

# lebij

BREST

[www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)  

L'INFORMATION DES  
JEUNES À BREST

2017  
2018



EMPLOI / FORMATION / LOGEMENT / SANTÉ / PROJETS / INTERNATIONAL...

**IDPCES BREST**

**Terminale Santé PACES**

**Médical**  
MÉDECINE DENTAIRE  
PHARMACIE SAGE-FEMME  
INFIRMIER ORTHOPHONISTE  
ERGOTHÉRAPEUTE ORTHOPTISTE

**Paramédical**  
PSYCHOMOTRICIEN  
OSTÉOPATHE PODOLOGUE  
MANIPULATEUR D'ÉLECTRORADIOLOGIE  
AUDIOPROTHÉSISTE

**Social**  
ÉDUCATEUR SPÉCIALISÉ  
ASSISTANT SOCIAL  
ÉDUCATEUR TECHNIQUE  
BTS ESF/SP3S DE CESF  
ÉDUCATEUR JEUNES ENFANTS  
MONITEUR ÉDUCATEUR  
INFIRMIER

**Prépa dès janvier**  
CONCOURS PARAMÉDICAUX

**Remise à niveau scientifique**

2 rue Auguste Kervern  
(place Albert 1<sup>er</sup>) 29200 BREST  
02 98 44 27 62 - 06 63 59 76 64  
contact@idpces-brest.com / www.idpces-brest.com  
ACCUEIL du lundi au vendredi de 9h à 17h - En dehors de ces horaires, sur rendez-vous.  
Direction : France MERDRIGNAC



**PRÉPARATION aux CONCOURS des études de SANTÉ (PACES)**

**DENTAIRE MÉDECINE SAGE-FEMME PHARMACIE MÉTIERS DE LA REÉDUCATION**

**La prépa PACES-Brest Cours Laënnec**  
Une approche centrée sur vos besoins

**Efficacité  
Performance  
Réussite**

**50% de réussite**

2 rue Auguste Kervern  
(2<sup>ème</sup> étage) - BREST  
02 98 80 15 97  
contact@laprepapaces-brest.com  
www.laprepapaces-brest.com  
ouverture de 9h à 17h30 ou sur RDV



# LES FORMATIONS DU CHRU DE BREST



**Vous êtes animés de valeurs altruistes, vous désirez vous tourner vers les Autres. Vous avez envie de donner un nouveau sens à votre trajectoire professionnelle ?**

L'Institut de Formation des Professionnels de Santé du CHRU de BREST, vous accueille, pour vous aider à développer de nouvelles compétences.

**Formations proposées :**

- Infirmier
- Masseur-Kinésithérapeute
- Infirmier Anesthésiste
- Cadre de Santé
- Aide - Soignant
- Infirmier de Bloc Opératoire
- Formation continue

**Pour les concours, les dossiers d'inscription sont à retirer À l'IFSI / IFAS (CHRU site de la Cavale Blanche)**

**Ou à télécharger**

Sur le site du CHRU : [www.chu-brest.fr](http://www.chu-brest.fr)

Rubrique "Ecoles et instituts"

Adresse :

Boulevard Tanguy Prigent - 29200 BREST - Tél. 02 98 34 25 40

**Save the date : le 3 février 2018 : journée portes ouvertes !**



**ERASMUS+**  
2014 - 2020 programme for Education, Training, Youth, and Sport



# Bienvenue au **Bij**

*Orientation, métiers, formations, emploi, logement, droit, loisirs...  
il y a bien plus de 10 raisons pour venir au Bij ! Quelle sera la vôtre ?*

- 1.** Une équipe de professionnelles dynamiques pour répondre à toutes vos questions en toute confidentialité au 4 rue Augustin Morvan à Brest.
- 2.** Un accueil sans rendez-vous sur les horaires d'ouverture du lundi au vendredi de 13h30 à 17h30. Sur rendez-vous en appelant le 02 98 43 01 08
- 3.** Un lieu d'information pour l'accès à vos droits et un accompagnement dans vos démarches administratives
- 4.** Des offres d'emploi, de stage, d'alternance et de formation destinées aux jeunes
- 5.** Un espace multimédia en accès libre et gratuit pour rédiger CV et/ou lettres de motivation. Des professionnelles pour vous accompagner sur la rédaction et la préparation des entretiens.
- 6.** Un service logement de particulier à particulier et une aide aux nouveaux arrivants pour faciliter leur recherche d'hébergement et bénéficier de conseils sur les droits et aides aux logements.
- 7.** Des événements culturels, concerts, spectacles, festivals annoncés dans nos locaux et sur notre site
- 8.** Un accompagnement individuel pour bien penser votre départ à l'étranger.
- 9.** Vous rêvez de partir à la découverte du monde, de créer un festival, de vous investir dans une mission humanitaire ? le Bij vous accompagne dans vos projets !
- 10.** Véritable lieu de vie, le Bij accueille et organise de nombreuses manifestations et événements tout au long de l'année. N'hésitez pas à venir y participer.

**lebij** 2017  
2018  
**BREST**

Directrice de la publication  
Michèle Casu

Rédaction  
Delphine Kerlan, Catherine Michel,  
Agnès Pissavy, Karine Quéré

Photographes  
Catherine Michel - Bij  
Amélie Didou étudiante en première année  
BTS Communication au Lycée Anne-Marie Javouhey :  
Interviews, témoignages de jeunes et équipe du bij

Photothèque Brest métropole  
Mathieu Le Gall : couverture, p. 12, 13, 22, 27, 30

Pierrick Ségalen : p. 8, 22, 29, 30

Sébastien Durand : p. 9, 23

Franck Betermin : p. 6, 14, 33, 35

Guillaume Team : p. 16, 17, 18, 20, 27

Frédéric Le Mouillour : p. 20

Benjamin Deroche : p. 24, 28, 32

Vincent Gestin : p. 28

Pixabay : p. 10, 23, 24, 25, 37, 38

Flickr : Philippe Leroyer page 26

Conception graphique

Thierry Dubreil – [www.thierrydubreilgraphiste.fr](http://www.thierrydubreilgraphiste.fr)

Régie publicitaire

Agence Bergame Brest 02 98 46 05 17  
[agence.bergame@orange.fr](mailto:agence.bergame@orange.fr)

Impression : cloître imprimeurs à St-Thonan  
20000 exemplaires

Information  
Jeunesse



VILLE DE  
Brest

Brest



Et des informations en ligne sur notre site : [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org),  
sur facebook et twitter.

Le

# PASS' ÉTUDIANTS

*ça détend...*

**20€**  
**/mois**  
pour les  
boursiers

**25€**  
**/mois**  
pour les non  
boursiers

**+ 2 mois**  
**d'abonnement**  
**offerts**

*... et ça laisse  
de quoi gérer  
son budget  
musique*

*Réservé aux moins  
de 26 ans*

**+ d'infos sur [bibus.fr](http://bibus.fr)**



**bibus**



LE BIJ EN LIGNE **6**



ORIENTATION | FORMATION | EMPLOI **8**



LOGEMENT **16**



SANTÉ **22**



VIVRE À BREST **28**



INTERNATIONAL **36**



QUI SOMMES NOUS ABOUT US MÉDIATHÈQUE NOS PROJETS INTERNATIONAUX NOUS CONTACTER

ACCUEIL ARGENT EMPLOI FORMATION INTERNATIONAL LOGEMENT SANTÉ TEMPS LIBRE

**lebij BREST**

**Petites annonces**  
Dernière ajout: 5 jobs

Rechercher :

**Logement**

- Budget
- Chercher un logement
- Déménager
- S'installer
- Petites annonces

Pour plus d'infos contactez

- Delphine KERLAN
- Karine QUERE

**Dernières annonces**

Mise en ligne	Ville	Quartier	Type de logement	Loyer (€/mois)
05/07/2017	Brest	Centre ville	Chambre	250 à 280
28/04/2017	BREST	Recouvrance	Chambre	280
28/06/2017	brest	st marc	T1 Bis	390
26/06/2017	Brest	Dupuy de Lôme	Studio	230

Consultez ou proposez des annonces de logement, de job, bénévolat, stage... **sur notre site web.**

## Suivez le bij !

Sur notre site :

**bij-brest.org**

- Des infos mises à jour sur l'emploi, la santé, la formation, le logement, l'international...

- 180 000 visites en 2016

Consulté essentiellement en mobilité



Page facebook  
**bijdebrest**

- Des annonces de logement ou de job
- Des événements en direct
- Des infos sur vos droits
- 1900 mentions j'aime
- Parité totale des abonnés
- 70% des personnes engagées ont entre 16 et 34 ans



Twitter  
**@bijbrest**

- Tous les jours des annonces, des infos utiles
- 1137 abonnés



Sur la chaîne du Bij vous trouvez des conseils, des témoignages, des reportages...

lebij Bij de Brest a partagé un lien.  
Publié par IFTTT (le 25 juin 17 à 11:42)

**Le Bij de Brest recherche 2 volontaires pour 2 projets SVE à Lisbonne !**

WWW.BIJ-BREST.ORG



Pour ne rien rater, abonnez vous à la page Facebook du bij !

lebij Bij de Brest (17 juillet - 21)  
Adéco recrute dans l'événementiel sur Brest

**Adéco recrute dans l'événementiel sur Brest**  
Vous recherchez un emploi compatible avec vos études... le secteur de l'événementiel vous attire... ces postes sont pour vous ! Nous recherchons (H/F) : + (+)...

lebij Bij de Brest (16 juillet - 14 août)  
Offres d'emploi en hôtellerie et restauration - Raso 29

**Offres d'emploi en hôtellerie et restauration - Raso 29**  
Raso 29 est un groupement d'employeurs spécialisé en hôtellerie, restauration et tourisme. Cette structure vous aide à trouver un emploi dans ces (...)



Tous les jours des offres de job sur le Twitter du bij.

lebij Le bij de brest Vidéo Playlists Chaînes À propos

**PASS'EUROPE**  
L'association française de volontaires internationaux

**LA POP**  
Plateforme d'orientation professionnelle

**FOYERS DE JEUNES TRAVAILLEURS DE L'AILÈS**  
Interview de Xavier Roux...

**Julie Meunier**, co-fondatrice du site **gwetec.net**

**Erasmus +** - Emma et Chloé témoignent après leur stage à...

**Job d'été**  
Comment trouver un job ? Les conseils de Marine

**PASS'EUROPE**  
Daphné, une expérience réussie à Dublin

**Langue bretonne et la génération 2000** - qu'apporte selon toi la...

**Langue bretonne et la génération 2000** - faut il généraliser...

**Langue bretonne et la génération 2000** - où entends tu parler...

**Langue bretonne et la génération**

**Portrait de Maciej en SVE au Bij**

**Voyage au Bénin** : l'expérience de

**Interview with Tijana, Serbian**

**Your Hope Festival** - Reportage

**YouTube** Témoignages, reportages... C'est sur la chaîne YT du bij !



**SNI**  
GRAND-OUEST

**À LOUER**  
SANS FRAIS D'AGENCE

**Vous recherchez  
un appartement  
ou une maison ?**

LA SNI  
**GRAND-OUEST**

**Votre solution logement**

Contactez-nous au  
**0970 400 900**

Toutes nos offres sur  
[www.sni-groupesni.fr](http://www.sni-groupesni.fr)

GROUPE





## Bien réussir son **orientation**

*Des conseillers d'orientation psychologues, des services d'information et d'orientation, des sites internet, autant de professionnels et d'outils pour vous accompagner dans vos choix. Voici un tour d'horizon des moyens mis à votre disposition.*

### **Pour commencer : se poser les bonnes questions**

#### ● Faire un point sur soi-même :

réfléchir à ses centres d'intérêts, à sa personnalité. Identifier ce que l'on aime et ce que l'on n'aime pas. Se questionner sur sa préférence entre enseignement théorique et pratique, études longues ou courtes.

Pour quel métier suis-je fait ? Dois-je continuer dans l'enseignement général ? Quelles options choisir ? Quelles sont mes aptitudes ? Puis-je changer de profession ? Quelle formation choisir ?

#### ● Faire un test ou bilan d'orientation :

Le bilan d'orientation scolaire peut vous éclairer. Grâce ces tests d'orientation et des entretiens, le conseiller d'orientation cerne le profil à partir des centres d'intérêt, des motivations, des résultats scolaires, du potentiel.

#### ● Se confronter à la réalité :

Lorsque vous aurez une idée du domaine ou de métier, rencontrez des professionnels qui vous parleront de leur quoti-

dien, en discutant avec eux de leur travail, en faisant un stage (stage d'observation de 3<sup>ème</sup>).

### **Comment s'informer ?**

● **Participez à des salons d'orientation** ainsi qu'aux portes ouvertes des établissements, c'est l'occasion de rencontrer des professionnels qui présentent leur métier, des enseignants et des étudiants qui expliquent les contenus de formation et les poursuites d'étude.

**Azimut** : C'est le salon finistérien de l'orientation et de l'enseignement supérieur qui a lieu chaque année au mois de janvier au Parc de Penfeld. Vous y trouverez toutes les informations concernant l'enseignement supérieur (post-bac) : la procédure Admission Post Bac, les conditions de la vie étudiante etc.

**La nuit de l'orientation** : Très différent d'un salon, la Nuit de l'orientation permet aux jeunes gens de réfléchir sur leur avenir, sur leur profil, leurs motivations en rencontrant des professionnels du conseil en orientation, des spécialistes de la découverte

**les sites web incontournables**

[www.onisep.fr](http://www.onisep.fr)  
[www.nadoz.org](http://www.nadoz.org)  
[www.cidj.com](http://www.cidj.com)



Consultez la rubrique « actualités » sur notre site [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) pour connaître les événements organisés à Brest et venez au Bij pour consulter les dossiers sur les métiers et les formations.

de soi et des professionnels de l'entreprise. Ces derniers viendront échanger avec les jeunes et parler librement de leur parcours et de leur métier.

**Foromap** : Informer d'abord les jeunes de 5<sup>ème</sup>, 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> des collèges, mais aussi les lycéens et même les étudiants, ainsi que leurs parents, sur les possibilités offertes par l'Apprentissage et la Formation en Alternance. Faire rencontrer des apprentis en cours de scolarité pour témoigner de leur expérience et d'anciens apprentis qui ont réussi leur carrière professionnelle.

● **Rencontrez des professionnels de l'orientation au Centre d'information et d'orientation de Brest-Landerneau – CIO**, un service public et gratuit ouvert à tous. Spécialistes de l'information et de l'orientation scolaires et professionnelles, du conseil en orientation tout au long de la vie, les conseiller(ère)s d'orienta-



tion psychologues reçoivent sur ou sans rendez-vous en entretien conseil pour : Etablir un bilan individuel d'orientation ou de capacités, préciser le besoin en formation, repérer les différents systèmes de formation, positionner dans un parcours de formation et/ou professionnel, identifier et organiser les informations et les ressources nécessaires, aider à la prise de décision. Par ailleurs, le Cio de Brest est relais Europe du réseau Euroguidance, il informe sur les études en Europe et à l'International.

