



COMMENT GÉRER SA VIE ÉTUDIANTE :

*Petit guide
pratique des
aides*

*Brochure conçue dans le cadre de l'atelier « vie étudiante »
du séminaire « me projeter dans un monde en évolution »
organisé par l'a.s.b.l. Ose la science*



Aides à la méthode de travail :



Le premier défi quand on découvre la vie étudiante, c'est de s'adapter à une nouvelle façon de travailler et apprendre à gérer une plus grande quantité de matière. Tout le monde passe par là et heureusement il existe de très nombreuses aides à disposition.

- **Cellules d'aides à la réussite** : Des cellules d'aides à la réussite ont été mises sur pied dans la plupart des universités, celles-ci organisent différents ateliers tout au long de l'année et proposent des outils pour aider les étudiants de première année en difficulté.
- **Groupes d'études** : Les groupes d'études sont des groupes créés par les étudiants eux même afin de réviser la matière ensemble et mettre en commun leurs forces.
- **Professeur particulier** : Comme pour le secondaire, il est possible de trouver des professeurs particuliers pour les différentes matières enseignées dans le supérieur. (Superprof.be, ProfesseurParticulier.be, apprentus.be, bouche à oreille, ...)
- **Lieux de travail** : Chaque université ou haute-école propose des lieux d'étude dans des atmosphères calmes ouverts aux étudiants tels que des salles communes, des bibliothèques ou des salles informatiques.
- **Forums ou drives gérés par les autres étudiants de la section** : Dans chaque option, il existe généralement des forums, redit ou autre drives cogérés par les étudiants des différentes années. Ces endroits sont des lieux d'échanges entretenus depuis des années et sont des mines d'informations utiles pour la réussite.
- **Blocus assistés/résidentiels** : Ces deux types de blocus assurent des conditions d'étude optimales à l'étudiant. Le blocus assisté est encadré par un ou plusieurs professeurs spécialisés. Le blocus résidentiel quant à lui propose à des étudiants motivés de se rassembler dans un lieu paisible et propice à la concentration le temps du blocus.
- **Le tutorat/parrainage** : Le tutorat/parrainage peut être mis en place dans certaines institutions et lie un nouvel étudiant avec un professeur ou assistant (tutorat) ou un plus ancien étudiant (parrainage) afin que ce nouvel étudiant puisse avoir une personne ressource pouvant l'aider face aux problèmes d'intégration ou d'étude.
- **Coaching** : Le coaching scolaire est une forme de soutien qui accompagne les élèves dans la recherche de leurs ressources personnelles par le biais d'un coach les soutenant. <https://ijbxl.be/listing/soutien-scolaire/>

- **Exercices et vidéos thématiques** : Les plateformes vidéo telles que YouTube sont aussi une ressource très adaptées aux étudiants désireux d'apprendre par eux-mêmes ou de revoir la matière sous un angle différent de celui donné par leur professeur.
- **Groupes d'étude** : Ces groupes sont idéaux pour sociabiliser tout en étudiant dans une ambiance conviviale et studieuse.



Aides Financières :

De nombreux étudiants sont à un moment donné confrontés à des difficultés financières liées au coût de la vie étudiante (minerval, prix du matériel, logement, transport...). Là encore plusieurs aides sont disponibles.

- **CPAS** : Si tu es étudiant, tu peux demander à obtenir [le RIS sous le statut d'étudiant](#). Dans ce cas, le CPAS estime que tu ne peux pas chercher activement un travail comme tu poursuis des études. (<https://ijbxl.be/droit/les-aides-du-cpas/>)
- **Service social de ton Université ou de ta Haute École** : Si tu rencontres des difficultés financières, tu peux également t'adresser à ces services qui pourront t'aiguiller sur les meilleures aides adaptées à ton cas.
- **Bourses d'études accordées par la fédération WB** : Pour bénéficier d'une allocation d'études dans l'enseignement supérieur, les conditions d'octroi dépendent des études poursuivies, des revenus de toutes les personnes reprises sur la composition de ménage, des revenus cadastraux et des loyers bruts et de la nationalité. (<https://allocations-etudes.cfwb.be/>)
- **Bourses spécifiques** : Il existe des bourses spécifiques pour certains profils. Par exemple :
 - Milieux modestes : <https://kbs-frb.be/fr/boost>
 - **Bourse Wernaers** vient en aide aux étudiants de l'enseignement supérieur en comptabilité ou en musique
 - Fondation l'estacade : pour les étudiants des conservatoires
- **Réduction de minerval** : Il est possible, selon certains critères, de solliciter une réduction des droits d'inscription auprès du service social de ton établissement. Cela va dépendre de l'âge, la nationalité, de conditions financières des situations familiales ou professionnelles particulières. (<https://mesetudes.be/commencer-des-etudes/cout-des-etudes/existe-t-il-des-aides-financieres-bourses>)

Site reprenant les aides : <https://aides-etudes.cfwb.be/>

Aides au logement :



Trouver un kot pratique et abordable est une première étape importante pour l'entrée dans la vie étudiante et peut s'avérer être un véritable casse-tête.

