



droits & soutien

rights & support

MES DISPOSITIFS D'AIDE

AIDES SOCIALES, SOLIDARITÉ CONSEILS

SERVICE SOCIAL DES ÉTUDIANTS

Les assistantes sociales du CROUS sont à l'écoute des étudiants et proposent un suivi et accompagnement personnalisé.

Deux aides sont possibles :

- Ponctuelle pour les coups durs
- L'allocation annuelle en cas de changement de situation.

Il est préférable de prendre RV :
> mesrdv.etudiant.gouv.fr

NB : Des aides spécifiques existent à Grenoble INP et Sc.Po Grenoble, se renseigner auprès de sa scolarité.

BOURSE & LOGEMENT SOCIAL ETUDIANT :

Dossier Social Etudiant **CROUS**

La Bourse et/ou logement du CROUS sont attribués sur critères sociaux :

- Les revenus de la famille
- Le nombre d'enfants à charge
- L'éloignement géographique.

La demande se fait en ligne entre janvier et mai. On peut simuler son droit à bourse :

messervices.etudiant.gouv.fr

La demande de logement peut se faire en cours d'année universitaire selon les disponibilités.

AIDES AU LOGEMENT

Allocation logement

L'aide au logement de la CAF, la demande se fait en ligne : caf.fr

Les tarifications solidaires

- Le **chèque énergie** est un dispositif d'aide au paiement des dépenses d'énergie (gaz, chaleur, électricité) son montant peut aller de 48 à 277€.

- Le **Fonds de Solidarité pour le Logement (FSL)** peut vous aider en cas de difficulté à régler les factures liées à vos charges de logement.

- **Précarité Energetique** : des guides pratiques, diagnostic et conseils pour des économies d'énergie.

AUTRES AIDES

Retrouvez toutes les aides selon la situation personnelle ou familiale :

> mes-aides.gouv.fr

> campus.univ-grenoble-alpes.fr

BUDGET ALIMENTATION

Les CROUS proposent des repas à 1 € dans les restaurants et cafétérias CROUS. Pour bénéficier de cette tarification, l'étudiant doit **obligatoirement activer son compte Izly**.
> izly.fr

L'AGORAé Grenoble Alpes est une épicerie sociale et solidaire

accessible sur critères sociaux : les étudiants peuvent y trouver des produits alimentaires à -90%.

fb.com/AGORAEUGA

DISTRIBUTIONS ALIMENTAIRES DES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

Génération Précarité

Génération Précarité propose à tous étudiants qui en ont besoin, des distributions alimentaires gratuites au sein des résidence du CROUS.

fb.com/Gprecarite

EMF Grenoble

L'association EMF Grenoble organise des distributions alimentaires à EVE réservées aux étudiants pour un montant de 2€.

fb.com/EMFGrenoble

De nombreux acteurs de l'agglomération proposent des distributions alimentaires. Plus d'infos sur iCampus dans la rubrique Droits et soutien :

> campus.univ-grenoble-alpes.fr

Et sur :

> solidarites-grenoble.fr

SE VÊTIR / S'ÉQUIPER

Pour l'ameublement, l'électroménager, les vêtements, la vaisselle et les livres... Les associations sont incontournables.

> emmaus-grenoble.org

> laremise-asso.org

> ulisse38.com

> isere.croix-rouge.fr

À SAVOIR : Certaines associations étudiantes ou de composantes proposent des équipements à petits prix ou gratuits.

fb.com/Association.IntEGre

fb.com/grandcercle

PRÊT DE MATÉRIEL INFORMATIQUE

Si vous ne possédez pas d'ordinateur ou autre matériel, **signalez-vous rapidement auprès de votre composante**. iCampus avec le soutien de la fondation UGA organise le prêt de matériel informatique longue durée.

BUDGET TRANSPORT

Les transports de l'agglomération grenobloise proposent des **tarifs adaptés à votre situation financière**. Faites évaluer votre quotient familial et bénéficiez d'une tarification réduite

- Pour les réseaux de Tram et bus :

> tag.fr

- Pour la location de vélo :

> veloplus-m.fr

À SAVOIR : Plusieurs associations permettent de trouver un vélo d'occasion à tarifs avantageux.

