au régime de sécurité sociale étudiant peut solliciter une aide ponctuelle.

Comment en bénéficier ?

Premièrement, il faut avoir **moins de 35 ans** au 1er septembre de l'année de formation et être inscrit·e en **formation initiale**. Cette limite d'âge ne s'applique pas si vous êtes reconnu·e personne en situation de handicap par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH).

Il faut ensuite contacter un·e assistant·e social·e du CROUS de votre région qui va pouvoir effectuer une évaluation sociale de la situation rencontrée par l'étudiant·e et remplir un dossier de demande, anonymisé puis étudié par une commission composée d'étudiant·e·s élu·e·s et de personnels administratifs. Si cette commission émet un avis d'attribution, un montant est proposé puis la direction du CROUS le valide ou non.

Le montant maximal est de 3 071 €. Si la situation le justifie, plusieurs aides ponctuelles peuvent être accordées au cours d'une même année universitaire, mais ne pourra jamais excéder un montant de 6 142€.

Un versement anticipé à hauteur de 500€ maximum peut être autorisé sans examen du dossier par la commission au préalable.

Cette aide est cumulable avec une bourse d'étude sur critères sociaux, une aide à la mobilité internationale, une aide au mérite.

Plus d'informations sur :

[Aide spécifique ponctuelle pour étudiant en difficulté | Service Public](#)

1.5. Aide Spécifique d'Allocation Annuelle (ASAA)

Il existe aussi l'**Aide Spécifique d'Allocation Annuelle (ASAA)** qui est l'équivalent d'une bourse sur critère sociaux (BCS). Elle est accessible aux étudiant·e·s de moins de 35 ans et en formation initiale mais ne remplissant pas les critères d'éligibilité d'une BCS (plus de 28 ans, en rupture familiale, etc). Cette aide est équivalente aux échelons des BCS, allant donc de 1454 € à 6335 €.

Actuellement, elle n'est pas accessible dans la plupart des établissements de formation en maïeutique, mais en principe, après le transfert des BFSS vers le CROUS, les étudiant·e·s sages-femmes y auront droit.

Plus d'informations sur :

[Allocation spécifique annuelle pour étudiant en difficulté | Service Public](#)

Certaines régions mettent en place leur propre commission d'attribution d'aides d'urgence ou d'allocations annuelles. Vous pouvez vous renseigner auprès de votre propre région.

En cas de situation difficile, il ne faut pas hésiter à se rapprocher des assistant·e·s sociaux·les du CROUS et de l'université. Il·Elle·s peuvent transférer de l'argent sur la carte IZLY afin que l'étudiant·e puisse se nourrir, et peuvent débloquer un fond pour permettre à l'étudiant·e de payer une facture d'eau ou d'électricité suite à une coupure due à un non-paiement de la facture.

1.6. FSDIE Social

Le Fonds de Solidarité et de Développement des Initiatives Etudiantes (FSDIE) existe dans toutes les universités et permet de soutenir différents projets de vie étudiante. Mais il est possible de trouver également un FSDIE Social pouvant être demandé par un·e étudiant·e.

Le FSDIE Social peut venir en aide au public étudiant, rencontrant des difficultés sociales passagères. Cette aide a pour objectif de **conserver des conditions d'études optimales**, malgré une situation de précarité.

Vous devez faire votre dossier de demande, puis prendre rendez-vous avec un·e assistant·e sociale universitaire (du CROUS) avant d'envoyer votre demande. Toutes les modalités sont disponibles sur les sites internet des universités, ou via le service **vie étudiante**.

1.7. Prime d'activité

La prime d'activité permet aux jeunes de plus de 18 ans exerçant une activité professionnelle (job estival ou étudiant) aux revenus modestes (qui perçoivent au minimum 1 117,26 € mensuel net avant impôt), mais vivant en France de manière stable et effective, de percevoir une aide complémentaire aux revenus professionnels.

Simulation : [Simulateur prime d'activité - CNAF \(caf.fr\)](#)

Demande en ligne : [Faire une demande de prestation | caf.fr](#)

1.8. Exonération des frais d'inscription

En dehors des exonérations avec la bourse des formations sanitaires et sociales, il est possible, en fonction des universités, de faire une demande d'exonération des frais d'inscription, sans être boursier·ère, en déposant un dossier avec toute pièce justifiant la demande (ex : avis d'imposition).

Depuis 2019, des frais différenciés s'appliquent pour les étudiant·e·s extra-communautaires. Ils correspondent à des frais jusqu'à 16 fois plus importants que ceux payés par les étudiant·e·s français·e·s et européen·ne·s.

Depuis mai 2026, les universités se voient limitées dans leur possibilité d'exonération : 30% pour la rentrée 2026-2027, 25% pour la rentrée 2027-2028 et 20% à terme. Cela risque donc de précariser encore davantage les étudiant·e·s extra-communautaires. Vous trouverez les aides spécifiques pour les étudiant·e·s internationaux·les dans la partie 9.2.

1.9. Autres aides

La caisse d'allocations familiales propose un panel assez large d'aides financières. Vous pouvez vous renseigner ici :

- > [Faire une demande de prestation | caf.fr](https://caf.fr)

Les régions peuvent également proposer des aides d'urgence, des aides à la mobilité, etc :

- > Auvergne-Rhône-Alpes :

[Aides | Région Auvergne-Rhône-Alpes](#)

- > Bourgogne-Franche-Comté :

[Accompagner les jeunes au quotidien](#)

- > Bretagne :

[Nos aides · Région Bretagne : Région Bretagne](#)

- > Centre-Val de Loire :

[Le guide des aides de la Région Centre-Val de Loire | Region Centre-Val de Loire](#)

- > Grand-Est :

[Vos aides régionales & Appels à projets - GrandEst](#)

- > Hauts de France :

[Guide des aides \(hautsdefrance.fr\)](https://hautsdefrance.fr)

- > Île-de-France :

[Aides régionales et appels à projets | Région Île-de-France \(iledefrance.fr\)](https://iledefrance.fr)

- > Normandie :

[Aides régionales et européennes | Région Normandie](https://normandie.fr)

- > Nouvelle-Aquitaine :

[Scolarité, formation, quotidien : toutes les aides jeunesse en Nouvelle-Aquitaine](https://nouvelle-aquitaine.fr)

- > Occitanie :

[Les aides et appels à projets - Région Occitanie / Pyrénées-Méditerranée \(laregion.fr\)](https://occitanie.fr)

- > Pays de la Loire :

[Toutes les aides de la Région | 90 résultats | Page courante 1 | Région Pays de la Loire](https://paysdelaloire.fr)

- > Sud :

[Lycéens, étudiants, apprentis... toutes vos aides en 1 clic ! - Ma Région Sud \(maregionsud.fr\)](https://ma-region-sud.fr)

Vous pouvez également consulter les sites de votre **département**, de votre **collectivité territoriale**, ainsi que de votre **commune**.

Les services du **CROUS** sont également à votre écoute, notamment avec le Fonds National d'Aide d'Urgence.

1.10. Prêt étudiant garanti par l'Etat

C'est un dispositif permettant aux jeunes de moins de 28 ans inscrits dans un établissement de l'enseignement supérieur en France de **financer leurs études**, sans demande de caution, ni condition de ressource. Il permet de réaliser un prêt dans l'une des banques partenaires : Banque Populaire, Banque Postale, BFCOI, Caisse d'épargne, CIC, Crédit Agricole, Crédit Mutuel, Société Générale. Il est ouvert aux jeunes français·e·s ou citoyen·ne·s de l'Espace Économique Européen. Le montant du prêt dépend de la banque qui l'accorde et peut atteindre 20 000€.

[Prêt étudiant garanti par l'État | service-public.fr](https://service-public.fr)

2. Alimentation et Consommables

2.1. Les AGORAés

Il s'agit d'épiceries solidaires qui se présentent comme un **commerce de proximité** classique. Ce sont des lieux gérés par des étudiant·e·s, composés d'un **espace de vie** et d'une **épicerie solidaire**. Celles-ci sont gérées par les fédérations de territoire. Elles sont ouvertes à tou·te·s pour favoriser l'échange, la dynamique étudiante et l'égalité des chances. Les AGORAés portent plusieurs **missions**, parmi lesquelles l'accompagnement de projets, l'aide à l'accès aux droits, à la culture, à l'engagement... Elles permettent aux étudiant·e·s se trouvant en difficulté économique de réaliser leurs courses avec des denrées de qualité à hauteur de **10 à 30% de leur valeur marchande**.

La force des épiceries solidaires est de proposer une offre diversifiée et de qualité, à travers l'accès à des produits frais, des articles alimentaires non périssables, des produits d'hygiène, de nettoyage, des fournitures scolaires...

Ce projet est notamment soutenu par le ministère de l'agriculture, de l'alimentation, de la solidarité ainsi que par le ministère de l'enseignement supérieur, de la recherche et de l'innovation.

Chaque épicerie a ses propres **critères d'admission**. Les bénéficiaires des épiceries solidaires sont essentiellement des étudiant·e·s sans ressources, des bénéficiaires des minima sociaux, des "travailleur·se·s pauvres", des familles monoparentales, des retraité·e·s, des intérimaire·s, ...

