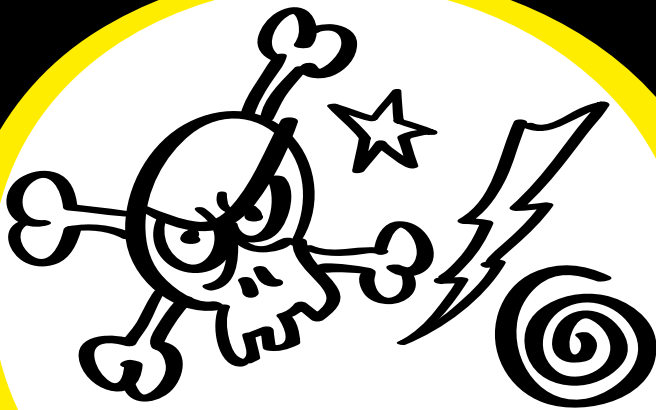


*Le p'tit guide des...*



*Et M...*

*Guide anti-galères pour  
les jeunes en Aquitaine*



# Édito

## Slaloms

A tout âge, nous slalomons entre différents écueils, galérons avec les difficultés que la vie s'obstine à disposer sous nos pas. Certes, c'est sans doute l'un des charmes de l'existence, destiné à éprouver notre vitalité, notre pugnacité. Mais on pourrait s'en passer...

La Jeunesse n'échappe pas à cette règle. Cette étape de vie, riche de perspectives, est également perturbée par l'inexpérience, et les galères peuvent y être nombreuses. La mission du CIJA et de l'Information Jeunesse est de vous informer, afin de vous permettre de les éviter, de les surmonter, et d'avancer.

Ce guide, dérivé du Centre Information Jeunesse du Val d'Oise, tente de vous permettre de faire face aux préoccupations qui peuvent encombrer le quotidien : problèmes de loyer, discrimination, découvert bancaire, décrochage scolaire, conflit du travail, couverture sociale...

...afin de permettre de slalomer en passant les portes avec brio.

**Pascal JARTY**  
Directeur du CIJA



Direction Régionale de la Jeunesse,  
des Sports et de la Cohésion Sociale



# SOMMAIRE

## Edito

### **Les galères d'ordre juridique et financier ..... 3**

#### **Perte, vol, escroquerie ..... 3**

*Papiers en France*

*La même à l'étranger*

*Téléphone portable*

*Usurpation d'identité*

*Victime d'un cambriolage*

#### **Les galères de sous ..... 8**

*Découvert à la banque*

*Peux pas payer mes impôts*

*Amendes accumulées*

*Vente abusive*

#### **Adresses utiles ..... 14**

### **Les galères du logement ..... 21**

*Peux pas payer mon loyer*

*A la rue...*

*Problème avec mon propriétaire*

#### **Adresses utiles ..... 25**

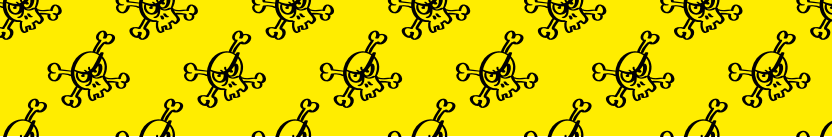
### **Les galères du parcours scolaire ..... 29**

*Viré de mon établissement*

*Pas d'établissement pour la rentrée*

*Mauvaise orientation, décrochage en cours d'année*

#### **Adresses utiles ..... 33**



**Les galères du boulot** ..... 41

*Conflits, discrimination, harcèlement  
Viré...*

**Adresses utiles** ..... 44

**Les bugs liés à la santé** ..... 47

*J'ai plus de sécu  
Rapports sexuels à risque : qu'est-ce que j'risque ?  
Une grossesse non désirée  
Drogue, alcool... arrêter, s'en sortir  
Je vais bien, tout va bien ?*

**Adresses utiles** ..... 54

**Plus d'infos** ..... 73

*Renseignements administratifs  
Services d'écoute et d'assistance  
Réseau Information Jeunesse*

**www.info-jeune.net**

**Ce guide est l'exemple d'une riche mutualisation  
entre les structures de l'Information Jeunesse.**

*Merci au CIJ du Val d'Oise pour la qualité d'une documentation  
qu'il nous a autorisé à reproduire.*

*Merci au graphiste, Thierry Haentjens ([haentjens.t@sfr.fr](mailto:haentjens.t@sfr.fr)) pour les  
visuels et la conception générale du Guide.*

# Les galères d'ordre juridique et financier

.....

## PERTE, VOL, ESCROQUERIE

---

### Papiers perdus ou volés en France

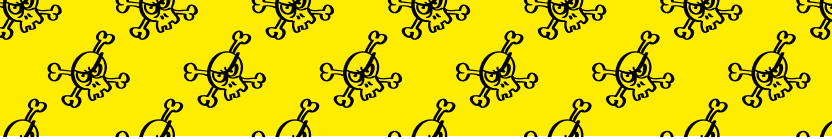
**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** une déclaration de perte, vol et/ou une plainte pour vol au commissariat de police ou à la gendarmerie du lieu où s'est produit le vol.

**En cas de perte de ses papiers** (carte d'identité, passeport, carte grise, permis de conduire), il faudra, selon le document, effectuer une déclaration de perte auprès de votre commissariat de police ou de votre gendarmerie, de votre mairie ou de votre préfecture. Pour la carte VITALE, votre centre de Sécurité Sociale doit être contacté. S'il s'agit de la carte d'identité ou du passeport, déclaration de perte et demande de renouvellement peuvent s'effectuer simultanément en mairie ou préfecture.

Dans tous les cas, les récépissés de déclaration doivent être précieusement conservés.

**En cas de perte ou vol de sa carte bancaire :** appelez dès constat du vol ou perte au 0 892 705 705, serveur interbancaire qui vous dirigera vers le centre d'opposition de votre banque.

**Bon à savoir :** il est nécessaire de commencer par remplacer ses papiers d'identité (carte nationale d'identité, passeport), car vous devrez présenter une pièce d'identité en cours de validité pour obtenir le duplicata ou le renouvellement des autres documents. Un extrait d'acte de naissance, le livret de famille, un passeport périmé peuvent servir provisoirement à justifier de son identité.



**A titre « préventif » :** il est utile de photocopier les papiers importants (CNI, passeport, titre de séjour, carte vitale, permis de conduire, carte grise) mais aussi votre carte bancaire, ces photocopies vous aideront dans vos démarches.

## La même à l'étranger

### La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?

- **Papiers d'identité :** une déclaration aux autorités de police locales puis, si vous possédez la nationalité française, au consulat de France le plus proche. Le consulat peut procurer des attestations sur présentation de la déclaration faite préalablement auprès des autorités locales de police. Il pourra aussi, après vérification, vous délivrer un laissez-passer pour permettre votre seul retour en France.
- **Carte bancaire :** téléphonez au plus vite aux services bancaires en France pour faire opposition (au cas où, il est utile de toujours conserver un minimum d'argent au fond de sa poche) au 33 141 05 81 38 36. Le numéro de votre carte et sa date d'expiration vous seront demandés, d'où l'intérêt de les avoir notés au préalable.

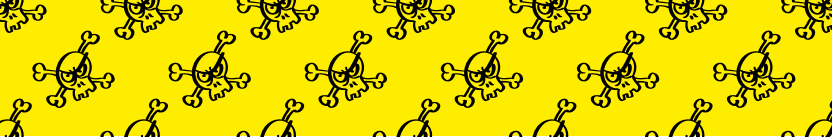
**Bon à savoir :** il existe des assurances qui couvrent la perte de vos papiers, procèdent aux démarches d'opposition à votre place et vous accordent une avance de fonds.

**A titre préventif :** avant le départ, photocopiez carte bleue, passeport et visa et répartissez-les dans vos bagages. Evidemment, ne les mettez pas au même endroit que vos originaux. Pour plus de sécurité, scannez et envoyez-vous tous ces documents à votre propre adresse mail. Emportez également les coordonnées bancaires à contacter en cas de vol de votre carte de retrait ou de paiement.

## Perte ou vol de téléphone portable

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** dès que l'on constate la disparition du portable, il faut appeler immédiatement le service client de votre opérateur téléphonique afin de procéder à la suspension de la ligne et au blocage de la carte SIM de votre appareil. Chaque opérateur possède un numéro de téléphone spécifique qu'il est **important de toujours conserver sur soi**. Ce service est ouvert 7 jours sur 7 à toute heure du jour et de la nuit.

La **seconde démarche** à effectuer



en cas de vol est de porter plainte auprès du service de gendarmerie ou de police le plus proche. Il faudra vous présenter avec votre pièce d'identité ainsi que le code IMEI de votre téléphone mobile. Cela vous permet d'obtenir un procès-verbal de dépôt de plainte.

Le procès-verbal doit ensuite impérativement être envoyé à votre opérateur. Le hic étant que les vols sans effraction « caractérisée » ou violence ne sont pas pris en compte par les assurances.

**Seule parade :** souscrire une assurance qui rembourse non seulement l'appareil, le plus souvent avec la carte SIM, mais aussi les éventuelles communications frauduleuses... D'autre part, la plupart des téléphones récents permettent d'effacer à distance les données contenues (photos, SMS...).

**A titre préventif :** notez et conservez précieusement le n° IMEI de votre portable. Il s'agit d'un n° de 15 à 17 chiffres inscrit le plus souvent sur le téléphone (sous la batterie), sur le pack du téléphone, et à l'occasion sur la batterie. Ce code est également accessible en composant le \*#06# depuis le clavier du portable. Ce

numéro est utile car il permet de bloquer votre ligne, et aussi d'identifier et désactiver l'appareil.

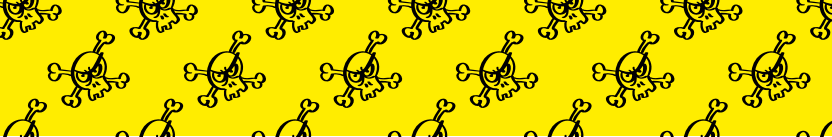
## Usurpation d'identité

**Difficile de donner une démarche unique face à ce problème.** En effet, l'usurpation d'identité peut revêtir de nombreuses facettes.

**A savoir :** ce délit est en pleine croissance avec les nouveaux moyens de communication, comme le phishing (ou hameçonnage) sur Internet, l'escroquerie au téléphone, le mailing. Tous les moyens sont bons pour soutirer des informations personnelles et les utiliser de façon frauduleuse.

Inutile cependant de diaboliser le Web, des techniques plus anciennes marchent encore très bien, telles que le vol de papiers, mais aussi d'informations personnelles via votre boîte aux lettres ou même votre poubelle, ce qui peut permettre d'intercepter des moyens de paiement (factures, cartes bancaires...) pour par exemple demander des crédits.

**Que dit la loi ?** Il s'agit d'un délit pénal, s'il y a utilisation de fausse identité dans un acte authentique ou un document administratif destiné à l'autorité publique ou



si un faux nom a été utilisé pour se faire établir un extrait de casier judiciaire (faux ou usage de faux). Et également lorsque le voleur d'identité a effectué des opérations qui pourraient déterminer contre « l'usurpé » des poursuites pénales, faisant ainsi passer le volé pour un délinquant. Si les faits d'usurpation d'identité ont longtemps été minimisés, l'usurpation d'identité, via Internet ou non, est dorénavant sévèrement punie.

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** si vous constatez que vous êtes victime d'une usurpation d'identité quelle qu'elle soit, la première chose à faire est de porter plainte contre X dans le commissariat de police ou la gendarmerie le plus proche de votre domicile. Si les agissements contre vous sont très difficiles à démontrer, il ne faut pas hésiter à prendre un avocat.

**A titre préventif :** toutes ces techniques peuvent être contrées avec quelques précautions.

**Sur Internet :** éviter de choisir des mots de passe trop courts ou simples, en changer régulièrement. Si vous remplissez un formulaire d'inscription sur le web, cochez toujours la case « *je refuse que mes coordonnées personnelles figurent*

*dans votre base de données* ». Effacez régulièrement vos traces de navigation et les cookies. Ne répondez jamais à des mails douteux vous demandant vos données personnelles.

**Dans la vie de tous les jours :** signez votre carte de crédit, ne conservez jamais le code confidentiel d'une carte bancaire, détruisez soigneusement vos factures et en règle générale tous les papiers dont vous n'avez plus besoin. En cas de perte ou de vol de carte bancaire, prévenez au plus vite votre banque. Ne communiquez jamais par téléphone des données personnelles.

**Bon à savoir :** pour se renseigner sur les escroqueries ou pour signaler un site Internet ou un courriel d'escroqueries, un vol de coordonnées bancaires ou une tentative de hameçonnage vous pouvez appeler Info Escroqueries : 0 811 02 02 17 (n° violet ou majoré) et vous connecter sur : [www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr), portail officiel de signalement des contenus illicites d'Internet.

