



GUIDE DES AIDES

SOCIALES



2024-2025



GUIDE DES AIDES SOCIALES

Tu es étudiant-e en orthophonie, tu ne te sens pas bien informé-e sur les aides sociales existantes ou tu recherches des informations et conseils pour te faciliter la vie ? Ce livret est fait pour toi ! Il regroupe les aides et astuces dont tu peux bénéficier en tant qu'étudiant-e caennais-e dans divers domaines de la vie quotidienne afin que ton année se déroule au mieux.

Pour plus d'informations, n'hésite pas à me contacter. Bonne lecture !

Mis à jour en janvier 2024 par Stéphanie Mechenin, VP Questions sociales

aides.sociales.etoc@gmail.com

SOMMAIRE

BOURSES ET AIDES FINANCIÈRES.....	1
LE LOGEMENT	4
LES TRANSPORTS	8
EMPLOI.....	11
RESTAURATION/ALIMENTATION	12
LA MOBILITÉ.....	15
LES LOISIRS	16

BOURSES ET AIDES FINANCIÈRES

Si tu as des ressources limitées, tu as peut-être le droit à des aides financières adaptées pour t'aider au cours de tes études.

La bourse sur critères sociaux (BCS) de l'enseignement supérieur

Elle permet :

- D'être exonéré des **frais d'inscription universitaire** (CVEC et droits d'inscriptions).
- D'être prioritaire pour l'attribution d'un **logement Crous**.
- D'obtenir une **aide financière mensuelle** proportionnelle à ton échelon (il existe 8 échelons différents).

Les conditions :

- Faire des études supérieures à plein temps dans un établissement reconnu par le ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation (MESRI).
- Avoir - de 28 ans au 1^{er} septembre lors de la première demande de bourse.
- Pas de limite d'âge si l'étudiant est reconnu en situation de handicap par la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH).
- Limite d'âge reculée en cas de parentalité.
- Possibilité d'être bénéficiaire pendant 7 ans maximum.
- Avoir les critères permettant l'attribution d'un échelon.

L'attribution de l'échelon dépend :

- Des revenus bruts des représentants légaux de l'année précédente (figurant sur l'avis d'imposition).
- Du nombre de frères et sœurs à la charge des représentants légaux.
- Du nombre de frères et sœurs dans l'enseignement supérieur.
- De la distance entre le domicile familial et le lieu d'étude.

Les démarches pour obtenir cette bourse : le DSE

Pour obtenir une bourse sur critères sociaux, comme pour demander un logement en résidence universitaire, tu dois remplir un **dossier social étudiant** (DSE).

1/ Tu peux faire une simulation de tes droits sur : <https://simulateur.lescrous.fr>

2/ Tu dois créer ton DSE sur : www.messervices.etudiant.gouv.fr

Avant de te connecter sur la plateforme, il faut que tu prépares :

- L'avis fiscal de tes représentants légaux pour l'année en cours.
Par exemple, pour une demande de bourse pour l'année scolaire 2024-2025, il faut l'avis fiscal de 2023 qui contient les revenus de l'année 2022.
- Ton INE : identifiant national étudiant.
- Un RIB ou un IBAN.
- Tes justificatifs de scolarité et ceux de tes frères et sœurs s'ils sont étudiants dans l'enseignement supérieur.



→ À l'issue de l'étude de ton dossier, il te sera envoyé par mail une notification conditionnelle de bourse à remettre à ton établissement.

Quand faire la demande ?

Il faut faire la demande avant la rentrée universitaire : **entre le 1^{er} mars et le 31 mai 2024**, pour l'année universitaire suivante.

Il faut saisir ton dossier le plus tôt possible car ils sont traités par ordre d'arrivée.

Après la saisie, tu peux toujours revenir dessus pour modifier des informations.

Si ton dossier est accepté, les versements de ta bourse seront effectués au début du mois (ou rétrospectivement pour les dossiers traités après la rentrée universitaire).

Comment faire si tu as dépassé les délais de demande de DSE ?

Il est encore possible de demander une bourse mais ton dossier ne sera pas prioritaire et tu ne pourras pas recevoir tes bourses dès la rentrée.

Il faut alors adresser un dossier au CROUS avant le 31 décembre de l'année en cours (soit le 31 décembre 2024 pour l'année universitaire 2024-2025). Il te sera certainement demandé d'expliquer le motif de ton retard.

