



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



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



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
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