

► Guide de ma vie étudiante





Bienvenue à l'Université Bordeaux Montaigne



Linkedin/Université Bordeaux Montaigne



Instagram/UBMontaigne



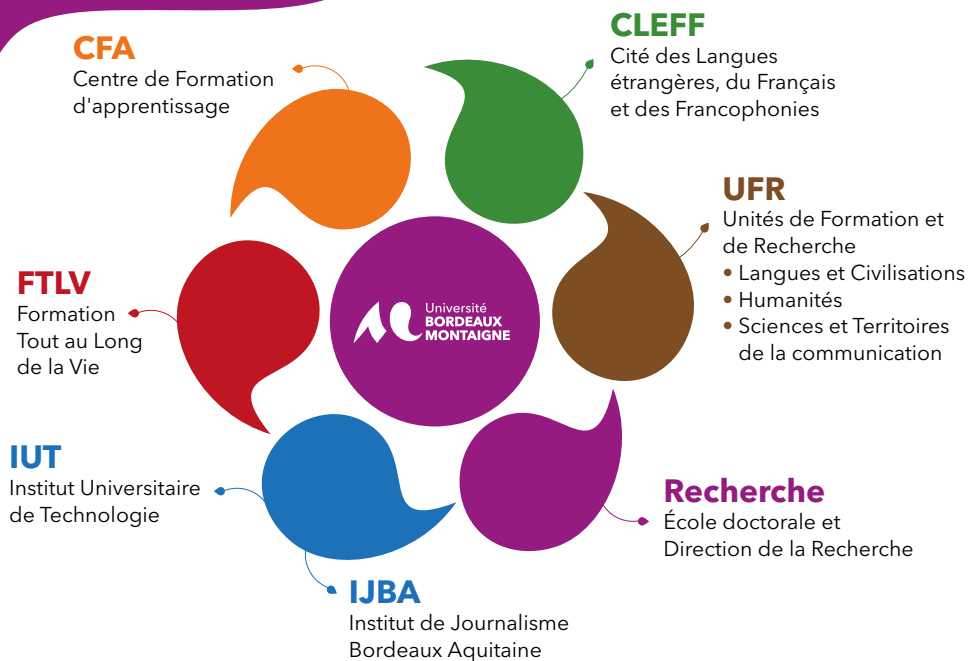
Bluesky/UBMontaigne





Sommaire

► Mon starter pack	7
• Ma carte étudiante	8
• Récupérer ma carte Aquipass (et la mettre à jour)	8
• Ma scolarité en un clic	9
• Statuts étudiants, aménagements d'études et valorisation de l'engagement	10
• Mes outils numériques	11
• Les bibliothèques de l'université : où et quoi ?	14
► Ma santé	17
• Secours aux personnes et Service PHSE	18
• Espace Santé Étudiant	20
• Pôle Handicap	21
► Mes aides	23
• Cellule de signalements	24
• Aide sociale, juridique ou financière	25
► Les services pour mes études	27
• La DOSIP : Orientation, stages, job étudiants... ..	28
• Étudier à l'étranger	30
• Le pôle Mobilité étudiante	30
• TANDEM : parrainage des étudiant-e-s internationales-aux	31
► Ma vie étudiante	33
• Le sport à l'université : liberté, plaisir, santé !	34
• Exprime ta créativité avec le Service Culture !	35
• La CVEC, c'est quoi exactement ?	36
• La vie associative étudiante	37
• Répertoire des associations étudiantes	38
► Vie pratique	41
• Se restaurer sur le campus	42
• Se déplacer facilement sur et autour du campus	43
• Se loger	44
• Nature et détente sur le campus	47
• Contacts d'urgences	51



► **3 unités de Formation et de Recherche - UFR, de la licence au master**

UFR LC - Langues et Civilisations

Espace Accueil / Bureau A 109

📍 Bâtiment A / 1^{er} étage

UFR STC - Sciences et Territoires de la Communication

- Géographie et aménagement • Tourisme • Information-communication
- Journalisme

Bureau Accueil / Bureau G 110

📍 Bâtiment G / 1^{er} étage

UFR Humanités

- Arts • Arts plastiques • Arts du spectacle • Design • Musicologie
- Histoire de l'art et archéologie • Histoire • Humanités • Lettres
- Philosophie

Bureau Accueil / Bureau I 217

📍 Bâtiment I / 2^e étage



► Comprendre mon emploi du temps



« Je dois aller en K205 ? En ACC105 ? »

Pas de panique.

Les codes de salles suivent une logique simple.

Comment lire une salle ?

Exemple : **K205**



K / Le bâtiment



2 / L'étage



05 / Le numéro de salle

Donc :

001 / Rez-de-chaussée

101 / 1^{er} étage

205 / 2^e étage

Quelques bâtiments à connaître



ACC / Bâtiment Accueil



ADM / Administration



BUDL / Bibliothèque Universitaire Droit Lettres



BRM / Bibliothèque Rigoberta Menchú



MDE / Maison des étudiant·es



MDA / Maison des Arts

Les bâtiments par zones

► Flora Tristan

A / B / C / D / E / F / G

► Rosa Bonheur

H / I / J / K / L / M



Université
**BORDEAUX
MONTAIGNE**

ACCUEIL





Mon Starter Pack

► Ma carte étudiante



Ta **carte Aquipass**, c'est la preuve que tu fais officiellement partie de l'Université Bordeaux Montaigne. Elle est indispensable au quotidien, elle te permet notamment de :

- passer tes examens,
- emprunter des livres à la bibliothèque universitaire,
- imprimer tes documents.

Grâce à **Izly**, le système de paiement sans contact intégré, ta carte devient aussi ton alliée dans les services du CROUS.

► Avec Izly, tu peux :

- bénéficier du tarif étudiant dans les restaurants universitaires et Crous market,
- payer ta lessive dans les laveries des résidences,
- payer dans les distributeurs automatiques de boissons et encas salés ou sucrés.

Pour activer ton compte Izly, rends-toi sur **izly.fr** dès que possible.

► Récupérer ma carte Aquipass (et la mettre à jour)

Première année à l'université : remise pendant la semaine de pré-rentree des Licence 1 ou la semaine de rentrée à l'accueil général de l'université, puis dans votre UFR.