Les critères sont fixés selon vos conditions de ressources, ceux-ci varient d'un territoire à un autre. Pour pouvoir bénéficier de ces tarifs, il faut monter un **dossier** en entrant directement en contact avec l'AGORAé de votre ville. Les **bénévoles** vous aideront à monter ce dossier et vous expliqueront les démarches à suivre.

Il existe à l'heure actuelle plus de 40 AGORAés en France. Pour savoir s'il y en a une dans votre ville, vous pouvez contacter votre Fédération de Territoire, qui pourra vous informer.

Pour trouver plus d'informations sur les AGORAés, où les trouver, comment déposer un dossier, vous pouvez consulter le site suivant :

[AGORAé - FAGE](#)

2.2. Les Restos du Cœur

Les Restos du Cœur est une association reconnue d'utilité publique. Elle a pour but "d'aider, d'apporter une assistance bénévole aux personnes démunies,

notamment dans le domaine alimentaire par l'accès à des repas gratuits, et par la participation à leur insertion sociale et économique, ainsi qu'à toute action contre la pauvreté sous toutes ses formes".

Pour recevoir l'aide alimentaire sous forme de paniers-repas, il faut s'inscrire chaque année et justifier de l'insuffisance de ses ressources. Pour cela, vous pouvez contacter l'association des Restos du Cœur la plus proche de chez vous.

[Les restos du cœur : nos associations départementales](#)

[Les Restos du Cœur \(restosducoeur.org\)](#)

2.3. Le Secours Populaire

Le Secours Populaire est une association de solidarité, qui œuvre pour l'émancipation et l'accès à la citoyenneté de chacune, à travers des antennes locales. Un grand nombre de ces antennes proposent une aide alimentaire à travers des distributions par exemple.

Pour en bénéficier, vous devez vous rapprocher de votre antenne locale. Les bénévoles vous accueilleront et vous accompagneront.

[L'aide alimentaire au Secours populaire](#)

[Antennes locales - Secours Populaire](#)

2.4. La Croix Rouge

La Croix Rouge est une association qui accompagne, par différentes actions, les personnes en situation de vulnérabilité, notamment grâce à de l'aide alimentaire. Vous pouvez également trouver des vestiaires solidaires pour acheter du textile à petit prix.

Pour en bénéficier, il faut être orienté par un·e travailleur·euse social·e. Vous pouvez contacter l'antenne la plus proche pour qu'il·elle·s vous aident à monter un dossier. Vous trouverez plus d'informations, ainsi que les différentes antennes locales ci-dessous :

[Annuaire aide alimentaire | Croix-Rouge française](#)

[Aide alimentaire | Croix-Rouge française](#)

2.5. Les Services de Restauration du CROUS

Ce qu'on appelle communément les RU sont des services de restauration gérés par les CROUS. Le prix du repas est plafonné à 1€ pour tou·te·s les étudiant·e·s boursier·ère·s et non boursier·ère·s (depuis mai 2026). Pour ce prix vous bénéficiez d'un plat principal ainsi que de deux périphériques (entrée/dessert). Les CROUS mettent un point d'honneur à élaborer des repas équilibrés à base de produits frais.

Certains campus bénéficient d'autres services de restauration, pour un sandwich, une petite faim comme des cafétérias, des brasseries mais aussi des food-truck et du libre-service. Des événements en lien avec l'hygiène alimentaire et la culture culinaire sont organisés par, ou en partenariat, avec le CROUS comme le nouvel-an lunaire, la semaine du goût, des soirées à thème, etc.

Vous pouvez retrouver la carte interactive recensant les services de restaurations sur le site de votre CROUS.

[Carte pour trouver les Resto'U | Étudiant.gouv](#)

Depuis le début de l'année 2021, les protections périodiques jetables sont censées être mises à disposition, gratuitement, sur les campus universitaires, principalement dans les résidences universitaires et les restaurants universitaires des CROUS ainsi que dans les services de santé universitaires.

2.6. Les AMAP

Les AMAP - Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne - sont destinées à **favoriser l'agriculture paysanne et biologique**. L'objectif est de créer un **lien direct entre le-la producteur·rice et le-la consommateur·rice**.

Souvent, un contrat peut lier les deux parties pour une saison. Cela permet d'assurer que chaque semaine soit livré un panier garni de légumes, fruits, œufs, fromages, etc. Le contenu est à définir selon les envies et les besoins, mais surtout selon les récoltes, car ce sont des aliments de saison. Le contenu des paniers est donc très **varié**, pour permettre que votre alimentation le soit aussi.

Ce dispositif est bénéfique pour l'écologie, l'économie locale et pour votre santé.

Certaines épiceries solidaires sont également en partenariat avec des AMAP pour permettre aux bénéficiaires de ces épiceries d'accéder à des paniers à prix réduit. Certaines associations étudiantes ont lancé des AMAP ou des "paniers de légumes" au sein des campus.

Renseignez-vous auprès de votre association étudiante ou de votre fédération de territoire. Si cela n'existe pas sur votre territoire, vous pouvez essayer de lancer l'initiative en vous rapprochant de votre association locale ou de votre fédération de territoire.

Plus d'infos sur : [Réseaux locaux - MIRAMAP](#)

<https://miramap.org/trouver-une-amap/>

2.7. Les applications

Il existe des applications ayant pour but de lutter contre le gaspillage alimentaire. Elles permettent d'obtenir des invendus de restaurants ou de magasins à prix réduit. La plus connue est la plateforme **To Good To Go** mais il en existe d'autres comme **Phénix** ou **Zéro-gachis**.

Certaines associations comme **Hop Hop Food** (en partenariat avec la FAGE) ou des entreprises de l'économie sociale et solidaire comme **Care Eat** proposent également des initiatives et des applications locales avec une approche encore plus durable.

Liste d'applications et d'associations utiles pour lutter contre le gaspillage, manger équilibré et dépenser moins :

- > Yuka : <https://yuka.io> C'est une application qui permet de scanner les étiquettes de ses aliments et cosmétiques afin d'analyser leur impact sur la santé. En plus de cela elle propose des alternatives aux produits jugés médiocres ou mauvais ;
- > Frigomagic : <https://www.frigomagic.com/> C'est une application qui permet de cuisiner à partir de ce qu'il reste dans vos placards ! Cherchez un ingrédient que vous avez et trouvez une recette qui va avec ;
- > Too good to go : <https://toogoodtogo.fr> Parfait pour se restaurer à moindre coût tout en sauvant les invendus alimentaires des magasins d'alimentation, des boulangeries ou encore des restaurants ;
- > Phénix : <https://www.wearephenix.com/> Permet de récupérer des invendus en grandes surfaces à moindre coût. A la fois économique et écologique ;
- > Jow : <https://jow.fr/> Jow est une application permettant de faire des paniers drive à partir de recettes. Choisissez vos recettes et synchronisez avec votre compte auchan drive, carrefour drive, etc. Cela permet de manger équilibré en achetant juste assez, tout en gagnant du temps. Cette application permet également d'adapter le panier de courses à son budget en choisissant un montant maximum, et de choisir des recettes ajustées à son régime éventuel (végétarien, vegan, sans porc...) ;

- > Hop Hop Food : <https://www.hophopfood.org/> C'est une association qui a pour but de lutter à la fois contre le gaspillage alimentaire et contre la précarité. Les citoyen·ne·s peuvent faire des dons entre particuliers, les commerçant·e·s, restaurateur·rice·s et les hôtels peuvent aussi rejoindre le réseau solidaire en utilisant l'application. L'association est présente à Aix-en-Provence, Bordeaux, Chambéry, Dijon, Grenoble, Lille, Lyon, Montpellier, Nice, Paris, Rennes, Rouen et Toulouse.

2.8. Emmaüs

Le mouvement Emmaüs est un ensemble d'associations et de groupements solidaires, globalement répartis sur l'ensemble du territoire. Leur principal objectif est de permettre d'inscrire les produits proposés à des prix particulièrement accessibles (vêtements, mobiliers, décorations, électroménagers, vaisselle...). L'objectif de ces structures est avant tout social, en garantissant le pouvoir d'achat et en permettant la réinsertion professionnelle des personnes s'inscrivant dans cette démarche.

[EMMAÜS : où se rendre ?](#)

3. Transports

3.1. Transports en commun

Il n'existe pas d'aide nationale pour les transports urbains mais beaucoup d'agglomérations mettent en place des tarifs et des avantages pour les jeunes et/ou selon les revenus. N'hésitez pas à vous renseigner sur les sites internet de votre commune, département ou région.

3.1.1. Trains

La SNCF (Société Nationale des Chemins de Fer) fonctionne par région, où chacune met en place des **tarifs d'abonnement TER** pour les jeunes.

Vous trouverez en ligne un tableau des aides par région, ainsi que les liens des différents sites internet de chaque région. Dans certaines régions les tarifs de la SNCF peuvent fonctionner avec les tarifs des transports en communs des grandes agglomérations, ces formules sont précisées sur les sites TER.

Plus d'informations sur :

Quelles aides aux transports ?