### Réorientation ?

● Si vous avez plus de 16 ans et que vous êtes en rupture ou en voie de rupture scolaire, contactez la MLDS ou la MIJEC. En effet, vous êtes sans possibilité immédiate de poursuite d'études ou d'insertion professionnelle et vous êtes sorti du système scolaire depuis moins d'un an ?

– **Contactez la mission de lutte contre le décrochage scolaire (MLDS)**, Si vous êtes scolarisé dans un établissement public, Une équipe d'animateurs formateurs vous aident à trouver des réponses.

– **Prenez contact avec la mission d'insertion des jeunes de l'enseignement catholique (MIJEC)**, Si vous étiez scolarisé dans l'enseignement privé. Elle accompagne les jeunes sortis ou susceptibles de sortir du système scolaire sans formation qualifiante vers une insertion stabilisée.

● **Cap'Avenir : Centre d'orientation et insertion professionnelle de l'UBO** accueille les étudiants et apporte un soutien à l'orientation ou à la réorientation, il aide à construire son projet de formation et son projet professionnel. CAP'AVENIR vous accueille en entretiens individuels (sur rendez-vous) ou en ateliers. Il gère un dispositif d'accompagnement renforcé, O2, destiné aux étudiants de L1 qui souhaitent se réorienter dès la rentrée suivante.



MADAME TOUSSAINT,  
DIRECTRICE DU CIO  
NOUS PRÉSENTE  
ADMISSION POST-BAC

### Admission post-bac, à quoi ça sert ?

Ce logiciel permet les procédures pour candidater et pour ordonner ses vœux et prendre une décision suite à la publication des résultats (date unique). C'est un portail [www.admission-postbac.fr](http://www.admission-postbac.fr) qui met à disposition de façon identique à tous.tes les lycéen.nes les informations nécessaires sur l'ensemble des formations que le portail gère. C'est aussi pour les établissements et structures de formation qui intègrent APB un engagement à ne pas recruter en dehors de la procédure APB.

### Quelles sont les différentes étapes de la procédure?

- à partir de décembre : création de son dossier électronique
- mi-janvier à mi-mars : Formulation des vœux par le candidat
- début avril au plus tard - confirmation des vœux
- jusque fin mai : hiérarchisation des vœux
- Juin- juillet : 3 phases de publication des résultats
- de Juin à septembre, la procédure complémentaire sur places vacantes

# LASER GAME

BREST Centre-Ville  
Le Héros, c'est TOI !

LASER GAME BREST - 51, RUE YVES COLLET

www.lasergame-brest.fr

DE 7 À 77 ANS  
JUSQU'À 30 JOUEURS SIMULTANÉMENT





LASERMAXX



Parking Jaurès offert\*  
\*Voir conditions sur place

RÉSERVATION OBLIGATOIRE AU 02 98 80 00 00



100% VÉCU



**Sandrine, 22 ans** vérifie son projet dans le cadre de la plateforme d'orientation professionnelle - POP

**Comment as-tu connu le dispositif POP – Plateforme d'Orientation Professionnelle ?**

J'ai rencontré ma conseillère Pôle emploi et en évoquant mon projet de travailler dans un métier administratif, elle m'a parlé du métier d'assistante de gestion. Elle m'a informée de l'existence de la POP en m'expliquant que je pourrais dans le cadre de ce dispositif de formation faire des stages pour vérifier mon projet professionnel et ainsi intégrer plus facilement une formation.

**Que t'apporte la POP ?**

Le groupe est un élément important en terme de motivation et de confiance en soi. On travaille également sur les outils techniques : CV, lettre de motivation et préparation aux entretiens.

**Qu'envisages-tu après ta POP ?**

Je finis ma POP à la fin du mois de juin et l'entrée en formation d'assistante de gestion se fera à la fin du mois d'août. Si je ne suis pas prise dans la formation, la référente de la POP au CLPS m'a proposé de prendre rendez-vous avec la Mission locale afin que je puisse poursuivre en CAQ (Contrat d'Accès à la Qualification) pour continuer à faire des stages et conforter mon projet.

## Les clés de la formation

*Accéder à la formation c'est permettre aux demandeurs d'emploi de trouver plus facilement un emploi, aux salariés d'évoluer dans leur emploi ou de changer de métier. C'est aussi et surtout être accompagné dans sa démarche de projet par des professionnels.*

### Pour qui ?

La formation continue s'adresse aux demandeurs d'emploi, salariés, diplômés ou non, avec ou sans expérience. Quelle que soit votre situation et votre parcours, la formation continue vous permet de développer vos compétences et d'en acquérir de nouvelles.

### Définir son projet

Avant même de parler de formation, il est nécessaire de définir son projet professionnel en se posant les bonnes questions. Qu'est-ce qui me motive ? Quels métiers correspondent à ma personnalité ? Mon projet est-il réaliste ? Le secteur est-il porteur ? Quels sont les débouchés ?

Pour répondre à toutes ces questions, faites-vous aider ! Il existe des nombreux lieux où vous pourrez être accompagné dans votre démarche de réflexion et de mise en œuvre.

### Qui peut m'accompagner ?

- **La Mission locale** accueille, oriente et accompagne les jeunes demandeurs d'emploi de 16 à 25 ans dans leur projet d'insertion.

Si vous avez entre 16 et 25 ans et que vous êtes sorti du système scolaire, un conseiller de la mission locale vous accueille individuellement pour analyser vos besoins en matière de formation professionnelle et d'emploi. Votre conseiller référent vous suivra tout au long de votre parcours professionnel à la fois sur une prescription de formation, sur des financements de formation jusqu'à votre recherche d'emploi.

- **Le pôle emploi** vous accompagne dans vos projets de formation : de la vérification du projet à son financement, si vous êtes demandeur d'emploi et si vous avez plus de 26 ans,

Si vous êtes déjà inscrit comme demandeur d'emploi, il faut vous adresser au Pôle emploi pour valider d'une part, votre projet professionnel et d'autre part, le projet de formation correspondant.

Plus d'infos sur : [www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)



## BON A SAVOIR

le site [www.gref-bretagne.com](http://www.gref-bretagne.com) est le portail d'information sur la formation et l'emploi en Bretagne. Vous y trouverez des actualités, des études statistiques, des dossiers et ressources documentaires, les lieux d'information et offres de formation.

- **Le Fongecif** accompagne dans leurs démarches les salariés relevant d'entreprises privées de l'industrie, du commerce et des services, disposant d'un établissement implanté en Bretagne.

Pour les autres secteurs, consultez [www.fongecif-bretagne.org](http://www.fongecif-bretagne.org)

### Les différents types de formations

Lorsque votre projet sera défini et validé, vous pourrez envisager une formation à temps plein dans un centre de formation, à l'université ou en alternance. Vous pouvez préparer tous types de diplômes du CAP à bac +

- **La formation en Alternance** c'est apprendre à la fois à l'école et en entreprise en se confrontant aux réalités de la vie professionnelle, cette formation est accessible à tous les jeunes quel que soit leur niveau d'étude.

L'alternance comprend deux types de contrats :  
– le contrat d'apprentissage  
– le contrat de professionnalisation

Pour vous informer sur les contrats en alternance :

[www.travail-emploi.gouv.fr](http://www.travail-emploi.gouv.fr)

## AFTRAL CFA TRANSPORT LOGISTIQUE

Formations par la voie de l'alternance



L'alternance  
une formation  
un métier  
un salaire

### DES MÉTIERS QUI RECRUTENT

- CAP Conduite routière de marchandises
- CAP Agent Accueil et conduite routière en transport de voyageurs
- Bac Pro Logistique en 2 ans
- BTS Transport et Prestations Logistiques
- Titre Responsable En Logistique (Bac+3)
- Titre Technicien Supérieur en Méthodes d'Exploitation Logistique (Bac+2) en 1 an



CFA TL AFTRAL QUIMPER • Tél. 02 98 90 19 33  
Rue de Tréodet • 29500 Ergué Gabéric  
[www.aftral.com](http://www.aftral.com) • [aurelie.rambut@aftral.com](mailto:aurelie.rambut@aftral.com)

# PRÉPAREZ AUJOURD'HUI VOTRE CARRIÈRE DE DEMAIN !

VOUS AVEZ ENTRE 16 ET 31 ANS ?

Les entreprises du bâtiment vous attendent !  
Découvrez nos offres de contrats  
d'apprentissage et soyez les premiers à vous  
inscrire au CFA du bâtiment de Quimper.



CHOISISSEZ  
**LA VOIE  
ROYALE**

PLUS D'INFORMATIONS SUR NOTRE SITE INTERNET :  
→ [WWW.BATIMENT-CFA.BZH](http://WWW.BATIMENT-CFA.BZH)

BÂTIMENT CFA FINISTÈRE  
1 RUE FRANÇOIS-MARIE ANDRÉ  
MOULIN DES LANDES - 29000 QUIMPER

# L'industrie fabrique l'avenir !

## Formations en alternance

Maintenance  
industrielle  
Chaudronnerie  
Conception /  
Bureau d'études  
Productique /  
Usinage  
Électrotechnique  
Énergétique

**BAC PRO  
BTS - LICENCES**

BREST - ZI de Kergonan - 8 bis, rue F. de Lesseps  
Tél. 02 98 02 03 30

[www.formation-industries-bretagne.fr](http://www.formation-industries-bretagne.fr)



APPI / CFA  
**pôle  
formation** des  
industries technologiques

CRÉATEUR DE COMPÉTENCES

BRETAGNE

## L'INTERVIEW



REBECCA MARTIN,  
CONSEILLÈRE À PÔLE EMPLOI,  
NOUS PARLE DE L'AIJ

### Qu'est-ce que l'accompagnement intensif jeune ?

L'Accompagnement Intensif des Jeunes (AIJ) est un accompagnement renforcé d'une durée de 6 mois, non renouvelable, cofinancé par l'Union européenne, qui a pour objectif d'accélérer et de sécuriser l'accès à l'emploi durable,

- en favorisant pour tous une trajectoire constructive vers l'emploi, personnalisée et adaptée à chaque jeune et ce, afin de les aider à mieux connaître leur marché du travail, valoriser leurs atouts, acquérir les méthodes de recherche d'emploi appropriées, élargir leurs cibles professionnelles.

- en sécurisant les périodes de transition (immersions, contrats de courte durée, formation courte) et l'intégration professionnelle durable (emploi de plus de 6 mois, suivi dans l'emploi, formation qualifiante longue).

### Pour bénéficier de cet accompagnement, quel âge faut-il avoir et quel profil ?

Il s'agit d'un accompagnement pour des jeunes de moins de 26 ans, sans emploi, en recherche directe d'emploi durable, inscrits comme demandeurs d'emploi et qui ont besoin d'être soutenus dans leurs démarches. Ces jeunes ne doivent pas avoir de difficultés particulières d'accès à l'emploi.

### Comment peut-on s'inscrire dans ce dispositif ?

Ce dispositif est proposé dès l'entretien de situation qui intervient suite à l'inscription comme demandeur d'emploi du jeune ou à tout moment de sa trajectoire.

Tout jeune intéressé par ce dispositif peut en informer également directement son conseiller référent par mail, via son Espace emploi sur [www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr).

# Optimiser sa recherche d'emploi

*Vous êtes à la recherche d'un emploi, vous souhaitez travailler pour financer vos études ? Vous recherchez un job d'appoint ou un job d'été, voici les informations qui pourront vous aider.*

## J'ai terminé mes études et je suis maintenant à la recherche d'un emploi.

Il faut vous inscrire au Pôle emploi sur le site [www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr), dès que vous aurez validé votre dossier en ligne, vous serez invité à vous rendre à un entretien professionnel à votre agence pôle emploi dans le mois qui suit votre inscription.

- **Pôle emploi** a pour mission d'inscrire et indemniser les demandeurs d'emploi, de les accompagner dans leur recherche d'emploi jusqu'au placement.

Un conseiller personnel accompagne chaque demandeur d'emploi, selon le mode d'accompagnement et les moyens de contact qui seront actés avec lui lors d'un premier entretien.

- **Les missions locales** accueillent, informent, orientent et accompagnent les jeunes de 16 à 25 ans, sortis du système scolaire ou universitaire dans leur parcours d'insertion.

Les conseillers en insertion vous accompagnent en construisant des réponses adaptées à chacun et en vous apportant un soutien dans la recherche d'emploi.

- **L'Association pour l'Emploi des Cadres ou APEC** accueille et informe les cadres (avec ou sans emploi) et les jeunes diplômés sur la recherche d'emploi et l'évolution professionnelle.

Sur le site [www.apec.fr](http://www.apec.fr), vous pouvez accéder à différents services : consulter les offres d'emplois et de stages, postuler en ligne, déposer votre CV en ligne et obtenir des informations et des conseils sur votre recherche d'emploi.

- **Cap emploi** a pour objectif de favoriser l'embauche des personnes en situation de handicap. Cap emploi accueille sur rendez-vous, en priorité, après orientation vers ses services par pôle emploi.



## BON A SAVOIR

### Jeune diplômé disposant de faibles ressources ?

Demandez l'ARPE : l'aide à la recherche du premier emploi. Votre diplôme en poche, si vous étiez boursier pendant l'année universitaire 2016-2017, vous pouvez bénéficier d'un coup de pouce financier pendant 4 mois.

## Je suis étudiant et je souhaite financer mes études...

Concilier vos études avec un job ? C'est possible, même si vous êtes boursier et que vous travaillez, vous continuez à percevoir votre bourse d'étude à condition de manifester une assiduité en cours et aux examens.

### ... mais où trouver les annonces ?

Beaucoup d'offres ne font pas l'objet d'annonces via des structures comme le Bij, le Clous, Le Pôle emploi.. Alors soyez vigilant, quand vous vous promenez dans le centre-ville ou les zones commerciales, car les responsables de magasins mettent souvent à l'affichage sur leur vitrine les besoins en personnel.

- **Le bij** informe les jeunes sur toutes les informations concernant les jobs et l'emploi :

- Affichage d'offres (animation, garde d'enfants, travail à domicile...)
- Consultation gratuite de sites sur l'emploi.
- Informations sur les techniques de recherche : CV et lettre de motivation
- Forum jobs d'été début mars.

### les sites web incontournables

<https://fr.viadeo.com>  
<https://fr.linkedin.com>



**De nombreuses offres sont  
à l'affichage au bij.  
N'hésitez pas à venir  
les consulter !**

Recherche un(e) étudiant(e) pour la  
garde occasionnelle d'une petite fille  
de 20 mois.