Années suivantes : La carte est automatiquement mise à jour lors de ta réinscription. Il faut **changer le sticker de l'année en cours** en passant à l'accueil de ton UFR.

► À savoir

Ta carte étudiante ne sert pas qu'à la fac. Elle te donne aussi droit à **des réductions un peu partout** : N'hésite pas à la montrer !

► Ma scolarité en un clic

Tu disposes d'un **dossier étudiant en ligne**, accessible à tout moment, qui te permet de retrouver rapidement toutes les infos importantes.

Tu y trouveras notamment :

- ton certificat de scolarité,
- les démarches pour recevoir ton diplôme,
- les demandes liées au handicap ou à l'aménagement des études,
- les formulaires utiles pour ta scolarité,
- ton relevé de notes,
- le formulaire pour déclarer une absence en période d'évaluation.

Absence à une évaluation

Tu as une semaine pour déclarer ton absence en ligne, si tu as manqué une séance de contrôle continu ou un examen terminal.

Tu devras :

- remplir un formulaire dédié,
- indiquer la période concernée,
- Joindre un justificatif (arrêt maladie, etc.).



Pour les boursiers et boursières, ta présence aux épreuves est obligatoire. En cas d'absence injustifiée, le versement peut être suspendu et tu pourrais devoir rembourser ce que tu as perçu.



Une question ?

Bouton SOS Scolarité sur le site étudiant !

Accueil au public de la Scolarité

📍 Bâtiment ACCUEIL / 1^{er} étage

🕒 9h-11h30 / 13h30-16h

► Statuts étudiants, aménagements d'études et valorisation de l'engagement

Tu exeres une activité professionnelle, bénévole, artistique ou sportive, le dispositif d'engagement étudiant te permet de mieux concilier parcours académique et engagement.

- Un aménagement de leur emploi du temps des travaux dirigés.
- Un aménagement des examens dans le cadre du régime spécial d'études.
- Un aménagement dans la durée du cursus (ex : une année de licence en deux ans).
- Valorisation de l'engagement en obtenant des points bonus sur la moyenne de l'année.

Pour qui ?

Les étudiant·e·s engagé·e·s dans une des activités ou engagements suivants :

- bénévole au sein d'une association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901,
- élu·e étudiant·e dans les conseils de l'université ou en dehors (ex. Conseil municipal de jeunes, CROUS, etc.),
- entrepreneur·e (porteur de projet professionnel ou associatif),
- salarié·e ou indépendant·e (minimum 10 heures par semaine),
- sportif de Haut et Bon Niveau - SHN,
- artiste reconnu·e par le statut artiste de l'université,
- militaire dans la réserve opérationnelle ou des missions dans la réserve opérationnelle de la police nationale,
- sapeurs-pompiers volontaire,
- service civique.

► À savoir

Ton engagement peut être valorisé et t'apporter jusqu'à **0.4 point bonus sur ta moyenne**. Pour cela, **inscris-toi avant le 20 novembre**.

Formulaire à adresser à :

✉ engagement-etudiant@u-bordeaux-montaigne.fr

Tu auras ensuite un rapport à compléter au mois d'avril sur ton engagement de l'année.

► Mes outils numériques

Le site étudiant <https://etu.u-bordeaux-montaigne.fr> est ton point d'entrée incontournable pour la vie universitaire.

- **Messagerie CARBONIO** : prenom.nom@etu-u-bordeaux-montaigne.fr, pour échanger avec tes enseignant·es et les services administratifs.
- **Emploi du temps HYPERPLANNING** : pour ne manquer aucune séance et planifier tes révisions.
- **Cours en ligne E-CAMPUS** : pour consulter les supports de cours, déposer des travaux et suivre les modules en ligne.

L'application mobile **UBMontaigne** regroupe ces mêmes outils. Tu reçois des notifications dès qu'il y a une nouveauté : annonce de partiels, résultats, documents à télécharger, changements de salles, annuaire de l'université, emprunts en bibliothèque, etc.

Accès Wi-Fi

Deux réseaux Wi-Fi sont disponibles sur le campus :

- 🔑 **Eduroam** : idéal si tu as déjà paramétré eduroam dans une autre université.
- 🔑 **Ubmontaigne** : réservé aux membres de l'Université Bordeaux Montaigne.

Pour configurer l'un ou l'autre réseau, connecte-toi à ton espace étudiant et suis la procédure indiquée dans la rubrique dédiée au Wi-Fi.

Pense à avoir ton identifiant et ton mot de passe de l'université à portée de main.

► Pour configurer l'un ou l'autre réseau

Connecte-toi à ton espace étudiant et suis la procédure indiquée dans la rubrique dédiée au Wi-Fi.

Pense à avoir ton identifiant et ton mot de passe de l'université à portée de main.

Besoin d'un matériel numérique, d'un ordinateur ou d'une salle ?

Espace numérique

📍 Bâtiment K103 / 1^{er} étage

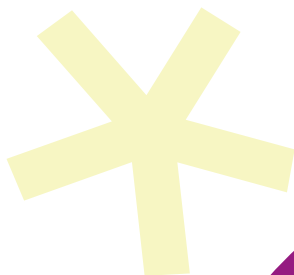
🕒 8h-20h

☎ 05 57 12 62 62

- ▶ **Ordinateurs équipés** de logiciels variés : Microsoft Office, LibreOffice, la suite Adobe Photoshop, InDesign, etc.), Gimp, VLC, CamStudio, logiciels de cartographie...
- ▶ **Salles de travail collaboratif** : pour organiser un *brainstorming* ou réviser à plusieurs sans déranger la Bibliothèque Universitaire (BU).
- ▶ **Matériel empruntable (sur réservation)** : ordinateurs portables, appareils photo, caméras...
- ▶ **Home studio** : un espace dédié pour filmer et monter tes propres vidéos (interviews, vlog, tutoriels...).
- ▶ **Moniteurs** (référents numériques) : des étudiant·es formé·es pour t'accompagner sur les outils numériques de l'université.

? Un PROBLEME ou un PROJET ?

N'hésite pas à passer les voir !