<https://www.sncf-connect.com/catalogue/regions>

<https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F34964>

3.1.2. Carte Avantage Jeune

Entre **12 et 27 ans**, vous pouvez bénéficier de la carte avantage jeune SNCF. Cette carte coûte **49€** par an, renouvelable tant que vous ne dépassez pas la limite d'âge. Elle permet d'avoir une réduction de 30% sur les TGV INOUI et Intercités à réservation obligatoire, mais aussi sur des offres de dernière minute "No flex". A cela s'ajoutent -25 à 50% pour les billets TER en fonction des régions (bien faire attention si votre région comporte cette offre). Cette carte permet aussi de bénéficier de réductions de -30% sur les lignes partant de France en direction de l'Allemagne, de l'Espagne, de l'Italie, du Luxembourg et de la Suisse.

Vous pouvez calculer à partir de combien de voyages la carte est rentable sur le site. Lors du week-end du Black Friday de novembre, vous pouvez bénéficier d'une **remise de 50%** sur cette carte avantage jeune.

Plus d'informations sur :

[https://www.sncf.com/fr/offres-voyageurs/cartes-tarifs-grandes-lignes/carte-avant-
age-jeune](https://www.sncf.com/fr/offres-voyageurs/cartes-tarifs-grandes-lignes/carte-avant-
age-jeune)

3.1.3. Abonnement Max Jeune

La SNCF propose également un abonnement TGV max pour les **16-27 ans**. Pour **79€ mensuels** vous avez un accès illimité aux trains TGV et Intercités gratuitement. Depuis le 8 octobre 2024, en plus des billets MAX JEUNE à 0€, vous pouvez bénéficier du tarif MAX AVANTAGE JEUNE et avoir une réduction de 30% sur les TGV INOUI et Intercités en 1re et 2de classe et sur l'ensemble des trains ouverts à la réservation (c'est un abonnement avec un engagement de 3 mois minimum). Vous pouvez réserver, annuler et modifier à votre guise. L'abonnement est résiliable au bout de 3 mois en payant 15€, ou gratuitement au bout d'un an.

Vous pouvez réserver jusqu'à 6 billets simultanément. Le nombre de voyages dans le mois n'est pas limité, toutefois, un nombre de places TGV max est défini pour chaque train, ce qui ne garantit pas la gratuité des places une fois l'abonnement valable, si les places réservées aux TGV max ne sont plus disponibles.

Pour bénéficier de cette carte il faut être âgé·e de moins de 28 ans, disposer d'une carte nationale d'identité, ou d'un titre de séjour français pour les

ressortissant·e·s d'un pays de l'Union Européenne hors France, ou disposer d'un passeport et d'un titre de séjour français pour les ressortissant·e·s d'un pays hors Union Européenne. Il faut également disposer d'une adresse en France.

Plus d'informations sur : [TGVMax](#)

3.2. Voiture

3.2.1. Aides aux transports personnels

Les **auto-écoles associatives** sont des initiatives locales qui permettent aux personnes en difficulté de passer leur permis de conduire à moindre coût. Les auto-écoles associatives ne se destinent pas uniquement aux personnes en difficulté financière, mais également à un public en situation personnelle compliquée. Les élèves des auto-écoles sociales peuvent donc être amené·e·s à bénéficier des soutiens sortants du cadre strict de la formation au permis de conduire. Cet apprentissage peut prendre jusqu'à deux ans, avec des travailleur·se·s sociaux·les pour permettre à tou·te·s de se présenter dans les meilleures conditions à l'examen.

Les bénéficiaires sont les personnes en situation de difficultés financières, les jeunes sans qualification, les autres personnes en réinsertion sociale, les parents célibataires, les personnes en situation de handicap.

Pour plus d'informations vous pouvez prendre contact avec votre **CCAS/CIAS** (Centre-Intercommunal d'Action Sociale) ou avec **un·e assistant·e social·e**. Les conditions peuvent varier en fonction de l'auto-école sociale.

3.2.2. Permis à 1€ par jour

Le permis à 1€ par jour est un dispositif mis en place par l'Etat, pour aider les **jeunes de 15 à 25 ans** à financer l'inscription au permis de conduire. Il se trouve sous forme de prêt financier à un taux à 0%, et s'élève entre **600 et 1200€** selon les besoins des candidat·e·s, et, en cas d'échec à l'examen du permis de conduire, peut être complété de 300€ pour parfaire la formation et repasser l'épreuve. C'est un partenariat entre l'Etat, les établissements prêteurs (banques, établissements de crédits...), et les écoles de conduite et associations disposant du label "qualité des formateur·ice·s au sein des écoles de conduite".

Si vous souhaitez bénéficier de ce prêt, vous devrez choisir votre école de conduite et votre établissement financier parmi les partenaires de ce dispositif. Ensuite, vous signez un contrat avec l'auto-école et vous constituez un dossier de prêt. Pour cela, il faut fournir un justificatif de revenus justifiant que vous pourrez rembourser les 30€/mois, ou demander à une tierce personne de se porter garante. Si vous êtes mineur·e, ce sont vos parents qui doivent faire ces

démarches. Si vous ne pouvez pas avoir de garant·e·s, le comité interministériel de la sécurité routière peut se porter caution publique pour vous : vous devrez simplement demander à l'auto-école partenaire de vous fournir une attestation d'éligibilité à la caution publique. Vous pouvez utiliser ce prêt pour financer une première formation initiale ou en cas d'échec, une formation complémentaire.

Ce dispositif fonctionne pour la préparation au permis de conduire des véhicules de catégorie A1, A2, et B, soit respectivement les motocyclettes et les véhicules légers. Cette dernière peut se faire en conduite anticipée ou supervisée.

Vous trouverez de plus amples informations sur le permis à 1€ par jour sur le site de la Sécurité Routière, notamment la liste des auto-écoles partenaires.

[Établissements financiers partenaires | Sécurité Routière](#)

3.2.3. Aides des collectivités territoriales

Vous pouvez retrouver la liste des collectivités territoriales fournissant des aides pour passer votre permis de conduire :

[Aide au permis des collectivités territoriales | Sécurité Routière](#)

3.2.4. Co-Voiturage

De nombreux sites et applications de covoiturage sont disponibles !

Vous connaissez sans doute Blablacar et malgré une commission que l'entreprise prend, on ne peut pas passer à côté de l'offre abondante.
<https://www.blablacar.fr/>

Il existe également Blablacar Daily, utile pour les trajets du quotidien.
<https://www.blablacardaily.com/>

Karos.fr est également un service de covoiturage connu pour les trajets du quotidien, comme domicile-travail. <https://www.karos.fr/>

Mobicoop est, lui, un site de covoiturage pour des trajets réguliers, mais pas uniquement. En effet, il propose un certain nombre de trajets à travers l'Europe. Plus d'informations sur <https://mobicoop.fr>

Covoitribu est un autre site de covoiturage qui, lui, permet d'organiser un covoiturage de groupe privé dans le cadre d'événement. Plus d'information sur <https://www.covoitribu.fr/>

3.3. Avion

Avant tout, attention à l'empreinte carbone, voici un site pour calculer cette dernière : [Nos Gestes Climat](#)

Carte jeune AirFrance : AirFrance a lancé via sa filiale HOP ! une carte jeune : cette carte est destinée aux **12-24 ans**. D'un coût de 49€ par an, elle permet d'avoir des remises jusqu'à 35% sur les trajets en France métropolitaine mais aussi en Europe. Elle permet également d'avoir un bagage cabine et un bagage en soute, ainsi que des avantages pour les vols à l'étranger. Si vous devez modifier ou annuler votre voyage, les frais de traitement seront fortement réduits.

Plus d'informations sur :

<https://www.airfrance.fr/information/offres/cartes-de-reduction/carte-jeune>

4. Logement

4.1. Allocations logements

Ce sont des allocations délivrées par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF). Il s'agit d'une **aide financière** accordée à une personne afin de **l'aider à payer le loyer ou le prêt immobilier** de sa résidence principale.

Ces allocations sont de 3 types, non cumulables entre elles :

- > Allocation Personnalisée au Logement (APL) : [Aide personnalisée au logement \(APL\) | service-public.fr](#)
- > Allocation de Logement Familiale (ALF) : [Allocation de logement familiale \(ALF\) | service-public.fr](#)
- > Allocation de Logement Sociale (ALS) : [Allocation de logement sociale \(ALS\) | service-public.fr](#)

Ces 3 types d'allocations se distinguent par leurs **conditions d'attribution** :

- L'APL est versée en fonction de la **situation de logement**, quelle que soit votre situation familiale ;
- L'ALF en fonction de la **situation familiale** ;
- L'ALS est versée si on ne peut prétendre ni aux APL ni aux ALF.

On **ne peut pas prétendre** à des allocations logement si le logement appartient à un·e **ascendant·e ou un·e descendant·e du·de la locataire** ou de son·sa conjoint·e, ou partenaire. Cependant il est possible de toucher ces aides si le lien de parenté est indirect (fratrie, cousin·e, etc)

En cas d'impayé de loyer, le·la bailleur·esse doit en avertir la CAF, qui suspend alors les aides pour le logement.

Comment en bénéficier ?