Les aides spécifiques allocation annuelle (ASAA)

Elles permettent d'apporter une aide aux étudiants rencontrant des difficultés particulières. Elles existent sous deux formes :

- L'**aide ponctuelle** : en cas de difficultés exceptionnelles et passagères. Elle est cumulable avec les bourses.
- L'**aide annuelle** : en cas de difficultés sur le long terme et non obtention de bourses.

Les conditions :

- Être âgé de moins de 35 ans au 1^{er} septembre de l'année pour laquelle l'aide est demandée (sauf en cas de handicap)
- Ne pas être éligible à la bourse sur critères sociaux (il faut donc avoir fait une demande de BCS et reçu un refus).
- Avoir des grandes difficultés financières s'expliquant par un cas particulier.
- Être étudiant en situation d'autonomie avérée, et ayant un refus de bourse, sans soutien matériel de ses parents.

Les démarches pour obtenir cette bourse

Pour obtenir une allocation annuelle, tu dois contacter le service social du CROUS et prendre RDV avec l'assistant-e social-e en charge de ton secteur d'études.

Ta demande d'aide d'urgence sera examinée par une commission où ton dossier étudiant sera présenté anonymement.

Après l'examen du dossier, la commission émettra ou non un avis favorable sur l'attribution de cette aide. Le directeur du CROUS statuera du montant de l'aide et te préviendra.

→ Plus d'infos : www.etudiant.gouv.fr



Le prêt étudiant garanti par l'État (PEGE)

Les caractéristiques :

- C'est un crédit à la consommation, accordé par la banque pour financer tes études.
- L'État se porte garant, donc tu n'as pas besoin de fournir à la banque une caution ou une preuve de revenus.
- Le montant maximal du crédit ne doit pas dépasser 20 000 €.
- Ton crédit pourra être remboursé en différé après tes études.

Les conditions :

- Être citoyen français.
- Avoir moins de 28 ans.
- Être inscrit à l'université.
- Avoir une assurance de revenus après tes études.

Pour les étudiants, les taux d'intérêt sont avantageux, renseigne-toi auprès des banques partenaires du dispositif PEGE.

Attention : dans certains cas, les banques produisent un nombre limité de PEGE par an !

La carte hello Caen

Elle coûte 10 € par an et permet de bénéficier de réductions sur des magasins partenaires mais aussi des restaurants, des bars, des activités.

→ Plus d'infos : <https://hellocaen.com>



LE LOGEMENT

Les logements CROUS

Les avantages d'un logement CROUS :

- Le loyer est modéré avec toutes les charges comprises (eau, électricité, internet).
- Le logement est meublé et équipé.
- Le logement est à proximité des campus.
- Ils sont éligibles aux aides de la Caf (APL).

Les démarches pour obtenir un logement CROUS

Les procédures sont les mêmes que pour obtenir une bourse : il faut constituer un **dossier social étudiant** → voir page 1.

Les logements CROUS sont prioritairement distribués aux étudiants boursiers mais peuvent être attribués aux non-boursiers.

La colocation

La colocation permet de rencontrer des étudiant-e-s et de louer un logement plus grand à moindre coût car le prix est divisé par le nombre de colocataires.

Il existe des sites permettant de trouver une colocation avec d'autres étudiant-e-s :

- www.appartager.com
- www.lacartedescolocs.fr
- www.leboncoin.com > rubrique « immobilier » > colocation

Les résidences étudiantes privées

Les avantages d'une résidence étudiante privée :

- Elle propose des studios ou appartements meublés, avec des services collectifs inclus dans le prix de la location.
- Elles sont souvent proches des campus.

Cependant, le loyer reste assez élevé et toutes ces résidences ne permettent pas de bénéficier des APL.

Exemple de résidence universitaire privée proche du PFRS :

- Kley Caen - Résidence étudiante : www.kley.fr

Les logements privés et individuels

Si tu décides de prendre un studio ou appartement seul-e et que tu ne veux pas passer par une agence, voici des sites qui proposent des logements :

- www.immostreet.com
- www.leboncoin.fr
- www.lokaviz.fr
- www.entrepaticuliers.com
- www.seloger.com



Pour bien préparer ta recherche de logement, il existe des vidéos réalisées par le CRIJ Normandie reprenant les informations principales à ne pas négliger, que tu peux retrouver sur leur chaîne Youtube : www.youtube.com

Se loger sur une courte période

Si tu dois te rendre à Caen durant une semaine ou bien quelques jours, il existe des services de location qui proposent des logements meublés pour des durées de location variables :

- www.airbnb.fr
- www.sphinx-residences.fr
- www.appartcity.com

N'hésite pas à demander s'il existe un tarif étudiant, c'est souvent le cas mais il n'est pas toujours affiché.