Impressions et copieurs

Des copieurs sont en libre accès pour scanner, photocopier et imprimer vos documents. Le paiement s'effectue grâce à votre carte **Aquipass** et son compte **IZLY** rechargeable :

- 📌 dans les **bibliothèques**
- 📌 à l'**Espace numérique** / Bâtiment K / 1^{er} étage
- 📌 au **Pôle Production imprimée** (PPi) / Bâtiment G / Rez-de-chaussée

Les tarifs :

- 💾 A4 N/B : 6 centimes la copie
- 💾 A4 couleur : 15 centimes la copie

Impression de votre mémoire/thèse, livret, affiches, flyers... Rendez-vous à l'imprimerie de l'université !

Pour un projet spécifique, les équipes du **Pôle Production Imprimée** (PPi) t'aideront à obtenir un rendu professionnel.

Les tarifs :

- 💾 A4 N/B : 2 centimes la copie / A4 couleur : 7 centimes la copie
- 💾 A3 N/B : 4 centimes la copie / A3 couleur : 14 centimes la copie

• Besoin d'aide ?

Découvrez les nombreuses fiches d'aide en ligne et l'espace d'échange.

► Les bibliothèques de l'université : où et quoi ?

📍 Sur le campus de Pessac

- **BU Lettres et Sciences humaines**
Bâtiment BU Droit-Lettres (BUDL) / 2^e étage
- **BU Rigoberta Menchú (BRM)**
Bâtiment Flora Tristan / Rez-de-chaussée
- **Bibliothèque Robert Étienne**
Au cœur de la Maison de l'Archéologie

📍 À Bordeaux centre

- **Centre de ressources Montaigne (IUT/IJBA)**
Tout près de la place Renaudel

Ce que les BU te proposent (en plus des bouquins)

- **Salles de travail** (individuelles ou en groupe), **réservables via l'application AFFLUENCES**.
- **Postes informatiques**, photocopieurs et **impression en libre-service**
- **Prêt de petit matériel** (chargeur smartphones ; casques audio, connectiques...).
- **Espaces de convivialité** à l'entrée pour faire une pause entre deux révisions.
- **Animations culturelles** tout au long de l'année (expos, rencontres, projections...).
- **Accompagnement personnalisé** et moments « **Pauses Doc** » pour mieux s'orienter dans les ressources.
- Et même un **club de lecture**.

Des BU connectées et vivantes

Retrouve toute leur actu (nouveau, horaires, événements...) sur :

 Instagram : **@bubmontaigne**

  Facebook & Bluesky : **Les BU de Montaigne**

 Et le site web : **ubxm.fr/bu**





 **Ma
Santé**

► Secours aux personnes et Service PHSE

Un premier secours

correspond à une intervention rapide réalisée lorsqu'une personne présente un malaise, une blessure ou une situation pouvant mettre en danger sa santé ou sa sécurité immédiate.

Il veille à ce que le campus reste un espace serein pour tout le monde.

Le service Prévention, Hygiène, Sécurité et Environnement (PHSE) veille à la sécurité des personnes, à la prévention des risques ainsi qu'au bon fonctionnement des dispositifs de sécurité sur l'ensemble du campus. Il s'assure que le campus reste un espace serein pour tout le monde.

En cas d'urgence ou de besoin de premiers secours sur le campus, le service PHSE intervient en première instance grâce à son équipe de sécurité interne. Les agents assurent le secours et l'assistance à personne, sécurisent la zone si nécessaire et coordonnent l'intervention des secours extérieurs lorsque la situation l'exige.

Le service est joignable du lundi au vendredi, de 8h à 21h30, et le samedi de 8h à 20h.

Secours aux personnes au **05 57 12 21 21**

Quels cas nécessitent l'intervention
de nos équipes de premiers secours ?

Détresse physique ou psychologique

Une perte de connaissance

Difficultés à respirer

Douleur dans la poitrine

Une blessure

Une chute

Une brûlure

Un malaise

Une plaie

Saignement important

Lors de ton appel, pense à préciser :



► Espace Santé Étudiant

Ce lieu permet d'accéder facilement à des soins adaptés, sans avance de frais (tiers payant).

📍 **Où ?** Domaine universitaire,
22 avenue Pey-Berland, 33600 Pessac, à 10 minutes à pied du parvis

🚊 Tram B : Arrêt **Doyen Brus**

☎ 05 33 51 42 00 / ✉ ese@u-bordeaux.fr

🌐 santé-etudiants-bdx.fr

📅 **Prise de rendez-vous** via **Doctolib** ou par téléphone

🕒 **Horaires :**

- Lundi au jeudi / 9h-19h
- Vendredi / 9h-17h

Quels soins sont proposés ?

Des professionnel·les dans de nombreuses spécialités – Médecine générale, gynécologie, tabacologie, acupuncture, dermatologie, nutrition, médecine du sport, psychologie – te reçoivent, t'informent et t'orientent pour :

- des consultations de **médecine générale**,
- des soins **infirmiers**,
- pour **adopter une alimentation plus équilibrée** (sans juger tes nouilles instantanées),
- pour parler **contraception, sexualité, cycles...**,
- les **certificats médicaux** pour la pratique sportive, y compris les sports à risques,
- les **aménagements d'études ou d'examens** liés à une situation de handicap ou de santé.

Et aussi, des ateliers bienveillants et des formations

🧠 **Ateliers cuisine** animés par une diététicienne : pour apprendre à bien manger sans exploser ton budget.

🧑 **Ateliers Étuzen** : gestion de son stress et de ses émotions.

🧠 **Formations PSSM** Premiers Secours en Santé Mentale. Pour toi ou pour aider un proche en difficulté.

► Pôle Handicap

Tu rencontres des difficultés liées à un handicap, visible ou invisible ?

Le **Pôle Handicap** t'accompagne dans tes démarches pour :

- **déclarer ton handicap**, de façon confidentielle et sécurisée,
- **identifier tes besoins spécifiques** (aides techniques, humaines, aménagements pédagogiques ou d'examens),
- **mettre en place des compensations adaptées**, en lien avec l'Espace Santé Étudiant et d'autres professionnels.

L'objectif : **garantir l'équité, l'accessibilité et la réussite** de chacun-e.

📍 **Bâtiment Accueil** / Bureau ADM004

☎ 05 57 12 10 70

✉ Sur rendez-vous : handicap@u-bordeaux-montaigne.fr

► Constitution de votre dossier > Ce qu'il faut faire

► Première demande

1. Prenez RDV avec l'espace santé étudiants -ESE- pour avis médical, apporter vos documents médicaux antérieurs.
2. Complétez en ligne le « dossier d'évaluation des besoins » sur le site du Pôle Handicap, en joignant l'avis médical.