Les étudiant·e·s peuvent en bénéficier au même titre que tout·e citoyen·ne. Les personnes logées en **résidence universitaire** et/ou installées en **colocation** et/ou louant un **logement meublé** y ont droit aussi.

Depuis le 1 juillet 2026, les **étudiant·e·s extra-communautaires** non-boursier·ère·s **n'ont plus le droit aux APL**. Cela alors que les conditions des bourses sur critères sociaux sont telles que très peu d'étudiant·e·s extra-communautaires y ont accès. Cette mesure **discriminatoire** est un **risque** pour ces étudiant·e·s, puisqu'elle les **précarise** encore davantage.

Dès l'entrée dans les lieux, il faut faire sa demande en ligne sur www.caf.fr, puis envoyer son dossier et les documents demandés à la CAF.

Les aides sont automatiquement suspendues au 1er juillet. Pensez donc à **informer la CAF si vous conservez votre logement durant l'été** pour continuer de bénéficier de ces allocations !

Quel montant ?

C'est une **aide mensuelle**, versée tout au long de l'année, au·à la locataire ou bien directement au·à la bailleur·esse qui la déduit du montant du loyer.

Son montant dépend des **ressources** (bourses et revenus), de la **taille de la famille**, du **lieu de résidence**, du **montant du loyer** et du **statut d'occupation** (colocation, concubinage, meublé, etc). Le site de la CAF permet de faire une simulation.

[CAF - Aides et démarches - Mes démarches - Faire une simulation - Le logement](#)

Le **cumul est impossible avec les Allocations Familiales** : ce sont des aides financières versées par la CAF aux familles à partir de 2 enfants à charge jusqu'à leur 21ème anniversaire. Si vous répondez aux critères d'âge et de fratrie, vos parents peuvent peut-être encore bénéficier de ces aides car votre statut d'étudiant·e n'a pas d'impact sur les Allocations Familiales.

4.2. Garantie Visale

La garantie Visale est une **caution accordée par Action Logement** au·à la locataire. Ce dispositif **donne caution gratuitement pour votre logement**, ainsi plus

besoin de garant·e. Il permet aussi, en cas d'impayés de loyer ou de charges supplémentaires, de verser les sommes dues directement au·à la bailleur·esse. Action Logement se fait rembourser par le·la locataire.

Peuvent bénéficier de ce dispositif :

- > Les jeunes de **moins de 30 ans**, quel que soit leur statut (étudiant·e, salarié·e, chômeur·se), les ménages en difficulté ;
- > Les **salarié·e·s du secteur privé** de plus de 30 ans qui entrent dans un logement dans les 6 mois après leur prise de fonction.

Les étudiant·e·s peuvent en bénéficier en effectuant leur demande sur www.visale.fr. On présente ensuite ce visa certifié Action Logement au·à la futur·e propriétaire, qui obtient à son tour un contrat de cautionnement sur le site VISALE. L'adhésion à cette garantie doit donc être faite avant la signature du bail.

Cette garantie peut être cumulée avec une avance Loca-Pass et une allocation au logement.

4.3. Loca-Pass

C'est un dispositif **organisé par Action Logement qui facilite l'accès à la location d'un logement**. Il avance sous forme d'un **prêt à taux 0 le dépôt de garantie** demandé par le·la propriétaire à l'entrée dans le logement et **se porte gratuitement caution** vis-à-vis du·de la propriétaire bailleur·esse pour le paiement du loyer et des charges locatives.

L'avance LOCA-PASS est sans intérêt et son remboursement doit commencer dans les 3 mois suivant l'avance, à hauteur de **20€ par mois minimum** et **durant 25 mois maximum**.

Elle est accordée pour la résidence principale du locataire.

Pour les jeunes de moins de 30 ans, il y a différentes conditions : être en formation professionnelle, en situation d'emploi, en recherche d'emploi.

Pour les **étudiant·e·s**, il faut obligatoirement **être salarié·e** et pouvoir **justifier d'un CDD d'au moins 3 mois**, ou justifier d'une **convention de stage** d'au moins 3 mois en cours au moment de la demande, ou d'un **statut d'étudiant·e boursier·ère**.

Plus d'informations sur :

- > <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F18490>
- > <https://locapass.actionlogement.fr>

4.4. Fonds de solidarité pour le logement (FSL)

Ces fonds accordent des aides financières aux personnes rencontrant des **difficultés pour assurer les dépenses de leur logement** (loyers, frais de déménagement, assurance du logement...) **et/ou des charges liées au logement** (électricité, gaz, téléphone, eau, etc). Ce fonds accorde deux types d'aides : un prêt ou une subvention.

Il existe un FSL pour **chaque département**. Les critères d'éligibilité au FSL varient selon les territoires, de même que le montant de l'aide, qui varie selon les ressources du foyer. Il peut être attribué à une personne locataire, à une personne propriétaire occupant le logement, à une personne hébergée à titre gracieux, ainsi qu'à des personnes locataires de logement foyer.

Pour en bénéficier, vous devez prendre contact avec **un ou une travailleur·se social·e** : assistant·e·s sociaux·ales, conseiller·ère·s en économie sociale et familiale etc. Vous pouvez les rencontrer généralement au Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de votre mairie, ou dans un point conseil budget. Selon les cas, la démarche doit être faite auprès de la CAF ou des services du département.

Plus d'informations sur :

- > [Quelle aide apporte le fonds de solidarité pour le logement \(FSL\) ? | service-public.fr](http://service-public.fr)

4.5. Comité Local pour le Logement Autonome des Jeunes (CLLAJ)

C'est un **réseau d'association qui permet d'informer et d'orienter les jeunes de 18 à 30 ans** sur toutes les **questions liées au logement** et qui facilite l'accès aux droits par le biais de permanences, de rendez-vous avec des professionnel·le·s ou grâce à différents ateliers. Le site l'Union Nationale des CLLAJ (UNCLLAJ) propose une carte de France regroupant tous les CLLAJ, ainsi qu'un agenda des actions.

Plus d'informations sur :

- > www.uncllaj.org

4.6. Logements à coûts réduits

4.6.1. Logements CROUS

Le réseau des œuvres (CROUS et CNOUS) dispose de 175 000 logements dans toute la France. Ils sont réservés **prioritairement aux étudiant·e·s**

boursier·ère·s, et donnent droit aux allocations de la CAF. Les **montants des loyers sont souvent moins élevés que dans le privé**, et les résidences se situent sur le campus, ou à proximité des lieux d'études (réduction des prix de transport, amélioration de la qualité de vie par la proximité). Ces logements offrent une certaine garantie pour les étudiant·e·s : loyers fixes (non soumis à la taxe d'habitation), les charges comprenant l'eau chaude et froide, l'électricité et internet sont intégrées au loyer.

Ces logements sont aussi **ouverts aux étudiant·e·s des Formations Sanitaires et Sociales**. Pour en bénéficier il suffit de remplir son Dossier Social Étudiant (DSE) entre le 15 janvier et le 31 mai pour l'année universitaire suivante sur www.messervices.etudiant.gouv.fr. Dans certaines situations particulières, vous pouvez vous voir attribuer un logement CROUS sans remplir les conditions nécessaires. N'hésite pas à te rapprocher du service social de ton CROUS pour plus d'informations.

Les CROUS offrent la possibilité de louer un logement dans une résidence universitaire pour des **séjours de courte durée** à compter du 1er janvier de chaque année et s'achevant au plus tard le 31 août. Ça permet notamment aux étudiant·e·s, aux apprenti·e·s ou aux jeunes actif·ve·s de séjourner dans une résidence CROUS lors d'un **stage**, job d'été, examen à passer ou juste pour des vacances dans une autre ville. Pour plus d'informations: [CROUS : hébergements courts séjours](#)

Pour les étudiant·e·s ayant des rythmes rapides de cycle de formation et ayant des stages, il existe le bail mobilité qui est un bail de location plus court et plus flexible. La durée du bail varie de 1 à 10 mois non renouvelable, il est possible de résilier le bail à tout moment sous réserve d'un préavis d'un mois. Aucun dépôt de garantie n'est exigible mais une caution peut être demandée et le loyer est libre et les charges forfaitaires. Il est également possible de bénéficier de la garantie Visale avec un bail mobilité. Si le bailleur·resse et le·la locataire souhaitent continuer la location après expiration du bail mobilité, il·elle·s devront signer un nouveau contrat sous forme de contrat ordinaire de logement meublé.

4.6.2. Logements sociaux

Depuis 2009 une loi a assoupli les conditions d'accès aux **Habitations à Loyer Modéré** (HLM) et permet de **développer l'offre pour les étudiant·e·s**. Ces logements offrent un **loyer beaucoup plus faible que le parc privé**. Elles sont attribuées selon les conditions de ressources (qui elles même dépendent des communes). Les ressources prises en compte sont les revenus fiscaux de référence de l'année N-2.

Leur accès dépend de la composition de la famille de l'étudiant·e, de l'ancienneté de sa demande, mais aussi de ses conditions de logement et des difficultés à faire face aux frais de logement. Pour accéder à un logement social étudiant, il faut s'inscrire sur les listes d'attente (office HLM de la commune ou DDE) et renouveler sa demande chaque année. Ces logements sont attribués aux

personnes de nationalité française ou étrangère ayant un document prouvant la régularité de leur séjour en France.