Ma fille se prénomme Claire, elle adore  
dessiner, jouer à coucou-cacher, elle  
aime chanter et écouter les comptines,  
elle est très souriante mais méfiante  
tout de même.

Une véritable expérience auprès  
de tous petits est exigée. Nous  
recherchons une personne patiente,  
attentionnée et qui connaît l'univers  
des jeux des tous petits.

Merci d'envoyer CV et lettre de  
motivation par mail

NOUS recrutons des  
animateurs pour l'animation  
des différents temps  
périscolaires dans les écoles  
publiques :

Pause méridienne,  
Temps d'activités périscolaires  
TAP,

Halte d'accueil  
Vous êtes titulaire du BAFA  
ou équivalent

## 100% VÉCU



Les conseils de **Marine** pour trouver des jobs d'été

## MA MÉTHODE

« Pour rechercher un job d'été, avant je sollicitais le réseau de mes parents et en grandissant je sollicitais mon réseau auprès des structures où j'avais pu faire des stages. Quand je recherche des offres, je me rends sur le site du Bij ou du pôle emploi ou simplement en tapant emploi saisonnier Brest 2017 sur mon moteur de recherche. Il m'est arrivé d'envoyer des candidatures spontanées, mais généralement en ce qui me concerne cela ne débouchait pas sur un emploi car je ne relançais pas. »

## LE SECTEUR D'ACTIVITÉ

« Quand je suis à la recherche d'un emploi saisonnier, je ne cible pas un secteur en particulier je postule un peu partout et je fais jouer mon réseau. Généralement, j'essaie de trouver une entreprise qui peut m'accueillir durant 2 à 3 mois pour avoir une expérience de longue durée dans la même structure. »

## MON DERNIER JOB

« Je travaille depuis mes 17 ans en emploi saisonnier. L'année dernière j'ai travaillé au sein d'une entreprise de distribution de boissons. J'avais le poste de standardiste durant 3 mois, je m'occupais de répondre au téléphone, d'orienter les appels, de saisir les commandes sur le logiciel de la structure, de l'accueil et du courrier. »

## L'ASTUCE

« Commencez vos candidatures début mars et envoyez vos candidatures fin mars début avril. Dites au gens que vous croisez que vous êtes à la recherche d'un emploi saisonnier, peut-être que cette personne connaît quelqu'un qui connaît quelqu'un qui recherche une personne à employer durant la saison. Bref, faites fonctionner votre réseau ! »



Réaliser son cv grâce au web

[www.canva.com/fr\\_fr/creer/cv/](http://www.canva.com/fr_fr/creer/cv/)  
[www.doyoubuzz.com](http://www.doyoubuzz.com)



LES  
+  
DU  
bij

Le Bij organise un forum jobs d'été et emplois saisonniers chaque année en partenariat avec pôle emploi, la Mission locale, le Pij du Relecq-Keruhon.

• À retenir forum jobs d'été et emplois saisonniers : **mercredi 21 mars 2018 de 10h à 17h.**

Ce sera l'occasion de rencontrer des professionnels qui recrutent sur la période estivale, d'obtenir des conseils sur le CV et la lettre de motivation et d'être accompagné pour mieux cibler les entreprises qui vous intéressent.

● **Pôle emploi** : les offres de Pôle emploi sont ouvertes à tous, pas seulement aux demandeurs d'emploi inscrits. Contrats saisonniers, d'intérim, CDD... mais aussi CDI à temps partiel pouvant être compatibles avec une poursuite d'études.

– Utilisez la recherche avancée pour consulter les offres.

– Créez votre espace personnel pour être alerté des nouvelles offres. Indispensable pour pouvoir postuler à certaines offres.

– Techniques de recherche, C.V., lettre de motivation : Espace Candidat / Mes conseils / Mes trucs et astuces.

● **Le CLOUS** ouvert uniquement aux étudiants. Les offres sont à consulter sur : <https://www.messervices.etudiant.gouv.fr> (rubrique Jobaviz). Vous trouverez sur ce site des offres de gardes d'enfants, soutien scolaire, etc...

## Les agences d'intérim

Vous pouvez remplir un dossier dans plusieurs agences, ce qui multipliera vos chances de décrocher des missions. Vous trouverez les coordonnées des agences d'intérim sur :

[www.pagesjaunes.fr](http://www.pagesjaunes.fr) :



## Orientation & formation

### LE BIJ

4 rue Augustin Morvan - Brest  
02 98 43 01 08  
accueil@bij-brest.org  
www.bij-brest.org

### CIO

8, rue des Onze-Martyrs - Brest  
02 98 44 31 74  
cio.brest@ac-rennes.fr  
www.cio-brest.org

### LA MISSION DE LUTTE CONTRE LE DÉCROCHAGE SCOLAIRE (MLDS)

Lycée Vauban Bât.N400  
Rue de Kérichen  
02 98 03 64 64  
ce.mlds-brest@ac-rennes.fr

### MIJEC

15, place Sanquer - Brest  
02 98 33 75 70  
mijecbrest@gmail.com

### CAP'AVENIR

Orientation et Insertion Professionnelle  
20, avenue Le Gorgeu  
Bâtiment C - Brest  
02 98 01 63 17  
cap-avenir@univ-brest.fr

### LA MISSION LOCALE DU PAYS DE BREST

Il existe des antennes réparties sur tout le pays de Brest. Pour connaître l'antenne la plus proche de chez vous, contactez : [contact@mission-locale-brest.org](mailto:contact@mission-locale-brest.org)  
Sur [www.mission-locale-brest.org](http://www.mission-locale-brest.org) vous pourrez, en saisissant votre adresse, connaître l'antenne la plus proche de chez vous.

Retrouvez l'intégralité des interviews en vidéo sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)

## Emploi

### Pôle emploi Brest Europe

11 rue du 8 mai 1945

### Pôle emploi Brest Marine

130 rue Ernest Hémingway

### Pôle emploi Brest Iroise

530, avenue de Tallinn

Plateforme de service téléphonique : 3949

• *Horaires d'ouverture : sans RDV : Lundi, mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 8h30 à 12h30*  
Sur rendez-vous : les après-midi

### FONGECIF BRETAGNE

Immeuble Le Fromveur  
45 rue de l'Elorn - Brest  
02 99 29 72 48

### APEC

Immeuble Le Fromveur  
5, rue de l'Elorn - Brest  
0 810 805 805

### CAP EMPLOI

7 rue de Kervezennec,  
Z.I. de KERGONAN - Brest  
02 98 80 81 00

## Au bij

Le Bij, c'est un espace documentaire où vous pourrez consulter les dossiers métiers par secteurs d'activités : La santé, le social, information et communication, commerce et gestion, bâtiment, travaux publics et urbanisme...

C'est aussi un site internet, consultez la rubrique Formation et accédez à toutes les structures brestoises qui pourront vous accompagner dans vos démarches d'orientation, de projets professionnels et d'insertion.

Pour aller plus loin, rencontrez les chargées d'accueil et d'accompagnement sans ou sur rendez-vous pour questionner votre projet, relire un CV ou une lettre de motivation, demandez une préparation d'entretien pour mieux préparer à cet exercice que ce soit pour un emploi, un service civique, une entrée dans une école.



**FAITES UN PAS VERS VOTRE AVENIR**

**LA MARINE RECRUTE**  
**ETREMARIN.FR**

VENEZ RENCONTRER  
UN CONSEILLER EN RECRUTEMENT  
AU BUREAU MARINE DU CIRFA DE

**Brest**

**8 BIS RUE COLBERT**  
**02 98 22 15 31**

MARINE NATIONALE  
MINISTÈRE DES ARMÉES

#ETREMARIN



## Anticiper pour mieux se **loger**

### Localisation

Pour celles et ceux qui arrivent à Brest, venez passer quelques jours sur place au préalable, afin de repérer votre lieu d'étude ou de travail.

Procurez-vous un plan de la ville auprès de l'Office de tourisme, un plan de circulation des lignes de bus et tram auprès de bibus. Vous pouvez également vous repérer avec la carte interactive de la ville et définir plus aisément votre zone de recherche. Pensez également au moyen de transport (en commun, à vélo, à pied, en voiture) qui déterminera votre zone géographique de recherche.

Enfin, recensez vos besoins afin de définir la surface du logement, le nombre de pièces,

l'aménagement : cuisine équipée, logement meublé, logement vide...et le type de logement (studio, chambre chez l'habitant, résidences étudiantes, FJT).

Retrouvez l'ensemble des propositions d'hébergement et adresses utiles sur le site [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)

### Prévoir son budget

Avant même de commencer votre recherche de logement, nous vous conseillons de faire un point sur votre budget. Evaluer votre budget vous permet de mieux calculer la somme que vous pouvez consacrer à votre loyer et tous les autres frais liés au logement.

VOS RESSOURCES RÉGULIÈRES	VOS DÉPENSES
SALAIRE	CHARGES FIXES INCONTOURNABLES, elles doivent être réglées régulièrement : loyer, charges (électricité, gaz...), abonnement téléphonique, taxe d'habitation...
AIDES DE LA FAMILLE	CHARGES COURANTES INÉVITABLES, elles peuvent varier : transports, alimentation, santé, hygiène
BOURSE UNIVERSITAIRE éventuelle	CHARGES OCCASIONNELLES, qui dépendent de vos besoins ou des envies (vacances, habillement, sorties...)
AIDES FINANCIÈRES (par exemple, les allocations logement de la CAF).	

À noter qu'il existe d'autres outils, gratuits et en ligne, faciles d'accès. Par exemple : le simulateur de budget de l'institut national de la consommation (INC) sur [www.conso.net](http://www.conso.net) ou le calculateur de la Finance pour tous : [www.lafinancepourtous.com](http://www.lafinancepourtous.com)

### Préparer ses visites

Pour faire respecter ses droits, il est nécessaire pour cela de bien les connaître. C'est la garantie de nouer de bons rapports avec votre propriétaire et de les garder.

#### ● Logement décent

Le bailleur se doit de délivrer au locataire un logement décent qui doit respecter certaines conditions minimum pour la sécurité physique et la sécurité des locataires. Le logement doit disposer d'une surface habitable d'au moins 9m<sup>2</sup> avec une hauteur sous plafond au moins égale à 2,20 mètres. Les réseaux électriques, gaz, de chauffage et d'eau chaude doivent être en bon état de fonctionnement et conformes aux normes légales de sécurité. Tout local doit comporter une installation permettant un chauffage normal.

Vous souhaitez avoir plus d'informations sur la norme ? Vous avez des doutes sur la conformité de vos installations ? Contactez l'ADIL29 (Agence Départementale d'Information sur le Logement 02 98 46 37 38 ou [www.adil29.org](http://www.adil29.org)

#### ● Soyez prêt !

Si vous avez des exigences par rapport à votre futur logement, sachez que de son côté, le propriétaire voudra aussi avoir certaines garanties concernant son futur locataire :

- une majorité de propriétaires et bailleurs demandent un garant : essayez d'avoir la caution d'un tiers (en général un parent) avant de prendre les premiers contacts (à noter

qu'il existe des dispositifs pour les personnes n'ayant pas de garant : action 1 % logement).

- renseignez-vous sur les aides au logement dont vous pourriez bénéficier pour compléter votre budget
- Préparez des papiers démontrant que vous pouvez payer un loyer (des justificatifs de ressources par exemple).

C'est d'autant plus conseillé qu'une fois le logement choisi, votre futur propriétaire (ou le professionnel gestionnaire) exigera des justificatifs au moment la signature du bail.

Un bailleur (= un propriétaire ou son représentant) est donc en droit de réclamer :

- un justificatif d'identité (passeport, carte d'identité, titre de séjour...)
- un justificatif de statut ou de situation/statut (étudiant, en formation professionnelle...)
- un justificatif de domicile (quittance de loyer ou attestation d'hébergement en cours...)
- un ou plusieurs justificatif(s) de ressources (avis d'imposition et/ou celui de votre garant, 3 derniers bulletins de salaires...)
- une estimation de l'allocation CAF

La réglementation établit la liste précise des documents que l'on est en droit de vous demander, à trouver sur [www.anil.org](http://www.anil.org) (rubrique Vous êtes locataire).

Préparer sa recherche et les visites des logements, c'est anticiper les questions à poser aux propriétaires et être attentif à l'état des logements. Retrouvez au bij et sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) un dossier complet sur le logement. : des outils vous aideront à constituer votre budget, préparer les visites d'un logement etc.



FINISTÈRE - PRESQU'ÎLE DE CROZON  
TELGRUC-SUR-MER

← Camping Pen Bellec\*\*

Accès direct à la plage !

Emplacement : 4 € - Adulte : 5 €

Retrouvez nos services et tarifs sur notre site internet

CAMPING PEN BELLEC\*\*

TELGRUC-SUR-MER

PLAGE DE TREZ BELLEC  
29560 TELGRUC-SUR-MER

**02 98 23 59 79**

[camping-penbellec@orange.fr](mailto:camping-penbellec@orange.fr)  
[www.camping-telgruc.fr](http://www.camping-telgruc.fr)

## 100% VÉCU



**Antoine**, étudiant en 2<sup>ème</sup> année de Maths à UBO et résidant en cité U.

*Je suis logé au Bouguen en chambre de 9m<sup>2</sup> en cité U. Actuellement, il y a 2 types de chambres, les traditionnelles qui comprennent la chambre et un point d'eau et les rénovées où la douche est intégrée dans la chambre. Moi j'ai choisi une chambre « traditionnelle ».*

## AVANTAGES DE LA CITÉ U

*C'est convivial comme ambiance. On rencontre des personnes, on ne vit pas seul car on partage la cuisine et les points d'eau.*

*C'est proche de la fac et on accède facilement aux services (sport, bibliothèques, santé). Beaucoup d'animations sont mises en place comme des soirées jeux de société, séance film, sport ou sophrologie.*

*Le soir, un veilleur de nuit est présent dans la résidence ce qui permet de travailler dans de bonne condition et dormir dans le calme. Si on a un problème (électricité, plomberie), on a une aide technique. Pour la gestion administrative, il y a une personne pour nous accompagner.*

## INCONVÉNIENTS

*9 m<sup>2</sup> c'est petit !. C'est le seul inconvénient. Cependant, je bouge beaucoup, je suis chez moi juste pour dormir la plupart du temps. Cela fait 2 ans que je suis en chambre. Pour la rentrée prochaine, je vais demander un studio ou prendre un logement en ville.*

## Un budget avant l'emmenagement

Soyez également vigilant au fait que devenir locataire à un coût ! On pense souvent aux équipements (lit, réfrigérateur...) mais il faut aussi compter tous les frais liés à une installation :

- le dépôt de garantie (c'est une somme demandée par le propriétaire qui sert à couvrir d'éventuels manquements du locataire à ses obligations locatives.)
- les honoraires éventuels (dans le cas où vous passez par un agent immobilier, un notaire)
- un mois de loyer d'avance
- l'ouverture et l'abonnement à l'électricité, gaz, eau...
- la souscription à l'assurance logement.