► Vous aviez déjà un aménagement à Bordeaux Montaigne l'année dernière ?

- Si votre avis médical est valable pour toute la durée des études, pas besoin de RDV à l'ESE.
- Si l'avis médical est ponctuel, reprendre RDV à l'ESE.

Dans les 2 cas, le « dossier d'évaluation des besoins » est à compléter chaque année.

DATE LIMITE : 30 octobre

- dossier d'évaluation des besoins à renvoyer avec l'avis médical de l'ESE (Espace Santé Étudiant).







**Mes
aides**

Cellule de signalements

Tu es **concerné-e directement**, ou tu as **été témoin** d'un comportement inapproprié ou violent ? Il existe un dispositif d'écoute et d'action, pensé pour t'accompagner avec **respect, confidentialité et bienveillance**.

► Qui peut contacter la cellule de signalement ?

Toute personne étudiant·e ou personnel qu'elle soit victime ou témoin, et ce dans le cadre de ses études.

► Quels types de situations sont concernées ?

Harcèlement moral,
physique ou sexuel

Chantage

Discriminations

Agressions

Cyberharcèlement

Violences sexistes et sexuelles

► Où ces faits peuvent-ils avoir lieu ?



Lors d'un échange universitaire ou d'un voyage d'études à l'étranger.

En cours, en TD, en amphî.

En soirée étudiante.

Ou même à distance (en ligne, réseaux sociaux...).

► La cellule de signalement est là pour toi

Elle propose :

- une écoute attentive, sans jugement ;
- des informations claires sur tes droits et les démarches possibles ;
- un accompagnement, pour que la situation cesse et que tu sois protégé·e.

✉ cellule-signalements@u-bordeaux-montaigne.fr
Permanence d'écoute le **mercredi matin** en salle J007,
Bâtiment Rosa Bonheur

Le défenseur des droits

Besoin d'aide pour faire valoir tes droits ?

Le Défenseur des droits assure une permanence mensuelle, gratuite et confidentielle, sur le campus. Tu peux le solliciter si tu rencontres un problème avec une administration ou un service public, si tu es victime ou témoin de discrimination, ou si tu as besoin d'être accompagné·e dans une démarche liée à tes droits.

Rendez-vous par mail :

✉ francois.lebur@defenseurdesdroits.fr

Aides sociales

Besoin d'un accompagnement ? Les assistantes sociales te reçoivent sur rendez-vous pour t'écouter, t'informer et t'aider si tu rencontres des difficultés personnelles, sociales, administratives ou financières pendant tes études. Les échanges sont confidentiels et couverts par le secret professionnel.

Une aide d'urgence peut être accordée par l'université aux étudiant·e·s. qui rencontrent des difficultés financières.

Pour cela, les étudiant·e·s doivent rencontrer au préalable une assistante sociale et remplir ensuite un formulaire sur le site étudiant.

Infos : **Accueil général**

Permanence juridique

Les Points-justice sont des lieux d'accueil gratuits et permanents, permettant d'apporter une information de proximité sur leurs droits et devoirs aux personnes ayant à faire face à des difficultés juridiques ou administratives.

Le **deuxième jeudi de chaque mois** des avocats spécialisés assureront une permanence de **9h à 12h30** et recevront les étudiant·es sur rendez-vous.

✉ mission-egalite@u-bordeaux-montaigne.fr





**Les
services
pour mes
études**

► La DOSIP : Orientation, stages, job étudiants...

📍 Bâtiment ACCUEIL / Rez-de-chaussée

La **Direction de l'Orientation, des Stages et de l'Insertion Professionnelle** (DOSIP) est là pour t'accompagner tout au long de ton parcours à l'université.

Que tu sois un peu perdu-e sur la suite de ton parcours, en quête d'un stage ou déjà tourné-e vers ta future vie pro, la DOSIP peut t'aider à y voir plus clair.

Le centre de documentation et de ressources

Ouvert à **tous les publics**, ce centre est accessible **sans interruption de 9h à 17h, sauf le lundi matin et le vendredi après-midi**.

✉ dosip@u-bordeaux-montaigne.fr

☎ 05 57 12 44 30

Tu y trouveras :

- un espace de **documentation** riche sur les **études post-bac**, les **formations**, et les **métiers**,
- un **accueil personnalisé** pour t'aider dans ton orientation ou la construction de ton **projet professionnel**,
- le **bureau des stages** : pour t'informer, t'aider à rédiger tes conventions, ou t'accompagner dans tes recherches,
- des dispositifs et des conseils pour faciliter ton **insertion professionnelle** une fois ton diplôme en poche.

Que tu sois en première année ou en train de boucler ton master, c'est un lieu ressource à ne pas négliger. Viens poser tes questions, consulter les documents ou simplement échanger avec l'équipe.

► **TIPS > Trouver un job étudiant**

Tu cherches un petit boulot pour financer tes études, gagner en autonomie ou booster ton CV ? Voici quelques pistes utiles :

- La DOSIP organise un Job dating mi-septembre et dispose de contacts ou d'offres toute l'année.
- **Consulte les offres sur le site de l'université.** Tu y trouveras des annonces locales adaptées aux rythmes étudiants.
- **Le CROUS**, qui propose régulièrement des jobs sur les campus.
- **Candidate directement dans les commerces, cafés, cinémas ou grandes surfaces près de chez toi.**
- **Reste attentif aux offres en ligne** Indeed, StudentJob, Jobaviz, ou même des groupes Facebook locaux.
- **Valorise tes compétences.**

Et surtout, pense à **ne pas te surcharger**. Ton job étudiant doit s'adapter à ton emploi du temps universitaire, pas l'inverse !

Esprit d'entreprendre

La DOSIP encourage les stages et développe l'esprit d'entreprendre dès la première année et tout au long du parcours universitaire.

- Tu peux solliciter un accompagnement à tout moment, de l'émergence d'une idée à la structuration d'un projet qu'il soit professionnel ou associatif.
- Un parcours dédié est proposé afin de te guider à chaque étape de ta démarche.