## Victime d'un cambriolage

Une fois le premier choc passé, il convient de réagir très vite de





manière à être indemnisé le mieux possible.

### **La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?**

#### **Informez immédiatement votre assureur**

Dès que vous en avez connaissance et au plus tard dans les 2 jours ouvrés qui suivent, vous devez déclarer le vol ou la tentative de vol à votre assureur, par téléphone ou fax.

#### **Confirmez par écrit, dans les 2 jours**

Dans une lettre recommandée avec AR, indiquez votre numéro de contrat, vos coordonnées, celles des éventuels témoins ou autres victimes d'un cambriolage dans le voisinage, la date à laquelle le vol a été découvert, bref tous les détails en votre possession, une première estimation des dommages et une copie du dépôt de plainte.

#### **Déposez plainte au commissariat ou à la gendarmerie**

Dans un délai maximum de 48 heures après la découverte du vol. Il faut demander au moins deux copies de votre dépôt de plainte : l'une pour votre assureur avec la déclaration écrite de vol, l'autre à expédier en cas de vandalisme sur des biens immobiliers en

plus du vol à l'assureur de votre propriétaire si vous êtes locataire.

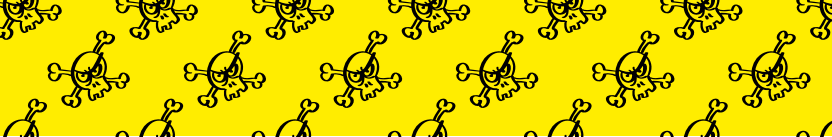
#### **Demandez l'accord de votre assureur pour effectuer les réparations**

Même si la serrure de votre porte d'entrée a été fracturée ou une fenêtre explosée, il ne faut pas faire disparaître les preuves d'effraction, indispensables à la mise en œuvre de votre garantie vol.

#### **Estimez vos pertes**

Par écrit, il faut recenser les objets disparus ou endommagés et indiquer l'année d'achat et la valeur des objets manquants. Fournissez toute preuve (facture, attestation d'achat, certificat de garantie, photocopie de relevé bancaire, photo) susceptible de prouver que vous possédiez bien ces objets, ou attestant leur valeur. Ces documents doivent être remis à votre assureur, en général celui-ci envoie un expert à votre domicile pour « vérifier » les faits et la conformité de votre dossier.

**A savoir :** vous ne récupérez jamais complètement vos « billes », les objets, et même les bijoux en or paraît-il... se dévalorisent avec le temps.



**A titre préventif :** conserver précieusement les factures des objets pouvant avoir une certaine valeur. En l'absence de factures, toute preuve peut être utile, qu'il s'agisse de photographies, de films vidéo, d'actes notariés, de bons de garantie, relevés bancaires...

D'autre part, « épiluchez » soigneusement votre contrat d'assurance habitation (on est bien sûr parti du principe que vous en avez une... indispensable), des mesures de prévention peuvent être imposées : porte blindée, volets fermés en cas d'absence... lisez attentivement les « toutes petites lignes » !

## Les galères de sous

---

### Découvert à la banque

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** courir voir votre chargé de clientèle, ce n'est vraiment pas une situation qu'il faut laisser pourrir, un découvert non autorisé peut vous coûter très cher.

A titre indicatif, les frais liés à un chèque rejeté peuvent monter à 50€. De plus, vous paierez des agios, qui dépendent de la durée du découvert et se déclenchent si votre compte passe sous zéro ou si vous dépassez votre découvert autorisé. Leur taux est à négocier avec votre banquier, si cela n'a pas été fait, vous pourriez avoir des surprises.

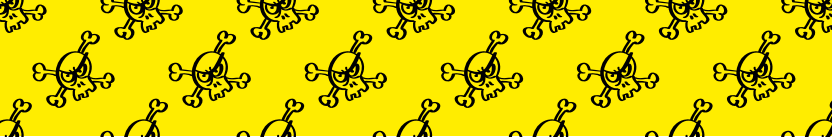
**En principe :** le solde d'un compte en banque doit être créditeur, c'est-à-dire qu'il ne peut fonctionner en l'absence de fonds déposés sur le

compte. Le découvert bancaire est une forme de crédit, c'est une possibilité offerte par la banque, non un droit.

**En pratique :** les conséquences d'un découvert dépendent des relations que vous entretenez avec votre banque et des accords passés avec elle.

**Plusieurs solutions peuvent être envisagées :**

Une autorisation de **découvert occasionnel**, soit une facilité de caisse qui vous est accordée de manière ponctuelle, souvent oralement. Ces décalages de trésorerie doivent être de courte durée et ne peuvent être qu'exceptionnels (retrées d'argent différées, dépenses plus importantes que prévues...).



Si votre besoin d'argent est plus important, il vous faudra souscrire un **découvert permanent** personnalisé ou recourir au **crédit renouvelable**.

S'il s'agit d'un **découvert permanent**, il est préférable que l'autorisation de découvert vous soit donnée par écrit. Les conditions de ce découvert permanent (durée, taux d'intérêts débiteurs et autres frais, préavis en cas de rupture...) doivent être clairement définies.

Si le découvert dure plus de trois mois, la banque doit remettre au titulaire du compte une offre préalable de crédit par écrit. Cette offre est soumise aux mêmes conditions d'acceptation et de conclusion que n'importe quel crédit à la consommation.

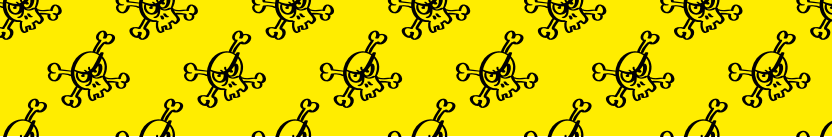
3<sup>ème</sup> solution à l'affaire, un **crédit renouvelable** peut vous être accordé par une banque ou un établissement spécialisé dans le crédit à la consommation. Le principal intérêt de ce type de crédit est sa souplesse : une fois votre dossier accepté, vous bénéficiez d'une réserve disponible que vous pourrez utiliser librement. Attention ! il est très difficile de maîtriser le coût d'un crédit

renouvelable, **porte ouverte au surendettement**.

**A titre préventif :** demandez une convention de compte à votre banque, il est essentiel de connaître l'ensemble des tarifs auxquels vous êtes soumis (agios, découvert autorisé, date de valeur, etc..).

Attention aux dates de valeur : par exemple, un chèque déposé sur votre compte ne sera crédité que quelques jours plus tard.

**Bon à savoir :** les jeunes clients des banques sont ceux qui ont le plus fort potentiel. Les galères financières de la vie étudiante sont provisoires, dans quelques années vous deviendrez un parfait consommateur, puisque vous disposerez de revenus pour vous endetter et acheter. La stratégie des établissements de crédit consiste à capter le client quand il n'est pas encore solvable pour le garder jusqu'à ce qu'il le devienne. Les étudiants, parfois clients difficiles, représentent en fait les futurs bons clients des banques. C'est pourquoi celles-ci proposent des « produits » très avantageux à leur égard (découvert autorisé, facilités d'emprunt, etc..) qu'il n'est pas interdit de négocier aussi.



**Certaines banques sont d'ailleurs partenaires des pouvoirs publics sur le champ du prêt étudiant garanti par l'Etat.**

**Pour les étudiants en situation de grande détresse financière,**

il existe le dispositif des Aides Spécifiques. Gérées par les CROUS, elles apportent une réponse aux situations de précarité des étudiants.

Ces aides permettent à l'étudiant en difficulté de bénéficier rapidement d'une aide financière personnalisée, ponctuelle ou pour la durée de l'année universitaire.

Elles se présentent sous deux formes : soit une aide ponctuelle en faveur de l'étudiant qui rencontre momentanément de graves difficultés, soit une allocation annuelle accordée à l'étudiant qui rencontre des difficultés pérennes.

En complément des aides spécifiques, il existe un Fonds Social des Universités, géré par les établissements. Cette aide est ponctuelle et fait l'objet d'une évaluation par les assistantes sociales. Renseignements auprès du bureau de la vie étudiante de votre établissement.

[www.crous-bordeaux.fr/bourses/aides-specifiques/](http://www.crous-bordeaux.fr/bourses/aides-specifiques/)

Si votre situation financière n'est

qu'une vaste catastrophe et que toutes les tentatives de solution ont été épuisées, vous pouvez saisir la commission de surendettement. Cela suppose bien sûr d'être de bonne foi.

Pour plus d'information, prenez contact avec la Banque de France.

## Peux pas payer mes impôts

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** Surtout ne pas « faire le mort », ce serait la pire des solutions. Le fisc dispose d'un important arsenal juridique pour vous contraindre à payer. Il faut, au contraire, contacter votre percepteur le plus vite possible pour le prévenir de vos difficultés. Des délais de paiement peuvent vous être accordés, ceci concerne aussi bien les impôts sur le revenu que les impôts locaux.

## Deux cas possibles, des solutions différentes :

**1<sup>er</sup> cas :** si, en raison de graves difficultés financières (chômage, grosses dépenses aussi incontournables qu'imprévues...), vous n'êtes pas en mesure de régler vos impôts à la date prévue, le premier réflexe à avoir est de demander un délai supplémentaire de paiement au fisc. Mais attention, il vous faut une bonne raison !

ÉTUDIANTS ADHÉRENTS AU CIJA

# 100% AVANTAGES À MES GÔTÉS



POUR TOUT ACHAT D'UN BILLET DE TRAIN  
POUR UN TRAJET DOMICILE - LIEU D'ETUDES  
AVEC LE CIJA, **BÉNÉFICIEZ DE**

80€

OFFERTS À L'OUVERTURE DE  
VOTRE 1<sup>ER</sup> COMPTE BANCAIRE  
SOCIÉTÉ GÉNÉRALE<sup>(1)(2)</sup>

VALABLE JUSQU'AU 31/12/2015

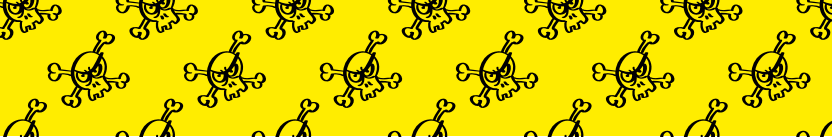
> Rendez-vous dans l'une de vos **Agences Société Générale**  
de Gironde et Biscarosse

DEVELOPPONS ENSEMBLE

L'ESPRIT  SOCIÉTÉ  
D'ÉQUIPE  GÉNÉRALE

(1) Offre réservée aux non clients Société Générale. Ouverture du compte soumise à l'acceptation de la banque.

(2) Offre non cumulable avec les autres offres Société Générale, réservée aux ÉTUDIANTS ADHÉRENTS AU CIJA (Centre d'Information Jeunesse Aquitaine), majeurs. Offre valable jusqu'au 31/12/2015 dans toutes les agences participant à l'opération, sous réserve de présentation du billet de train, pour un trajet domicile, lieu d'études et du présent tract tamponné par le CIJA. Sous réserve de l'acceptation par l'agence. Conditions en vigueur au 01/02/2015. Société Générale, BDDF/DCM/CCM - Tour Granite - 75886 Paris Cedex 18, S.A. au capital de 1 006 509 557,50 € - 552 120 222 RCS Paris, siège social 29, Bd Haussmann, 75009 Paris - 02/15.



Votre demande sera examinée en tenant compte de l'ensemble de vos ressources et des difficultés auxquelles vous vous confrontez.

Si elle est refusée, un recours peut être présenté devant le directeur des services fiscaux.

**2<sup>ème</sup> cas :** si vous êtes sans ressources et que vous estimez être dans l'impossibilité d'acquitter vos impôts, en totalité ou en partie, même avec des délais de paiement, vous avez la possibilité de demander une remise gracieuse.

**Cette remise n'est pas un droit.**

Les demandes gracieuses peuvent être présentées à tout moment et être renouvelées, notamment si vos difficultés financières s'aggravent.

**Attention :** Avis aux étourdis, l'absence ou le retard de déclaration sont sévèrement sanctionnés : une majoration d'au moins 10 % et 0,4% d'intérêt par mois de retard. Si vous êtes dans l'impossibilité de payer vos impôts, envoyez tout de même votre déclaration.

**A titre préventif :** la mensualisation (dès la 2<sup>ème</sup> année de votre « statut de contribuable ») est une bonne solution pour éviter toute galère de paiement.

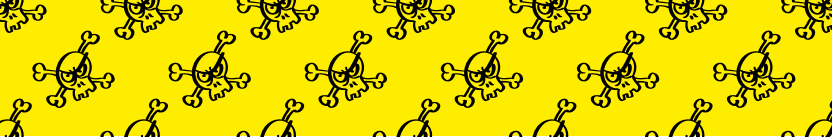
## Amendes accumulées

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** payer très vite! surtout s'il s'agit d'amendes peu élevées, vous avez 45 jours, en ce qui concerne les infractions routières, pour vous en acquitter.

