



Écoute



Stress



Isolement



Sexualité



Interrogations



Addictions



Santé



Confiance en soi

## Écoute et soutien

La question du bien-être est essentielle pour mener ses études dans les meilleures conditions.

Au cours de vos études, vous pouvez ressentir le **besoin d'être soutenu** durant une période de transition, de questionnements ou de détresse, ou encore être à la recherche de moyens pour mieux gérer votre stress.

**N'hésitez pas à venir rencontrer un psychologue pour une écoute bienveillante et du soutien, sans jugement et en toute confidentialité.**

Contacts :

**06 26 27 49 53**  
**ecoute-soutien48@crous-montpellier.fr**



Suivi de DSE



Notifications



Accquittement CVEC



Remboursement CVEC



Calendrier de paiement des bourses

## Bourses et paiement CVEC

Les questions les plus fréquentes concernant votre dossier de bourse (Dossier Social Étudiant) ou la CVEC trouveront des réponses sur le site **etudiant.gouv.fr** (rubrique FAQ).

**Si des questions persistent, n'hésitez pas à contacter directement notre centre d'appels.**

Contact :

**04 73 34 64 14**  
du lundi au vendredi | 11h-19h

### Rappel !

➤ Le dossier de demande de bourse (DSE) se renouvelle **chaque année**

➤ La **saisie du dossier** se fait entre janvier et mai sur **messervices.etudiant.gouv.fr**

➤ Vous recevrez un mail de confirmation de dépôt **ou** de demande de pièces justificatives si le dossier est incomplet



## RELAIS VIE ÉTUDIANTE

➤ **LOZÈRE**

**Les services du Crous près de chez vous**

14 bvd Henri Bourrillon  
48 000 Mende

**Déplacements possibles dans toute la Lozère !**

Logement | Restauration | Bourses | Social | Vie de campus



| [crous-montpellier.fr](http://crous-montpellier.fr)



Logement



Alimentation



Budget



Démarches



Projets



Mobilité



Santé



Vie étudiante

## Service social

Dans le respect du **secret professionnel** (confidentialité), le service social :

➤ **Accueille et écoute** quelle que soit la nature des difficultés

➤ **Informe** sur l'ensemble des dispositifs concernant la vie étudiante

➤ **Accompagne** les étudiants dans leurs différentes démarches auprès des services du Crous, de l'université, des services extérieurs

➤ **Orient**e vers les structures spécialisées

➤ **Aide** à rechercher les solutions aux difficultés d'ordre personnel, familial, social

**N'hésitez pas à venir rencontrer un assisat de service social.**

Contacts :

**06 98 56 62 47**  
**service.social48@crous-montpellier.fr**



Chambre individuelle



Colocation



Tarif social

## Logement Crous

### Vous étudiez à Mende ?

Le Crous propose des chambres en colocation au sein d'une résidence **située 26 avenue du 8 mai 1945**.

#### Chambre privative :

- meublée (lit, bureau, chaise, placard)
- réfrigérateur
- de 175 € à 240 € en fonction de la surface

#### Espaces communs :

- sanitaires
- cuisine équipée
- salle à manger
- coin détente
- extérieur

Connectez-vous directement sur [trouverunlogement.lescrous.fr](https://trouverunlogement.lescrous.fr)



Annonces logements



Annonces emplois



Gestion des annonces

## Petites annonces

### À la recherche d'un logement étudiant ?

#### ➤ [lokaviz.fr](https://www.lokaviz.fr)

Un portail **gratuit** (réservé aux étudiants) proposant des offres de location **au meilleur prix** chez les particuliers dans toute la France.

### À la recherche d'un emploi étudiant ?

#### ➤ [jobaviz.fr](https://www.jobaviz.fr)

Un portail **gratuit** (réservé aux étudiants) proposant des offres d'emploi **compatibles avec vos études**.

Vous êtes **employeur** ou **propriétaire** d'un logement ?

➤ Les équipes du Crous vous accompagnent gratuitement dans la publication de vos annonces.

Contact :

**06 81 68 55 12**  
[lokaviz@crous-montpellier.fr](mailto:lokaviz@crous-montpellier.fr)  
[jobaviz@crous-montpellier.fr](mailto:jobaviz@crous-montpellier.fr)



Repas équilibré



Tarif social

## Restauration sociale

### Vous étudiez à Mende ?

Bénéficiez de l'offre de restauration sociale du Crous au lycée Chaptal :

**1 € boursier | 3,30 € non-boursier**

L'espace restauration est accessible :

- du lundi au jeudi : 19h-19h30
- chaque mercredi : 12-13h

### Comment s'inscrire ?

➤ Présentez-vous à l'intendance du lycée Chaptal, du lundi au vendredi de 9h à 17h30 (sauf le vendredi avant 12h), **avec votre carte d'étudiant ou un certificat de scolarité** 2021-2022 ainsi que, le cas échéant, votre notification de bourse.

➤ Deux cartes vous seront remises : l'une pour l'entrée dans le lycée et l'autre pour le paiement des repas. **Vous devrez charger votre carte la première fois à l'intendance en chèque ou espèces** puis la recharge se fera par internet.



Accueil des étudiants



Événements



Rencontres



Sport



Culture



Associations



Financement de projets



Écoresponsabilité

## Dynamisation de la vie étudiante

Des **volontaires en service civique** vous accueillent pour :

➤ **Vous informer** sur ce qui existe localement, vous orienter vers ce qui vous intéresse, organiser des événements et favoriser les rencontres

➤ Accompagner et financer vos projets visant à **améliorer les conditions de vie des étudiants** dans les domaines suivants **social | santé & bien-être | sport | culture | écoresponsabilité, responsabilité sociétale & citoyenneté**

➤ **Développer les activités sportives** : bilan forme et coaching personnalisé, cours de fitness en ligne, compétitions, challenges...

➤ **Vous informer des bons plans culture** : adhésion gratuite à Yoot, la billetterie à tarifs privilégiés des étudiants (hors BTS)

Contacts :

**06 52 38 17 96**  
[servicecivique@mli48.com](mailto:servicecivique@mli48.com)