► **À savoir**

Le statut national d'**étudiant entrepreneur** permet aux étudiant·es et jeunes diplômé·es de développer un projet entrepreneurial ou associatif tout en poursuivant leur formation. Ce dispositif offre un cadre sécurisé pour concilier études et projet, grâce à un accompagnement personnalisé et à des aménagements du parcours académique.

✉ isabelle.berrier@u-bordeaux-montaigne.fr

✉ sarah.michel@u-bordeaux-montaigne.fr

Plus d'informations sur le site internet de l'entrepreneuriat étudiant.





► Étudier à l'étranger

Plusieurs programmes de mobilité te permettent de vivre **une expérience inoubliable en Europe ou ailleurs dans le monde**. Que ce soit pour étudier ou faire un stage, ces séjours enrichissent ton parcours et te permettent d'ajouter une belle ligne (et de beaux souvenirs) à ton CV.

Ton interlocuteur : la Direction des Relations Internationales

L'équipe du Pôle Mobilité étudiante est là pour t'accompagner à chaque étape : choix de la destination, constitution du dossier, demande d'aide à la mobilité, etc. La majorité des mobilités d'études se fait dès la 2ème année de Licence jusqu'au Doctorat.

Comment partir en mobilité d'études

- Se renseigner auprès du Pôle Mobilité étudiante et à l'occasion des réunions d'information en octobre organisée par le Pôle Mobilité Étudiante.
- Consulter la carte des destinations pour connaître les opportunités de mobilité.
- Déposer ton dossier de candidature (dates communiquées par le Pôle Mobilité étudiante sur les pages de l'ENT étudiant, rubrique international, en général candidature avant la fermeture des vacances de Noël).
- La réponse à ta candidature sera donnée fin mars pour la majorité des destinations.
- Une fois présélectionné, le Pôle Mobilité étudiante t'accompagne sur le plan administratif pour la suite de ton parcours jusqu'à ton départ en mobilité !

Une fois sur place, n'hésite à pas à nous envoyer une carte postale !

► Le pôle Mobilité étudiante

📍 **Bâtiment ACCUEIL / 2^e étage**

L'équipe est là pour t'accompagner à chaque étape : choix de la destination, constitution du dossier, financement, logement, etc.

► TANDEM : parrainage des étudiant·e·s internationales·aux

TANDEM est une plateforme en ligne où étudiant·e·s internationales·aux (filleul·e·s) et étudiant·e·s locales·aux de l'Université Bordeaux Montaigne (parrains ou marraines) peuvent s'inscrire afin d'être mis en relation pour former un duo parrain/filleul.

- Inscrivez-vous directement sur la plateforme TANDEM.
- Définissez vos attentes et préférences.
- L'**International Welcome Desk** se charge de coordonner le *matching* des binômes.
- Une fois la mise en contact faite, les étudiant·e·s sont libres de se rencontrer.
- À chaque binôme de définir son propre mode de fonctionnement.

Les objectifs du parrainage :

- faciliter l'intégration des étudiant·e·s internationales·aux en leur offrant un accompagnement personnalisé dès leur arrivée par les pairs ;
- promouvoir la solidarité entre les étudiant·e·s de l'Université Bordeaux Montaigne ;
- favoriser les échanges et créer des liens ;
- vivre une expérience d'ouverture et d'internationalisation au sein de leur propre établissement.

L'**International Welcome Desk** est là pour vous accompagner dans chaque étape de votre parrainage. N'hésitez pas à contacter le bureau d'accueil.

✉ welcome-desk@u-bordeaux-montaigne.fr



Ma vie étudiante

► Le sport à l'université : liberté, plaisir, santé !

Gratuit - Non obligatoire - Bon pour la santé

Le **DAPS** (Département des Activités Physiques et Sportives) propose **plus de 50 activités sportives**, adaptées à tous les niveaux : du curieux en quête de bien-être... à l'athlète de haut niveau !

Activités bien-être

Yoga, relaxation, renforcement doux, pilâtes...

Pour se détendre, relâcher la pression et prendre soin de soi.

Activités de pleine nature

Escalade, randonnée, course d'orientation, surf...

Découvre la nature autrement, en groupe, et en t'amusant.

Infrastructures & encadrement

- Salle de **musculaton** et de **squash**, terrains de **tennis**.
- **Pratiques encadrées** et association sportive pour s'améliorer ou performer.
- Possibilité de **compétitions universitaires**.

Tu es libre de pratiquer, selon tes envies et ton emploi du temps !

Tu es sportif de haut niveau ?

- inscrit·e sur **liste ministérielle**,
- membre d'un **centre de formation**,
- ou engagé dans une compétition **de niveau national** ?

Signale-toi auprès du DAPS, que tu demandes ou non un aménagement d'études. Un suivi personnalisé peut t'être proposé.

📍 **DAPS** / Bâtiment ACCUEIL

🕒 Lundi au jeudi : 10h à 16h / Vendredi : 10h-12h

☎ 05 57 12 46 03

► Exprime ta créativité avec le Service Culture !

Le **SUAC (Service Universitaire des Actions Culturelles)** t'accompagne dans ta pratique artistique, que tu sois débutant·e curieux·se ou artiste confirmé·e.

Les ateliers artistiques

Gratuits pour les étudiant·es, encadré·es par des professionnel·les.

🎵 **Chorale, Musiques traditionnelles, Orchestre universitaire, MAO**

🎨 **Dessin, Calligraphie arabe, Bande dessinée**

🧶 **Autour du fil : tricot, crochet, broderie**

✍️ **Écriture, Théâtre, Art thérapie** (réservé aux étudiant·es internationaux)

Ateliers hebdomadaires, ouverts à tous·tes sur inscription à la rentrée.

Tu es déjà investi·e dans une pratique artistique en parallèle de tes études ?

🎓 Tu peux demander le **statut artiste étudiant·e** pour bénéficier :

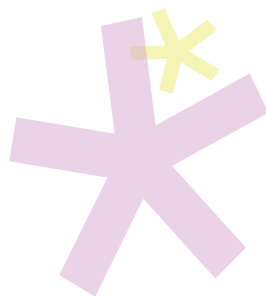
- d'aménagements d'emploi du temps,
- d'une reconnaissance dans ton parcours universitaire.