Si les amendes forfaitaires sont réglées par Internet ou par « timbre dématérialisé » dans les postes et les bureaux de tabac équipés, un délai supplémentaire de quinze jours est accordé.

Passé ce délai, le montant de l'amende va « faire des loo-pings », même si les retardataires ont droit à une réduction de 20 % du montant de la contravention majorée en payant dans les 30 jours suivant l'avis de paiement du Trésor public. A titre indicatif, une amende de 135€ vous coûtera plus de 400€. Sans compter tous les désagréments : avis d'huissier avec menaces de saisie sur salaire et/ou compte bancaire, saisie du véhicule ou biens personnels...

**Avant d'arriver à ce stade d'embrouille,** et si vous rencontrez des difficultés financières que vous devrez justifier, vous avez la possibilité de demander à payer votre amende de manière échelonnée. Il faut pour cela



adresser une lettre recommandée avec accusé de réception au Trésor public, de préférence en joignant un 1<sup>er</sup> règlement prouvant votre bonne volonté.

Si les contraventions s'accumulent, mieux vaut se déplacer pour faire état de ses difficultés financières, en apportant le maximum de justificatifs. Vous bénéficierez après entente d'un échelonnement mensuel du montant dû. Il est aussi possible de négocier avec l'huissier mandaté par le Trésor Public.

**Pour aborder le cas des contraventions SNCF :** à peu près le même combat. Ça peut aller très loin, peine de prison à la clé si vous avez accumulé trop de PV.

Ça commence par des relances, puis arrivent celles du fisc qui sont très largement majorées (et oui, il s'agit d'entreprises publiques !). A ce stade, seul le tribunal de police pourra annuler l'amende, et seulement si elle est injustifiée.

### **SNCF - CENTRE DE RECOUVREMENT DES PROCÈS-VERBAUX**

Secteur Atlantique 33081 Bordeaux Cedex

Tél : 0825 03 69 85 (0,15€ la min)  
<https://www.contravention-sncf.fr>

**Attention :** il faut partir du principe que les amendes sont dues, et que les chances de les faire annuler sont très minces.

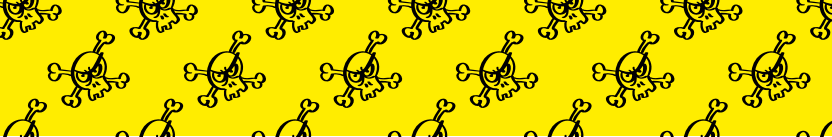
**A titre préventif :** accumuler les amendes, vraiment le « truc à ne pas faire » ! Là encore, « faire le mort » ne sert à rien, on l'a déjà évoqué, le fisc a de gros moyens d'action.

### **La vente abusive**

Vous voulez mettre fin à un contrat ou bien vous contestez la qualité du service ou du produit livré. Vous vous apercevez que le contrat vous prive de toute possibilité de réclamation ou vous oblige à rester client malgré votre insatisfaction. Vous êtes peut-être victime d'une clause abusive.

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** essayez de négocier directement avec le vendeur, et ceci après avoir soigneusement vérifié les clauses de votre contrat ou les conditions de vente.

**En cas de litige,** et en l'absence de toute possibilité de règlement à l'amiable, le consommateur peut saisir le juge, par la voie d'une procédure simplifiée, en vue d'obtenir l'exécution par le professionnel de son obligation. Vous pouvez vous faire aider par une association agréée de défense



des consommateurs. La loi confère un rôle très important à ces associations, qui peuvent en effet mener plusieurs types d'actions, dont saisir la Commission des clauses abusives : [www.clauses-abusives.fr](http://www.clauses-abusives.fr) ou demander au juge la cessation de ces clauses abusives en application du code de la consommation.

Il faut donc faire une procédure devant le juge civil afin que la clause abusive puisse être « effacée » du contrat. Le contrat peut rester valable en dehors des clauses abusives s'il garde encore un sens.

**Ce que dit la loi :** elle oblige les professionnels à présenter et à rédiger de « façon claire et compréhensible » les clauses de leurs contrats. En cas de doute, c'est dans le sens le plus favorable au consommateur ou au non-professionnel que la clause doit être interprétée (article L.133-2 du Code de la consommation).

La jurisprudence oblige la rédaction des conditions générales de vente de façon claire et explicite. En cas de doute, c'est dans le sens qui privilégie le plus le consommateur que l'interprétation doit être faite.

Seul le juge, après examen de la clause, peut estimer si celle-ci est abusive ou non. Autrement dit, c'est bien le juge et non la loi qui peut constater le caractère abusif d'une clause.

**A titre préventif :** lisez très attentivement les contrats et autres conditions de vente, autrement dit les « clauses » qui déterminent la responsabilité du vendeur et la vôtre. Dans tous les cas, conservez précieusement l'intégralité des documents contractuels, y compris les clauses particulières. N'oubliez pas qu'il existe un délai de rétractation de 14 jours après signature de tout contrat.

## Les adresses utiles pour les galères d'ordre juridique ou financier

---

La Banque de France  
(surendettement)  
[www.banque-france.fr](http://www.banque-france.fr)

BERGERAC 24100  
BUREAU D'ACCUEIL ET D'INFORMATION  
Espace Économie Emploi du Bergeracois



16 rue du Petit Sol  
Tél : 05 53 03 30 30

**PÉRIGUEUX 24000**  
**SUCCURSALE DEPARTEMENTALE**

1 place du Président F. Roosevelt  
CS 93081  
24003 Périgueux Cedex  
Tél : 05 53 03 30 30

**ARCACHON 33120**  
**BUREAU D'ACCUEIL ET D'INFORMATION**

Maison des associations  
51 cours Tartas  
Tél. : 05 56 00 14 14

**BORDEAUX 33000**  
**SUCCURSALE REGIONALE**

13 rue Esprit des Lois  
CS 80001  
33001 Bordeaux  
Tél. : 05 56 00 14 14

**LIBOURNE 33500**  
**BUREAU D'ACCUEIL ET**  
**D'INFORMATION**

Les Berges de l'Isle  
189 avenue Foch  
Tél. : 05 56 00 14 14

**DAX 40100**  
**BUREAU D'ACCUEIL ET D'INFORMATION**

Centre communal d'action sociale  
4 rue du Palais  
Tél. : 05 58 05 71 61

**MONT DE MARSAN 40000**  
**SUCCURSALE DEPARTEMENTALE**

11 rue Henri Duparc - CS 70109  
40002 Mont de Marsan Cedex  
Tél. : 05 58 05 71 71

**AGEN 47000**  
**SUCCURSALE DEPARTEMENTALE**

35 boulevard de la République -  
CS90000  
47916 Agen Cedex 9  
Tél. : 05 53 69 54 54

**MARMANDE 47200**  
**BUREAU D'ACCUEIL ET D'INFORMATION**

Sous-préfecture  
93 rue de la Libération  
47207 Marmande  
Tél. : 05 53 69 54 54

**BAYONNE 64100**  
**ANTENNE ECONOMIQUE**

18 rue Albert 1<sup>er</sup> - CS 90221  
64102 Bayonne Cedex  
Tél. : 05 59 46 40 50

**PAU 64000**  
**SUCCURSALE DEPARTEMENTALE**

7 rue Louis Barthou  
64004 Pau  
Tél. : 05 59 82 28 28

**Les CDAD**  
**Centres Départementaux**  
**d'Accès au Droit**

Les CDAD tiennent à votre disposition la liste des structures

de proximité, d'associations où se tiennent des permanences d'information et d'orientation juridiques gratuites.

**PERIGUEUX 24019**  
**CDAD DE LA DORDOGNE**

Tél. : 05 53 02 77 00

**BORDEAUX 33077**  
**CDAD DE LA GIRONDE**

Tél. : 05 47 33 91 17  
[www.cdad-gironde.justice.fr](http://www.cdad-gironde.justice.fr)

**MONT DE MARSAN 40000**  
**CDAD DES LANDES**

Tél. : 05 58 06 94 93  
[www.cdad-landes.justice.fr](http://www.cdad-landes.justice.fr)

**AGEN 47916**  
**CDAD DU LOT ET GARONNE**

Tél. : 05 53 77 95 00  
[www.ca-agen.justice.fr](http://www.ca-agen.justice.fr)

**PAU 64000**  
**CDAD DES PYRENEES ATLANTIQUES**

Tél. : 05 59 98 07 65  
[www.cdad-pyrenees.atlantiques.justice.fr](http://www.cdad-pyrenees.atlantiques.justice.fr)

**Les CIDFF**  
**Centres d'Information**  
**sur les Droits des Femmes**  
**et des Familles**

Les CIDFF informent, orientent et accompagnent le public (en priorité les femmes) dans le domaine de

l'accès aux droits... Ils assurent des permanences gratuites et confidentielles réparties sur l'ensemble de la région.

**UNION REGIONALE DES CENTRES**  
**D'INFORMATION SUR LES DROITS**  
**DES FEMMES ET DES FAMILLES**  
**AQUITAINE (URCIDFF)**

<http://infofemmes-aquitaine.org>

**BERGERAC 24100**  
**ANTENNE CIDFF DE BERGERAC**

21 boulevard Jean Moulin  
Tél. : 05 53 63 32 30

**PERIGUEUX 24000**  
**CIDFF DE LA DORDOGNE**

15 rue Thiers  
Tél. : 05 53 35 90 90

**BORDEAUX 33000**  
**CIDFF DE LA GIRONDE**

13 rue Thiac  
Tél. : 05 56 44 30 30

**LIBOURNE 33500**  
**ANTENNE CIDFF DE LIBOURNE**

1 rue Montesquieu  
Tél. : 05 57 51 93 92

**MONT DE MARSAN 40000**  
**CIDFF DES LANDES**

Résidence La Douze à Bosquet  
1er étage - Appt n° 4  
181 rue Renée Darriet  
Tél. : 05 58 46 41 43

**SAINT PAUL LES DAX 40990**  
**ANTENNE CIDFF DE SAINT PAUL LÈS DAX**

Résidence Metges  
112 avenue de la Résistance  
Tél. : 05 58 91 57 51

**PYRENEES ATLANTIQUES 64**  
**PERMANENCES D'UNE JURISTE**  
**À BAYONNE ET À PAU**

Renseignements : Tél 05 56 44 30 30

**Les DDPP**  
**Directions Départementales de**  
**la Protection des Populations**

Ces services de l'Etat assurent des permanences consommation. Ils informent sur le règlement des litiges à la consommation.

**DDSCPP DE LA DORDOGNE**  
[www.dordogne.gouv.fr](http://www.dordogne.gouv.fr)

**PERIGUEUX 24024**  
**DDPP**

Cité administrative, Bât H  
Tél. : 05 53 03 65 00  
*Permanence consommateur : lundi de 9h à 12h,  
mercredi de 14h à 17h*

**DDCSP de LA GIRONDE**  
[www.gironde.gouv.fr](http://www.gironde.gouv.fr)

**BORDEAUX 33070**  
**DDPP**

5 boulevard Jacques Chaban-Delmas  
Bruges CS 60074 - Tél. : 05 56 42 44 60  
*Permanence consommateur : lundi, mercredi,  
vendredi de 9h à 12h*

**DDCSPP DES LANDES**  
[www.landes.gouv.fr](http://www.landes.gouv.fr)

**MONT DE MARSAN 40012**  
**DDPP**

1, place Saint-Louis,  
BP 371  
Tél. : 05 58 05 76 30  
*Permanence consommateur : lundi et jeudi de  
9h à 12h*

**DDCSPP DU LOT ET GARONNE**  
[www.lot-et-garonne.gouv.fr](http://www.lot-et-garonne.gouv.fr)

**AGEN 47916 CEDEX**  
**DDPP**

Pôle protection économique  
935 avenue Jean Bru  
Tél. : 05 53 98 66 61  
*Permanence consommateur : lundi et vendredi  
de 14h à 16h*

**DDCS DES PYRENEES ATLANTIQUES**  
[www.pyrenees-atlantiques.gouv.fr](http://www.pyrenees-atlantiques.gouv.fr)

**BAYONNE 64100**  
**DDPP**

6 allées Marines  
Tél. : 05 40 17 28 40  
*Permanence consommateur : jeudi de 14h à  
16h30*

**PAU 64000**  
**DDPP**

Rue Pierre Bonnard  
64000 Pau  
Téléphone : 05 47 41 33 80  
*Permanence consommateur : lundi, mercredi de  
14h à 16h30, vendredi de 14h à 16h*

## **Les associations généralistes de consommateurs**

### **ADÉIC - AQUITAINE - Association de Défense, d'Éducation et d'Information du Consommateur**

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

présence en Gironde, Landes, Pyrénées-Atlantiques.

### **AFAP 64 - Association des Familles de l'Agglomération Paloise**

[www.association-des-familles-64.com/droit-consommateur](http://www.association-des-familles-64.com/droit-consommateur)

### **AFC 33/64 - Association Familiale Catholique**

[www.afc-france.org](http://www.afc-france.org)

### **AFL - Association des Familles Laïques**

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

présence dans les Landes, Dordogne, Gironde, Pyrénées-Atlantiques.