La demande s'effectue en ligne : [Demande de logement social en ligne \(demande-logement-social.gouv.fr\)](https://demande-logement-social.gouv.fr)

4.6.3. Colocations solidaires

Elles proposent **d'une part un logement, et d'autre part un engagement au service de la collectivité**. Elles peuvent prendre différentes formes : logement avec une personne âgée, dans une résidence universitaire, dans une maison avec d'autres étudiant·e·s engagé·e·s... Ces colocations ne sont pas constituées au hasard mais en fonction des motivations et des affinités.

On retrouve les **KAPS : colocations solidaires par l'AFEV (Association de la Fondation Etudiante pour la Ville)** : elles proposent des actions solidaires propres à chaque département, au service des habitant·e·s d'un quartier pour l'animer avec des projets solidaires. Ces colocations sont présentes dans 30 villes. Ces logements sont également à loyer modéré.

Lien d'inscription : [Colocation Solidaire | Kolocation à Projet Solidaire \(KAPS\) | Afev](https://www.kaps.fr)

Il existe aussi **CoopColoc**, une association qui met en location des logements du parc social, pour un loyer modéré à destination des étudiant·e·s. L'association met également en relation les colocataires entre eux·elles, mais également avec des partenaires locaux pour favoriser l'accès aux droits, l'insertion ou la découverte du monde associatif.

Plus d'informations : <https://www.coopcoloc.fr/>

Il existe également le **logement intergénérationnel** : Ces logements font suite à une mise en relation entre un·e étudiant·e et une personne âgée qui partagent un logement. Ils incluent le fait de partager le quotidien avec cette personne, le but étant de **lutter contre l'isolement social** de nos aîné·e·s, avec pour objectif d'apporter une compagnie bienveillante tout en **partageant les frais** de votre cadre de vie.

Les associations qui proposent des logements intergénérationnels veillent à ce que les profils soient similaires afin de créer des affinités.

Plusieurs associations existent :

- > [Générations & Cultures – Vieillir autrement \(generationsetcultures.fr\)](https://generationsetcultures.fr)
- > [Ensemble2générations France, le réseau de la cohabitation intergénérationnelle.](https://ensemble2generations.fr)
- > [Cohabilis, réseau cohabitation intergénérationnelle et habitat partagé](https://cohabilis.org)

Enfin, il y a **Lokaviz** : C'est un portail mis en place pour aider les étudiant·e·s dans leur recherche de logement auprès des particulier·ère·s. Ce label logement donne l'assurance aux étudiant·e·s d'être logé·e·s décemment et permet aux propriétaires d'afficher leurs biens dans une centrale dédiée au logement étudiant, gérée par les CROUS.

Ce label s'articule autour de 4 axes :

- > Le respect des critères réglementaires définissant un logement décent (en regard de la performance énergétique) ;
- > Le montant du loyer, des charges et des éventuelles prestations ;
- > Le respect des bonnes pratiques en matière de rapports locatifs entre le·la bailleur·esse et le·la locataire ;
- > La localisation du logement, en calculant la proximité avec les établissements d'enseignement supérieur, les temps de trajets en transports en commun ou vélo, les équipements sportifs et culturels à proximité...

Le portail Lokaviz, <https://www.lokaviz.fr>, permet de **chercher un logement CROUS, par ville, par université**. Il propose un annuaire des résidences CROUS, mais aussi des conseils pour les démarches administratives, une FAQ, des liens vers d'autres aides (ALS, CLE, etc)

5. Aide aux frais courants

5.1. Le Chèque Énergie

Le chèque énergie est une **aide au paiement des factures d'énergie** de votre logement. Il permet de payer vos factures liées aux dépenses énergétiques et de financer certains travaux de rénovation énergétique.

Ce chèque permet également de **maintenir votre contrat en cas de difficultés de paiement** durant la période hivernale, d'ouvrir gratuitement votre contrat d'énergie, et avoir un délai supplémentaire pour payer vos factures de gaz ou d'électricité.

Le chèque est envoyé une fois par an, allant de 50€ à 200€ . Pour en bénéficier, le revenu fiscal de référence annuel de votre ménage doit être inférieur à 10 800€ par Unité de Consommation (UC).

Pour mieux comprendre, 1 personne = 1 UC, une 2^{ème} personne = 0,5 UC et toutes les autres personnes supplémentaires = 0,3 UC. Le chèque énergie est adressé, automatiquement, sur la base des informations transmises par les services fiscaux.

Le chèque énergie peut être cumulé au Fonds de Solidarité Logement et aux autres aides attribuées par des organismes tels que les communes, les associations ou la CAF.

Vous pouvez déposer une demande jusqu'au 31 décembre 2026, la campagne de versement a lieu en janvier 2027.

Plus d'informations sur : <https://chequeenergie.gouv.fr/>

5.2. Aide financière pour les factures d'eau

Chaque commune décide si elle met en place une **tarification sociale de l'eau**. Il s'agit d'aider les personnes aux revenus modestes à payer leur facture d'eau. La forme de l'aide peut varier selon la commune ayant mis en place la tarification sociale.

Renseignez-vous auprès de votre **commune** ou de votre **CCAS**.

6. Santé

6.1. Accès aux soins

6.1.1. Services universitaires : SSE, CSU, BAPU

De nombreuses universités disposent d'un **Service de Santé Étudiante (SSE)**. Les consultations y sont **gratuites** et **confidentielles**. C'est-à-dire que les informations ne sont en aucun cas transmises aux instances administratives de l'université.

Les étudiant·e·s y sont souvent convoqué·e·s en début de leurs études pour un **bilan de santé**. Par la suite, l'étudiant·e pourra prendre rendez-vous pour renouveler ce bilan si besoin. L'offre de soins des centres dépend du personnel soignant qui y travaille, mais il est souvent possible de prendre rendez-vous pour :

- > Une consultation en médecine générale ;
- > Une consultation de sage-femme ;
- > Une consultation contraception ;
- > Une consultation diététique ;
- > Un suivi en psychologie ;
- > Un suivi en tabacologie ;
- > Des conseils ou des actes de vaccinations et de dépistages.

Certains **Centres de Santé Universitaires (CSU)** proposent des séances d'ostéopathie, de dépistage bucco-dentaire, un suivi en sophrologie, en relaxation... Le tiers-payant y est pratiqué, et vous pouvez également déclarer un·e de ces médecins comme votre médecin traitant·e.

Le **Bureau d'Aide Psychologique Universitaire (BAPU)** est souvent en lien avec les SSE et CSU. Les consultations y sont **confidentielles, gratuites et le nombre de séances n'est pas limité**, tant que l'étudiant·e en ressent le besoin.

Si vous souhaitez avoir du soutien psychologique, vous pouvez également vous référer à la **Fiche Technique - Dispositifs d'accompagnement à la Santé Mentale et au Bien-Être des étudiant·e·s** disponible sur notre site internet.

[Fiche technique – Dispositif d'accompagnement à la santé mentale et au bien-être des étudiant·e·s](#)

6.1.2. Étudiant·e·s relais-santé

Ces étudiant·e·s sont présent·e·s sur certains campus. Leur rôle est d'offrir un **premier niveau d'information à la communauté étudiante**. Il est parfois plus simple de s'adresser à des pairs, surtout sur des sujets qui peuvent être sensibles. Il·Elle·s ont ainsi un **rôle de médiateur·rice·s entre les étudiant·e·s et les services de santé et de prévention** notamment. Leurs actions de prévention se font dans les universités, ou pendant les soirées étudiantes. Il·Elle·s peuvent vous accompagner si vous avez besoin d'informations, et ont été formé·e·s par l'université pour cela.

C'est une porte d'entrée vers les services de santé universitaires. Tu peux aussi te rapprocher du service de santé universitaire si tu souhaites être étudiant·e relais-santé.

6.1.3. Dispositifs Santé Psy Étudiant et Mon Soutien Psy

Le dispositif **Santé Psy Étudiant** a été mis en place en mars 2021 à la suite de l'épidémie de Covid-19. Il permet à tout·e étudiant·e de l'enseignement supérieur (dont la formation est reconnue par le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche) de bénéficier de **consultations gratuites avec un psychologue, sans avoir à avancer de frais**. Les séances sont renouvelables chaque année pour tous les étudiant·e·s. Depuis le 1er juillet 2024, les étudiant·e·s peuvent bénéficier de **12 séances gratuites** cumulatives avec les séances de Mon soutien psy.

En savoir plus sur le site : santépsy.etudiant.gouv.fr.

Le dispositif **Mon Soutien Psy** permet à toute personne angoissée, déprimée ou en souffrance psychique, de bénéficier de séances d'accompagnement psychologique avec une prise en charge par l'Assurance Maladie. Il existe depuis 2022 et a évolué au 15 juin 2024. En accord avec ton·ta psychologue, au total **12**

séances peuvent être prises en charge par l'Assurance Maladie par année civile et par personne.