> campus.univ-grenoble-alpes.fr



campus.univ-grenoble-alpes.fr

04 56 52 85 22 / icampus-accueil@univ-grenoble-alpes.fr



BIEN-ÊTRE ET SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

CENTRES DE SANTÉ INTERUNIVERSITAIRES

Gratuit pour les étudiants, des consultations de médecine générale, et des consultations spécialisées : psychologie, gynécologie, médecine du sport, diététique, sexologie, des conseils et une écoute, des formations en secourisme, un centre de planification.
> centre-sante.univ-grenoble-alpes.fr

PERMANENCES SANTÉ EN RÉSIDENCES

Les infirmières des Centres de Santé Universitaires réalisent des permanences dans les résidences du CROUS. Ces permanences sont **gratuites et sans rendez-vous !**

Ces professionnelles répondront à toutes vos questions sur les nombreux aspects de la santé : **physique, mentale, sexuelle, stress, et tous ces questionnements auxquels vous souhaiteriez avoir une réponse.**

ALPINE - La ligne d'écoute étudiante

Alpine propose aux étudiants de s'exprimer, de discuter par téléphone en soirée. Ils peuvent partager leurs problèmes sans jugement avec d'autres étudiants formés à l'écoute et ainsi rompre l'isolement.

Les appels sont totalement gratuits, anonymes et soumis à confidentialité !

Contact : **04 65 84 44 24**

LES LIEUX D'ÉCOUTE

Sur les campus et dans l'Agglo, des lieux d'écoute gratuits sont mis à disposition des étudiants qui rencontrent des difficultés personnelles.

Plus d'infos sur iCampus dans la rubrique Santé Bien-être :
> campus.univ-grenoble-alpes.fr

PARRAINAGE ET MENTORAT

Des étudiants tuteurs sont formés à des missions de **parrainage ou mentorat entre étudiants** et proposent d'accompagner des étudiants en difficulté dans leur vie étudiante sur des thématiques telles que : **la santé et le soutien psychologique, les aides financières et matérielles, le lien social et les loisirs, informations auprès des étudiants internationaux...**
S'adresser à **sa composante** pour se proposer ou en bénéficier.

PRÉCARITÉ MENSUELLE

Les étudiantes de l'Université Grenoble Alpes peuvent **se procurer gratuitement tampons et serviettes hygiéniques** dans certaines toilettes du campus. Plus d'infos sur iCampus dans la rubrique Droits et Soutien :
> campus.univ-grenoble-alpes.fr

VOS DROITS

En cas de questions juridiques ou de situation de litige, iCampus peut vous apporter un premier niveau de conseil et vous orienter vers des structures gratuites.

Conseils pour le logement

L'ADIL de l'Isère vous apporte un conseil neutre et gratuit sur toutes les questions liées au logement.
> adil38.org

Syndicats et associations étudiantes :

Annuaire iCampus
> campus.univ-grenoble-alpes.fr

Acteurs juridiques

> ordre-grenoble.avocat.fr

Autres acteurs juridiques

D'autres acteurs disponibles sur iCampus dans la rubrique Droits et soutien :
> campus.univ-grenoble-alpes.fr

DISPOSITIF DE SIGNALEMENT

Si vous êtes victime ou témoin de situations illégales : violences sexistes et sexuelles, harcèlement, discriminations, signalez-le aux dispositifs de l'UGA !
> campus.univ-grenoble-alpes.fr

ENTRAIDE ET SOLIDARITÉ

DIGI38

DiGi 38 (Domiciles inter Générations isérois) offre des solutions de cohabitation à moindre frais chez un senior pour lutter contre le sentiment de solitude, permettre aux jeunes de se loger à moindre coût et aux seniors de vivre à leur domicile en toute sérénité.
> digi38.org

Parrainage solidaire

La ville de Grenoble propose une plateforme d'entraide à destination des étudiants
> grenoble.fr/2311-parrainagesolidaire

Solidarités Grenoble

Le site Solidarités Grenoble recense les actions solidaires de l'agglomération (santé, alimentation, logement...)
> solidarites-grenoble.fr



campus.univ-grenoble-alpes.fr

04 56 52 85 22 / icampus-accueil@univ-grenoble-alpes.fr