### L'installation

Avant d'y déposer ses cartons et avant même d'avoir les clés de votre nouveau «chez vous», il y a des points à connaître et à prévoir.

Bien s'installer, penser à toutes les démarches et les formalités, c'est se donner les meilleures chances d'être bien dans son logement.

### Signer le bail

Le Bail ou contrat de location est un document essentiel pour le propriétaire comme pour le locataire. En favorisant les droits de chacun, il favorise les bonnes relations. Le bail est obligatoire lorsqu'il s'agit de logements vides à usage d'habitation principale ou à usage mixte (professionnel et d'habitation principale) et fortement conseillé dans les autres cas.

Pour en savoir plus sur le contenu du bail, les pièces à joindre, la durée, la fin du bail :

[www.adil29.org](http://www.adil29.org)

### À établir avec soins : l'Etat des lieux

● **L'état des lieux** est un document essentiel, établi avec le bailleur ou son représentant, lors de la remise des clés et à conserver pendant toute la durée de la location. Il décrit le logement loué pièce par pièce ainsi que les équipements qu'il comporte. Si vous passez par un agent immobilier ou un notaire, des honoraires peuvent être facturés.

● **Soyez pointilleux** : ce document permettra de comparer l'état du logement au début et son état à la fin de la location afin de déterminer, en cas de réparations nécessaires, celles qui incombent au propriétaire ou au locataire. Cette étape est importante ! N'hésitez pas à être accompagné et surtout à prendre votre temps pour être précis dans votre description.

### Assurer son logement

L'assurance logement est obligatoire pour parler aux dégâts des eaux, incendie et éventuellement vol des équipements.

Un propriétaire a la possibilité de souscrire une assurance pour la proposer à son locataire ; elle lui sera facturée en plus des charges et du loyer. A défaut, c'est au locataire de souscrire un contrat auprès d'un assureur : nous vous conseillons de comparer les offres. Une attestation doit être fournie dès l'entrée dans le logement.



# L'INTERVIEW



XAVIER ROUX  
COORDINATEUR ASSOCIATION AILES  
(WWW.AILES.INFINI.FR)

## Qu'est-ce qu'un FJT ?

Un foyer de jeune travailleur ou résidence habitat jeune accueille des personnes de 16 à 30 ans qui ont un projet d'emploi, de formation, d'études, de stage ou d'apprentissage. Plusieurs logements tout équipé sont accessibles aux personnes à mobilité réduite. Les futurs résidents doivent disposer de ressources régulières (400€ au minimum). Une évaluation des ressources est effectuée lors du premier entretien.

## Quelles sont les démarches à effectuer si on souhaite un logement en FJT ?

Pour faire une demande d'hébergement, la procédure est simple. Vous pouvez nous contacter par téléphone 02 98 43 45 48, par mail habitatioise@ailes29.org ou en prenant un rendez-vous. Un conseiller logement évaluera le projet du demandeur et l'opportunité d'accueil en résidence.

## Quels sont les tarifs ?

Plusieurs types d'hébergement sont proposés : chambre meublée et salle de bain, studios meublés et équipés, T1 équipés. La redevance comprend le loyer et les charges (de 340 à 485 €). Un mois de caution sera demandé pour l'entrée dans les lieux. De plus, vous percevrez l'APL dès le premier mois. Il n'y a pas de taxe d'habitation à payer. Le préavis de départ est de 8 jours.

## Quels sont les services proposés ?

Les résidents disposent d'une cafétéria pour échanger et se rencontrer. Ils ont également à leur disposition une laverie et un service de restauration. Par ailleurs, un programme d'animation est proposé aux résidents le soir et le week-end (animations sportives et culturelles). Enfin, tout au long du séjour, ils peuvent bénéficier d'un accompagnement dans la gestion du budget, d'un soutien pour les démarches administratives et leur projet.



**FOYER** Stagiaire Etudiant  
Vous avez entre **18 et 30 ans**  
Vous recherchez un logement à **BREST** Connexion Internet  
**169 Studios** **Habitat JEUNES** Aide au logement ou en recherche d'emploi  
**TRAVAILLEURS**  
Résidence sociale

### Kérélie / Lambézellec

30 rue de Kérélie et 138 rue Robespierre

☎ 02 98 03 32 11

kerelie@amities-armor.asso.fr

### Ker Héol / Europe

7 rue de Ker Héol

☎ 02 98 02 29 97

kerheolfjt@amities-armor.asso.fr

### Ker Digemer / Bellevue

4 rue de Quercy

☎ 02 98 03 15 80

kerdigemerfjt@amities-armor.asso.fr



APPEL GRATUIT  
**N° Vert 0 800 51 26 72**  
www.amities-armor.asso.fr

## L'INTERVIEW



3 QUESTIONS   GÉRALD LÉON,  
RESPONSABLE DE L'AGENCE  
ACTION LOGEMENT DE BREST

#### Quelle est la mission d'ACTION LOGEMENT ?

La mission d'ACTION LOGEMENT, acteur majeur du logement social en France, est de favoriser le lien emploi-logement, afin que le logement ne soit pas un frein dans l'accès à l'emploi. C'est pourquoi ACTION LOGEMENT propose aux jeunes des aides pour faciliter leur mobilité professionnelle et un meilleur accès au logement.

#### Quels jeunes peuvent bénéficier des aides ACTION LOGEMENT ?

Tous les jeunes de moins de 30 ans, qu'ils soient encore étudiants, en recherche d'emploi, en apprentissage, en intérim, en CDD, qui viennent d'obtenir leur 1er emploi

Ils peuvent être en couple ou célibataires, de nationalité française ou étrangère. Ils ont en commun un statut précaire, et ACTION LOGEMENT est là pour les accompagner dans leur recherche de logement.

#### Quelles sont les aides proposées ?

Une avance pour le financement du dépôt de garantie demandé par auprès du propriétaire. : l'AVANCE LOCA-PASSÉ.

Une garantie du paiement des loyers : la GARANTIE LOCA-PASSÉ dans le parc social, ou la garantie VISALE dans le parc privé. Ces garanties évitent une caution familiale, sont gratuites et couvrent les loyers impayés en cas de difficultés passagères.

Une subvention jusqu'à 100   par mois pour alléger le paiement du loyer si vous êtes en alternance : AIDE MOBILI-JEUNE .

Retrouvez l'ensemble des aides proposées sur [www.actionlogement.fr](http://www.actionlogement.fr)



#### Mémo du locataire qui s'installe

Vous avez enfin trouvé votre logement, signé votre bail, établi l'état des lieux, assuré votre appartement. Le propriétaire vous remet les clés... vous êtes chez vous !

- Du côté des démarches administratives, le site [service-public.fr](http://service-public.fr) a fait pour vous une liste de tâches à réaliser aussi tôt que possible et dès que vous avez signé le contrat de location, que vous connaissez votre date d'emm agement.   suivre sur [vosdroits.service-public.fr/Jed m nage](http://vosdroits.service-public.fr/Jed m nage)

- Signaler votre changement d'adresse

Service gratuit en ligne [mon.service-public.fr](http://mon.service-public.fr) permet de communiquer votre nouvelle adresse et votre nouveau n  de téléphone à plusieurs organismes et administrations : CAF, assurance maladie, Pôle emploi, impôts...

- Transférer votre courrier

Vous pouvez demander à la Poste un transfert de votre courrier à votre nouvelle adresse. Le service « réexpédition définitive » vous coutera environ 30  sur [www.laposte.fr](http://www.laposte.fr)

Cette démarche n'a pas de caractère obligatoire dans la mesure où vous pouvez par vous-même prévenir toutes les personnes de votre choix ainsi que les administrations (voir paragraphe pr c dent)



## BON A SAVOIR

### S'équiper sans se ruiner

Outre l'achat de mobilier dans les magasins de Brest ou les solderies, vous pouvez également trouver des meubles et des objets d'occasions auprès des associations : Emmaus, La recyclerie, les dépôts vente et les vides greniers.

[lamachineduvoisin.fr](http://lamachineduvoisin.fr) : partage de machines à laver entre particuliers. Ce site met gratuitement en relation les personnes cherchant à faire leur lessive et celles souhaitant partager leur machine à laver.

## Informations et aides financières pour le logement

### ADIL

(Agence Départementale d'Information sur le Logement) du Finistère  
14, boulevard Gambetta - Brest  
02 98 46 37 38  
[www.adil29.org](http://www.adil29.org)

### CAF

1, rue de Portzmoguer - Brest  
0 810 25 29 30  
[www.caf.fr](http://www.caf.fr)

### ACTION LOGEMENT

Chambre de commerce et d'industrie (CCI)  
1, place du 19e RI - Brest  
02 98 00 38 88  
[www.actionlogement.fr](http://www.actionlogement.fr)

## Adresses pour se loger

### CLOUS

2, avenue Le Gorgeu - Brest  
02 98 03 38 78  
[www.crous-rennes.fr](http://www.crous-rennes.fr)  
(pour étudiants et apprentis)

### Les foyers de jeunes travailleurs ou habitat jeunes

#### FJT DE L'IROISE - ASSOCIATION AILES (16-30 ANS)

[www.ailes.infini.fr](http://www.ailes.infini.fr)

- Résidence Michelet (Quartier Centre-ville)  
8, rue Jules Michelet - Brest
- Résidence Kérabécam (Quartier Centre-ville)  
7, rue Kérabecam - Brest
- Résidence de l'Octroi (Quartier Centre ville)  
5 rue Sébastopol - Brest

Contact pour les 3 résidences :  
02 98 43 45 48 ou  
[habitatiroise@ailes29.org](mailto:habitatiroise@ailes29.org)

#### Foyers de Jeunes Travailleurs Amitiés d'Armor (18-30 ans)

[www.amities-armor.asso.fr](http://www.amities-armor.asso.fr)

- Résidence Ker Héol (Quartier Europe)  
7 rue Ker Héol - Brest  
02 98 02 29 67

- Résidence Kérélie (Quartier Lambézellec / Kéréderm)  
30 rue Kérélie - Brest  
02 98 03 32 11
- Résidence Robespierre (annexe du foyer de Kérélie)  
138 rue Robespierre - Brest
- Résidence Ker Digemer (Quartier Bellevue)  
4 rue du Quercy - Brest  
02 98 03 15 80

#### ARPEJ À BREST ET PLOUZANÉ

[www.arpej.fr](http://www.arpej.fr)

- 3 résidences à Brest : quartier centre-ville, Saint-Luc et Recouvrance  
02 98 43 69 72
- 1 résidence à Plouzané (Technopôle) 02 98 31 46 50

#### APPART'CITY

[www.appartcity.com](http://www.appartcity.com)

- Appart'City - Brest Pasteur  
81 rue Robert Doisneau - Brest  
02 98 46 36 06
- Appart'City Brest place de Strasbourg  
16-18 rue du Vercors - Brest  
02 98 42 62 01

#### RÉSIDENCE CARNOT

38 rue Lazare Carnot - Brest  
02 98 55 81 91

#### LES STUDIOS DU QUESTEL

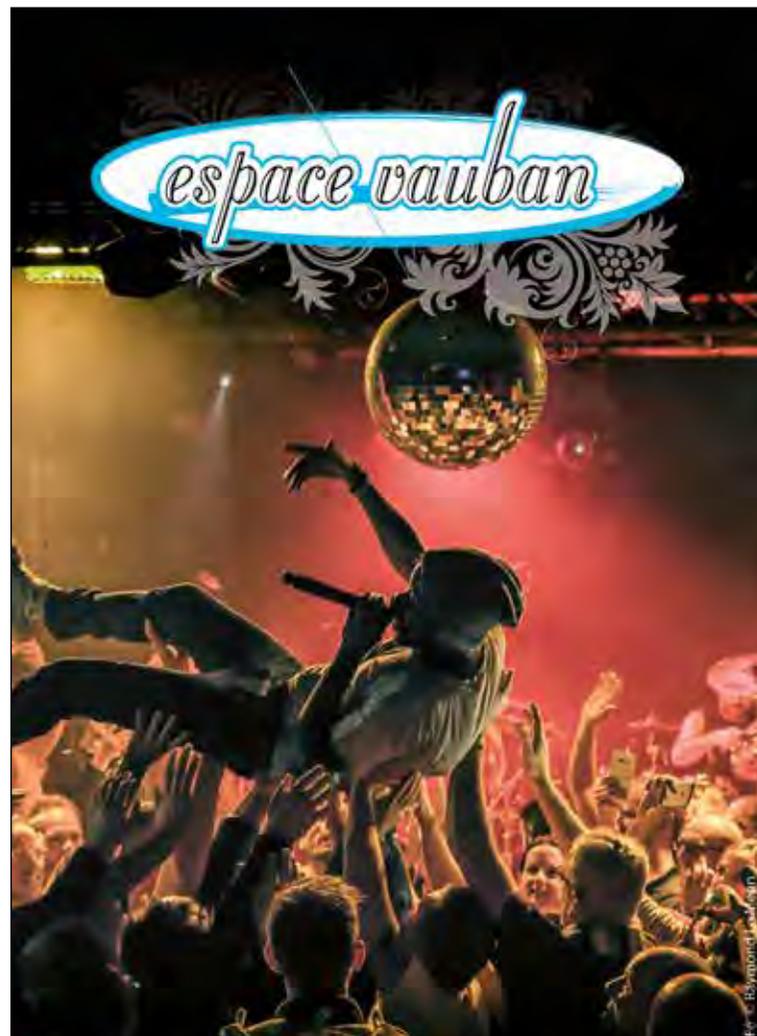
254 rue Francis Thomas  
Zone du Questel - 06 82 02 29 15  
Quartier Cavale Blanche

#### LOGEMENT SOCIAL (HLM)

Les organismes à caractère social (HLM) proposent des logements locatifs accessibles sous conditions de ressources. Toute demande de logement doit se faire via le site [www.demandelogement29.fr](http://www.demandelogement29.fr).

## Au bij

Le Bij, c'est un espace documentaire où vous pourrez consulter les dossiers se loger. C'est aussi un site internet [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org), consultez la rubrique logement pour connaître l'ensemble des propositions de logement à Brest (FJT, résidences, cité U et les offres des particuliers) et accédez aux informations utiles pour s'installer et gérer son budget.