Tu peux te diriger vers le dispositif Mon soutien si tu présentes :

- > un trouble anxieux d'intensité légère à modérée ;
- > un trouble dépressif d'intensité légère à modérée ;
- > un mésusage de tabac, d'alcool et/ou de cannabis (hors dépendance) ;
- > un trouble du comportement alimentaire sans critères de gravité.

Les tarifs des séances dans le cadre de ce dispositif sont de 50€ et l'Assurance Maladie prend en charge 60 % du coût des séances (ta mutuelle ou ton assurance complémentaire, finance très probablement à hauteur de 40 % le coût restant des séances. Si tu ne bénéficies pas d'une couverture complémentaire, tu peux, sous conditions de ressources bénéficier de la [Complémentaire santé solidaire](#). Sinon, cette part de 40 % du coût des séances restera à ta charge.)

Les psychologues facturent les séances aux tarifs fixés par l'Assurance Maladie et ils·elles **ne peuvent pas appliquer de dépassement d'honoraires** dans le cadre de ce dispositif.

Important : les tarifs conventionnés et remboursés sont identiques en métropole et dans les territoires ultra-marins.

En pratique : Tu payes directement le·la psychologue après chaque séance ou à la fin de plusieurs séances (selon le choix du·de la psychologue). Il·Elle complète et te donne, après chaque séance ou à la fin de plusieurs séances, la feuille de soins avec les soins payés.

Afin d'être remboursé, il faut transmettre la feuille de soins à ton assurance maladie. Tu seras ensuite remboursé·e par ton organisme d'assurance maladie obligatoire (60 % du tarif de la séance) et si tu en a une par ta complémentaire ou mutuelle (40 % du tarif de la séance).

Plus d'informations sur :

[Mon Soutien Psy : 12 séances remboursées, conditions et accès | info.gouv.fr](#)

6.2. Accompagnement social

6.2.1. Fil santé jeune

Le fil santé jeune est un **numéro d'écoute gratuit** et **anonyme** pour les jeunes de 12 à 25 ans. Ces écoutes téléphoniques sont assurées par des professionnel·le·s de santé, médecins, psychologues, conseiller·ère·s conjugaux·les et familiaux·ales. Il existe également des chats individuels, confidentiels et

anonymes, ou collectifs pour discuter, s'informer et savoir vers qui s'orienter. Il n'y a pas de suivi régulier : à chaque nouvelle connexion, une nouvelle conversation avec un·e professionnel·le de santé commence. Les discussions durent en moyenne 30 minutes pour permettre aux professionnel·le·s de répondre à un maximum de demandes.

Vous pouvez également trouver sur le site des informations sur l'amour, la sexualité, la contraception...

N° de contact : **0800 235 236**, de 9h à 23h.

Plus d'informations sur :

<https://www.filsantejeunes.com/tchat-individuel>

6.2.2. Nightline

C'est un **dispositif d'écoute, de soutien et d'information** géré par et pour la communauté étudiante. Les bénévoles sont formé·e·s et collaborent avec les services psychologiques des établissements partenaires. C'est un dispositif confidentiel, anonyme et sans jugement.

Ouvert de 21h à 2h30 à :

- > Lille (03.74.21.11.11)
- > Lyon (01.85.30.00.10)
- > Marseille (04.95.05.01.86)
- > Normandie (02.79.02.12.87)
- > Paris (01.88.32.12.32)
- > Pays de la Loire (02.52.60.11.12)
- > Saclay (01.85.40.20.10)
- > Reims (03.59.61.55.82)
- > Toulouse (05.82.95.10.11)

6.2.3. Les CROUS

Au-delà de ses missions de logement et de restauration, les CROUS proposent aussi un accompagnement psychologique à travers des consultations téléphoniques avec des psychologues, gratuites et à destination des étudiant·e·s, et un accompagnement social en proposant de rencontrer des assistant·e·s sociaux·ales. Vous pouvez retrouver les informations sur le site du CROUS de votre région.

CROUS Aix Marseille Avignon : Action Sociale/Santé	CROUS Montpellier : Action sociale
CROUS Amiens Picardie : Social	CROUS Nantes, PDL : Accompagnement social
CROUS Antilles et Guyane : Action sociale/santé	CROUS Normandie : Action sociale / santé
CROUS Bordeaux Aquitaine : Aides sociales	CROUS Nice Toulon : Aides sociales
CROUS Bourgogne Franche Comté : Action sociale	CROUS Orléans Tours : Action sociale
CROUS Clermont Auvergne : Aides sociales	CROUS Poitiers : Aides sociales
CROUS Corse : Social et accompagnement	CROUS Reims : Action Sociale
CROUS Créteil : Social et accompagnement Crous Créteil (crous-creteil.fr)	CROUS Rennes Bretagne : Action sociale
CROUS Grenoble : Action sociale/santé Crous Grenoble Alpes (crous-grenoble.fr)	CROUS La Réunion : Action sociale/Santé
CROUS Lille NPDC : Action sociale	CROUS Strasbourg : Action sociale/santé
CROUS Limoges : Action Sociale/Santé	CROUS Toulouse Occitanie : Le service social
CROUS Lyon : Action sociale/Santé	CROUS Versailles : Service social
CROUS Lorraine : Service social	

6.2.4. Collectivités territoriales

D'autres aides pour l'accès à la santé peuvent être disponibles, spécifiques aux étudiant·e·s ou non, selon les territoires. Vous pouvez vous renseigner auprès de votre **fédération étudiante de territoire** ou auprès du **Centre Régional d'Information Jeunesse** dont dépend votre ville.

Vous pouvez également contacter votre CDAS de secteur pour rencontrer un·e assistant·e social·e.

Souvent des **Guides de santé** ou d'**aides sociales** sont mis à disposition pour vous expliquer comment prendre soin de vous grâce aux structures territoriales existantes.

6.2.5. Numéro d'appel national pour les difficultés financières graves

Il s'agit d'un numéro d'appel national pour les étudiant·e·s qui rencontrent des difficultés financières graves. Il a pour objectif de favoriser le **recours aux aides financières d'urgence**.

Le numéro est le suivant : **0 806 000 278**

6.2.6. L'association SPS : Soins aux Professionnels en Santé

Cette association est là pour vous écouter si vous en ressentez le besoin. Elle lutte contre le burn-out, la dépression et les idées suicidaires. Ce service fonctionne **24h/24, 7j/7, est anonyme et gratuit**.

Le numéro vert pour les contacter : **08 05 23 23 36**.

Une application mobile est aussi téléchargeable : asso SPS.

Plus d'informations sur : <https://www.asso-sps.fr/>

6.3. Protections sociales

6.3.1. Protection maladie universelle (PUMa)

C'est une assurance maladie qui permet le **remboursement des soins de santé** selon la "part Sécurité Sociale". Elle concerne les personnes qui ont un emploi **ou** une résidence stable et régulière en France (plus de trois mois ininterrompus). Il est possible de demander la PUMa à partir de 16 ans. Pour en bénéficier il faut en faire la demande en remplissant un formulaire auprès de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie.

Plus d'informations sur :

[Qu'est-ce que la protection universelle maladie \(Puma\) ? | Service Public](#)

[La protection universelle maladie | ameli.fr | Assuré](#)

6.3.2. Complémentaire santé solidaire

La complémentaire santé solidaire est la complémentaire qui permet de vous **rembourser la part complémentaire de vos dépenses de santé** et elle peut couvrir l'ensemble de votre foyer et **ne vous coûte rien**. Vos dépenses de santé vous sont donc prises en charge intégralement dans la limite des tarifs de la sécurité sociale.

Elle permet également de bénéficier :

- > De tarifs médicaux sans dépassement d'honoraire dans le cadre du parcours de soin,
- > Prise en charge du forfait hospitalier journalier,
- > Tiers-payant,
- > Forfait de prise en charge pour les prothèses dentaires, lunettes et aides auditives,
- > Forfait de prise en charge pour certains dispositifs médicaux : cannes, fauteuils roulants ou pansements,
- > Pour les bénéficiaires de la CSS sans participation financière, vous pouvez bénéficier de réductions sur vos billets de train selon les régions.

Plus d'informations sur :

<https://www.ameli.fr/somme/assure/droits-demarches/difficultes-acces-droits-soins/complementaire-sante>

[Complémentaire santé solidaire \(ex-CMU-C\) | Service Public](#)

6.3.3. L'aide médicale d'Etat

L'Aide médicale d'Etat (AME) est un dispositif permettant aux étrangers en situation irrégulière de bénéficier d'un **accès aux soins**. Elle est attribuée **sous conditions de résidence et de ressource**. Une fois attribuée, l'AME est accordée pour un an. Le renouvellement doit être demandé chaque année. L'AME n'est pas applicable à Mayotte.

Plus d'information sur :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F3079>

7. Étudiant·e·s en situation de handicap

7.1. Service handicap d'une université

Si vous êtes en situation de handicap et que vous cherchez à être accompagnée dans vos démarches administratives pour faire reconnaître ce statut, vous pouvez vous adresser au **service social du Centre de Santé Universitaire (CSU)** dont dépend votre centre de formation. Vous y recevrez des conseils et de l'aide dans vos démarches de reconnaissance de droits en santé.