### **AFOC – Association Force Ouvrière Consommateurs**

[www.afoc.net](http://www.afoc.net)

### **ALLDC – Association Léo Lagrange pour la Défense des Consommateurs**

[www.leolagrange-conso.org](http://www.leolagrange-conso.org)

### **CLCV - Consommation, Logement et Cadre de Vie**

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

présence en Gironde

et Pyrénées Atlantiques

### **CNL - Confédération Nationale du Logement**

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

présence en Gironde, Landes, Pyrénées Atlantiques

### **CSF – Confédération Syndicale des Familles**

[www.la-csf.org](http://www.la-csf.org)

présence en Gironde, Landes, Pyrénées-Atlantiques

### **FLC 64 – Fédération des Locataires et Consommateurs**

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

### **FAMILLE DE FRANCE**

[www.familles-de-france.org](http://www.familles-de-france.org)

### **FR – FAMILLES RURALES**

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

### **INDÉCOSA-CGT – Information et Défense des Consommateurs Salariés-CGT**

[www.indecosa.cgt.fr](http://www.indecosa.cgt.fr)

### **UFAL 33 – Union des Familles Laïques**

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

### **UFC QUE CHOISIR**

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

### **UFCS – Union Féminine Civique et Sociale**

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

# CARTE AQUITAINE ETUDIANTS

50%  
DE RÉDUCTION

SUR LE TRAJET  
DOMICILE-  
LIEU D'ÉTUDES  
EN TRAIN ET EN  
AUTOCAR RÉGIONAL

25% À  
50%\*

SUR LES  
AUTRES TRAJETS  
TOUTE L'ANNÉE  
\*sauf trains à réservation obligatoire.



RÉGION  
AQUITAINE

CIJA  
Le souffle jeune



VENTE ET RENSEIGNEMENTS

125, cours Alsace-Lorraine  
33000 BORDEAUX  
Tél. : 05 56 56 00 56  
[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)

## Sites utiles dans le domaine juridique et consommation

[www.vos-droits.justice.gouv.fr](http://www.vos-droits.justice.gouv.fr)

[www.economie.gouv.fr/dgccrf](http://www.economie.gouv.fr/dgccrf)

Site de la direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes. Nombreuses infos pratiques en matière de consommation.

[www.legifrance.gouv.fr](http://www.legifrance.gouv.fr)

<http://justimemo.justice.gouv.fr>

Plateforme multimédia pour comprendre le fonctionnement et l'organisation de la justice en France.

[www.conso.net](http://www.conso.net)

Site de INC - l'Institut National de la Consommation

[www.60millions-mag.com](http://www.60millions-mag.com)

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

Portail juridique communautaire gratuit permettant d'échanger sur des thèmes libres

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

Propose des exemples de courrier pour démarches

[www.alain-bazot.fr](http://www.alain-bazot.fr)

Consommateur, si tu savais...  
Blog du Président de l'UFC-Que Choisir

[www.clauses-abusives.fr](http://www.clauses-abusives.fr)

Site de la Commission des clauses abusives

[www.internet-signalement.gouv.fr](http://www.internet-signalement.gouv.fr)

Signalement arnaques sur le Web

<http://arnaques-infos.org>

Réseau pour signaler les arnaques dont on peut être victime

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

Toute l'information juridique et pratique pour agir

Et bien d'autres sur des annuaires de sites juridiques :

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

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

**[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)**

**[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)**

# Les galères du logement, avec ou sans

## Peux pas payer mon loyer

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** prévenir votre bailleur dès que vous pressentez le problème, sinon une procédure de recouvrement pourrait être enclenchée rapidement, et vous-même vous faire étiqueter comme mauvais payeur.

Et ceci s'applique aussi bien aux propriétaires privés qu'aux bailleurs sociaux. Parallèlement, vous avez tout intérêt à prendre contact, le plus rapidement possible, avec l'**ADIL** - Agence Départementale d'Information sur le Logement la plus proche de chez vous. Vous trouverez auprès de cette association un ensemble de renseignements concrets sur les moyens de faire face à cette situation (procédure, organismes à contacter, démarches à entreprendre...).

Le tout, gratuitement.

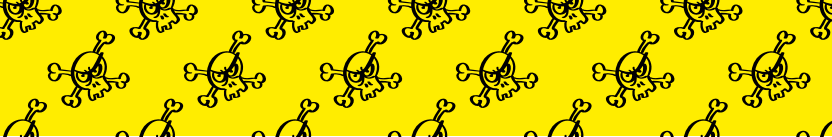
**A l'étape supérieure**, si vous avez plusieurs loyers en retard, votre

propriétaire peut obtenir des mesures de saisie (meubles, compte bancaire...) à votre rencontre et même votre expulsion.

Avant d'en arriver là, vous devez réagir dans les 2 mois à compter de la réception du commandement de payer que vous ne manquerez pas de recevoir.

**Deux cas de figure.** Vous réglez la dette dans sa totalité, frais d'actes d'huissier inclus, dans ce délai, la procédure prend fin et votre bail se poursuit. Dans le cas contraire, il faut négocier afin de fixer, à l'amiable, les modalités d'étalement de la dette directement avec votre propriétaire ou par l'intermédiaire de l'huissier de justice.

Vous pouvez aussi demander à une **association de locataires** d'intervenir directement auprès du propriétaire pour obtenir une solution amiable. Contactez la **Confédération nationale du logement** : [www.lacnl.com](http://www.lacnl.com)



Une fois que vous vous êtes mis d'accord, mettez cela par écrit (c'est très important) et surtout **respectez votre engagement !**

Si la négociation amiable avec votre propriétaire n'aboutit pas, vous recevrez une assignation à comparaître devant le tribunal. Si vous contestez la dette, vous avez intérêt à saisir le juge d'instance dans les délais les plus brefs pour trancher le litige qui vous oppose au propriétaire. Dans tous les cas, si vous êtes convoqué au tribunal ou si vous avez vous-même saisi le tribunal, présentez-vous ou faites-vous représenter par un avocat. L'aide juridictionnelle vous aide à prendre en charge les frais de procédure (avocats, huissiers...)

**Attention :** dans ce type de procédure, si vous voulez que votre cas soit pris en considération, il faut que vous soyez « de bonne foi ».

**A titre préventif :** ne prenez pas un logement au-dessus de vos moyens, essayez d'obtenir les garanties LOCAPASS : [www.actionlogement.fr](http://www.actionlogement.fr) la GRL : [www.grl.fr](http://www.grl.fr), (qui devrait disparaître au profit d'un nouveau dispositif) ou si vous êtes étudiant la Clé, cau-

tion locative étudiante, garantie de l'Etat qui vous permet si vous n'avez pas de garants personnels de faciliter l'accès à un logement [www.lokaviz.fr](http://www.lokaviz.fr) (la Clé est gérée par les CROUS).

Si votre logement est inadapté à votre situation et votre loyer trop élevé, contactez l'**ADIL** [www.anil.org](http://www.anil.org) la préfecture ou les services sociaux (mairie, CCAS, commission d'action sociale d'urgence...) qui vous orienteront vers le dispositif le mieux adapté :

- **le Fonds de solidarité logement** (FSL) qui peut être sollicité par l'intermédiaire d'un travailleur social. En Gironde : [www.fsl33.org](http://www.fsl33.org) . En Dordogne, Landes, Lot et Garonne, et Pyrénées Atlantiques : contacter le Conseil Départemental.
- **la Commission de surendettement de la Banque de France** (adresses dans les galères d'ordre juridique et financier)
- **la Caisse d'allocations familiales** (CAF) si vous êtes bénéficiaire d'une aide au logement. Elle permet la mise en place du tiers-payant, les aides au logement sont ainsi maintenues et versées directement au bailleur.





## À la rue...

Rupture familiale, ras le bol, viré par votre propriétaire... Quelle que soit la cause, il s'agit d'une situation très difficile à gérer, avec hélas peu de solutions.

**Les démarches ?** Elles seront différentes entre un jeune mineur et un majeur.

### Jeunes mineurs

Même si la démarche n'est pas forcément très agréable, vous pouvez vous présenter dans un commissariat de police. Une demande d'OPP - Ordonnance de Placement Provisoire - sera faite auprès du juge des enfants, et vous serez alors pris en charge par l'ASE - Aide Sociale à l'Enfance. Vos parents seront bien sûr contactés, pour voir si la situation peut se « débloquer » à leur niveau. Ils ont des obligations vis-à-vis de vous, et doivent dans tous les cas participer au moins matériellement à votre éducation.

Si la situation avec votre famille ne peut se débloquer rapidement, vous serez pris en charge dans un foyer d'accueil pour mineurs.

### Jeunes majeurs

Si personne ne peut vous héberger au moins provisoirement, passez par le **115 (numéro d'Urgence**

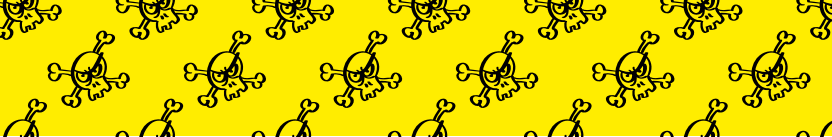
### Sociale anonyme et gratuit).

Vous pourrez ainsi être orienté soit sur un foyer d'hébergement, soit sur un hôtel qui propose un système de facturation mensuelle dont le coût est susceptible d'être pris en charge. Certains foyers de jeunes travailleurs disposent de places d'accueil d'urgence, mais ces demandes supposent une procédure d'attribution qui passe également par le 115.

Il n'y a malheureusement pas suffisamment de place, et les procédures sont souvent trop longues.

**Ce que dit la loi :** d'une manière générale, et en admettant que votre galère actuelle soit due à une rupture familiale, sachez que l'obligation alimentaire des parents envers les enfants se poursuit « tant que l'enfant est en état de besoin et ne peut pas subvenir seul à ses propres dépenses ». Il n'y a pas d'âge limite, tout étant affaire de circonstances.

Si un enfant se lance dans de longues études, les parents doivent suivre. Ils ne peuvent refuser leur aide matérielle, du moins tant que ces études sont suivies **sérieusement**. Leur aide alimentaire est cependant fonction de leurs propres ressources et de leurs propres charges.



Elle s'applique également lorsque l'enfant ne fait pas d'études, ou les a terminées, mais n'est pas encore parvenu à trouver du travail, ou bien n'a qu'un travail insuffisamment rémunéré.

L'enfant majeur dispose donc de la possibilité de réclamer une pension alimentaire en justice, devant le juge aux affaires familiales, si l'un de ses parents ou les deux refusent de l'aider. Ce droit existe même si les relations familiales sont tendues, y compris dans le cas où l'enfant aurait **volontairement quitté le domicile familial**.

## Problème avec son propriétaire

Sur un marché locatif difficile, les rapports entre bailleurs et locataires ne sont pas au beau fixe.

**Sur quoi portent ces litiges ?** Un peu en vrac sur l'état des lieux, le dépôt de garantie, les charges locatives, les réparations, les contestations d'augmentation de loyer lors du renouvellement du bail, les caractéristiques du logement décent... mais aussi sur des « comportements », les vôtres ou ceux de votre propriétaire, comme par exemple l'interdiction d'héberger une tierce personne. Difficile de tout lister.

**Ce que dit la loi :** Comme dans le cas de la vente abusive, on retrouve la notion de « clauses abusives », mais attention là encore abusif ne signifie hélas pas interdit.

La Commission des clauses abusives, encore elle, est chargée de traquer les clauses défavorables aux locataires dans les contrats signés entre professionnels et particuliers.

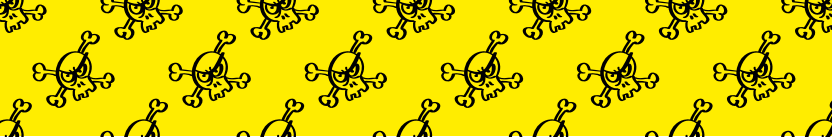
Elles sont très nombreuses ! Par exemple, il peut s'agir de clauses interdisant au locataire de contester les clauses du bail sous peine de résiliation. Mais, contrairement aux clauses "interdites" prévues par la loi, il faut saisir le juge (tribunal d'instance) pour que la clause abusive soit inapplicable.

**Voir les clauses interdites sur [www.anil.org](http://www.anil.org)**

**Bon à savoir :** par exemple sont inapplicables les clauses qui interdisent au locataire d'héberger des personnes ne vivant pas habituellement avec lui. De même, le prélèvement automatique ne doit pas être obligatoire, les réparations locatives doivent être justifiées. Cela fait déjà quelques sources de conflit en moins !