Les aides personnalisées au logement

Les **aides personnalisées au logement** ou **APL** sont attribuées par la Caf afin d'accompagner les étudiants dans leurs démarches de logement.

Le montant des APL est variable, il prend en compte de nombreux critères tels que les revenus personnels de l'étudiant-e, le lieu de résidence, le montant du loyer...

Les APL sont versées directement au propriétaire du logement conventionné ou au Crous. Celui-ci déduit le montant de l'APL du loyer et le ou la locataire payera uniquement la part de loyer qui reste à sa charge.

Si l'étudiant-e a moins de 20 ans et si sa famille perçoit des prestations familiales ou le RSA, un choix doit être fait entre l'APL et ces prestations, les aides ne sont pas cumulables. Dans le cas où l'étudiant-e choisit de percevoir les APL, les prestations familiales ou le RSA sont diminuées ou supprimées (il faut donc calculer si bénéficiaire de cette aide vaut le coup ou non !).

Comment faire ta demande ou une simulation :

- Aller sur le site **Caf.fr** dans la rubrique « faire une demande d'aide au logement ».

Les allocations logement à caractère social

Les **allocations logement à caractère social** ou **ALS** sont aussi attribuées par la Caf à tous les étudiants ne rentrant pas dans les critères des APL.



LA SANTÉ

Le service de santé étudiante (SSE)

Le SSE propose des consultations et/ou un accompagnement dans les domaines suivants :

- Consultation de médecine générale
- Visite médicale pour les étudiant-e-s internationaux,
- Évaluation médico-psycho-sociale
- Handicap : prescriptions d'aménagement de scolarité ou d'examens
- Nutrition
- Prescription d'activité physique adaptée
- Santé mentale – bien-être psychique
- Soins et actes infirmiers sur prescription
- Tabacologie
- Vaccination – certificat de vaccination
- Vie affective et sexuelle

Le SSE pratique le tiers payant intégral ce qui permet aux étudiant-e-s de consulter sans avoir de paiement à effectuer si tu as une mutuelle (pense à prendre ta carte vitale).

Les démarches pour prendre rendez-vous :

→ Par internet : www.unicaen.fr

→ Sur place : au campus 1, situé rue de Bruxelles (près du bâtiment E), rez-de-chaussée, MP 026.

Par téléphone : 02 31 56 52 30.

Le bureau d'aide psychologique universitaire (BAPU)

Le BAPU s'adresse aux étudiant-e-s entre 18 et 28 ans qui ressentent le besoin de recevoir une **aide psychologique**. Il est constitué de psychiatres et de psychologues.

Une partie des séances est prise en charge par la sécurité sociale.

Les démarches pour prendre rendez-vous :

→ Par téléphone : 02 31 26 49 00.

→ Sur place : 10, rue Chanoine Xavier de St Pol, Caen.

Le centre de prévention des maladies infectieuses (CPMI)

C'est un centre gratuit d'information sur la santé sexuelle, de dépistage (du VIH, de l'hépatite B et C, des IST), de vaccination et de diagnostic. Il se situe près de la clinique de la miséricorde.

Les démarches pour prendre rendez-vous :

→ Par téléphone : 02 31 38 51 58.

→ Par mail : cegidd@fondation-misericorde.fr



Le conseil d'aide à l'orientation (CAO)

Le **CAO** est une aide de l'UFR santé, consistant à orienter les étudiants du PFRS vers des soins adaptés. Une permanence est effectuée par deux personnes de la faculté. Tu peux consulter la **plaquette du CAO** présentant tous les dispositifs qui y sont proposés.

Les démarches pour prendre rendez-vous :

→ Par mail à l'équipe du CAO : sante.cao@unicaen.fr



LES TRANSPORTS

Les bus et les trams

Le **réseau Twisto** est composé de 12 lignes principales de **bus** et de 3 lignes de **tramways** circulant entre 5 h 30 et 0 h 30.