**Plus de 200 concerts par an jazz, blues, soirées électro, dubs, funk, rock...**

**Bar et brasserie ouvert tous les jours (sauf dimanche et lundi)**

**Bal du Vauban, soirée dansante tous les samedis de 23h à 5h du matin**

**Un dîner au Vauban le samedi soir = une entrée offerte au petit bal**

[www.cabaretvauban.com](http://www.cabaretvauban.com)

**17 avenue Clemenceau (face au Quartz) - 29200 BREST  
02 98 46 06 88 - Fax 02 98 44 87 54 - [resa@espacevauban.com](mailto:resa@espacevauban.com)**



### les sites web incontournables

[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)  
[www.secu-jeunes.fr](http://www.secu-jeunes.fr)  
[www.info-acs.fr](http://www.info-acs.fr)  
[www.cmu.fr](http://www.cmu.fr)



## Bien comprendre le système de santé

*Depuis 2016 de nombreux changements sont intervenus en matière de santé : simplification des démarches pour les assurés, complémentaire pour tous les salariés et suppression du statut d'ayant droit majeur.*

### Connaître ses droits

La protection universelle maladie prévoit que toutes les personnes majeures avec ou sans activité professionnelle ont droit à la prise en charge de leurs frais de santé, dès lors qu'elles résident en France de manière stable et régulière. Ce qui signifie que toute personne majeure est assurée à titre individuel, quelque soit sa situation personnelle dès sa majorité (ou dès 16 ans à sa demande).

A partir de l'âge de 16 ans, l'enfant ayant droit d'un assuré, peut obtenir, à sa demande, le statut d'ayant droit autonome. Il peut alors bénéficier personnellement du remboursement des frais médicaux de l'assurance maladie et maternité (nécessite ouverture d'un compte). Pour avoir sa propre carte d'assuré social (la carte vitale), il doit déposer une demande auprès de l'organisme d'assurance maladie auquel est affilié son parent (dont on est l'ayant droit). Cette demande est valable 1 an, renouvelable automatiquement.



## BON A SAVOIR

**La carte vitale** est votre carte d'assuré social. Elle est délivrée à tout bénéficiaire de l'assurance maladie à partir de l'âge de 16 ans. Elle atteste de vos droits à l'assurance maladie. Elle contient tous les renseignements administratifs nécessaires au remboursement de vos soins et à votre prise en charge en cas d'hospitalisation. La carte vitale ne contient aucune information d'ordre médical. Ce n'est pas une carte de paiement.



### Cas particulier : statut étudiant(e)

Dès votre inscription dans un établissement d'enseignement supérieur (université, IUT, BTS, classe préparatoire...), vous devez, sauf cas particulier, être rattaché à la sécurité sociale étudiante. Vous avez ainsi droit au remboursement de vos frais de santé en cas de maladie ou de maternité pendant toute la durée de l'année universitaire, du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août de l'année suivante.

À la fin des études, pour continuer à bénéficier du remboursement de vos frais de santé, informez l'assurance maladie de votre nouvelle situation et pensez à mettre à jour votre dossier. C'est elle qui assurera la gestion de votre dossier et le remboursement de vos frais de santé (maladie et maternité) dès le 1<sup>er</sup> septembre de l'année en cours.

### La Mutuelle ou complémentaire santé

La sécurité sociale ne rembourse pas l'intégralité de vos dépenses. Le restant à rembourser, appelé ticket modérateur est à votre charge.

#### ● Qu'est ce qu'une mutuelle ? À quoi ça sert ?

C'est un organisme auquel on adhère et qui nous rembourse, en partie ou en totalité, ce que la Sécurité Sociale ne rembourse pas, lorsque l'on a effectué des dépenses de santé (médecin généraliste ou spécialiste, examens médicaux : radios, échographies, prises de sang, etc...) Il s'agit donc d'un complément

de l'assurance maladie (d'où le nom complémentaire santé) et son adhésion n'est pas obligatoire mais fortement conseillée. On peut être couvert par la mutuelle de ses parents en fonction de son âge, mais lorsque l'on décide de prendre son indépendance il est parfois utile de trouver une mutuelle adéquate.

Avant de souscrire un contrat, informez-vous sur l'existence d'un délai d'attente (appelé délai de carence). Il s'agit d'une période, à partir de la souscription et variable selon les contrats, durant laquelle vous n'êtes pas remboursé pour certaines prestations. Par exemple, le contrat peut indiquer un délai de carence de 6 mois en cas de soins dentaires.

#### ● Les mutuelles étudiantes

Tout étudiant inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur est obligatoirement affilié au régime étudiant. Les mutuelles étudiantes (la SMEBA et la LMDE) sont à la fois des centres de Sécurité Sociale et des mutuelles complémentaires. En tant qu'étudiant, on possède son propre numéro d'assuré social et sa carte vitale; en revanche on est libre de profiter ou non de la mutuelle qui y est associée c'est-à-dire qu'on peut être affiliée à une autre (celle de ses parents par exemple).

#### ● Les mutuelles d'entreprises

Depuis janvier 2016, l'employeur doit faire bénéficier tous ses salariés d'une couverture complémentaire santé, quelle que soit leur an-

cienneté dans l'entreprise. Vous pouvez être dispensé d'y adhérer dans certaines situations. Plus d'infos sur [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)



**BON  
A SAVOIR**

#### Si vos revenus sont modestes,

vous pouvez peut-être bénéficier d'une aide pour vos dépenses de santé avec la CMUC (Couverture maladie universelle complémentaire) ou l'ACS (Aide pour une complémentaire santé). L'attribution de ces deux aides dépend de votre situation et de vos ressources. Pour savoir si vous pouvez bénéficier d'une aide, faites une simulation sur : [www.ameli.fr/simulateur-droits](http://www.ameli.fr/simulateur-droits)

100% VÉCU



**Ona, étudiante et membre de la FédéB** ([www.fedeb.net](http://www.fedeb.net))

*Je suis chargée de mission bien-être étudiant à la FédéB. Mes missions principales sont la sensibilisation et la promotion de la santé.*

#### PRÉVENTION

*la Fédé B a à cœur d'agir pour la prévention auprès des étudiants en sensibilisant via des actions de prévention sur les effets de l'alcool, des drogues et des médicaments psycho actifs ainsi que sur les conduites à risques. Nous mettons à disposition de nos associations adhérentes du matériel de prévention (des préservatifs, des éthylotests et des bouchons d'oreille.). Nous avons signé la charte « Soirée Étudiante Responsable ». Nous proposons lors des soirées des salles de repos et la distribution d'eau gratuitement. Nous proposons des animations de sensibilisations comme le jeu « dose bar/dose maison » ou les lunettes de simulation d'alcool. Notre volonté n'est pas de faire la moral mais de prévenir les risques.*

#### ORIENTER LES ÉTUDIANTS VERS LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

*Certains étudiants renoncent aux soins par manque de connaissance ou une mauvaise compréhension de ce qui existe à Brest. Le SUMPPS propose aux étudiants des consultations médicales, des soins infirmiers etc. On peut aussi consulter sur rendez-vous des médecins spécialisés comme des psychologues cliniciennes, psychiatre et gynécologue.*

## Se soigner : le parcours de soin coordonné\*

*La règle est de toujours consulter son médecin traitant en premier recours mais il existe des exceptions.*

### Le médecin traitant

Si vous avez 16 et 17 ans, vous avez besoin de l'accord d'un de vos parents ou titulaires de l'autorité parentale. Cette personne devra également signer la déclaration de choix du médecin traitant. À partir de 18 ans, vous seul pouvez décider de qui sera votre médecin traitant.

### À quoi sert-il ?

Votre médecin traitant s'occupe de votre suivi médical : il regroupe toutes les informations concernant vos soins, votre état de santé (résultats d'examen, diagnostics, traitements...) et les met à jour. Il est également là pour vous informer sur les examens à faire et vous donner des conseils. Il peut aussi vous orienter vers d'autres professionnels de la santé (médecins spécialistes, médecins hospitaliers...).

### Comment choisir mon médecin traitant ?

Vous pouvez choisir le médecin traitant que vous voulez. Votre médecin de famille, un médecin généraliste ou spécialiste. vous n'êtes pas obligé d'avoir le même médecin traitant que les membres de ta famille. Il peut exercer seul, au sein d'un cabinet, dans un centre de santé ou encore à l'hôpital. Il n'y a pas de contraintes géographiques. L'essentiel est de



choisir un médecin avec lequel vous vous sentez à l'aise, en confiance et que vous pouvez consulter facilement (près de chez soi). Une fois que vous avez choisi votre médecin traitant, vous remplissez avec lui « la déclaration de choix du médecin traitant » que vous envoyez ensuite à votre caisse d'Assurance maladie.

### Est-ce que je peux changer de médecin ?

Oui, vous pouvez choisir un nouveau médecin sans vous justifier. Dans ce cas, vous devez renvoyer à votre caisse d'Assurance Maladie une nouvelle déclaration de choix du médecin traitant, remplie et signée conjointement avec le nouveau médecin traitant que vous avez choisi.

### Et en cas de déplacement ou d'urgence ?

Si vous êtes loin de chez vous ou en cas d'urgence, vous pouvez consulter un autre médecin. Vous serez remboursé normalement.

### Le médecin correspondant

Si nécessaire, votre médecin traitant peut vous orienter vers un autre médecin spécialiste (cardiologue, dermatologue, etc.) appelé médecin correspondant. Il informe votre médecin traitant de votre état de santé et, avec votre accord, lui transmet les éléments nécessaires à la bonne coordination de vos soins (résultats d'examen complémentaires, compte-rendu opératoires). Le taux de remboursement habituel est alors maintenu.

\* Source : filsantejeunes



## BON A SAVOIR

vous pouvez consulter directement certains spécialistes un gynécologue, un ophtalmologue, un chirurgien-dentiste, un psychiatre ou un stomatologue. Vous serez remboursé(e) normalement.



# Questions de **santé**

## La première fois

Pour les filles comme pour les garçons, cette découverte apporte son lot de questions, de doutes, de peurs... Que l'on soit timide ou sûr (e) de soi, la première relation sexuelle est synonyme d'inconnu. Il est donc tout à fait normal de se poser des questions. Des sites [www.onsexprime.fr](http://www.onsexprime.fr) ou [www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com) répondent à vos questions.

N'oubliez pas que vous avez le droit d'hésiter, d'accepter ou de refuser de franchir le pas. La première question à se poser est à la fois simple et essentielle: « Est-ce que j'en ai vraiment envie ? » Peu importe votre âge, l'essentiel est de se sentir prêt(e). Si ce n'est pas le cas, prenez votre temps.

## La première consultation gynécologique

Une consultation gynécologique est l'occasion d'avoir les réponses à toutes les questions que vous vous posez sur votre corps, votre intimité, la sexualité, la contraception, d'éventuels problèmes de santé... Aucune question n'est ridicule, alors n'hésitez pas ! Vous n'avez pas besoin d'avoir l'autorisation de vos parents pour consulter, même si vous êtes mineure. Les professionnels de santé sont tenus au secret médical : ils n'ont pas le droit de répéter à vos parents la discussion que vous avez eue avec eux. De même, si vous venez accompagnée, ils demanderont à la personne de sortir un moment pour vous parler en toute confidentialité.

## La contraception

La contraception ce n'est pas qu'une affaire de fille ! Il existe différents moyens de contraception : la pilule, le dispositif intra-utérin ou stérilet, l'implant, le préservatif féminin ou masculin, etc. Ce choix est important, et il vous appartient. Pour vous aider à choisir le mode contraceptif qui vous convient le mieux, consultez le site [www.choisirsacontraception.fr](http://www.choisirsacontraception.fr)

## Et si on se faisait dépister ?

Avec le préservatif, le test de dépistage est la deuxième arme contre le sida et l'ensemble des IST. La plupart des transmissions d'IST sont le fait de personnes qui ignorent qu'elles sont porteuses. Le dépistage vous permet de savoir où vous en êtes, quels risques vous courez.

Si vous n'avez pas de partenaire fixe, faites régulièrement un test de dépistage, même si vous utilisez des préservatifs.

Si vous êtes en couple et que vous avez un partenaire fixe, vous devez tous les deux faire un test si vous voulez vous passer de préservatifs. Pour que les résultats soient totalement fiables, vous devez le réaliser 6 semaines après votre dernier rapport sexuel non protégé. Pensez aussi à une autre méthode contraceptive (pilule...) pour éviter les grossesses non désirées.

Pour effectuer un test de dépistage, rendez-vous dans un centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic (CeGIDD). Il assure des activités d'information, de prévention, de dépistage, de diagnostic et de traitement des



## BON A SAVOIR

Les consultations proposées par le centre de planification et d'éducation familiale sont anonymes et gratuites pour les mineures. Dans les autres cas (médecin généraliste, gynécologue ou une sage-femme) les tarifs sont variables selon les professionnels. Renseignez-vous au moment de prendre rendez-vous.

infections sexuellement transmissibles. Le dépistage est réalisé par un simple prélèvement sanguin, de façon totalement anonyme et gratuite, sans rendez-vous, et sans être à jeun. Les résultats seront remis personnellement dans un délai de 7 jours. Ils ne pourront être ni expédiés ni rendus par téléphone. Le centre est ouvert à tous, y compris aux mineurs sans accord parental.

L'INTERVIEW

PASAJ  
SERVICE ÉCOUTE  
JEUNES EN FINISTÈRE**Qu'est-ce que pasaj ?**

Pasaj est un service d'écoute psychologique de l'association Parentel destiné aux jeunes de 12 à 25 ans résidant dans le Finistère. Le service est gratuit et anonyme.

**Pourquoi contacter pasaj ?**

Tu n'as pas besoin d'avoir un motif en particulier ! Pasaj est fait pour te permettre d'être écouté(e) et de parler de ce qui te pose question.

**Comment vous contacter ?**

Tu peux nous contacter par :  
SMS : 06 32 98 22 07  
Téléphone : 02 98 43 10 20  
06 32 98 22 07  
Mail : pasaj29@pasaj.fr  
Skype : pasaj29  
Chat : www.pasaj.fr

**Quand vous contacter ?**

Tu peux nous contacter tous les soirs de 20h00 à 23h00 (sauf le samedi) ainsi que les mercredis après-midi de 14h00 à 17h00.

les sites web  
incontournables

www.filsantejeunes.com  
www.onsexprime.fr  
www.choisirsacontraception.fr



## Se sentir bien

*De temps en temps, on a besoin d'être seul pour prendre soin de soi.  
Ce qui permet de se détendre et de se sentir bien.*

**Penser à soi**

Profiter de chaque petit moment agréable du quotidien comme savourer un bon gâteau au chocolat, écouter sa chanson préférée, lire un bon livre ou une BD, discuter avec les copines et les copains... Le bonheur, ça se déguste avec gourmandise et simplicité. Il s'agit de savoir en profiter.

**Faire du sport ou une activité qui plaît**

Faire une partie de foot, chanter, danser.... se donner dans une activité que l'on aime donne des ailes. On se sent valorisé en déployant ses talents. On peut aussi partager notre passion avec les autres.