Les **Services Université Handicap (SUH)** accompagnent dans leurs études les étudiant·e·s en situation de handicap, y compris en cas de handicap temporaire. Les SUH ont diverses missions. Les dispositifs varient selon les moyens dont les SUH bénéficient, mais nous retrouvons souvent :

- > Accompagnement au service (orientation post-bac ou reprises d'études),
- > Assistance pédagogique (assistance à la prise de notes, au travail en BU, à la manipulation de l'outil informatique, etc),
- > Aménagement (des examens, de l'emploi du temps...),
- > Accessibilité (accompagnement et installation dans les salles de cours, etc)

7.2. Aides au transport

Lorsqu'un·e étudiant·e en situation de handicap fréquente un établissement d'enseignement supérieur public, ses frais de transport en commun peuvent être pris en charge selon la préfecture dont dépend sa commune.

Liste des préfectures : <https://www.interieur.gouv.fr/Le-ministere/Prefectures>

Si l'étudiant·e ne peut pas prendre les transports en commun du fait de son handicap, ses frais de transport jusqu'à son lieu d'enseignement sont pris en charge. Le transport peut alors être assuré par un tiers ou un transporteur individuel (ex : taxi).

Pour en bénéficier, l'étudiant·e doit présenter un handicap dont la gravité est médicalement reconnue. La demande de prise en charge de ces frais est adressée au ou à la chef·fe d'établissement qui en fera la demande au département.

7.3. Accompagnement au logement

La plupart des CROUS disposent de référent·e·s pour accompagner les étudiant·e·s en situation de handicap à accéder à un logement adapté. Davantage d'informations se trouvent sur le site internet de votre CROUS.

A noter : si vous faites une demande de logement social, vous êtes reconnue comme demandeur·euse **prioritaire** en tant que personne en situation de handicap.

7.4. La Maison Départementale des Personnes Handicapé·e·s (MDPH)

La MDPH reste l'actrice principale à contacter si vous vous trouvez en situation de handicap. En effet, le Service Université Handicap (SUH) demande souvent un avis médical, surtout lorsque cela concerne l'aménagement des examens, pour respecter au mieux l'égalité des chances entre les candidat·e·s.

De plus, les dispositifs mis en place par les SUH n'ont pas vocation à proposer une aide dans les actes de la vie quotidienne : si vous avez besoin d'accompagnement pour les repas, pour un accompagnement pour la toilette ou autre, il faut vous adresser à la MDPH. De même pour les transports du domicile au lieu d'études, c'est au Conseil Régional qu'il faut s'adresser, en partenariat avec la MDPH.

La MDPH propose des services d'assistance sociale pour vous aider dans ces démarches également.

Plus d'informations sur :

[Ouvrir mes droits : rendez-vous avec votre MDPH | handicap.gouv.fr](http://handicap.gouv.fr)

7.5. Aides financières

7.5.1. Allocation d'Education de l'Enfant Handicapé (AEEH)

Un·e **étudiant·e en situation de handicap de moins de 20 ans** peut bénéficier de l'allocation d'Education de l'Enfant Handicapé (AEEH). Cette aide est versée aux parents. Elle peut être accompagnée de compléments fixés, en fonction du niveau de handicap fixé par la Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées (CDAPH).

Pour bénéficier de l'AEEH vous devez :

- > Résider en France de façon permanente,
- > Avoir moins de 20 ans,
- > Ne pas être placé·e en internat avec une prise en charge intégrale des frais de séjour,
- > Ne pas percevoir de revenus supérieurs à 55% du SMIC mensuel soit 960,96 €.

La demande se fait auprès de la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).

Vous pouvez retrouver plus d'informations sur :

[Allocation d'éducation de l'enfant handicapé \(AEEH\) | Service Public](#)

7.5.2. Prestation compensatoire handicap

La prestation de compensation du handicap (PCH) est une aide financière versée par le département. Elle permet de **financer certaines dépenses liées à votre handicap**. C'est une aide personnalisée qui s'adapte à vos besoins. La PCH comprend 5 formes d'aide :

- > Humaine,
- > Technique,
- > Aménagement du logement,
- > Transport,
- > Aide spécifique ou exceptionnelle, animalière.

Son attribution dépend de votre degré d'autonomie, de votre âge, de vos ressources et de votre résidence. La PCH est attribuée à vie si votre état de santé ne peut pas s'améliorer.

Plus d'informations sur :

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F14202>

Pour toucher la PCH, vous devez être dans l'une des situations suivantes :

- > Vous rencontrez une difficulté absolue pour la réalisation d'une activité importante du quotidien (par exemple, entretien personnel). La difficulté est qualifiée d'absolue si vous ne pouvez pas du tout réaliser l'activité ;
- > Vous rencontrez une difficulté grave pour la réalisation d'au moins 2 activités importantes du quotidien. Parmi un référentiel d'activités (par exemple se laver et marcher). La difficulté à accomplir ces activités est qualifiée de grave si vous pouvez difficilement réaliser ces activités ;
- > Vous devez avoir moins de 60 ans pour demander la PCH. Pour les jeunes de moins de 20 ans, il faut bénéficier de l'AEEH pour bénéficier de la PCH.

Il vous faut remplir un formulaire selon votre région de résidence. Votre demande est à faire auprès de votre Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH). Ensuite, la commission des Droits et de l'Autonomie des

Personnes Handicapées (CDAPH) se réunira et donnera une réponse à votre demande dans un délai de 4 mois. Au-delà, la demande est considérée comme rejetée.

D'autres aides financières et aides à domicile peuvent être attribuées. Renseignez-vous auprès de votre Maison Départementale pour le Handicap (MDPH).

7.5.3. Bourses mouvement 100% Handinamique

Le mouvement 100% Handinamique est un mouvement national qui vise à confronter le parcours de formation et d'insertion professionnelle des jeunes en situation de handicap. Leurs bourses ont pour objectif **d'appuyer les parcours de formation vers l'emploi des jeunes en situation de handicap** qui ne trouvent pas toujours de solution de financement pour compenser leurs besoins. Ces bourses ont pour but de répondre à ces besoins, sans se substituer aux dispositifs existants et lancer un message d'encouragement et de soutien aux jeunes en situation de handicap.

Pour prétendre à l'obtention de cette bourse il faut :

- > Être un·e jeune en situation de handicap inscrit·e dans un établissement d'enseignement supérieur ou au lycée en classe de terminale ;
- > Être étudiant·e en situation de handicap souhaitant poursuivre un cursus supérieur (BTS, IUT, CPGE, Universités, Grandes Écoles, CFA...).

Le dépôt des candidatures se fait sur le site internet de la fédération : <https://www.handinamique.org/bourses/>

NB : il existe des spécificités régionales et chaque université a une dénomination particulière pour ce service mais elles usent des mêmes réglementations. Rendez-vous sur le site Internet du relais handicap de votre région et de votre établissement.

8. Aides à la mobilité

8.1. Erasmus +

Erasmus+ est un **programme européen de mobilité** dans les études supérieures. Via ce programme, vous pouvez partir entre 3 et 12 mois dans un pays de l'Union Européenne, différents contrats peuvent être négociés au cas par cas et suivant les différents établissements. Ce programme vous permet de continuer à percevoir votre bourse sur critères sociaux et de toucher une aide à la mobilité internationale. Le montant d'une bourse Erasmus+ varie en fonction du coût de la

vie dans le pays de destination, du type d'échange et de la durée de votre mobilité. Elle est cumulable avec les bourses à la mobilité de votre commune et de votre région.

Chaque établissement d'enseignement supérieur possède ses propres procédures et son calendrier pour les démarches de candidature.

Remarques : Plusieurs universités européennes développent des alliances nommées “partenaires stratégiques” ou “universités européennes”. Ces regroupements favorisent notamment les mobilités étudiantes et les bourses qui leur sont attribuées sont généralement plus conséquentes. Ces partenariats sont propres à chaque université. Vous pouvez vous rapprocher du service relations internationales de votre établissement de formation pour plus d'informations.

Plus d'informations sur : <https://info.erasmusplus.fr/>

8.2. Collectivités locales

Ce sont des aides qui peuvent être délivrées par les collectivités locales (exemple : régions, départements, communautés urbaines, etc.) qui **mettent en place des aides pour les étudiant·e·s de leur territoire**. Ce sont des aides qui peuvent concerner des transports supplémentaires, des bourses, des aides au logement...

Elles sont **très variables**, par leur existence, leurs conditions d'attributions, etc. Alors rapproche toi de tes élu·e·s étudiant·e·s, de ton association locale, de ta FédÉT, de ta mairie, etc, pour en savoir plus !

8.3. Mobilité en France

L'aide à la mobilité Parcoursup est une **aide de 500€ pour les néo-bachelier·ère·s** qui s'inscrivent dans une formation de l'enseignement supérieur, hors de leur académie d'origine.

Conditions :

- > Avoir bénéficié d'une bourse de lycée l'année précédant l'entrée dans les études supérieures,
- > Être inscrit·e sur Parcoursup cette année et avoir confirmé au moins un vœu en dehors de votre académie de résidence,
- > Avoir accepté définitivement une proposition d'admission “Oui” ou “Oui si” pour un vœu confirmé.