**A qui s'adresser ?**

**A l'ADIL** - Agence Départementale d'Information sur le Loge-



ment la plus proche de chez vous, qui propose une information personnalisée, complète, et gratuite sur les aspects juridiques, financiers et fiscaux du logement. L'ADIL oriente le cas échéant vers les organismes spécialisés les plus à même d'intervenir, tels que les associations de consommateurs, de locataires, les avocats...

**A la Commission départementale de conciliation** chargée de résoudre à l'amiable les litiges issus du contrat de location. Selon la nature du conflit, sa consultation est obligatoire ou facultative.

#### **Consultation obligatoire.**

Pour toute augmentation du loyer contestée par le locataire lors du renouvellement du bail.

Elle peut avoir lieu à l'initiative du locataire ou du bailleur.

#### **Consultation facultative.**

Sur les litiges relatifs à l'état des lieux, au dépôt de garantie, aux charges et réparations locatives.

La procédure à suivre : une lettre recommandée avec accusé de réception à la commission départementale de conciliation. La commission s'efforce de proposer un compromis acceptable pour les intéressés et rend ensuite un avis dans les deux mois maximum. Sachant que cet avis n'a pas force obligatoire et vous-même ou votre propriétaire pouvez décider de porter l'affaire devant le juge du tribunal d'instance. Dans le cas où la consultation est facultative (voir plus haut), les parties ont aussi la possibilité de demander directement au tribunal d'instance du lieu du bien loué de désigner un conciliateur ou d'intervenir lui-même.

**A titre préventif :** épluchez votre bail ! Celui-ci fixe les droits et les obligations du locataire et du bailleur, indique clairement leurs responsabilités respectives et évite ainsi tout malentendu.

## **Les adresses utiles des galères de logement**

---

Les ADIL - Agences départementales d'information sur le logement

**ADIL DE LA DORDOGNE**  
[www.adil24.org](http://www.adil24.org)

**BERGERAC 24100**  
**ADIL (ANTENNE)**

Centre d'information sur l'habitat  
Point Info Famille - CAF  
24 boulevard Victor Hugo  
Tél. : 05 53 09 89 89

**PERIGUEUX 24000**  
**ADIL**

3 rue Victor Hugo  
Tél. : 05 53 09 89 89

**ADIL DE LA GIRONDE**  
[www.adil33.org](http://www.adil33.org)

**BORDEAUX 33300**  
**ADIL**

105 avenue Emile Counord  
Tél. : 05 57 10 09 10

**ADIL DES LANDES**  
[www.adil40.fr](http://www.adil40.fr)

**DAX 40100**  
**ADIL (ANTENNE)**

Immeuble le Rubens - 3<sup>ème</sup> étage  
14 Avenue du Sablar  
Tél. : 05 58 91 00 11

**MONT DE MARSAN 40000**  
**ADIL**

Caserne Bosquet  
125 rue Martin Luther King  
Tél. : 05 58 46 58 58

**ADIL DU LOT-ET-GARONNE**  
[www.adil47.org](http://www.adil47.org)

**AGEN 47000**  
**ADIL**

6 bis boulevard Scaliger - Bâtiment de  
gauche - 1er étage  
Tél. : 05 53 67 93 65

**ADIL DES PYRÉNÉES ATLANTIQUES**  
[www.adil64.org](http://www.adil64.org)

**BAYONNE 64100**  
**ADIL**

1 rue Ulysse Darracq - Angle Quai  
Amiral Bergeret  
Tél. : 05 59 59 11 00

**PAU 64000**  
**ADIL**

7 rue Camy  
Tél. : 05 59 02 26 26

**Les CAF - Caisses**  
**d'allocations familiales**  
[www.caf.fr](http://www.caf.fr)

**PERIGUEUX 24000**  
**CAF DE LA DORDOGNE**

50, rue Claude Bernard  
24011 Périgueux Cedex 11  
Tél. : 0810 25 24 10

**BORDEAUX 33300**  
**CAF DE LA GIRONDE**

Rue du Docteur Gabriel Péry  
33078 Bordeaux Cedex  
Tél. : 0810 25 33 10

**MONT DE MARSAN 40000**  
**CAF DES LANDES**

207, rue Fontainebleau  
40023 Mont de Marsan Cedex  
Tél : 0810 25 40 10

**AGEN 47000**  
**CAF DU LOT ET GARONNE**

1, rue Jean-Louis Vincens  
47912 Agen Cedex 9  
Tél : 0810 25 47 10

**BAYONNE 64100**  
**CAF DU PAYS BASQUE ET DU**  
**SEIGNANX**

10, avenue du Maréchal-Foch  
64117 Bayonne Cedex  
Tél : 0810 25 64 10

**PAU 64000**  
**CAF DE BEARN ET SOULE**

5, rue Louis Barthou  
64035 Pau Cedex  
Tél : 0810 25 64 20

**Les commissions**  
**départementales de**  
**conciliation**

**PERIGUEUX 24000**  
**COMMISSION DEPARTEMENTALE**  
**DE CONCILIATION**

Direction départementale de la  
cohésion sociale et de la protection  
des populations  
Cité administrative Bugeaud - Bât. H  
18 rue du 26<sup>ème</sup> Régiment d'Infanterie

BP162 - 24024 Périgueux Cedex  
Tél. : 05 53 03 65 00

**BORDEAUX 33000**  
**COMMISSION DEPARTEMENTALE DE**  
**CONCILIATION**

Cité administrative - Rue Jules Ferry  
BP 90  
33090 Bordeaux Cedex  
Tél. : 05 56 24 86 99

**MONT DE MARSAN 40000**  
**COMMISSION DEPARTEMENTALE**  
**DE CONCILIATION**

Direction départementale de la  
cohésion sociale et de la protection  
des populations  
7 place Francis Planté - BP 371  
40012 Mont de Marsan Cedex  
Tél. : 05 58 05 76 30

**AGEN 47000**  
**COMMISSION DEPARTEMENTALE**  
**DE CONCILIATION**

Direction départementale de la  
cohésion sociale et de la protection  
des populations  
935, avenue Jean-Bru  
47916 Agen Cedex 9  
Tél. : 05 53 98 66 66

**PAU 64000**  
**COMMISSION DEPARTEMENTALE**  
**DE CONCILIATION**

Direction départementale de la  
cohésion sociale  
Cité administrative - CS 57570

64075 Pau Cedex  
Tél. : 05 47 41 33 10

## Les associations de défense des locataires

### CNL - Confédération Nationale du Logement

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

Site de la Confédération Nationale du Logement, qui a pour mission principale de défendre l'intérêt des locataires et des accédants à la propriété.

*Présente en Dordogne, Gironde, Landes, Lot et Garonne et Pyrénées Atlantiques*

### CLCV - Consommation Logement et Cadre de Vie

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

*Présente en Gironde, Landes et Pyrénées Atlantiques*

Consultez aussi la liste des associations de consommateurs

dans les galères d'ordre juridique et financier.

## Et pour « habiter mieux » :

### DREAL AQUITAINE - DIRECTION RÉGIONALE DE L'ENVIRONNEMENT, DE L'AMÉNAGEMENT ET DU LOGEMENT AQUITAINE

Cité administrative

Rue Jules Ferry - Boîte 55

33090 Bordeaux Cedex

Tél : 05 56 24 88 22

[www.aquitaine.developpement-durable.gouv.fr](http://www.aquitaine.developpement-durable.gouv.fr)

### MINISTÈRE DU LOGEMENT, DE L'ÉGALITÉ DES TERRITOIRES ET DE LA RURALITÉ

[www.territoires.gouv.fr](http://www.territoires.gouv.fr)

<https://mes-aides.gouv.fr>

Pour simuler en ligne toutes vos demandes d'aide.

**[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)**

DEVELOPPONS ENSEMBLE  
L'ESPRIT SOCIÉTÉ  
D'ÉQUIPE GÉNÉRALE

Partenaire du

**CIJA**

Le souffle jeune

# Les galères du parcours scolaire

## Viré de son établissement

### Comment cela arrive ?

Vous l'avez peut-être un peu cherché, surtout sachant que les sanctions sont souvent graduées, du simple avertissement à l'exclusion définitive, en fonction de la « gravité » de ce qui vous est reproché.

En général, il s'agit d'une décision du conseil de discipline de l'établissement. Ou alors, pour les plus de 16 ans, d'une « démission » afin d'éviter un dossier scolaire pouvant poser des problèmes pour l'avenir.

**Bon à savoir :** la Direction des Services départementaux de l'Éducation Nationale - DSDEN (ex : Inspection Académique) - doit dans tous les cas proposer une nouvelle affectation. Dans les 2 jours suivant le renvoi, le service de la scolarité de la DSDEN reçoit votre dossier.

**Attention cependant :** ceci s'adresse aux « récidivistes », à plus de trois exclusions, il deviendra

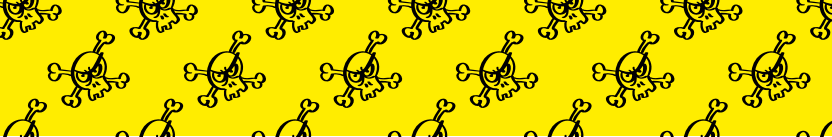
très difficile de vous recaser, les établissements scolaires n'étant pas obligés de vous accepter.

De même, en ce qui concerne les filières professionnelles, et si vous avez plus de 16 ans, il est quasiment impossible d'intégrer un autre établissement en cours d'année. Le nombre de sections est limité et il n'est pas possible d'augmenter les effectifs en cours d'année.

**Vos démarches :** vous pouvez appeler le service de la scolarité de la DSDEN pour « suivre l'affaire ».

Si vous n'avez pas de réponse ou si on refuse de vous répondre, allez au **CIO** - Centre d'Information et d'Orientation - dont vous dépendez. Un **COP - Conseiller d'Orientation Psychologue** réactivera votre dossier.

**Quelques questions à vous poser :** avez-vous vraiment envie de retourner dans un établissement scolaire pour suivre une scolarité en « formation initiale » ? Quels



sont vos rapports aux profs, au travail scolaire, à la discipline... ? Il existe d'autres systèmes d'enseignement, tels que les cours par correspondance, l'alternance, les formations professionnelles hors circuit scolaire. **Les CIO vous informent et vous conseillent dans vos choix d'orientation.**

D'autre part, pour un premier accueil et une première information sur les métiers et les formations, ne pas hésiter à contacter le Réseau Information Jeunesse (voir dans Plus d'infos) et les Espaces Métiers Aquitaine (EMA).

## **Pas d'établissement pour la rentrée**

**Comment cela arrive ?** Vous avez « raté le coche » ou vous n'avez pas été affecté dans la filière demandée.

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire (ou les démarches) :** votre ancien établissement reste responsable de votre suivi scolaire pendant un an après la fin de votre scolarité. En cas de non-affectation, vous devez vous faire recenser très rapidement par votre ancien établissement, et celui-ci **DOIT** vous proposer un rendez-vous pour bénéficier d'un entretien de situation. A l'issue de cette

rencontre, une fiche d'entretien sera remplie et signée par vous-même et les professionnels qui vous auront reçu (en général un conseiller d'orientation, un conseiller d'éducation ou le proviseur). Toutes ces fiches sont ensuite transmises au **CIO**.

Vous pouvez vous rendre au CIO fin juin ou début septembre, pour consulter les places vacantes et surtout être accompagné dans vos recherches par un **COP - Conseiller d'Orientation Psychologue**.

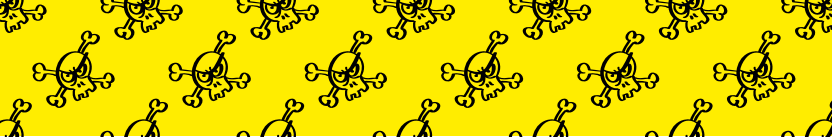
## **Le système des affectations**

La première vague d'affectations a lieu en juin. Si vous appartenez à cette première fournée, vous recevez dans la foulée une convocation de votre nouvel établissement pour effectuer l'inscription administrative, qui est **OBLIGATOIRE** et se fait **DÉBUT JUILLET**. Sinon, la place est perdue.

Pour les élèves sortant de 3<sup>ème</sup>, une deuxième vague d'affectations a lieu début septembre. La procédure sera la même qu'en juin.

Pensez aussi à l'alternance, il reste des places dans les **CFA** - Centres de Formation d'Apprentis - début septembre.





**Pour la Fac :** une inscription tardive est possible. Déposez un dossier au secrétariat de l'UFR visée, avec lettre de motivation, résultats du bac et bulletins scolaires.

**Pour les BTS :** une commission rectoriale a lieu début septembre pour attribuer les (souvent nombreuses) places disponibles. Vous pouvez donc constituer un dossier pour cette commission auprès du Rectorat d'Académie.

**Sortants de 3<sup>ème</sup>, plus de 16 ans et sans affectation :** recontactez votre CIO, des modules d'insertion sont mis en place après les vacances de la Toussaint par la **MLDS** - Mission de lutte contre le décrochage scolaire. Ils se déroulent dans des collèges ou lycées, en alternance (15 jours en école, 15 jours en entreprise) et permettent de retravailler le projet d'orientation, de se remettre à niveau. Ils débouchent sur un retour à la formation initiale ou une formation en alternance.