**S'ouvrir et faire confiance aux autres**

Quand on ose s'ouvrir aux autres et faire confiance à ceux que l'on aime bien, on peut vivre avec eux de belles aventures. On peut découvrir de nouveaux univers, partager de bons moments avec ceux que l'on apprécie (ses copains, sa famille) mais également avec ceux qui ont besoin de soutien (les enfants malades, la vieille voisine du 5<sup>ème</sup>, les sans-abris...). Le bonheur rime alors avec solidarité.

**Chasser le coup de blues**

Mais parfois, quand on n'a pas trop le moral, on a beau tout faire pour essayer de se sentir

bien, les soucis prennent le dessus. Même si ce n'est pas toujours facile, on peut en parler à ses proches, à quelqu'un en qui on a confiance (famille, ami, professeur...). Dire ce que l'on a sur le cœur et se sentir écouté permet déjà de se sentir mieux.

Sur son site, Fil Santé Jeunes [www.filsante-jeunes.com](http://www.filsante-jeunes.com) propose quelques astuces pour retrouver confiance en soi et chasser le cafard :

- trouver chaque jour une raison d'être satisfait de soi, en commençant par de petites choses ;
- ne plus avoir peur du lendemain, en planifiant ses activités puis en rayant celles que l'on a réalisées ;
- pleurer un bon coup, ça aide souvent ;
- dormir, pour y voir un peu plus clair ;
- se changer les idées en regardant un film drôle ou en écoutant de la musique ;
- sortir et appeler ses amis.

Si la souffrance s'installe et est trop lourde à porter, il est important de consulter un professionnel de la santé qui sera à l'écoute et avec lequel on pourra trouver des moyens pour aller mieux. À Brest, des professionnels comme Pasaj, le Service Écoute jeunes en Finistère ou la Maison des adolescents sont là pour vous écouter.

## CPAM DE BREST

1 rue de Savoie ou  
square Marc Sangnier  
Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h  
Tél : **36 46** (prix d'un appel local  
depuis un poste fixe)  
[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

## Sexualité

### CENTRE DE PLANIFICATION - HÔPITAL MORVAN

Bât 5 - rez-de-chaussée  
5 avenue Foch - Brest  
02 98 22 34 39)

### CENTRE DE SANTÉ POUR LES ÉTUDIANTS (SUMPPS)

3, rue de Lanrédec - Brest  
02 98 01 82 88  
[www.univ-brest.fr/centredesante](http://www.univ-brest.fr/centredesante)

### HÔPITAL DE LA CAVALE BLANCHE

centre gratuit d'information,  
de dépistage et de diagnostic  
(CeGIDD)  
service des maladies infectieuses -  
consultation 2  
Rue Tanguy Prigent - Brest  
0810 901 855 (numéro vert)

## Chasser le coup de blues

### PASAJ - SERVICE ECOUTE JEUNES EN FINISTÈRE

Tous les soirs de 20h à 23h sauf le  
samedi et le mercredi de 14h à 17

Anonyme et gratuit  
Tél : 02 98 43 10 20  
ou 06 32 98 22 07  
sms : 06 32 98 22 07  
mail : [pasaj29@pasaj.fr](mailto:pasaj29@pasaj.fr)  
chat : [skype : pasaj29](https://www.skype.com/fr)  
Chat live : [www.pasaj.fr](http://www.pasaj.fr)

### LA MAISON DES ADOLESCENTS : LE RADO

C'est un lieu d'accueil et d'écoute  
pour les jeunes de 12 à 25 ans.  
Confidentiel, avec ou sans  
rendez-vous.  
Hôpital Morvan - 02 98 22 38 67

## Au bij

Le Bij dispose d'un espace de  
ressources documentaires  
concernant la santé. Vous y  
trouvez des dossiers et des  
brochures concernant la sexualité  
( la première consultation  
gynécologique, l'utilisation des  
préservatifs féminins et masculins,  
les questions d'ados et les  
premières fois), le mal-être, les  
addictions (tabac, alcool, cannabis  
etc.) et le système de soins. Toutes  
ces informations peuvent être  
consultées sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org).  
Vous y retrouverez l'ensemble des  
adresses utiles et lieux ressources  
à Brest.



Retrouvez l'intégralité des interviews  
en vidéo sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)

**espace vauban**

**Plus de 200 concerts par an  
jazz, blues, soirées électro,  
dubs, funk, rock...**

**Bar et brasserie ouvert tous les jours  
(sauf dimanche et lundi)**

**Bal du Vauban, soirée dansante  
tous les samedis de 23h à 5h du matin**

**Un dîner au Vauban le samedi soir  
= une entrée offerte au petit bal**

[www.cabaretvauban.com](http://www.cabaretvauban.com)

**17 avenue Clemenceau (face au Quartz) - 29200 BREST  
02 98 46 06 88 - Fax 02 98 44 87 54 - [resa@espacevauban.com](mailto:resa@espacevauban.com)**



## Se déplacer à Brest

*Pour aller à la fac, au travail, chez des amis, les déplacements sont facilités par une multitude de propositions : à pied, à vélo, en transport en commun. Pour aller plus loin, découvrez des solutions plus économiques.*

### Bus, tram et téléphérique

Bibus, c'est le service de Brest Métropole pour le bus, le tram et le téléphérique :

[www.bibus.fr](http://www.bibus.fr)

#### ● Un réseau simplifié :

Les mêmes horaires de septembre à juin, même pendant les vacances scolaires. Les mêmes trajets toute la journée y compris en soirée.

Du lundi au samedi des tramways dès 4h40 et des bus dès 6 heures

– Un réseau Tram + Bus + téléphérique ouvert 7 jours sur 7, jusqu'à 0h30

– Plus de bus et de tramways le soir et le week-end

● Selon vos revenus, bénéficiez d'un tarif réduit.

– Pour les étudiants : le pass annuel étudiant (-26 ans) est valable de 1<sup>er</sup> septembre au 31 août.

Pass annuel étudiant boursier : 200 €,

Pass annuel étudiant non boursier : 250€

FréKence -26 (- de 26 ans), valable du 1<sup>er</sup> au dernier jour du mois, 27.95€

Les forfaits Rytmo, Tango et tempo (de 22,35€ à 6,15€) sont soumis aux conditions de ressources

- Pour les personnes à mobilité réduite :

La ligne A du tramway est accessible aux personnes à mobilité réduite sur la quasi-totalité de son parcours : 26 des 28 stations sont accessibles.

À bord des bus : toutes lignes de bus sont accessibles (bus équipés de rampes rétractables) sauf la ligne 28 (tous les arrêts ne sont pas aménagés).

En complément du réseau classique, Bibus propose un service de transport adapté pour les personnes à mobilité réduite. ce service Accemo s'adresse aux personnes ayant un taux de handicap supérieur ou égal à 80% et qui ne peuvent pas prendre le bus seules ou accompagnées.

Pour vous inscrire, contactez le service Accemo au 02 98 34 42 46



### Carte KorriGo

c'est LA carte de déplacements en Bretagne.

Elle est utilisable sur le réseau Bibus, sur le réseau TER

Bretagne, La carte KorriGo est une carte à puce,

personnelle et gratuite, permettant de charger des

forfaits (Fréquence, FréKence, Tempo, Rytmo...),

Formules B' ou Liberté (Pour la souscription aux

formules rendez-vous à la boutique Bibus) et tickets (1 voyage, 1 jour, 10 voyages...).

### Circuler à vélo

● Vélocibus est le service de location de vélo de Bibus.

Qu'il soit classique ou à assistance électrique, le vélo vous permet une mobilité écologique tout en restant très économique. Pour 3, 6 ou 12 mois, louez votre vélo et découvrez le plaisir de vivre votre ville en toute liberté ! Plus d'infos sur [www.bibus.fr](http://www.bibus.fr)



**BON  
A SAVOIR**

### Acheter et/ou réparer son vélo

Dans le but de promouvoir le vélo comme moyen de transport urbain, accessible à tous, l'association Brest à pied et à vélo, vend des vélos d'occasion à bas prix. Participez à l'atelier, c'est un espace de réparation participatif et solidaire.

Chaque adhérent peut venir réparer son vélo.

A votre disposition des outils et des savoir-faire !

[www.bapav.org](http://www.bapav.org)

### Envie de découvrir la Bretagne ?

– Calculez votre itinéraire et combinez les transports avec [www.breizhgo.com](http://www.breizhgo.com), le site des transports collectifs en Bretagne

- Le réseau Pen ar Bed, le réseau de transport qui dessert tout le département du Finistère.

[www.viaoo29.fr](http://www.viaoo29.fr)

- TER Bretagne : [www.ter.sncf.com/bretagne](http://www.ter.sncf.com/bretagne)

Tarif moins de 26 ans, Formules étudiants, offres spéciales...

### L'autopartage

L'association propose aux brestoises qui le souhaitent de partager une voiture afin de mutualiser les frais d'assurance, de carburant, d'entretien... En 2016, un premier véhicule a été mis en commun rue Jean Jaurès. Cette année, deux habitants de Siam et Recouvrance mettent en place une nouvelle auto partagée.

Vous êtes intéressés ? Contactez :

[siam-recouvrance@lespartageurs.bzh](mailto:siam-recouvrance@lespartageurs.bzh).

Plus d'infos sur : [lespartageurs.bzh](http://lespartageurs.bzh)

### Longues distances

SNCF

[www.voyages.sncf.fr](http://www.voyages.sncf.fr)

AÉROPORT DE BREST BRETAGNE

[www.brest.aeroport.bzh](http://www.brest.aeroport.bzh)

BUS

[www.isilines.fr](http://www.isilines.fr),

[www.ouibus.com](http://www.ouibus.com),

[www.flixbus.fr](http://www.flixbus.fr)

### Covoiturage

[www.covoiturage-finistere.fr](http://www.covoiturage-finistere.fr)

[www.blablacar.fr](http://www.blablacar.fr)

[covoiturage-libre.fr](http://covoiturage-libre.fr)

[www.laroueverte.com](http://www.laroueverte.com)



### Cinéma Art & Essai

films d'auteurs, films en V.O.S.T, soirée débat, ciné rencontre avec des réalisateurs...

Sur présentation de ce coupon, bon pour une place à 4 €  
(valable tous les jours à toutes les séances jusqu'au 31/08/2018)



136 rue Jean Jaurès 29200 Brest  
[www.cine-studios.fr](http://www.cine-studios.fr) - 02 98 46 25 58



### DEMANDEZ LE PROGRAMME !

Brest, c'est aussi des événements tout au long de l'année : les Pétarades, la fête de la musique, les jeudis du port, les vendredis du sport... et autant de festivals : Longueur d'ondes, Astropolis, le Festival Fanfares, le festival du film court...

Pour vous renseigner :

[www.brest.maville.com](http://www.brest.maville.com)

(rubrique sorties),

[www.letelegramme.com](http://www.letelegramme.com)

(rubrique sortir à Brest),

[www.septjournsabrest.fr](http://www.septjournsabrest.fr)

(rubrique sortir à Brest)

[www.cotebrest.fr](http://www.cotebrest.fr)

(rubrique sortir).

Pour les concerts,

[infoconcert.com](http://infoconcert.com)

Et n'oubliez pas le mensuel gratuit

Ty Zicos :

[www.tyzicos.com](http://www.tyzicos.com)



## Loisirs : mode d'emploi

*De nombreuses associations culturelles, sportives, de loisirs, des salles de spectacle, de théâtre, de concert contribuent à faire de Brest une ville attractive et dynamique.*

### Concerts, expositions, festivals, théâtre, cinéma...

#### À Brest, vous avez le choix !

Le Quartz, le Mac Orlan, la Maison du théâtre, Brest Aréna, l'espace Vauban, les capucins... découvrez les nombreux lieux culturels brestois.

Pour ne rien rater des événements, consultez l'agenda sur [www.brest.fr](http://www.brest.fr)

### Pratiquer une activité, se balader...

De l'accordéon au yoga en passant par la danse, consultez la plaquette qui recense l'ensemble des activités socioculturelles mises en place dans l'ensemble des équipements de quartiers brestois. Elle est disponible au Bij ou en téléchargement sur [www.brest.fr](http://www.brest.fr)

● Le service culturel de l'UBO développe des activités artistiques sous forme de stages, d'ateliers, de spectacles, de concerts et d'expositions pour rendre les étudiants acteurs de la vie culturelle.

Il propose à ses adhérents tout au long de l'année un choix de spectacles et de concerts à des tarifs très avantageux.

[www.univ-brest.fr/serviceculturel](http://www.univ-brest.fr/serviceculturel)

● L'annuaire de l'office des sports recense les activités des clubs sportifs qui y sont affiliés. Disponible dès la fin du mois d'août dans les mairies, au Bij et dans de nombreux autres lieux.

[www.brest.officedessportsbrest.fr](http://www.brest.officedessportsbrest.fr)

● Le sport à la fac - Le SUAPS propose plus d'une cinquantaine d'activités différentes entre les deux sites de Brest et Quimper : De l'Athlétisme à la Plongée, en passant par la Zumba, plusieurs créneaux sont proposés et parfois par niveau de façon à ce que tous les étudiants puissent y participer. Ces activités s'adressent à tous les étudiants de l'UBO qui ont payé leurs cotisations sport.

[www.univ-brest.fr/suaps](http://www.univ-brest.fr/suaps)

● Handibrest est une association multisport qui accueille les personnes en situation d'handicap. Elle est affiliée à deux fédérations : la Fédération Française Handisport et la



## BON A SAVOIR

**Chèque Sport de la région Bretagne pour les 16-19 ans**

[jeunes.bretagne.fr](http://jeunes.bretagne.fr)

**Le centre de médecine du sport**

Accueil gratuit sans rendez-vous. 02 98 33 53 40

Fédération Française des Sports Adaptés. Elle compte quatorze activités sportives en loisir ou en compétition.

[www.handibrest.org](http://www.handibrest.org)

#### ● Explorer la ville

Brest métropole dispose de nombreux espaces verts, parcs et jardins où il fait bon se balader ou se reposer. Sa position maritime vous offre de grandes possibilités de promenade au bord de l'eau ainsi que des nombreuses plages où vous pourrez pratiquer une activité nautique ou tout simplement vous retrouver entre amis. Pour connaître l'ensemble des sites : [www.brest.fr](http://www.brest.fr)

#### ● D'autres envies ?

Piscines, patinoires, bowling... toutes les informations sur les sites internet.

Les parcours et équipements sportifs en libre accès : [www.brest.fr](http://www.brest.fr)

Les médiathèques : <http://biblio.brest.fr>

# LASER GAME

BREST Centre-Ville  
Le Héros, c'est TOI !