Le **Noctibus** passe toutes les 30 min entre 0 h 30 et 6 h le jeudi et toutes les heures à partir de 1 h 00 le vendredi et le samedi.

Les lignes de **bus** desservant le PFRS :

- Ligne 6 (a ou b) : arrêt Cifac mais provisoirement Citis en raison de travaux, renseigne-toi sur Twisto.
- Lignes 5 et 8 : arrêt campus 5 (derrière la fac de pharmacie).

Le **tram** T2 dessert le PFRS (arrêt Citis ou campus 4).

Les tarifs

- Ticket à l'unité, valable 1 heure : 1 € 60
- 10 voyages : 14 €
- Ticket 24 h : 4 €
- Abonnement carte Twisto, pour les jeunes entre 18 et 25 ans :
 - Abonnement mensuel : 27 € par mois
 - Abonnement annuel : 220 € par an

La navette

Pour se déplacer dans le centre-ville de Caen, entre le parc expo et la presqu'île, tu peux prendre une **navette gratuite** qui passe du lundi au samedi de 7 h 30 à 20 h toutes les 15 minutes.

Si tu es dans une rue piétonne, tu dois faire signe au chauffeur pour qu'il s'arrête. Si tu n'es pas dans une rue piétonne, tu dois te rendre à l'arrêt le plus proche.

→ L'application Twisto permet de suivre en temps réel les trajets de la navette.

Le vélo

Le vélo libre-service

Tu as la possibilité d'utiliser les vélos en libre-service aux 23 stations présentes à Caen, 24h/24 et 7 jours sur 7.

Avec un abonnement annuel, tu peux souscrire gratuitement à une option afin de bénéficier d'une assistance électrique pour chaque trajet.

Les tarifs :

- Prix abonnement annuel : 24 € avec la première heure gratuite puis 1 € par heure.
- Prix à la journée : 1 € par heure.



La location de vélo

Tu peux louer un vélo classique ou électrique.

→ Par téléphone : 02 31 15 55 55, prévois ton RIB.

→ À l'agence mobilités Twisto : 51, rue de l'Oratoire à Caen.

- Si tu habites à Caen la mer : prends une pièce d'identité, un justificatif de domiciliation et un RIB.
- Si tu étudies à Caen la mer sans y vivre : prends un certificat de scolarité, une pièce d'identité et un RIB.

Les tarifs :

- 6 mois (renouvelable 1 fois) : 180 €
- 1 an : 300 €

Le parking à vélo

Il existe 5 parkings à vélos (vélopark) sécurisés pour garer son vélo qui sont gratuits pour les abonné-e-s Twisto et coûtent 10 € par an pour les non-abonné-e-s. Ils sont localisés à Quatran, au théâtre, à la gare SNCF, à la place de la Mare et à lfs.

Aide à l'achat d'un vélo

Les aides de la ville de Caen évoluent régulièrement, renseigne-toi auprès de la région Normandie, le département du Calvados, la ville de Caen ou encore les offres de l'État.

Les jeunes de 18 à 25 ans indépendants bénéficient d'une subvention plus élevée.

Le train

La carte avantage jeune 12-27 ans

Cette carte mise en place par la SNCF coûte 49 € et est valable 1 an.

Elle permet de bénéficier :

- De - 30 % sur les voyages toute l'année en 2^{de} et en 1^{ère}.
- De prix plafonnés en 2^{de} classe sur les voyages en TGV et Intercités.
- D'offres de dernière minute.
- Pour les trajets de moins d'1 h 30 = 49 € max
- Pour les trajets entre 1 h 30 et 3 h = 69 € max
- Pour les trajets de plus de 3 h = 89 € max

L'abonnement MAX JEUNE 16-27 ans

La SNCF propose un abonnement MAX JEUNE qui permet de voyager pour 79 €/mois.

Cet abonnement comprend :

- Des billets à 0 €
- Jusqu'à 6 réservations en anticipation
- Annulation gratuite jusqu'au départ.



Trainline

Le site **Trainline** recense les offres de train les plus intéressantes et accepte les cartes de réduction de la SNCF.

Le covoiturage

Pense également au covoiturage, il y a de nombreuses offres permettant de se rendre à Caen sur le site de **Blablacar**.

Les bus

De nombreuses compagnies de bus proposent des trajets vers Caen et alentours au départ de plusieurs villes de France, n'hésite pas à consulter les sites de **Flixbus**, **Blablabus**, etc.