✉️ À faire **début septembre** auprès du SUAC.

Service Culture

📍 Maison des étudiant·es / 1^{er} étage

✉️ culture@u-bordeaux-montaigne.fr



► La CVEC, c'est quoi exactement ?

Chaque année, au moment de ton inscription dans une formation initiale dans l'enseignement supérieur, tu dois t'acquitter de la CVEC : la **Contribution à la Vie Étudiante et de Campus**.

La CVEC sert à :



Financer les initiatives des associations étudiantes.



Soutenir les activités sportives et culturelles.



Accéder à l'Espace santé étudiant pour vos soins.



Aider financièrement les étudiant-es en difficultés.

Projets financés par la CVEC

Cette contribution est là pour améliorer concrètement la vie étudiante sur le campus et le bien être des étudiants à l'université : accueil, accompagnement, santé, culture, sport...

► Protections périodiques gratuites

Un distributeur est installé dans les toilettes au niveau de chaque bâtiment, et à tout moment à l'accueil général. Les distributeurs sont approvisionnés chaque semaine. En cas de besoin, n'hésitez pas venir à l'accueil.

► Détente avec des séances de médiation animale

5 boules de poils plus ou moins petites, affectueuses et douces, viennent à la bibliothèque Rigoberta Menchú (BRM) pour proposer réconfort et câlins. La médiation animale favorise la détente, permet de lâcher prise et de réduire le stress avant les exams. Novembre-décembre 2026 - Janvier 2027

► Des jeux à la BU !

Le service commun de documentation (SCD) a créé un espace jeux situé dans la salle Tramway de la bibliothèque, avec 80 jeux (des classiques mais aussi des moins connus, et même plusieurs en langues étrangères.) pour jouer sur place ou à emprunter.

► La vie associative étudiante

La vie associative fait battre le cœur du campus !

Plus de 60 associations étudiantes s'y investissent pour proposer projets, événements, débats, actions culturelles, sociales, écologiques, sportives, festives...

Tu veux rencontrer d'autres étudiant-es, participer à des projets ou même t'impliquer dans la vie du campus ? Les associations sont ouvertes à toutes et tous, quel que soit ton parcours et ta disponibilité.

À savoir

- Une asso étudiante, c'est une association loi 1901 mais qui est gérée par des étudiants : les membres du bureau ou du CA sont étudiants.
- La DIVEC - La Direction de la vie d'établissement et de Campus accompagne les associations dans leur gestion et leurs projets pour dynamiser la vie de campus. **#jevaisvoirlaDIVEC**
- Le Fonds de Solidarité et de Développement des Initiatives Étudiantes soutient financièrement les projets des assos, qu'ils soient culturels, solidaires ou sportifs.
- **Ton engagement dans le bureau d'une asso peut être reconnu dans ton cursus et t'apporter jusqu'à 0,4 point de bonus sur la moyenne !** Un vrai plus pour ton parcours étudiant et ton CV !

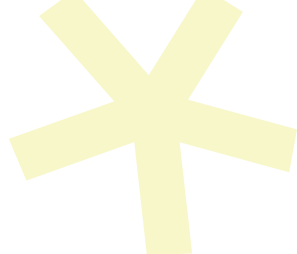
► En savoir plus

ADM 010

✉ vie-etudiante@u-bordeaux-montaigne.fr

◆ **Répertoire des associations étudiantes**

✨ Humanités ✨ Langues ✨ Transversales ✨ IUT
 ✨ Sciences des territoires et de la communication



Association Bordelaise des Etudiants Sénégalais et sympathisants (ABESS)

Favorise l'entraide, l'intégration et la mise en réseau des étudiant-es sénégalais-es et de leurs sympathisant-es à Bordeaux.

Association des Etudiant-es Cinéphiles Bordelais-es (AECB)

Promeut la culture cinématographique à travers des projections, des rencontres et des ateliers.

Association des étudiant-es en géographie de Bordeaux (AEGB)

Accompagne les étudiant-es en géographie, anime la vie de la filière et représente leurs intérêts.

Agora

Réunit les étudiant-es en philosophie autour de tutorats, de débats, de conférences et d'actions culturelles.

Association Lettres Classiques Bordeaux-Montaigne (ALC)

Fait vivre les lettres classiques à travers des projets culturels, des ateliers et des événements autour de l'Antiquité.

Association du Master Interdisciplinaire Dynamiques Africaines (AMIDAF)

Accompagne les étudiant-es du master MIDAF en favorisant l'intégration, les projets collectifs et le réseau professionnel.

Aqu'Italia

Fait découvrir la langue et la culture italiennes à travers des projets, des sorties et des événements.

Archimuse

Promotion et actions de médiation et de mise valeur du patrimoine.

Artothem

Espace d'échanges et de rencontres à vocation de voyage et visite de lieux culturels.

Association des Sciences Archéologiques (ASA)

Promotion des sciences appliquées à l'archéologie et à la conservation du patrimoine culturel.

AssTech

Sensibilise à la solidarité internationale et au développement durable à travers des projets et des événements.

ATESouhait

Finance les projets de la filière ATES de l'IUT Bordeaux Montaigne.

Av'Hispa

Fédère les doctorant-es hispanistes et lusistes en soutenant la recherche, les échanges et l'accompagnement doctoral.

BipBip

Anime la vie étudiante de l'IJBA et favorise la cohésion et l'intégration des futur-es journalistes.

Bord'OC

Fait vivre la langue et la culture occitanes à travers des rencontres, des échanges et des projets.

Coop IUT

Coupé Court

Réalise des courts métrages et organise un festival dédié au cinéma.

Cultiv'Actions

Accompagne les projets culturels étudiants et organise des événements artistiques et culturels en lien avec le master IPCI.

Culture Indisciplinée

Encourage les projets interdisciplinaires et anime la vie culturelle étudiante à travers des événements et des créations.

La Cuvée des Ecolos

Mène des actions en faveur de l'environnement, de l'alimentation durable et de la solidarité.

Dealers de science

Conçoit des événements et des projets pour rendre les sciences accessibles au plus grand nombre.

English Club

Propose un espace convivial pour pratiquer l'anglais et échanger autour des cultures anglophones.



Les associations en détail et comment les contacter.



ESArchéo

Fédère les doctorant-es hispanistes et lusistes en soutenant la recherche, les échanges et l'accompagnement doctoral.