**LASER GAME BREST - 51, RUE YVES COLLET**

www.lasergame-brest.fr

DE 7 À 77 ANS  
JUSQU'À 30 JOUEURS SIMULTANÉMENT

EXCELLENCE  
tripadvisor

f LASERMAX

P Parking Jaurès offert\*  
\*Voir conditions sur place

RÉSERVATION OBLIGATOIRE AU 02 98 80 00 00

M U L T I P L E X E

# Liberté

- DE 16 ANS = 4,50 €

ETUDIANTS  
LE JEUDI SOIR = 4,50 €

- DE 18 ANS = 6,50 €

Valable au cinéma Liberté sur présentation d'un justificatif scolaire ou d'âge. Hors majoration 3D. Hors séances, opérations et tarifications spéciales. Offre non cumulable avec d'autres avantages tarifaires. Offre étudiante à 4,50€ le jeudi dès 18h.

10 Parcours  
accrobranche

A partir de 3 ans

CROZON

# funPARK

Paintball  
A partir de 10 ans

100% SÉCURITÉ  
Ligne de vie  
continue

Route de Dinan 29160 Crozon - Tél. 06 62 21 85 30  
www.funpark-crozon.fr

# S'engager

*S'engager c'est s'impliquer dans la vie de la cité en faisant du bénévolat, en rejoignant ou en créant une association, en réalisant des projets. Les formes d'engagement sont multiples, elles permettent avant tout de vivre une expérience, de se construire, de se projeter.*

## Participer à la vie de la cité

C'est s'impliquer, réfléchir, prendre position, défendre ses droits en s'investissant dans des associations locales. Plus de 1350 associations sont recensées sur la ville et participent activement à la vie locale.

[www.brest.fr](http://www.brest.fr) vous informe sur la richesse du tissu associatif brestois : quelles activités proposent ces associations et/ou comment m'engager ? vous pourrez accéder à l'annuaire des associations, aux formations mises en œuvre pour les associations.

- Vous pouvez vous engager comme **bénévole** dans une association, vous retrouvez les offres de bénévolat sur le site du Bij [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) ou auprès de France Bénévolat – centre de Brest. France bénévolat contribue à la promotion du bénévolat sur notre territoire, permet la mise en relation des personnes inté-



**BON  
A SAVOIR**

### Mineurs, vous pouvez créer votre association !

La Junior Association permet aux jeunes de 13 à 18 ans de se regrouper pour réaliser leurs projets.  
[www.juniorassociation.org](http://www.juniorassociation.org)

ressées et les associations mobilisant des bénévoles et accompagne la reconnaissance et la valorisation des bénévoles

[www.francebenevolat.org](http://www.francebenevolat.org) 02 98 45 48 97

- Allez plus loin dans son engagement avec le **volontariat de service civique**. Il permet aux jeunes de 16 à 25 ans de s'engager pour une durée de 6 à 12 mois dans une mission au service d'une association ou d'une collectivité.  
[www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr)

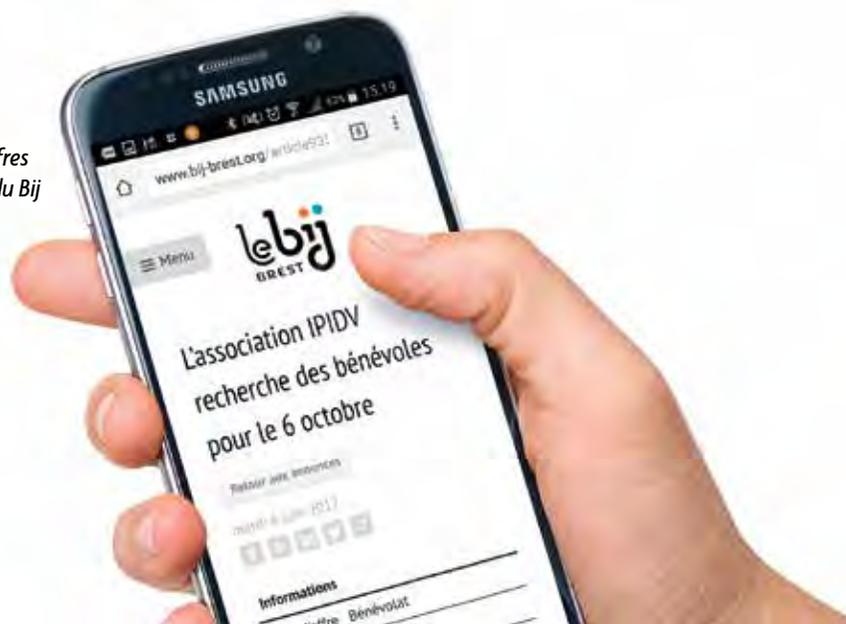
LES  
+  
DU  
bij

Consultez la fiche « créer et faire vivre son association », ou la rubrique du même nom sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) avec des conseils, des structures pour vous accompagner.



Le bij accompagne le conseil régional des jeunes (CRJ) de Bretagne

Pensez à consulter les offres de bénévolat sur le site du Bij



Les ambassadeurs du Warn à Brest  
(We are ready now - Nous sommes prêts)



## L'INTERVIEW



ERWAN HÉRÉ, CHARGÉ DE COORDINATION DE LA MISSION DYNAMIQUES EDUCATIVES ET JEUNESSE VOUS PARLE DE LA BOURSE ELAN.

### C'est quoi la bourse Elan ?

La bourse Elan, c'est un soutien, assuré par la ville de Brest et par la CAF du Finistère, aux projets des jeunes de 11 à 30 ans. Concrètement, quand un jeune souhaite réaliser un projet, il lui suffit de prendre contact avec l'équipe jeunesse de la ville : un chargé de projet va l'accompagner, afin de l'aider à définir précisément son projet, le mettre en relation avec les personnes et les structures qui peuvent contribuer à la réussite du projet, l'aider quant à la mise à disposition de salle ou de matériel. Ensuite, le jeune passe devant un jury de 2 ou 3 personnes, qui détermine si la ville de Brest et la CAF lui attribuent un soutien financier, qui peut aller jusqu'à 1 000 €, voire 30 000 € pour les projets d'ampleur ou particulièrement intéressants.

### Pour quel type de projet ?

Les projets soutenus peuvent être de tous ordres (organiser un concert, une action de solidarité, un événement sportif, réaliser un film, etc.) ; par contre, ne peuvent être soutenus que les projets qui ont lieu sur la ville de Brest, et qui ont un impact auprès du public (le projet ne saurait concerner que les porteurs de projet).

### Pour quel public ?

Tous les jeunes de 11 à 30 ans, du moment que le projet a lieu à Brest !

## Le tuto

# Comment concrétiser ses idées

**JOUER UNE PIÈCE DE THÉÂTRE, EXPOSER LES PHOTOS DE SON PÉRIPLÉ AU MEXIQUE, MONTER SUR SCÈNE AVEC SON GROUPE DE MUSIQUE, ORGANISER UN REPAS DE QUARTIER... DES IDÉES, VOUS N'EN MANQUEZ PAS. MAIS COMMENT LES CONCRÉTISER ?**

**LA PREMIÈRE CHOSE À FAIRE EST DE SE POSER LES BONNES QUESTIONS : « QUOI ? POURQUOI ? QUI ? OÙ ? COMMENT ? QUAND ? »... CELA VOUS PERMETTRA DE CONVERTIR UNE IDÉE PARFOIS UN PEU VAGUE EN UN PROJET CONCRET ET DE POUVOIR ENFIN PASSER À L'ACTION !**

**QUOI ? Que voulez-vous faire ? A quel domaine peut s'identifier votre idée ?**

Par exemple : arts ou culture, sports, humanitaire, solidarité internationale, solidarité locale ou social. Des projets similaires ont-ils déjà été réalisés ? En quoi votre projet est-il original ? Que souhaitez vous faire de différent ? Pourquoi souhaitez-vous le réaliser ?

**POURQUOI ? Quelles sont vos motivations ?**

Clarifier vos motivations car ce sont elles qui vous aident à franchir les étapes. Faire le point sur ce qui vous pousse, dégager les principales raisons qui vous animent va vous faciliter la tâche pour rédiger votre dossier et pour le présenter devant un jury.

**D'où vous vient cette idée ?**

- elle est liée à une passion, une conviction profonde

- c'est un vieux rêve, une envie d'enfance
- elle est née à la suite d'une rencontre ou d'événements personnels
- c'est un défi personnel
- c'est un concours de circonstances, une opportunité
- c'est un nouveau démarrage dans la vie
- c'est en lien avec votre projet professionnel

**Quel intérêt personnel voulez-vous en retirer ?**

Quelles sont les valeurs qui vous animent, ce qui vous tient vraiment à cœur ?

**QUI ? Qui êtes-vous ?**

Seul ou en équipe : qui sera le principal porteur du projet ? chacun partage-t-il la même motivation ? quelles sont les compétences de chacun ? Comment vous répartissez-vous les tâches ?

**OÙ ? Quelle est la portée géographique de votre projet ?**

Situer l'espace géographique de réalisation du projet pour déterminer les structures et les partenaires pouvant vous aider et/ou vous financer. La dimension informe aussi sur son importance et sa durée car un projet à échelle nationale ou internationale demande souvent plus de moyens financiers, plus de temps et plus de travail.

**COMMENT ? Quels moyens allez-vous mettre en oeuvre ?**

*Humain*

- l'équipe du projet suffit
- une équipe de bénévoles
- des professionnels de la sécurité (pour l'organisation d'un événement)

- des associations locales
- Technique*
- besoin de matériel son ou lumière
- besoin de cadre pour exposer
- besoin de tables, de chaises
- Financier*

**QUAND ? Quelle durée ?**

L'initiative que vous proposez, est-elle : ponctuelle, récurrente, permanente ? De combien de temps disposez-vous pour mener à bien votre projet ?

**LE DOSSIER DE PRÉSENTATION :**

Élément incontournable, il permet de vous présenter, de montrer vos motivations, votre but et les moyens que vous allez mettre en oeuvre pour faire aboutir ce projet. Et, il vous aide à formuler votre projet de manière organisée afin de le présenter aux financeurs et jurys. Les décisions d'attribution d'aide sont souvent prises après examen de ce dossier écrit.

**La forme**

- la couverture : une présentation soignée et personnalisée avec photos, dessin, logo... (certains projets peuvent se permettre plus d'originalité)
  - un titre accrocheur
  - mention de la date ou de la période envisagée
  - un format A4 le plus souvent (un projet artistique peut-être présenté sur un autre support)
  - une présentation dactylographiée
- Il doit être personnalisé : la forme et le style peuvent varier selon vos goûts et votre personnalité et selon le type de partenaire contacté.

## CONTACTS

Ce n'est pas un mémoire universitaire ! Inutile de faire un dossier le plus volumineux possible, au contraire, soyez clair et concis.

### Le fond

- *Le projet*
  - descriptif du projet, origine et objectifs visés
  - contexte (social, historique, culturel...)
  - localisation et planning de réalisation
  - moyens mis en oeuvre : techniques, humains, matériels (déjà acquis ou à rechercher)
  - liste des partenaires techniques et financiers déjà impliqués dans le projet
  - communication prévue auprès des médias
  - prolongements possibles (création d'une association, d'une troupe de théâtre, développement d'une activité professionnelle, lancement d'un produit ou d'un service...)
- *Le ou les acteurs du projet*  
Pas de CV classique mais une petite présentation biographique de chacun des participants avec leurs fonctions, leurs compétences dans le projet ainsi que la répartition des tâches au sein de l'équipe. N'oubliez pas d'indiquer clairement les coordonnées ou l'on peut vous joindre le plus facilement.

- *Le budget prévisionnel*  
Il doit faire apparaître toutes les dépenses et toutes les recettes nécessaires à la réalisation du projet, évaluées le plus précisément possible. Il se présente sous forme d'un tableau avec une colonne « Dépenses » et une colonne « Recettes ».

Sources : « Le guide méthodologique »  
*Projets jeunes en Finistère*  
et *Crij Bretagne*

### Projets

#### LA MISSION DYNAMIQUES EDUCATIVES ET JEUNESSE

Elle accompagne les jeunes brestois de 11 à 30 ans dans leur projet et soutient leurs initiatives qu'elles soient culturelles, sportives, humanitaires ou scientifiques.  
02 98 00 80 80

### Au bij

Le Bij, dispose d'un espace de ressources documentaires qui vous aidera dans le montage de votre projet. Vous y trouverez des outils de méthodologie, des informations sur les aides financières possibles « Aides financières aux initiatives jeunes en Bretagne – fiche 5.62 ». Vous pourrez également rencontrer une professionnelle qui pourra vous accompagner sur l'ensemble de votre projet. Le Bij dispose également d'un espace d'expo pour valoriser vos projets.

Toutes les informations sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org).



## BON A SAVOIR

[projetsjeunesenfinistere.fr](http://projetsjeunesenfinistere.fr) permet à tous les jeunes finistériens âgés de 11 à 30 ans de présenter et valoriser leurs projets.

Retrouvez l'intégralité des interviews en vidéo sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)

L'ASS DE PIQUE PRÉSENTE ...

# BREST TATTOO FEST

**SAMEDI 14  
DIMANCHE 15 AVRIL  
2018**

**SALLE AVEL-VOR  
PLOUGASTEL-DAOULAS**

[brest.tattoo.fest@gmail.com](mailto:brest.tattoo.fest@gmail.com)

100% VÉCU



**Daphné Renauld, 20 ans,** stagiaire à Dublin de mars à mai 2017

**Peux-tu nous parler de ton stage ?**

Je suis partie en stage à Dublin dans le cadre du projet Pass'Europe, mis en place par Gwennili, en partenariat avec les Missions locales du Finistère et le Bij de Brest. Après une semaine de cours de langue, j'ai effectué un stage dans un Comics shop. J'ai alors été intégrée à une équipe de 6 personnes qui m'a appris beaucoup sur les comics et les mangas. J'ai aidé au rangement des albums et j'ai également pu proposer une nouvelle méthode d'organisation qui a été adoptée par tout le monde. Une fois plus à l'aise en anglais, j'ai renseigné et conseillé les clients.

**Que faisais-tu de ton temps libre ?**

J'ai visité Dublin et d'autres villes comme Galway et Belfast. J'ai rencontré plein de personnes, notamment dans les pubs. Tous les soirs je retraçais les événements de la journée dans mon journal. J'étais logée dans une famille dublinoise, très gentille. J'ai pu découvrir plein de choses grâce à elle et je suis toujours en contact.

**Qu'est-ce que cette expérience t'a apportée et quels sont tes projets ?**

J'ai pris en confiance et je peux tenir une conversation en anglais. Je comprends beaucoup mieux l'anglais maintenant. Je souhaite devenir dessinatrice de jeux vidéo. Cette année je vais donc travailler, j'ai d'ailleurs trouvé un job saisonnier dans une crêperie, et mettre de côté pour pouvoir intégrer une école à la rentrée 2018.