L'aéroport

Pour les plus éloigné-e-s de Caen, il est possible aussi de se tourner vers les vols en direction de **l'aéroport de Caen-Carpiquet**, desservi par le bus 3 du réseau Twisto.



EMPLOI

Même si c'est compliqué de combiner petits boulots et études, il existe des contrats compatibles avec la vie d'étudiant-e. Voici des sites qui peuvent servir à trouver des emplois temporaires ou saisonniers.

Les sites de recherche d'emploi

Tous types d'emploi :

- Indeed : www.indeed.fr
- Les emplois proposés par le Crous : www.jobaviz.fr
- La rubrique « annonces » du Crij Normandie : www.info-jeunes-normandie.fr
- En dehors des périodes scolaires : www.jobs-ete.com
- France Travail (anciennement Pôle Emploi) : www.pole-emploi.fr

Les sites de recherches de baby-sitting :

- www.bebe-nounou.com
- www.yoopala.com
- <https://yooopies.fr>
- Pour les bilingues : www.baby-speaking.fr

Sites d'enquêtes et tests de produits :

- www.devenirclientmystere.com
- www.testezpournous.fr
- www.testerdessproduits.fr

Sites d'animation commerciale ou événementiel :

- www.streetpub.fr
- www.hotessejob.com
- <http://accueiljob.com/emploi>
- www.hotessesconnexion.com
- www.marianne-international.fr

De plus, sache que tu n'as pas à faire de déclaration d'impôts si tu as moins de 25 ans et que le montant total de tes revenus annuels se situe en-dessous de 3 fois le montant du SMIC.



RESTAURATION/ALIMENTATION

Les marchés

Les marchés permettent de consommer des produits locaux, de saison et de faire des économies car les prix au kilo des fruits et légumes sont en-dessous de ceux affichés en supermarché.

Les marchés sont ouverts de **8 h à 13 h 30** :

- **Les marchés du mardi** : rue de Bayeux
→ place du Commerce
- **Les marchés du mercredi** : rue de la Défense-Passive
→ avenue Charlemagne
- **Les marchés du jeudi** : place de la Liberté
→ avenue du président Coty
- **Les marchés du vendredi** → place Saint Sauveur
- **Les marchés du samedi** : Boulevard Leroy
→ place Champlain
→ place du Dr Henri-Buot
→ place St Paul (marché bio)
- **Le marché du dimanche** → au port de plaisance

Les épiceries solidaires

L'**AGORAé Caen**, un projet porté par la FCBN, est composé d'un espace d'échange et de solidarité, ouvert à tou-te-s, ainsi que d'une **épicerie solidaire** accessible sur critères sociaux.

Cette épicerie solidaire étudiante est située sur le campus 1 (avenue de Bruxelles, dans la résidence E). Elle propose notamment des produits alimentaires et d'entretien à prix réduits.

Les conditions pour devenir bénéficiaire :

- Avoir un reste à vivre (RAV) quotidien de moins de 7,60 €/jour et correspondre à certains critères sociaux.
- Remplir un dossier qui passe par une commission.

Pour remplir ce dossier il faut se munir :

- De la carte étudiante,
- D'un justificatif de loyer,
- Si tu y prétends, d'une attestation CAF (APL),
- De justificatifs de factures,
- Si tu es boursier ou boursière, de ta notification de bourses,
- Si tu travailles, de tes deux derniers bulletins de salaire.



De plus, l'**AGORAé** organise des animations et des ateliers (cours de cuisine, soirée jeux de société...), à consulter sur le planning de l'**AGORAé**.



Pour plus d'infos :

- www.facebook.com/agoraecaen
- <http://agorae-caen.org>

NB : tu peux devenir bénévole à l'AGORAÉ. Après un petit entretien, tu pourras choisir tes horaires selon tes disponibilités.

La Croix-Rouge française

La Croix-Rouge organise des distributions alimentaires sur dossier. Les distributions ont lieu au 44 bis, boulevard du Maréchal Lyautey, le mardi et le vendredi de 13 h à 16 h 30 et le jeudi de 9 h 30 à 12 h puis de 13 h à 16 h 30.