**Bon à savoir :** il est possible de démarcher soi-même les établissements en faisant du « porte à porte ». Munissez-vous toujours d'une lettre de motivation et des photocopies de vos bulletins scolaires. Mais pas

entre la mi-juillet et la mi-août, **IL N'Y A PERSONNE !**

## « Décrochage » en cours d'année

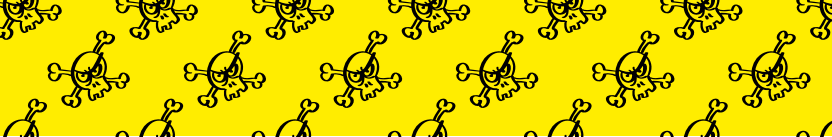
**Il y a plusieurs causes possibles à cette situation**

**Mauvaise orientation :** cela se produit surtout dans l'enseignement supérieur ou en lycée professionnel. Vous réalisez rapidement que la filière dans laquelle vous êtes inscrit ne vous convient pas du tout.

Avant de décrocher totalement, faites le point, en fonction des études suivies, avec un conseiller d'orientation du **CIO** ou du **SCUIO** - Service Commun Universitaire d'Information et d'Orientation. Il vous aidera à mieux cerner vos motivations, centres d'intérêt, compétences... Vous pourrez ainsi faire un bilan sur les points forts et les points faibles de votre situation, réfléchir éventuellement sur un autre « plan ».

Deux solutions : se remotiver ou changer d'orientation.

Une réorientation est possible en janvier au sein de l'université. Consultez à nouveau le CIO et le SCUIO pour des places en BTS ou CFA. Vous pouvez également vous



réinscrire à la rentrée suivante dans une filière d'enseignement supérieur via le site [www.admission-postbac.fr](http://www.admission-postbac.fr), sachant que les bacheliers de l'année et les Bac+1 validés restent prioritaires, même si les passerelles pour les autres situations sont en voie d'amélioration.

**Vous vous sentez «largué» en fac :** la transition avec le secondaire ne se passe pas bien. Ce n'est pas forcément lié à vos capacités, peut-être juste à un problème d'organisation ou de maturité. Pensez à utiliser le système de l'étudiant tuteur, c'est à dire à l'encadrement des plus jeunes étudiants par leurs aînés. Il suffit de prendre un rendez-vous avec l'enseignant référent du dispositif dans votre UFR.

Dans tous les cas : si vos moyens financiers vous le permettent, songez aux cours de soutien.

**Problèmes personnels, déprime :** un mal-être personnel entraîne presque à coup sûr un fléchissement de « l'enthousiasme scolaire ». Essayez de ne pas vous replier sur vous-même, parlez-en. Reportez-vous au chapitre santé.

### **Ma seconde chance**

Vous avez quitté l'école avant la

fin de vos études, vous avez des difficultés scolaires et risquez le décrochage, votre entourage est inquiet pour vous, alors n'hésitez pas à consulter le service : <http://masecondechance.onisep.fr>.

Par tchat ou par téléphone au **0 800 12 25 00**, un numéro vert accessible gratuitement, les jeunes et les parents peuvent aussi échanger avec un conseiller.

### **Prenez un nouveau départ dans la vie**

Jeunes de 16 à 25 ans, sortis du système scolaire sans diplôme ou qualification professionnelle, vous pouvez faire valoir votre droit au retour en formation initiale.

### **Comment faire ?**

Il suffit de vous rendre sur le site : [www.reviensteformer.gouv.fr](http://www.reviensteformer.gouv.fr) et d'y déposer votre n° de téléphone pour être ensuite contacté par un/une conseiller-ère. Un rendez-vous sera fixé 15 jours après. La personne que vous rencontrerez deviendra votre référent. Elle vous aidera à élaborer votre projet et vous accompagnera tout au long de votre parcours de retour en formation. Vous pouvez aussi appeler directement le

**0 800 12 25 00**

## Les adresses utiles des galères de scolarité

---

### **Les CIO - Centres d'information et d'orientation**

<http://www.ac-bordeaux.fr>  
(onglet orientation, formations)

#### **BERGERAC 24100** **CIO**

7 rue Félix Faure  
Tél. : 05 53 57 17 41

#### **NONTRON 24300** **CIO**

Rue de Verdun  
Tél. : 05 53 56 06 67

#### **PERIGUEUX 24000** **CIO**

4 bis rue Albert Pestour  
Tél. : 05 53 35 65 00

#### **RIBERAC 24600** **CIO**

Collège - cité scolaire - Bâtiment A  
Rue Couleau  
Tél. : 05 53 92 46 84

#### **SARLAT LA CANEDA 24200** **CIO**

5 place de la Grande Rigaudie  
Tél. : 05 53 59 30 85

#### **ARCACHON 33120** **CIO**

6 rue Aimé Bourdier  
Tél. : 05 56 83 18 24

#### **BEGLES 33130** **(BORDEAUX SUD)** **CIO**

23 rue Robert Schuman  
Les Terres neuves - BT Emploi  
Tél. : 05 57 59 00 80

#### **BLAYE 33390** **CIO**

9 rue Urbain Albouy - BP 95  
33392 Blaye Cedex  
Tél. : 05 57 42 29 31

#### **BORDEAUX 33000** **(BORDEAUX NORD)** **CIO**

39 cours de Verdun  
Tél. : 05 56 52 37 42

#### **CENON 33150** **CIO**

88 cours Victor Hugo  
Tél. : 05 56 86 41 20

#### **LANGON 33210** **CIO**

12 allées Garros  
Tél. : 05 56 63 63 25

#### **LIBOURNE 33500** **CIO**

40 rue Orbe - BP 233  
33506 Libourne Cedex  
Tél. : 05 57 55 27 00

**MERIGNAC 33700****CIO**

Allée René Laroumagne  
33405 Talence Cedex  
Tél : 05 56 80 40 57

**PAUILLAC 33250****CIO**

Rue des Moineaux  
BP 103  
Tél. : 05 56 73 38 00

**TALENCE 33400****CIO**

Allée René Laroumagne  
33405 Talence Cedex  
Tél : 05 56 80 40 57

**AIRE SUR L'ADOUR 40800****CIO**

45 rue Félix Despagnet  
Tél. : 05 58 71 62 33

**DAX 40100****CIO**

30 avenue Jules Bastiat  
Tél. : 05 58 74 70 34

**MONT DE MARSAN 40000****CIO**

295 place de la caserne Bosquet  
Tél. : 05 58 06 42 43

**PARENTIS EN BORN 40160****CIO**

Pôle des services

Centre Henriette Favereau  
434 avenue Nicolas Brémontier  
Tél. : 05 58 82 73 82

**AGEN 47000****CIO**

48 bis rue René Cassin  
Tél. : 05 53 66 51 07

**MARMANDE 47200****CIO**

21 rue Portogruaro  
Tél. : 05 53 20 91 91

**VILLENEUVE SUR LOT 47300****CIO**

13 allée Lamartine  
Tél. : 05 53 70 36 12

**BAYONNE 64100****CIO**

26 chemin d'Arancette  
Tél. : 05 59 52 14 58

**OLORON SAINTE MARIE 64400****CIO**

9 rue Révol  
Tél. : 05 59 39 18 28

**ORTHEZ 64300****CIO**

Maison Gascoin  
rue Gascoin  
Tél. : 05 59 67 05 09

**PAU 64000****CIO**

Centre Mercure

2 avenue de l'Université  
Tél. : 05 59 80 82 90

**SAINT JEAN DE LUZ 64500  
CIO**

36 boulevard Victor Hugo  
BP 244  
64502 Saint Jean de Luz Cedex  
Tél. : 05 59 26 34 70

**Les SCUIO-IP  
Services communs  
universitaires d'information,  
d'orientation et d'insertion  
professionnelle**

**UNIVERSITÉ DE BORDEAUX**  
[www.u-bordeaux.fr](http://www.u-bordeaux.fr)  
(onglet formation)

**ESPACE ORIENTATION CARRIÈRES  
BORDEAUX CARREIRE**

Sciences de la Santé  
146 rue Léo Saignat - Espace Segalen  
33076 Bordeaux Cedex  
Tél. : 05 57 57 13 81

**ESPACE ORIENTATION CARRIÈRES  
BORDEAUX VICTOIRE**

Sciences de l'Homme  
3 place de la Victoire - Bât F 1<sup>er</sup> étage  
33076 Bordeaux Cedex  
Tél. : 05 57 57 13 81

**ESPACE ORIENTATION CARRIÈRES  
PESSAC**

Droit, Science politique, Economie et

Gestion  
Avenue Léon Duguit  
Rez-de-Chaussée  
Bât. des amphis  
33608 Pessac Cedex  
Tél. : 05 56 84 85 49

**ESPACE ORIENTATION CARRIÈRES  
TALENCE**

Sciences et technologies  
351 cours de la Libération  
Bât. A 22  
33405 Talence Cedex  
Tél. : 05 40 00 63 71

**UNIVERSITÉ BORDEAUX MONTAIGNE**  
[www.u-bordeaux-montaigne.fr](http://www.u-bordeaux-montaigne.fr)  
(onglet formation)

**PÔLE ORIENTATION STAGES  
INSERTION PROFESSIONNELLE  
(POSIP)**

Domaine Universitaire  
Bât. accueil des étudiants  
33607 Pessac Cedex  
Tél. : 05 57 12 45 00

**UNIVERSITÉ DE PAU ET DES PAYS  
DE L'ADOUR (UPPA)**  
<http://scuio-ip.univ-pau.fr>

**SERVICE COMMUN UNIVERSITAIRE  
D'INFORMATION, D'ORIENTATION  
ET D'INSERTION PROFESSIONNELLE  
(SCUIO-IP)  
CAMPUS PAU**

Bât. Présidence de l'Université - RDC

Avenue de l'Université  
BP 540  
64012 Pau Cedex  
Tél. : 05 59 40 70 90/91/92

### **CAMPUS CÔTE BASQUE**

Maison de l'Étudiant  
77 rue Bourgneuf  
64100 Bayonne  
Tél. : 05 59 57 41 61

### **Le Rectorat**

#### **BORDEAUX 33000 RECTORAT DE L'ACADEMIE DE BORDEAUX**

5 rue Joseph de Carayon Latour  
CS 81499  
33060 Bordeaux Cedex  
Tél. : 05 57 57 38 00  
[www.ac-bordeaux.fr](http://www.ac-bordeaux.fr)

#### **BORDEAUX 33000 MISSION DE LUTTE CONTRE LE DECROCHAGE SCOLAIRE SAIO - MLDS**

5, rue Joseph de Carayon-Latour  
CS 81499  
33060 Bordeaux Cedex  
Tél : 05 40 54 71 61

**Les DSDEN**  
**Directions des services  
départementaux de  
L'Éducation Nationale**  
[www.ac-bordeaux.fr](http://www.ac-bordeaux.fr)

#### **PERIGUEUX 24000 DSDEN**

20 rue Alfred de Musset  
24016 Périgueux Cedex  
Tél. : 05 53 02 84 84

#### **BORDEAUX 33300 DSDEN**

30 cours de Luze - BP 919  
33060 Bordeaux Cedex  
Tél. : 05 56 56 36 00

#### **MONT DE MARSAN 40000 DSDEN**

5 avenue Antoine Dufau - BP 389  
40012 Mont de Marsan Cedex  
Tél. : 05 58 05 66 66

#### **AGEN 47000 DSDEN**

23 rue Roland Goumy  
47916 Agen Cedex 9  
Tél. : 05 53 67 70 00

#### **PAU 64000 DSDEN**

2 place d'Espagne  
64038 Pau Cedex  
Tél. : 05 59 82 22 00

**Les EMA**  
**Espaces Métiers Aquitaine**  
[www.aquitaine-cap-metiers.fr](http://www.aquitaine-cap-metiers.fr)

**EMA DU BERGERACOIS**  
Maison de l'emploi Sud Périgord  
Antenne de Bergerac



16 rue du Petit Sol  
24100 Bergerac  
Tél : 05 53 73 52 60

### **EMA RELAIS**

Antenne Espace Economie Emploi de  
Bergerac  
3 rue du Professeur Testut  
24150 Lalinde  
Tél : 05 53 73 43 80

### **EMA PERIGUEUX**

Agence Pôle Emploi Périgueux  
Change  
135 boulevard du Petit Change  
24000 Périgueux  
Tél : 05 53 45 53 60

### **EMA SARLAT/TERRASSON**

Maison de l'emploi du Périgord noir  
Place Marc Busson  
24200 Sarlat La Canéda  
Tél : 05 53 31 56 00

### **EMA RELAIS**

58 avenue Jean Jaurès - BP 56  
24122 Terrasson La Villedieu Cedex  
Tél : 05 53 50 82 44