ETC.

Anime la vie de la filière Lettres à travers des événements culturels, littéraires et artistiques.

Les Galopins

Promeut le jeu, les métiers de la ludothèque et les formations qui y sont dédiées.

Génération

Organise La Palme de l'Initiative Intergénérationnelle et promeut les liens entre les générations.

GuoBao

Fait découvrir la langue et la culture chinoises en favorisant les échanges, la pratique du chinois et l'entraide.

Hanguk

Fait découvrir la langue et la culture coréennes tout en favorisant les échanges et l'entraide.

HCP Conventus

Réunit les étudiant-es en Antiquité, Lettres classiques et Histoire médiévale autour de projets et d'événements.

Isic Rider

Accueille les étudiant-es de l'ISIC et anime la vie de la filière à travers des événements et des projets.

Jacm

Favorise la cohésion entre les étudiant-es des secteurs culturel et social et soutient leurs projets de formation.

Keep Com

Favorise l'intégration, l'entraide et la cohésion des étudiant-es du master Communication des organisations.

La Peña

Fait vivre les langues et les cultures hispaniques à travers des ateliers, des spectacles et des événements.

La plume d'Hermès

Association du BUT Métiers du Livre et du Patrimoine.

Lapaasserelle

Association de filière du Master Artiste Intervenant : Pratiques artistiques et actions sociales.

LEAd The Way

Développe le réseau des étudiant-es en LEA et favorise leur insertion professionnelle.

Mauvais genre

Promeut les études sur le genre et représente les étudiant-es du master à travers des débats et des événements.

Médiamorphose

Soutient les projets des étudiant-es du master CPNNT et anime la vie de la formation.

Oyashima

Fait découvrir la langue et la culture japonaises tout en favorisant l'entraide entre étudiant-es.

Plak'Art

Organise des événements culturels et met en lumière les talents étudiants à travers des scènes ouvertes, des jams et des rencontres.

Pop Up

Permet aux étudiant-es de s'initier au journalisme et de publier leurs premières productions.

Prométhée

Anime un espace de vie et d'échange où les étudiant-es peuvent se retrouver, s'entraider et partager leurs expériences.

SciLaB

Fait découvrir les sciences du langage et anime la vie étudiante à travers des événements et un espace convivial.

Sportiu't'S

Association sportive de l'IUT Bordeaux Montaigne.

Spoutnik

Fait découvrir la langue russe et les cultures slaves à travers des échanges et des activités conviviales.

TACK

Média culturel et artistique mêlant créations papier, audio et vidéo.

Les TAZ (Théâtreux anonymes zébrés)

Fait vivre le théâtre d'improvisation à travers des ateliers, des matchs et des spectacles.

Tous Azimuts IUT

Favorise le lien social, la solidarité et les projets collectifs autour de l'animation sociale et socioculturelle.

UBCD

Promeut le cheerleading et la danse pompom à travers des entraînements, des démonstrations et des événements.

U-TOPOS

Anime la vie de l'IATU et organise des projets autour de l'aménagement, de l'urbanisme et du tourisme.

WakeUp!

Accueille, accompagne et rassemble les étudiant-es LGBTQIAP+ tout en sensibilisant aux enjeux de diversité et de lutte contre les discriminations.



 **Vie**
pratique



► Se restaurer sur le campus

Bien manger à petit prix, c'est possible à l'université !

Les Restaurants Universitaires (RU) du CROUS

Les **repas complets** (entrée + plat + dessert) sont proposés à **1 €** pour tous les étudiant-es. **Pense à charger ton compte Izzly** pour payer plus vite et diminuer le temps d'attente !

📍 Sur le campus de Pessac

- Le **Sirtaki**
- Le **Veracruz**
- L'(S)pace Campus
- Le **Forum** (en travaux en 2026)

Consulte les **menus** sur le site du **Crous Bordeaux-Aquitaine**, et pense à télécharger l'appli **Crous & Go** pour commander ton sandwich à l'avance et éviter la file !

Foodtrucks sur le campus

Pour varier les plaisirs, plusieurs **foodtrucks** tournent régulièrement côté **galerie rose**, près de l'Amphithéâtre 700. Produits locaux, recettes du monde, options végétariennes : une offre gourmande, **éco-responsable** et accessible.

Bons plans pour manger malin (et solidaire)

- **La Cuvée des Écolos** : chaque **vendredi midi** une distribution gratuite, type marché, avec des **produits invendus et des légumes de son jardin partagé ou de producteurs directement**, à destination des étudiant-es dans le besoin.
- **Linkee** : récupère des paniers alimentaires gratuitement, sans conditions, en t'inscrivant sur :
🌐 <https://linkee.co/beneficiaires>





► Se déplacer facilement sur et autour du campus

L'Université Bordeaux Montaigne est bien desservie et encourage les mobilités douces. Voici un tour d'horizon des options disponibles pour circuler de façon **pratique, économique et écoresponsable**.

Covoiturage

- Places de **stationnement réservées** : face au **Sirtaki** et côté **amphithéâtre Renouard**.
- **Demande ta vignette verte « Covoiturage »** au bâtiment ACCUEIL pour y accéder.

Où trouver un vélo ?

- **Vélo'c (gratuit)** : Vélos classiques à emprunter pour plusieurs mois auprès des **Maisons Métropolitaines des Mobilités Alternatives (MAMMA)**.
- **Vélos en libre-service (VCub)** : louables via l'application **TBM** (proximité immédiate avec le tram).
- **Maison du Vélo d'ETU'RECUP, vente de vélo d'occasion et réparation de vélo** / Pessac centre et Village 3 du CROUS.

Trottinettes et scooters en free-floating

- Des stations de **free-floating** (vélos, trottinettes électriques, scooters) sont présentes :
 - à côté de la **Maison des Étudiant-es**,
 - proche de l'**amphithéâtre Renouard**,
 - au **Village 3 du Crous** (arrêt **Unitec**).

Transports en commun TBM

- **Tram B** : arrêt **Montaigne/Montesquieu**.
- **Bus** : lignes 31, 34, 35 et le **TBNight** pour rentrer tard sur le campus en toute sécurité.
- **Appli TBM & boutique en ligne** : infos, abonnements, tarifs solidaires, cartes jeunes et options intermodales (train + vélo + tram).