Attention : cette aide ne s'applique pas aux étudiant·e·s éligibles à la bourse sur critères sociaux n'ayant pas été boursier·ère·s au lycée

Cette aide est accessible sur Parcoursup, via le volet "Mobilité", après avoir accepté un vœu. L'examen du dossier sera fait par le CROUS de l'académie d'étude, et sera versée au début de l'année universitaire, sous réserve d'avoir validé votre inscription administrative. Elle est cumulable avec la bourse, les allocations annuelles/ponctuelles, ou une aide à la mobilité internationale, ou au mérite.

8.4. Mobilité culturelle et sportive

Un Bus Un Campus est un dispositif pour favoriser le départ en séjour sportif des étudiant·e·s boursier·ère·s, en proposant des séjours accessibles. Cette aide est un programme permettant à l'ensemble des étudiant·e·s, de partir en vacances.

Tous les CROUS ne sont pas partenaires de ce projet chaque année. Vous pouvez vous renseigner sur le site d'Un Bus Un Campus, pour savoir si votre CROUS est partenaire.

[Un bus pour un campus : des vacances sportives pour les étudiants boursiers](#)

Départ 18-25 est un programme d'aide de l'Agence Nationale des Chèques Vacances et du Ministère en charge du Tourisme, permettant aux 18-25 ans ayant de petits revenus, de percevoir une aide pour financer jusqu'à 150€ de leurs vacances.

Pour bénéficier de cette aide, il faut attester d'un revenu fiscal de référence inférieur à 17 280€/an pour une part fiscale, et être étudiant·e boursier·ère, ou bénéficiaire de la Garantie Jeune, ou suivi·e par l'Aide Sociale à l'Enfance.

[Départ 18:25 : le programme d'aide au départ en vacances \(depart1825.com\)](#)

8.5. Mobilité au sein de votre ville étudiante

De nombreuses villes prêtent gratuitement des vélos aux résident·e·s et étudiant·e·s sous présentation d'un justificatif de domicile. Certaines villes appliquent également des tarifs solidaires pour les transports en commun. Pensez à vous renseigner dans votre ville !

9. Aides aux étudiant·e·s en Outre-Mer et internationaux·ales

Un ensemble d'aides pour les étudiant·e·s internationaux·ales est à retrouver ci-dessous :

[Financer son projet d'études en France](#)

Un ensemble d'aides pour les étudiant·e·s des Outre-Mer est à retrouver ci-dessous:

[Aides des régions et des Outre-mer | Étudiant.gouv \(etudiant.gouv.fr\)](#)

9.1. Étudiant·e·s d'Outre-Mer

9.1.1. Aides Communes

Il existe des aides à destination de toute·s les étudiant·e·s d'Outre-Mer sous certaines conditions.

Plus d'informations sur :

[Étudiants des Outre-mer | Étudiant.gouv \(etudiant.gouv.fr\)](#)

9.1.2. Passeport de mobilité-études

C'est une aide au voyage attribuée sur la demande de l'étudiant·e entre la collectivité concernée d'Outre Mer vers la communauté européenne, la métropole ou vers une autre communauté d'Outre Mer.

Ce dispositif ouvre droit à une prise en charge d'**un trajet aller vers le lieu d'étude par année universitaire, et d'un trajet retour vers le département de résidence dès lors qu'un trajet aller a été accordé**. Le montant de l'aide est de 100% du coût du trajet pour un·e étudiant·e touchant une bourse et de 50% dans les autres situations sous conditions :

- > Suivre des études supérieures ;
- > Avoir moins de 26 ans ;
- > Résider dans les territoires suivants : Martinique, Guadeloupe, Saint-Martin, Saint-Barthélemy, Guyane, Réunion ou Mayotte ;
- > Ne pas avoir subi deux échecs successifs aux examens et concours de fin d'année universitaire (sauf dans le cas d'un premier trajet pour sa première année d'étude) ;
- > Être rattaché·e à un foyer fiscal dont le niveau de ressources, défini comme étant le rapport entre le revenu annuel et le nombre de parts, ne dépasse pas 26 631€ sur le dernier avis d'imposition.

La demande se fait en ligne directement sur le site de LADOM :

[Passeport Mobilité Etudes – Ladom](#)

9.1.3. Aides de la Martinique

- > Aides non remboursables [Guide des Aides aux étudiant.e.s](#)
- > Prêt d'études supérieures à taux-zéro : il s'agit d'une aide remboursable à destination des étudiant·e·s âgé·e·s de moins de 30 ans poursuivant leurs études supérieures. Il faut être de nationalité française, être titulaire d'un baccalauréat ou d'un diplôme équivalent, justifier de la qualité d'étudiant·e et être âgé·e de moins de 30 ans. Le montant du prêt va de 1300 à 3500 €.

Vous pouvez faire la demande sur : <https://mesaides.collectivitedemartinique.mq/>

9.1.4. Aides de la Guyane

- > Aides Territoriales aux Étudiant·e·s : [Aides Territoriales aux Étudiants \(ATE\) : la campagne 2026-2027 est ouverte du 3 septembre au 15 décembre 2026](#)
- > [LES AUTRES AIDES FINANCIÈRES - Les Antilles et la Guyane](#)

9.1.5. Aides de la Guadeloupe

- > [Toutes les aides - Région Guadeloupe](#)
- > Aide régionale aux étudiant·e·s : [Aide régionale aux étudiants - Région Guadeloupe](#)

9.1.6. Aides de Saint-Barthélemy

- > Vous pouvez vous rendre au service Vie Scolaire, Jeunesse et Formations auprès de la collectivité pour toute information
- > Une aide à la formation initiale de 1000€ par année scolaire existe.

9.1.7. Aides de la Polynésie française

[Je demande une bourse - Direction de l'éducation et des enseignements \(education.pf\)](#)

- > Aide à la continuité territoriale
- > Aide au logement étudiant : [Aide au logement étudiant / Étudiants - Formation / Démarches administratives / Accueil](#)
- > Allocations d'études sur critères sociaux : [Accueil - Direction de l'éducation et des enseignements \(education.pf\)](#)
- > Dispositif titeti turu ha'api'ira'a : [Dispositif titeti turu ha'api'ira'a | UPE](#)

9.1.8. Aides de la Nouvelle-Calédonie

[Bourses et aides provinciales - Université de la Nouvelle-Calédonie](#)

- > Prix d'excellence
- > Bourses pour la province Sud et pour la province Nord
- > Bourses pour la province des Iles Loyauté
- > Bourses avec affectation spéciale
- > Passeport Mobilité Études : [Le Passeport Mobilité Etudes](#)

9.1.9. Aides de Wallis et Futuna

[https://www.wallis-et-futuna.gouv.fr/content/download/8263/54221/file/200720_Guide des aides Wallis et Futuna.pdf](https://www.wallis-et-futuna.gouv.fr/content/download/8263/54221/file/200720_Guide_des_aides_Wallis_et_Futuna.pdf)

9.1.10. Aides de La Réunion

[Aides & Services - Région Réunion \(regionreunion.com\)](#)

- > Allocation de premier équipement
- > Allocation de première installation
- > Allocation de frais d'inscription
- > Pour les étudiant·e·s en métropole : Allocation de premier équipement, de première installation métropole, aide au voyage

9.1.11. Aides de Mayotte

[ApresBac | Dépôt des dossiers \(cd976.fr\)](https://cd976.fr)

- > Il faut d'abord créer un compte pour accéder à la demande d'aide régionale

9.1.12. Aides de Saint-Pierre et Miquelon

[Bourse étudiante – Collectivité Territoriale – Saint Pierre et Miquelon](#)

9.2. Étudiant·e·s internationaux·les

Certains programmes sont détaillés dans la partie mobilité internationale du guide.

Certaines universités proposent une prise en charge d'une partie des frais d'inscription universitaire. En revanche, depuis 2026, le taux d'étudiant·e·s internationaux·les pouvant être exonéré·e·s a été restreint, ainsi pour la rentrée 2026-2027, seul·e·s 30% peuvent être exonéré·e·s des frais d'inscription. Cela s'inscrit dans un contexte d'une hausse des frais d'inscription pour les étudiant·e·s dit·e·s extracommunautaires. Vous pouvez vous rapprocher des services liés aux relations internationales et à la scolarité pour plus d'informations. Une demande de FSDIE social est également possible (cf. III. D.). Vous pouvez également faire des demandes d'aides ponctuelles auprès du CROUS.

Certaines régions attribuent une bourse aux étudiant·e·s. Pour connaître les démarches vous pouvez vous rendre sur le site de la région où vous allez effectuer votre formation (cf. III. A.).

Il existe des bourses du ministère des affaires étrangères, disponible pour suivre un programme d'étude. Selon les profils, différentes bourses existent :

[Financer son projet d'études en France - Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères \(diplomatie.gouv.fr\)](https://diplomatie.gouv.fr)

Certaines collectivités territoriales peuvent proposer des bourses, ou des aides financières quotidiennes, basées sur critères sociaux, pour faciliter l'accès aux transports en commun ou au logement notamment.