- **L'A.I.S.E. (agence immobilière sociale étudiante)** : En région de Bruxelles-capitale, il existe une agence immobilière sociale uniquement pour les étudiants : **L'AISE**. Si tu réponds à leurs conditions, tu peux alors bénéficier d'un logement pour un **prix avantageux**.
- **Le service d'aide au logement de ton institution** : Lorsque l'Université ou la Haute École possède des logements, **les étudiants de condition modeste peuvent bénéficier d'une priorité** dans leurs attributions avec dans certains cas, une réduction de loyer.
- **Les réseaux sociaux** : Si tu es à la recherche d'un logement étudiant à un prix abordable ou simplement à changer de logement, en dehors de sites immobiliers classiques Facebook reste une grande source de petites annonces de toutes les villes estudiantines.



Aide pour une vie plus saine :

Le rythme des cours, la vie sociale, le blocus, ... la vie d'un étudiant est bien remplie et sa santé est parfois mise à rude épreuve. La plupart des institutions garde un œil attentif à la santé de ses étudiants

- **Carte sport** : chaque université wallonne ainsi que certaines hautes-écoles proposent à ses étudiants une carte sport qui leur permet d'accéder aux infrastructures sportives universitaires et à des activités et cours organisés.
- **Équipes sportives universitaires** : les différentes institutions de la fédération Wallonie-Bruxelles offrent la possibilité à leurs étudiants de former des équipes sportives et de participer à des championnats universitaires dans un grand panel de disciplines. Un bon moyen de sociabiliser tout en prenant soin de sa santé.
- **Too good to go** : Application mobile antigaspi qui met en contact des établissements qui vendent des aliments ou des repas avec des personnes intéressées par l'acquisition du surplus de nourriture qui n'a pas été vendu, mais encore propre à la

consommation. De plus en plus d'établissements adhèrent à ce système et peuvent ainsi proposer à la vente des produits de qualité qu'il leur reste à prix réduit

- **Frigos partagés** : Les frigos partagés/solidaires sont des frigos laissés à dispositions de tous durant certains moments de la semaine. Ceux-ci sont remplis par des bénévoles ou des étudiants avec des produits en surplus, invendus ou donnés. Cette initiative a pour but de lutter contre la précarité alimentaire.
- **Service santé et bien-être** : certaines institutions possèdent un service dédié à la santé de leurs étudiants. Ces services font la promotion des bonnes pratiques pour une vie saine et équilibrée et propose tout un tas de trucs et astuces pour rester en bonne forme physique.

Aides Psychologiques :



Le stress lié aux études amène de nombreux étudiants à vivre des moments difficiles psychologiquement.

- **Cellules d'aides des universités et hautes écoles** : Les universités et hautes-écoles proposent un service d'écoute mais aussi parfois un véritable suivi psychologique
- **Centres de planning familial** : Les centres de planning familial disposent de psychologues disponibles pour traiter de tout sujets.
- **Les MADO (maison de l'adolescence)** : Les maisons de l'adolescence sont un lieu d'accueil, d'écoute, de prise en charge, d'aide, de soutien, d'information et d'orientation. Ce service s'adresse aux jeunes âgés de 11 à 25 ans.

Aides autres :



- **Cercles étudiantins** : En dehors des fêtes et de la vie nocturne, les cercles étudiantins sont aussi idéaux pour sociabiliser dans ce nouvel environnement. Étant composés d'étudiants issus de toutes les années d'études, les cercles permettent aussi d'obtenir de nombreux conseils pour la réussite des études.
- **Kots à projet** : Un kot à projet est une résidence étudiante dans laquelle les colocataires montent un projet en mettant leurs compétences en commun. Ces endroits sont des lieux idéaux pour sociabiliser, partager sur ses passions et aussi s'évader de la pression des études.

Pour plus d'infos, les liens utiles :

Site de la FWB : <http://www.enseignement.be/>

Site national pour la formation : [Formation | Belgium.be](http://Formation|Belgium.be)

Site officiel de l'enseignement supérieur : <https://mesetudes.be/>

AISE : <https://www.aise-svks.brussels/>

Soutien scolaire : <https://ijbxl.be/listing/soutien-scolaire/>

Aides CPAS : <https://ijbxl.be/droit/les-aides-du-cpas/>

Too good to go : <https://www.toogoodtogo.com/fr>