Le restaurant universitaire

Campus 1 :

- Restaurant A : ouvert de 11 h 15 à 14 h en semaine,
- Cafétaria la parenthèse : ouverte de 7 h 45 à 19 h 30 du lundi au jeudi et de 7 h 45 à 17 h le vendredi,
- Cafétaria l'apostrophe : ouverte de 8 h à 15 h 15 en semaine,
- Cafétaria la croisée : ouverte de 11 h 15 à 14 h en semaine.

Campus 2 :

- **RU Côte de Nacre** : ouvert le midi et le **soir** (de 18 h 30 à 20 h),
- Highland's bar : cafétéria-piano bar ouverte de 7 h 30 à minuit du lundi au jeudi avec possibilité de restauration rapide à toute heure,
- Cafétaria ENSI : ouverte de 8 h à 15 h en semaine,
- Cafétaria Sciences 1 : ouverte de 8 h à 15 h 30 du lundi au jeudi et de 8 h à 14 h 30 le vendredi.

Campus 3 :

- Restaurant IFS : ouvert de 11 h 45 à 13 h 30.

Campus 4 :

- **Restaurant Claude Bloch** : ouvert de 11 h 15 à 13 h 30 du lundi au vendredi et de 12 h à 13 h 15 le samedi.

Campus 5 :

- **Cafétaria du PFRS** : ouverte de 8 h à 15 h 30 en semaine.

Hérouville St-Clair :

- Cafétaria : ouverte de 18 h 30 à 20 h 30.

Les tarifs

- Le repas est à 3,30 € ou à 1 € pour les boursiers-ières.
- Paiement : par CB ou par Izly (carte étudiante et appli mobile).



Faire des économies sur l'alimentation : les applications

Certaines applications luttent contre le gaspillage alimentaire et permettent de racheter les invendus du jour ou les aliments proches de la date de péremption à prix réduits.

- **Optimiam** et **Too Good To Go** : grâce à ces applications, tu commandes des paniers chez des commerçants proches de chez toi, que tu récupères sur les créneaux horaires indiqués.
- **Zéros-gâchis** : cartographie des grandes surfaces qui vendent leurs produits proches de la date limite à des prix cassés. Tu ne peux cependant pas commander en ligne, il faut se rendre dans le magasin.
- **Studhelp** : met en relation les étudiants avec des particuliers prêts à faire des dons alimentaires, dans toute la France.



LA MOBILITÉ

L'aide à la mobilité Parcoursup

C'est une aide pour les futur-e-s étudiant-e-s qui entrent dans l'enseignement supérieur en dehors de leur académie de résidence. Elle s'élève à 500 €.

Pour pouvoir en bénéficier, il faut :

- Avoir été bénéficiaire d'une bourse de lycée en terminale,
- Être inscrit sur Parcoursup,
- Accepté définitivement une proposition d'admission, en dehors de son académie de résidence.

Les Pass monde région Normandie 15-30 ans

Caractéristiques

Cette aide, allouée par la Région Normandie, est une aide financière aux projets de mobilité internationale à l'étranger et vient en complément d'autres aides et/ou de l'apport du bénéficiaire.

C'est une aide de départ entre 200 et 400 € selon la destination puis une aide hebdomadaire de 40 €.

Il existe plusieurs types de pass : pour effectuer des stages c'est le Pass monde études supérieures, le Pass monde volontariat est réservé comme son nom l'indique aux volontariats, et, pour monter des projets, il faut se tourner vers le Pass monde initiatives.

Les conditions pour bénéficier du Pass monde études supérieures

- Étudier dans un établissement étranger ou faire un stage à l'étranger.
- Avoir entre 15 et 30 ans.
- Disposer d'un foyer fiscal en Normandie.

→ Pour plus d'infos et pour réaliser ta candidature dématérialisée, rends-toi sur le site de la région Normandie : **www.normandie.fr**



LES LOISIRS

La carte Atouts Normandie

La carte **Atouts Normandie** est une carte qui peut être délivrée aux jeunes entre 15 et 25 ans résidant ou étudiant en Normandie. Elle offre des avantages culturels, sportifs, artistiques, des formations...

Son coût est de 10 €. Ensuite, ton compte est crédité de ses avantages qui sont nominatifs et individuels, valables durant toute la saison. Par exemple, pour la saison 2024-2025, les avantages s'utilisent du 1^{er} juillet 2024 jusqu'au 30 juin 2025.