## Partir... Pourquoi pas vous ?

*Vous connaissez sans aucun doute le programme Erasmus qui permet de partir étudier à l'étranger ou d'y faire un stage ? Sachez que de nombreuses autres possibilités existent en dehors du cadre scolaire. Elles sont souvent méconnues. On peut en effet participer à un projet international dès 14 ans. Petit tour d'horizon des opportunités qui s'offrent à vous.*

### Les mineurs

Si vous êtes mineur, sachez que vous avez d'autres options que les séjours linguistiques, dont le coût peut être un frein. En effet, les chantiers internationaux de bénévoles et les rencontres interculturelles vous permettent de participer à un projet international, et ce dès 14 ans (16 ans pour ceux organisés à l'étranger). D'origines culturelles et géographiques différentes, les participants effectuent des activités collectives, dans une ambiance conviviale, sur une thématique définie au préalable : le patrimoine, la culture, la protection de l'environnement... Hébergés tous ensemble, sous tentes le plus souvent, ils participent également aux tâches quotidiennes (cuisine, vaisselle, etc.). Plusieurs associations organisent ce type de projet dans le département : Gwennili (projets à l'étranger également), La Obra... De nombreuses autres associations françaises en proposent aussi, vous retrouverez les contacts sur le site du Bij : [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) (Rubrique International > Courts séjours)

### Wwoofing, HelpX, Workaway

Vous trouvez votre niveau d'anglais trop bas ? Vous avez envie de voyager tout en partageant le quotidien des locaux ? Une solution : le bénévolat.

Les réseaux internationaux comme le Wwoofing, HelpX et Workaway (et d'autres) permettent, dès 18 ans, de participer aux activités quotidiennes des hôtes, à hauteur de 4 à 6 heures par jour, tout en étant logés et nourris. Il est possible de partir seul, en couple, entre amis ou encore en famille et ce, toute l'année. Le Wwoofing est un réseau dédié aux fermes bio et non bio, HelpX aux fermes, aux auberges de jeunesse, aux B'n'B, etc. et Workaway, aux particuliers qui ont besoin d'un coup de main pour de la peinture, du jardinage, de la garde d'enfant, etc. Attention, les personnes ne sont pas rémunérées pour leur contribution aux tâches car il s'agit de bénévolat.

Pour en savoir plus, consultez le site du Bij : [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) (Rubrique International > Courts séjours)

### Le volontariat

Si vous souhaitez vous investir sur du plus long terme dans des associations à l'étranger, plusieurs formes de volontariat existent. Les avantages sont multiples : indemnité mensuelle, couverture sociale.

- **Pour les 16-25 ans**, le Service civique, peut également s'effectuer à l'étranger : Philippines, Allemagne, Tunisie, Maroc, Equateur, Roumanie, Algérie, Rwanda, Canada, etc. Les missions proposées sont variées : solidarité, culture, environnement, éducation, santé, sport, aide humanitaire, etc. A noter que l'on ne peut faire qu'un seul service civique, soit en France, soit à l'étranger.

- **Pour les 17-30 ans**, le Programme Erasmus + Jeunesse, le Service Volontaire Européen (SVE) permet d'effectuer un volontariat en Europe dans une association, une collectivité territoriale ou encore un établissement scolaire mais également dans un pays partenaire du programme (pays euro-méditerranéens, Balkans, etc.).

- **Pour les 18-25 ans**, le Volontariat franco-allemand peut aussi être une option intéressante. Son but est d'encourager la mobilité des jeunes français en Allemagne, et réciproquement, pour leur permettre d'élargir leurs connaissances linguistiques et culturelles. Il peut s'accomplir dans un établissement scolaire ou d'enseignement supérieur, dans une collectivité territoriale ou dans une association investie sur la protection de l'environnement.

- **Plus de 21 ans ?** Le Volontariat de Solidarité Internationale (VSI) est peut être fait pour vous ! Il permet de participer, au sein d'une ONG, à une action de solidarité internationale



de développement ou d'urgence humanitaire. Les destinations sont multiples : continent africain, Asie, Amérique latine, pays du Sud et d'Europe de l'Est ; tout comme les domaines : santé, hydraulique, enseignement, gestion, formation, développement rural ou urbain. Pour en savoir plus sur ces différentes formes de volontariat, consultez le site du Bij : [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) (Rubrique International > Volontariat)

N'hésitez pas à vous informer également sur la préparation du départ, la recherche d'emploi, le programme Vacances-Travail (PVT), la construction d'un projet personnel (road trip, voyage itinérant, à vélo, etc.), etc., en consultant notre site : [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org) (Rubrique : International).

LES  
+  
DU  
bij

Agnès Pissavy, chargée de mobilité internationale, accompagne les projets de mobilité, de la simple idée au projet défini. Des rendez-vous individuels permettent de faire le point sur les objectifs, le budget, le temps disponible, etc. et ainsi de vous proposer la ou les options les mieux adaptées. N'hésitez pas à la contacter !  
[agnes.pissavy@bij-brest.org](mailto:agnes.pissavy@bij-brest.org)  
02 98 43 84 16

L'IN  
TER  
VIEW



JULIE MEUNIER, CO-FONDATRICE  
DU SITE PVTISTES.NET, DÉDIÉ  
AU PROGRAMME VACANCES-  
TRAVAIL (PVT)

#### Qu'est-ce que le PVT ?

C'est un programme qui permet aux français de 18 à 30 ans, 35 ans pour le Canada, de partir à l'étranger pendant un an, 2 ans pour le Canada, pour y voyager et avoir la possibilité d'y travailler pour financer son séjour. Il est possible de partir en PVT dans différents pays : Canada, Australie, Nouvelle-Zélande, Japon, Taïwan, Hong-Kong, Corée du Sud, Argentine, Chili, Colombie, Mexique et Russie. J'ai moi-même fait un PVT Au Canada puis un autre en Australie.

#### Comment utiliser le site pvtistes.net ?

Notre site est très simple d'utilisation, et accessible à tous. L'inscription, gratuite, permet de participer aux forums de discussion, poster une petite annonce, etc. Il a pour objectif d'informer les futurs pvtistes sur les démarches à accomplir pour obtenir leur visa Vacances-Travail pour l'un de des 13 destinations possible. On guide les personnes avant de partir, mais aussi sur place et au retour également. On donne donc

aussi des conseils sur comment trouver un logement, un emploi, etc. Tous nos services sont gratuits.

#### Quelle destination conseillerais-tu pour un premier départ ?

Beaucoup de gens partent en premier en Australie ou en Nouvelle-Zélande car ce sont des destinations qui sont facile d'accès, en terme de demande de visa, alors que pour le Canada il s'agit d'un tirage au sort. Le choix de la destination dépend aussi des études que l'on a fait, du domaine dans lequel on travaille, de nos centres d'intérêts, de nos projets et du budget que l'on a. Les billets d'avion pour l'Océanie, par exemple, coûtent cher et le niveau de vie au Japon est élevé, comme à Sydney. En Amérique latine, on peut avoir un niveau de vie plus confortable.

#### Peut-on partir en couple ou à plusieurs ?

En dehors du Canada, c'est très simple. Chacun doit obtenir son propre visa mais globalement tout le monde l'obtient. Tout simplement parce qu'il n'y a pas beaucoup de critères de sélection.

#### Enfin, quel type de travail peut-on trouver sur place ?

La majorité des pvtistes font des petits boulots : serveurs, vendeurs, déménageurs, laveurs de voiture. En Océanie beaucoup font du fruitpicking, de la cueillette de fruits et légumes. Cependant, il y a aussi des gens qui arrivent à travailler dans leur domaine. C'est possible mais ce n'est pas évident. Cela dépend de différents facteurs : les opportunités d'emploi, le niveau de langue, la réglementation ou non de la profession, etc.

Retrouvez l'intégralité de l'interview en vidéo sur [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)

La crêpe de Brest m'aime !  
Service continu en terrasse tous les jours

Vallon du Stang-Clar  
02 98 41 84 66

Crêperie - Restaurant  
Salon de thé - Accueil groupe

OUVERT  
7j/7

Blé Noir  
CRÊPERIE  
Service continu

Bois de Kenoual  
02 98 07 57 40

[www.blenoir.com](http://www.blenoir.com)

## L'INTERVIEW



AGNÈS PISSAVY,  
CHARGÉE DE MOBILITÉ  
INTERNATIONALE AU BIJ

### Peux-tu nous parler de ton travail ?

Je suis chargée de mobilité internationale au Bij de Brest depuis 2009. Je travaille beaucoup sur le programme Erasmus + et j'accompagne les jeunes qui ont des projets de mobilités internationale, ainsi que les associations, les lycées, etc.

### Comment cela se passe si un jeune a un projet à l'étranger ?

Si un jeune est intéressé par la mobilité internationale, que ce soit dans le cadre des études, ou en dehors, pour du volontariat, des vacances actives, etc., différentes possibilités existent. Il faut, dans un premier temps, se renseigner sur des sites fiables, comme le site du Bij. Beaucoup d'informations circulent sur Internet sans pour autant être forcément correctes. Dans un deuxième temps, on peut venir au Bij pour faire des recherches et si le projet est pointu

ou nécessite un accompagnement, dans ce cas-là je propose un rendez-vous individuel pour travailler ensemble sur le projet.

### Pourquoi les jeunes prennent un rendez-vous avec toi ?

Ils prennent un rendez-vous avec moi s'ils ont déjà un projet concret en tête. Je peux également les rencontrer s'ils ont une envie de partir, sans pour autant savoir réellement ce qu'ils veulent faire. On discute alors des objectifs de la mobilité, de la faisabilité, du budget, des disponibilités... On étudie ensuite les possibilités ensemble. Il y a aussi des jeunes qui viennent me voir avec un projet très défini, par exemple avec une demande de PVT, le Programme Vacances-Travail, un visa pour un certain nombre de pays comme le Canada, la Nouvelle-Zélande et l'Australie.

Dans ce cas, je les accompagne sur les démarches, tant au niveau pratique que logistique, sur la demande de visa, etc. On a beaucoup de demandes sur l'humanitaire. De la même façon, on étudie ensemble les possibilités, en fonction de l'âge, des moyens, de la période de disponibilité, etc.

Ce qu'il faut savoir, c'est qu'il y a plein de choses qui existent et qu'on ne les connaît pas forcément, cela peut donc être l'occasion de venir découvrir tout cela.

- partir au pair
- le volontariat
- le bénévolat...

Vous pourrez ainsi échanger avec le Pôle emploi Brest-Marine, le Cio Brest-Landerneau, Gwennili, pvtistes.net et le Bij.

### Ateliers

Tout au long de la journée seront animés différents ateliers qui auront lieu dans le « studio » de la médiathèque :

● **11h : Le Service volontaire européen (SVE)**  
Il permet aux jeunes de 17 à 30 ans de découvrir un autre pays d'Europe en accomplissant une mission d'intérêt général auprès d'une structure d'accueil (association, collectivité ou école). Le SVE ne requiert pas de compétence professionnelle ou linguistique particulière.

*Animé par Agnès Pissavy, coordinatrice SVE au Bij.*

● **12h : Partir travailler à l'étranger**

Comment chercher un emploi ? Quelles sont les différents dispositifs ? Quelles sont les démarches administratives à accomplir ? Comment préparer son retour en France ?

*Animé par Sylvia Toulgoat, de Pôle Emploi Brest-Marine.*

● **13h30 : Partir étudier à l'étranger**

(enseignement secondaire et supérieur)  
Partir étudier à l'étranger : Pourquoi ? Comment ? Dans quel cadre partir ?

*Animé par Lisbeth Uguen-Scanvion et Carol Joly du CIO de Brest-Landerneau, relais Europe de l'académie de Rennes.*

● **15h : Les chantiers de jeunes bénévoles**

Les chantiers de jeunes bénévoles ont pour objectif de faciliter les échanges entre jeunes de différents pays dans le cadre de la restauration d'un lieu, de la protection de la nature ou de l'aide à des populations en difficulté. Gwennili propose tous les étés des chantiers et des rencontres interculturelles, dans le Finistère et à l'étranger, pour les 16-22 ans.

*Animé par Maria Molis de Gwennili.*

● **16h : Partir à l'étranger avec le Programme Vacances-Travail (PVT)**

Venez vous renseigner sur les différentes destinations concernées par le PVT (Canada, Australie, Nouvelle-Zélande, Argentine, Colombie, Japon, etc.), les modalités administratives, les démarches pratiques, la vie sur place, etc.

*Atelier animé par Anaick Barre de pvtistes.net.*

INFOS : **LE BIJ** – 4 rue Augustin Morvan, 29200 Brest  
02 98 43 01 08 – [www.bij-brest.org](http://www.bij-brest.org)

## La Journée Jeunes et International

Le Bij organise et coordonne la 12<sup>e</sup> édition de la Journée Jeunes et International :

**le samedi 14 octobre à la médiathèque des Capucins, de 10h30 à 17h30.**

L'objectif de cette journée est de permettre aux jeunes et à leurs familles de s'informer sur l'ensemble des questions relatives à la mobilité internationale. Elle est organisée en partenariat avec le Pôle emploi Brest-Marine, le CIO Brest-Landerneau, Gwennili et pvtistes.net.

### Stands d'information

De 10h30 à 17h30 des professionnels de la mobilité animeront des stands afin vous informer sur :

- les études
- les stages
- l'emploi
- Le Programme Vacances-Travail (PVT)





SNI  
GRAND-OUEST

À LOUER SANS FRAIS D'AGENCE

**Vous recherchez  
un appartement  
ou une maison ?**

**LA SNI GRAND-OUEST**  
Votre solution logement

Contactez-nous au  
**0 970 400 900**

Toutes nos offres sur [www.sni-groupesni.fr](http://www.sni-groupesni.fr)



ÇA TE DIT UN PLAN 2.9 ?

2.9

PARCE QUE CHAQUE PROJET EST DIFFÉRENT <http://plan2point9.fr>



<http://finistere2point9.fr>



\* Rejoins le mouvement, Finistere 2.9 est une marque déposée par le Crédit Agricole du Finistère. <http://finistere2point9.fr>, Caisse régionale de Crédit Agricole Mutuel du Finistère, société coopérative à capital variable agréée en tant qu'établissement de crédit, immatriculée au registre du commerce et des sociétés de QUIMPER sous le n° 778 134 601, dont le siège social est 7, route du Loch 29000 QUIMPER, société de courtage d'assurance immatriculée au registre des intermédiaires en assurance sous le n° 02 022 973. Crédit photo : iStockphoto

*À l'UBO,  
On apprend aussi à dire  
start-up en breton*