🌐 boutique.infotbm.com



► Se loger

Chercher un toit, c'est un peu comme réviser pour un partiel : plus on s'y prend à l'avance, plus on évite le stress (et les galères). Alors n'attends pas la rentrée pour te lancer dans la chasse au logement !

N'hésite pas à prendre un plan TBM à côté pour voir les lignes de bus et tram qui t'amène sur le campus, cela te permet de cibler également des villes ou quartier proches.

► **Tips à garder en tête**

- Prépare un **dossier complet** : pièce d'identité, justificatifs de ressources, garant, etc.
- Renseigne-toi sur les **garanties locatives** comme **Visale**, une caution gratuite d'Action Logement.
- Consulte aussi le site de l'université.

🌐 etu.u-bordeaux-montaigne.fr/logement

Les différentes solutions de logement

🏠 **Logements du CROUS**

Tu peux faire une demande via le **Dossier Social Étudiant (DSE)**, entre le **1^{er} mars et le 31 mai**.

🌐 crous-bordeaux.fr/logements

Le CROUS propose aussi des logements chez des particuliers via :

🌐 lokaviz.fr

🏠 **Logement social**

Des logements à loyer modéré sont accessibles via certains bailleurs sociaux, comme **Gironde Habitats** ou la **résidence Yellome** d'Action Logement.

Colocations solidaires et responsables

► **Coop'Coloc** : des colocations meublées à petit prix gérées par l'association ACLEF.

🌐 Candidature sur coopcoloc.fr/candidater-a-bordeaux



- **Kolocations à projets solidaires (KAPS)** : une coloc' avec une mission ! En échange d'un engagement local, tu bénéficies d'un logement à prix abordable.

🌐 Plus d'infos : afev.org/kaps

Aides à la CAF

L'Aide Personnalisée au Logement (APL) arrive généralement dès le 2^e mois de location.

➡ caf.fr

• **Tips anti-arnaques logement : reste sur tes gardes**

La recherche de logement peut parfois attirer des personnes malveillantes. Voici quelques réflexes pour éviter les mauvaises surprises.

• **Ne verse jamais d'argent sans avoir signé un bail.**

Aucune **caution** ni **avance** ne doit être demandée avant un contrat écrit et signé.

• **Méfie-toi des photos trop parfaites.**

Si l'annonce semble trop belle pour le prix (loyer très bas, logement refait à neuf, localisation parfaite...), **fais une vérification approfondie**. Copie-colle l'image dans un moteur de recherche d'image inversée pour voir si elle n'a pas été volée ailleurs.

• **Reste vigilant aux échanges inhabituels.**

Un.e pseudo-propiétaire qui communique uniquement par messagerie automatique, refuse d'échanger par téléphone ou insiste pour une transaction rapide = **Red flag**.

• **Jamais d'envoi d'argent à l'étranger.**

Aucune raison légitime ne justifie un virement à l'international pour un logement en France.

• **Demande à voir le logement si possible.**

Si tu ne peux pas te déplacer, propose une visite en Visio. Une personne honnête acceptera sans souci.

• **Ne fournis jamais de documents sensibles à l'avance.**

Ne transmets **ni RIB, ni copie de carte bancaire**, ni pièce d'identité sans savoir à qui tu t'adresses.



Etu'Recup

C'EST UNE MAISON DU VÉLO ET UNE RESSOURCERIE

ATELIERS PARTICIPATIFS, BOUTIQUE, ANIMATIONS
ET FORMATIONS
POUR LES PARTICULIERS ET LES ENTREPRISES

CAMPUS • PESSAC • TALENCE • GRADIGNAN

LA RESSOURCERIE

Etu'Recup
Le Recyclage du Pessac

BOUTIQUE & ZONE DE DONS

MARDI	12h-18h
MERCREDI	14h-18h
JEUDI	12h-18h
VENDREDI	12h-18h
SAMEDI	14h-18h

18 AV. DE BARDANAC

**PESSAC
CAMPUS**



ATELIERS PARTICIPATIFS

ÉLECTRO-INFO BOIS
CRÉA'RÉCUP COUTURE

BOUTIQUE

FRIPE ÉLECTROMÉNAGER
VAISSELLE MOBILIER



COLLECTE DE DONS

APPORT VOLONTAIRE PRO
À DOMICILE DECHETTERIE



SOLUTIONS ÉVÉNEMENTIELLES

MOBILIER VAISSELLE
ANIMATIONS



► Nature et détente sur le campus

Besoin d'une pause verte ? La **Plaine de Bardanac** t'ouvre ses bras avec des lieux de vie écolo, conviviaux et engagés. Entre deux cours, viens cultiver, respirer ou échanger autour d'un projet collectif !

La Cuvée des Écolos

Un jardin en maraîchage près de la MDE, pour **cultiver ensemble**, lire, créer et... bien manger !

✂ Distributions alimentaires ouvertes à tou·tes

🏠 Week-ends à la ferme et autres évènements

⌚ Permanence : **mardi après-midi**

🌱 **jardinspartagesaoc**

Appellation Origine Campus (AOC)

C'est un jardin partagé à deux pas de l'(S)pace Campus. Les bénévoles pratiquent et encadrent les plantations sur un principe de permaculture, les récoltes du jardin sont partagées entre les membres !

⌚ Permanence : **dimanche après-midi**

📅 Animations : **certaines mercredis**

Les ruches du campus

Tu veux comprendre le monde fascinant des abeilles ? Participe aux séances de découverte et à la récolte du miel !

📍 Juste derrière la Cuvée des Écolos

📅 De **printemps à fin été**

✉ **developpement-durable@u-bordeaux-montaigne.fr**

NOTES

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines within a rounded rectangular frame.



A large rectangular area with a purple border and a yellow border, containing horizontal dotted lines for writing.



NOTES



A large rectangular area with a yellow border, containing 25 horizontal dotted lines for writing notes.



► **Contacts d'urgences**

- Urgences SAMU **15**
- Pompiers **18**
- Police secours **17**
- Prévention suicide **3114**
- Violences Femmes Info **3919**
- Tabac Info Service **3989**
- Drogue Info Service **0 800 23 13 13**
- Alcool Info Service **0 980 980 930**