Les avantages

Les adhérent-e-s peuvent bénéficier d'une aide financière de la région pour élaborer des projets collectifs permettant de dynamiser le territoire normand.

Ils bénéficient aussi de :

- 30 € de réduction pour une activité sportive ou artistique,
- 20 € de réduction pour des places de cinéma,
- 30 € pour des places de concerts ou des spectacles,
- 40 € de réduction sur une formation au choix :
 - Brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique (BNSSA)
 - Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur (BAFA)
 - Brevet d'aptitude aux fonctions de directeur (BAFD)
 - Prévention et secours civique de niveau 1 (PSC1)
 - Premier secours en équipe de niveau 1 (PSE1).

Les sorties culturelles

Le mémorial de Caen

→ Tarif étudiant : 5 €.

Le musée des Beaux-arts

La carte « Pass murailles » te donne un accès illimité aux collections permanentes du musée des Beaux-Arts et de Normandie pendant 1 an.

→ Le musée des Beaux-Arts et le musée de Normandie de Caen sont gratuits pour les - de 26 ans, et pour tout le monde le 1^{er} dimanche de chaque mois.

L'abbaye aux Dames et aux Hommes

Des visites guidées de l'abbaye aux Dames sont organisées tous les jours à 14 h 30 et à 16 h, pendant 1 heure. Le plein tarif est de 4 € et le tarif réduit de 2 €.

Les visites guidées de l'abbaye aux Hommes ont lieu du lundi au vendredi à 10 h 30 et 14 h 30. Le tarif de base est de 8 €, il existe des réductions en achetant ses tickets à l'office du tourisme.



En saison, le pass abbaye pour 8 € 50 permet de visiter l'abbaye aux Hommes, aux Dames et d'Ardenne.

Le cinéma

- Le **Café des images** (Hérouville St Clair) et le **Lux** (Caen) sont des cinémas d'art et d'essai qui proposent des films en VF ou en VO.

Au cours de l'année, des soirées à thèmes sur un pays ou sur un réalisateur sont organisées.

→ Tarif ultraréduit moins de 26 ans : 4 € 50

→ Tarif réduit étudiant-e-s : 6 € 50

- Le **Cinéma Pathé** (Rives de l'Orne)

→ Tarif réduit étudiant : 9 € 80 (+ supplément si le film est en 3D).

- Le cinéma à l'**université** : l'amphi Daure (campus 1) accueille de temps en temps des séances de cinéma. Les films sont souvent suivis de débats avec les artistes.

→ Tarif étudiant caennais : 2 €

La bibliothèque Alexis de Tocqueville

Spacieuse et lumineuse, cette bibliothèque connectée aux nouveaux usages est un lieu de partage, d'animations, de rencontre et de détente.

Elle est située 15, quai François Mitterrand à Caen.

Le Zénith de Caen

De nombreux artistes se produisent au zénith de Caen, il reçoit en moyenne 80 manifestations par an dont 70 spectacles.

→ Plus d'infos : www.zenith-caen.fr

Le théâtre de Caen

Une centaine de spectacles est proposée chaque saison, dont de nombreux gratuits.

Le sport

Le SUAPS

Pour une adhésion annuelle de 30 € (gratuite avec Atouts Normandie) au SUAPS, tu as la possibilité de pratiquer de nombreux sports.

L'adhésion te donne accès gratuitement à la piscine du SUAPS (sur les créneaux de baignade tous publics) et aux terrains de badminton (bâtiment H – Campus 1) tous les samedis entre 13 h 30 et 15 h 30.

La piscine

Tarifs de la piscine pour les étudiant-e-s :

- Piscine du chemin vert : 2 €
- Piscine de Grâce-de-dieu : 1 € 50
- Stade nautique Eugène Maes : 2 € 50
- Piscine Montmorency : 2 €



La patinoire

Tarif de la patinoire en période bleue du 6 mai au 30 septembre :

- 4 € 30 avec location de patins

Tarif de la patinoire hors période bleue pour les étudiant-e-s (d'octobre à avril) :

- Sans patins : 3 € 30
- Avec patins : 7 € 50

Autres

Le petit train touristique propose une balade commentée de 45 minutes pour 6 € 50.

Le bateau « la Presqu'île » organise également une balade commentée de 45 minutes sur le Canal de Caen pour 10 €.

Les balades sont possibles du 15 avril au 15 octobre, tous les jours de 14 h à 18 h sur réservation.