### **EMA BASSIN D'ARCACHON ET VAL DE L'EYRE**

Centre d'information et d'orientation  
6 rue Aimé Bourdier  
33120 Arcachon  
Tél : 05 56 83 18 24

### **EMA BORDEAUX RIVE DROITE**

Mission locale des Hauts de Garonne

54 avenue Hubert Dubedout  
CS 10023  
33152 Cenon Cedex  
Tél : 05 57 77 31 00

### **EMA HAUTE GIRONDE**

Centre d'information et d'orientation  
9 rue Urbain Albouy  
33390 Blaye  
Tél. : 05 57 42 29 31

### **EMA RELAIS**

Mission locale de la Haute Gironde  
Antenne de Saint André de Cubzac  
1 rue de Places  
33240 Saint André de Cubzac  
Tél. : 05 57 43 50 63

### **EMA LESPARRE MEDOC**

Ouverture prochaine

### **EMA LIBOURNE PAYS FOYEN**

Centre d'information et d'orientation  
40 rue Orbe  
BP 33  
33506 Libourne Cedex  
Tél : 05 57 55 27 00

### **EMA MERIGNAC**

Mission locale Technowest  
Immeuble le France  
Entrée A  
9 rue Mongolfier  
33700 Mérignac  
Tél : 05 56 47 14 07

## **EMA AQUITAINE CAP METIERS**

### **PESSAC**

102 avenue de Canéjan

33600 Pessac

Tél : 05 57 81 45 65

### **EMA DAX**

Mission locale des Landes

Antenne de Dax

Résidence Le Rubens

14 avenue de Sablar

40100 Dax

Tél : 05 58 90 93 97

### **EMA AGEN**

Centre d'information et d'orientation

48 bis rue René Cassin

47000 Agen

Tél : 05 53 66 51 07

### **EMA MOYENNE GARONNE**

Mission locale Moyenne Garonne

3 rue de l'Observance

BP 20139

47200 Marmande

Tél. : 05 53 64 47 88

## **EMA DU VILLENEUVOIS**

Mission locale du Villeneuvois

13 rue Darfeuille

47300 Villeneuve sur Lot

Tél. : 05 53 40 06 02

### **EMA RELAIS**

Mission locale

Avenue Pelletan

47500 Fumel

Tél : 05 53 40 06 02

### **EMA MORLAAS**

Insertion Emploi Béarn Adour

6 place de la Tour

64160 Morlaàs

Tél : 05 59 33 63 67

### **EMA MOURENX/OLORON/ORTHEZ**

Mission locale des territoires de

Mourenx-Oloron-Orthez

Centre Yves Dréau

Avenue de Monein

64150 Mourenx

Tél : 05 59 71 54 87

### **EMA RELAIS**

Mission locale

9 rue Révol

64240 Oloron Sainte Marie

Tél : 05 59 39 84 40

### **EMA RELAIS**

Mission locale

9 avenue du Pesqué

64300 Orthez

Tél : 05 59 69 21 13





# L'info pour tous

Information  
Jeunesse



**Métiers et Formations - Emploi - Santé  
Europe - Loisirs - Jobs - Logement  
Billetteries - Carte Aquitaine Étudiant**

**CIJA**

Le souffle jeune

**Europe Direct Aquitaine**

**125 cours Alsace Lorraine 33000 Bordeaux**



**[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)**

Le site de l'Information Jeunesse Aquitaine

### **EMA PAU/LONS/BENEJACQ**

Mission Locale Pau-Pyrénées  
Complexe de la République  
8 rue Carnot  
64000 Pau  
Tél : 05 59 98 90 40

### **EMA RELAIS**

Parc d'activités économiques  
Monplaisir  
64800 Bénéjacq  
Tél : 05 59 13 06 90

### **EMA RELAIS**

13 Rue de la Mairie  
64140 Lons  
Tél : 05 59 40 32 44

### **EMA PAYS BASQUE**

Mission locale Pays basque  
10 rue du Pont de l'Aveugle  
64600 Anglet  
Tél. : 05 59 59 67 56

### **Services par téléphone et Internet**

### **SITE DU MINISTÈRE DE L'EDUCATION NATIONALE, DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR ET DE LA RECHERCHE**

[www.education.gouv.fr](http://www.education.gouv.fr)

### **ONISEP - Office National d'Information Sur les Enseignements et les Professions**

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

### **ORIENTATION POUR TOUS**

[www.orientation-pour-tous.fr](http://www.orientation-pour-tous.fr)  
Tél : 0 811 70 39 39 (6c/mn)  
du lundi au vendredi 9h.18h

### **MON ORIENTATION EN LIGNE**

[www.monorientationenligne.fr](http://www.monorientationenligne.fr)  
Tél : 01 77 77 12 25  
(appel non surtaxé)  
du lundi au vendredi 8h.20h

### **AQUITAINE CAP MÉTIERS**

[www.aquitaine-cap-metiers.fr](http://www.aquitaine-cap-metiers.fr)  
Tél : 0 800 940 166 (n° gratuit depuis  
poste fixe) du lundi au jeudi 9h.12h30  
/ 13h30.17h, vendredi 13h.17h

### **Lutte contre le décrochage scolaire**

[www.reviensteformer.gouv.fr](http://www.reviensteformer.gouv.fr)  
<http://masecondechance.onisep.fr>  
Tél : 0 800 12 25 00  
(n° gratuit depuis poste fixe) du lundi  
au vendredi 10h.20h



## Les galères du boulot

---

On passe quand même pas mal de temps de sa « vie éveillée » au boulot, donc il est préférable que ça se passe le mieux possible. Beaucoup de bugs quand même dans ce monde à part entière, et tout le monde sait à quel point cela peut « pourrir la vie » et atteindre l'individu jusque dans sa vie privée.

L'actualité se charge de nous rappeler à quel point les pressions en tout genre au travail peuvent être graves et même destructrices. Alors, si cela vous arrive... réagissez vite, ne vous laissez pas enfermer dans une spirale infernale.

### Les conflits au travail

**La 1<sup>ère</sup> chose à faire :** « identifier » VOTRE conflit. En effet, il existe plusieurs types de conflits, plus ou moins faciles à gérer.

**Les malentendus :** ils naissent de l'incompréhension entre deux personnes, avec ou sans relation hiérarchique. Il suffit parfois d'une franche explication pour que tout s'arrange.

**Les conflits d'intérêts :** il s'agit d'intérêts divergents entre deux personnes, ce qui crée une rivalité.

**Les conflits de personnalité :** il existe des personnalités incompatibles entre elles, des antipathies naturelles.

### Conflits avec qui ?

**Avec les collègues :** votre hiérarchie risque de les régler à votre place, les conflits interpersonnels étant toujours un obstacle à la bonne marche d'une boîte, quelle qu'elle soit. Alors essayez plutôt de les régler directement si ce n'est pas trop grave.

**Avec la « hiérarchie » :** si votre employeur a une interprétation très personnelle de votre convention collective, un conception du management bien à lui... enfin disons simplement si vous êtes convaincu de « vous faire avoir »... dans ce cas, le droit du travail est là pour vous protéger.



## **Conflit, harcèlement ou discrimination ? Ne pas confondre.**

### **Définition du harcèlement moral au travail :**

*« Le harcèlement moral se manifeste par des agissements répétés, qui ont pour objet ou pour effet une dégradation des conditions de travail susceptible de porter atteinte aux droits du salarié au travail et à sa dignité, d'altérer sa santé physique ou de compromettre son avenir professionnel ».*

**A savoir :** "harcèlement moral" est une décision de justice, on parle plutôt dans un premier temps de "dégradation des conditions de travail", et cette décision se base sur des PREUVES.

Les salariés victimes de harcèlement moral et relevant du secteur privé disposent d'un recours devant le **conseil de prud'hommes** pour faire cesser ces agissements et demander réparation du préjudice subi, si la victime est agent public, c'est le **tribunal administratif** qui devra être saisi.

La victime doit présenter des faits permettant de présumer l'existence d'un harcèlement moral.

Il appartient ensuite à la personne accusée de démontrer que ces faits ne sont pas constitutifs d'un harcèlement moral.

**Bon à savoir :** dans une entreprise, toute organisation syndicale représentative peut, avec l'accord écrit de la personne harcelée, engager à sa place l'action en justice.

### **Définition de la discrimination**

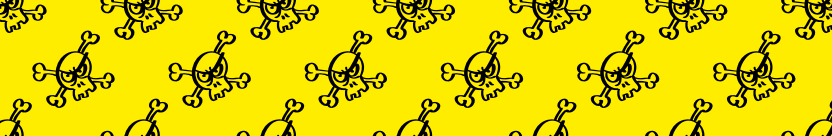
Une discrimination est une inégalité de traitement fondée sur un critère prohibé par la loi, comme l'origine, le sexe, le handicap etc., dans un domaine visé par la loi, comme l'emploi, le logement, l'éducation, etc.

Si vous pensez être victime au travail de mesures discriminatoires, contactez en priorité un des délégués du **Défenseur des droits**, que vous trouverez sur [www.defenseurdesdroits.fr/contacter-votre-delegue](http://www.defenseurdesdroits.fr/contacter-votre-delegue).

### **Qui peut vous aider ?**

#### **Dans l'entreprise**

Vos collègues directs, votre supérieur hiérarchique, vos délégués du personnel, le service des ressources humaines, les délégués syndicaux et enfin la direction, le tout classé par ordre croissant de « pouvoir d'intervention ». Tout dépend aussi de la taille de l'entreprise, service RH, délégué du personnel et syndicats sont souvent absents des petites entreprises.



### **A l'extérieur de l'entreprise :**

Le médecin du travail, la **Directe** (information, conseil et inspection du travail), les organismes de conseil juridique, les associations d'aide aux victimes, les conseils de prud'hommes. **D'après l'INRS - Institut National de Recherche et de Sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles** - [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr) - cinq types d'actions possibles pour les victimes d'agissements hostiles :

**Rechercher une écoute :** auprès de son entourage ou d'un médecin, et être entendu dans sa souffrance

**Désamorcer si possible la situation** par un dialogue et/ou une clarification avec la ou les personnes concernées

**Se protéger :** dialoguer avec son supérieur hiérarchique quand c'est possible, prendre contact avec les représentants du personnel et/ou le service de gestion des ressources humaines, éviter de rentrer dans l'engrenage de l'attaque ou de la défense systématique

**Se faire conseiller :** service de renseignements de la Direction régionale des entreprises, de la concurrence, de la consommation,

du travail et de l'emploi (Direccte), associations d'aide aux victimes, avocat ou conseiller juridique – Voir les adresses utiles citées en fin de chapitre pour les galères d'ordre juridique ou financier.

**Agir pour faire reconnaître ses droits et obtenir réparation :** constituer un dossier contenant suffisamment d'éléments de preuve, déposer une plainte auprès du procureur de la République.

### **Viré**

On dira que cela fait partie de la « rubrique conflits » si le licenciement peut être considéré comme abusif.

### **Il y a plusieurs formes de licenciement :**

- **Licenciement économique :** le motif n'est pas du à la personne, mais à des difficultés économiques, une restructuration, etc... Pas drôle pour celui qui le subit, mais en général ce type de licenciement est bien cadré par les conventions collectives et le code du travail, l'employeur est tenu de respecter les règles s'il ne veut pas être pénalisé.

- **Licenciement pour motif personnel** : disciplinaire ou non, il repose sur la personnalité du salarié, son comportement (faute par exemple), ses capacités (incompétence ou inaptitude physique).  
S'il s'agit d'un licenciement pour insuffisance professionnelle, l'employeur doit l'indiquer en termes précis. Mais dans tous les cas, l'insuffisance professionnelle doit reposer sur des faits objectifs et non sur la seule appréciation subjective de l'employeur. En d'autres termes, ce dernier doit prouver les griefs invoqués.

Dans tous les cas, la nature du licenciement doit vous être communiquée, et vous avez des droits (entretien préalable, etc..).

**Que faire face à un licenciement abusif ?** Si votre licenciement n'entre pas dans un de ces cas, ou si les raisons invoquées sont trop fumeuses, il sera "abusif". Vous pourrez en saisir l'inspecteur du travail.

**Dans tous les cas** : ce n'est pas la fin du monde, même si un licenciement peut être un passage difficile.

Vous pouvez vous octroyer quelques jours de vacances avant de commencer vos démarches de recherche d'un autre emploi.

## Les adresses utiles pour les galères du boulot

### Les Unités territoriales de la Direccte

[www.aquitaine.direccte.gouv.fr](http://www.aquitaine.direccte.gouv.fr)

#### PERIGUEUX CEDEX - 24016

2 rue de la Cité  
Tél. : 05 53 02 88 00

#### BORDEAUX CEDEX - 33074

118 cours du Maréchal Juin  
Tél. : 05 56 00 07 77  
*Renseignements droit du travail : 05 56 00 07 20*

#### MONT DE MARSAN CEDEX - 40012

4 allée de la Solidarité  
BP 403  
Tél. : 05 58 46 65 43

#### AGEN CEDEX - 47916

1050 bis avenue du Docteur Jean Bru  
Tél. : 05 53 68 40 40

#### ANGLET - 64600

8 esplanade de l'Europe  
Tél. : 05 59 46 00 75

### **PAU - 64000**

Cité administrative  
Boulevard Tourasse  
Tél. : 05 59 14 80 30

### **Les Conseils de prud'hommes**

[www.justice.gouv.fr](http://www.justice.gouv.fr)

### **BERGERAC CEDEX - 24112**

6 bis rue des Carmes  
Place de la République  
Tél. : 05 53 57 68 25

### **PERIGUEUX - 24000**

2 bis cours Fénélon  
Tél. : 05 53 08 64 43

### **BORDEAUX CEDEX - 33077**

Place de la République  
Tél. : 05 47 33 95 95

### **LIBOURNE CEDEX - 33501**

36 rue Victor Hugo  
BP 145  
Tél. : 05 57 51 75 42

### **DAX CEDEX - 40107**

Villa Gischia  
55 avenue Victor Hugo  
Tél. : 05 58 74 29 74

### **MONT DE MARSAN - 40000**

8 rue du Maréchal Bosquet  
Tél. : 05 58 46 03 68

### **AGEN - 47000**

1050 bis avenue du Docteur Jean Bru  
Tél. : 05 53 68 49 00

### **MARMANDE - 47200**

1 place des Droits de l'Homme  
Tél. : 05 53 20 39 28

### **BAYONNE - 64100**

10 rue de la Ville en Bois  
Tél. : 05 59 59 32 21

### **PAU - 64000**

44 cours Camou  
Tél. : 05 59 62 50 90

### **Les syndicats**

#### **CFDT - Confédération Française et Démocratique du Travail**

[www.aquitaine.cfdt.fr](http://www.aquitaine.cfdt.fr)

#### **CFTC - Confédération Française des Travailleurs Chrétiens**

[www.cftc-aquitaine.com](http://www.cftc-aquitaine.com)

#### **CFE-CGC - Confédération Française de l'Encadrement, Confédération Générale des Cadres**

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

#### **CGT - Confédération Générale du Travail**

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

#### **FO - Force Ouvrière**

[www.force-ouvriere.fr](http://www.force-ouvriere.fr)

#### **FSU - Fédération Syndicale Unitaire**

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

## UNSA - Union Nationale des Syndicats Autonomes

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

## UNION SYNDICALE SOLIDAIRES

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

Voir aussi les adresses utiles dans les galères d'ordre juridique ou financier

- **CIDFF** - centres d'information des droits des femmes et de familles
- **CDAD** - conseils départementaux d'accès au droit

Ces organismes ont des juristes spécialisés en droit du travail

## Sites

<http://travail-emploi.gouv.fr>

Rubrique fiches pratiques du droit du travail

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

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

Dossier « harcèlement »

***Et n'hésitez pas à faire une petite recherche sur les pervers narcissiques au travail !***

# www.info-jeune.net

## ABONNEZ-VOUS AUX FICHES DU CIJA



*Enseignement, Métiers et Formation professionnelle, Emploi, Formation permanente, Société et vie quotidienne, Loisirs, Vacances, Etranger, Sport.*

**UNE DOCUMENTATION PRÉCISE  
ET ACTUALISÉE À PORTÉE DE MAIN.  
(Abonnement 180 € TTC/an)**

# Renseignements : 05 56 56 00 56





## Les « bugs » liés à la santé

---

### J'ai plus de sécu....

On connaît ce refrain : « la sécu, c'est bien.... »

La sécu est un système solidaire qui permet à tous d'être protégé et soigné en cas de maladie, grâce à diverses cotisations (chacun paye pour tous, en quelque sorte). Sauf quand, pour diverses raisons, on y a pas, ou plus droit.

### Que faire quand on a plus les moyens de se soigner ?

Adressez-vous à la caisse primaire d'assurance maladie dont vous dépendez. Selon votre situation, vous pourrez accéder à différentes aides.

- **La CMU (Couverture Maladie Universelle) de base.**

La CMU de base permet l'accès à l'assurance maladie, pour toute personne qui réside en France de manière régulière depuis plus de 3 mois, qui n'est pas couverte par un autre régime obligatoire de la Sécurité sociale, et n'a pas droit à l'assu-

rance maladie à un autre titre (activité professionnelle, ayant droit, etc...)

- **La CMU (Couverture Maladie Universelle) complémentaire.**

La CMU complémentaire permet l'accès à une protection complémentaire santé gratuite, comme une mutuelle. C'est donc la possibilité d'accéder aux médecins, à l'hôpital, etc. sans avancer de frais. Elle est accordée pour 1 an (sous conditions de ressources.)

**Bon à savoir :** jeunes de 18 et 25 ans, l'accès à la CMU complémentaire est soumis à des conditions particulières. Vous pouvez faire une demande à titre individuel si vous êtes **totale**ment indépendant (si vous disposez d'une autonomie géographique, fiscale et financière) ou si vous êtes chargé de famille (si vous avez un enfant, ou si la déclaration de grossesse a été effectuée auprès de la CPAM.) Ou encore si vous êtes étudiant(e) et bénéficiez



d'une aide d'urgence annuelle délivrée par le CROUS.

- **L'aide complémentaire santé.**  
Cette aide financière permet de contracter une assurance maladie complémentaire de santé individuelle. Vos revenus doivent se situer entre le plafond de la CMU complémentaire et ce même plafond majoré de 35 %.  
En présentant votre attestation à une mutuelle, une société d'assurances, une institution de prévoyance vous bénéficiez d'une réduction sur le contrat santé individuel auquel vous avez choisi de souscrire ou avez déjà souscrit.
- **L'Aide Médicale de l'Etat (AME)**  
L'AME permet l'accès aux soins à des personnes de nationalité étrangère qui résident en France de manière ininterrompue depuis plus de 3 mois, mais ne disposent pas d'un titre de séjour ou de récépissé de demande. L'AME est accordée pour un an sous conditions de ressources.

### **Quelles sont les démarches ?**

Pour obtenir une de ces aides, il faut s'adresser à la Caisse Primaire

d'Assurance Maladie (CPAM) de son domicile.

**Bon à savoir :** pour la CMU complémentaire, vous pouvez également vous adresser à un organisme complémentaire, comme une mutuelle, une société d'assurances... qui s'est inscrit sur la liste nationale des organismes volontaires.

### **Liste nationale des organismes complémentaires :**

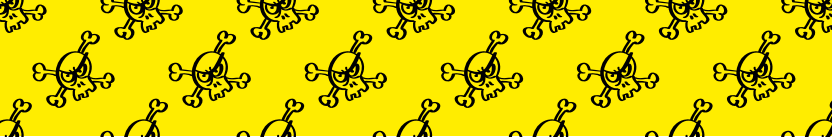
[www.cmu.fr/liste-organismes-complementaires.php](http://www.cmu.fr/liste-organismes-complementaires.php)

### **Rapports sexuels à risque : qu'est ce que j'risque ?**

De nombreuses études montrent que malgré la prévention, les informations reçues, les relations sexuelles non protégées demeurent importantes...

### **Des rapports sexuels à risque.**

C'est-à-dire non protégés : un seul rapport sexuel sans **préservatif** - seul et unique moyen de contraception qui protège du sida comme des IST- peut suffire pour être contaminé par le virus du sida, ou ce qu'on nomme une IST - infection sexuellement transmissible - comme l'hépatite B, qui peut entraîner une grave atteinte du foie.



Si les IST se soignent, et laissent rarement de séquelles, le sida ou VIH (virus d'immunodéficience humaine) ne se soigne toujours pas, il est donc vital de s'en préserver. S'il existe aujourd'hui des traitements qui rendent le virus moins actif, ils sont très lourds et ne permettent pas, à ce jour, la guérison.

**La 1<sup>ère</sup> démarche à faire ?** Au moindre doute (rapport sexuel non protégé, échange de matériel pour la drogue (paille, seringue, coton etc.) un seul mot : dépistage ! Et pensez à en parler à votre (ou vos) partenaires sexuels, afin qu'eux aussi se fassent dépister et ne « propagent » pas le virus.

**Vers qui se tourner ?** Les centres de dépistage, ou les centres de planning familial (voir adresses dans une grossesse non désirée).

**Certains centres proposent des tests de dépistages gratuits et anonymes.** C'est le cas des CDAG (Centres de Dépistage Anonymes et Gratuits) et CIDDIST (Centres d'Information, de Dépistage et de Diagnostic des Infections Sexuellement Transmissibles) qui ont pour mission la prévention, le dépistage et le suivi du VIH et des IST. Ces deux structures vont fusionner en 2016 pour donner naissance à

une nouvelle entité : les CEGGID (centres gratuits d'information, de dépistage et de diagnostic) avec des compétences plus étendues.

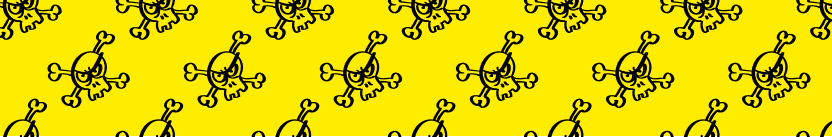
Il existe également le dépistage rapide de AIDES qui peut être proposé en 30 mn, aux personnes particulièrement exposées. Plus d'informations : [www.aides.org/info-sante/vih-depistage](http://www.aides.org/info-sante/vih-depistage)

### **Et les autotests ?**

Désormais disponibles en pharmacie, les autotests de dépistage du VIH/Sida sont vendus sans ordonnance pour 25 à 30 euros. Ils peuvent être réalisés par tous, à la maison par exemple, à partir d'une goutte de sang et fournissent une première réponse en 15 à 30 mn. Une personne mineure peut faire le test sans accord parental.

Cependant il est utile d'être bien informé sur son utilisation (ce test est efficace à 99%, s'il est réalisé trois mois après la dernière prise de risque). Parlez-en à votre pharmacien ou médecin.

Et surtout ne restez pas seul face au résultat. Pour toute question sur les autotests (information ou accompagnement), vous pouvez appeler Sida Info Service au **0 800 840 800**, appel confidentiel anonyme et gratuit, 7 jours/7.



Si votre dépistage se révèle positif au VIH, une prise en charge médicale spécifique existe.

**Bon à savoir : l'alcool augmente le risque d'avoir des rapports sexuels non protégés.** En effet, il désinhibe, et permet d'entrer plus facilement en contact avec les autres; on fait alors moins attention aux conséquences de certains gestes. Prudence, donc.

## Une grossesse non désirée

Une grossesse est un moment heureux dans une vie de femme... quand on l'a désirée... Sinon, c'est que vous n'avez pas prévu (dans l'immédiat, en tout cas) un tel événement dans votre vie...

Alors, que vous n'ayez pas utilisé de moyen de contraception, ou qu'un « accident » soit survenu (préservatif déchiré...) pas de panique.

Mineure, sachez tout d'abord que vous n'avez aucune obligation d'en parler à votre entourage, à votre famille (si vous ne le souhaitez pas).

**La 1<sup>re</sup> démarche à faire ?** En cas de doute, utiliser un test de grossesse : disponibles en pharmacie et dans les grandes surfaces, ils permettent d'être

rapidement fixé et sont jugés fiables.

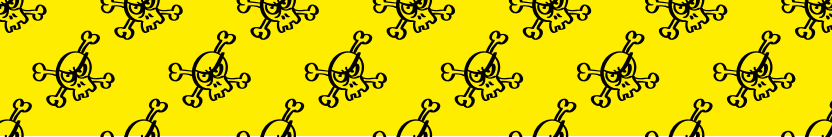
## Que faire en cas de test positif ?

Si le rapport date de moins de 72 heures, vous pourrez avoir recours à la contraception d'urgence « la pilule du lendemain » : ce comprimé doit être pris rapidement après le rapport sexuel non protégé. La pilule du lendemain est délivrée **sans ordonnance** par les pharmacies, les centres de planification. Si vous êtes scolarisée, vous pouvez également vous adresser aux infirmières scolaires.

Si vous le découvrez plus tardivement, vous pouvez subir une IVG (interruption volontaire de grossesse) réservée aux femmes dont la grossesse est inférieure à 12 semaines.

**Vers qui se tourner ?** En cas de décision d'IVG, un entretien, obligatoire pour les mineures, conseillé pour les autres, et des consultations médicales avec des professionnels sont proposés par les centres de planification familiale ou bien au centre P.M.I (Protection maternelle et infantile) de votre ville.

Pour les mineures, le consentement d'un parent (père ou mère) ou du tuteur légal est la règle. Cependant,



si la mineure veut garder le secret ou si elle ne peut obtenir le consentement parental ou tutorial, elle doit se faire accompagner d'une personne majeure de son choix.

Sans sécurité sociale, vous pouvez être accueillie gratuitement et anonymement dans des structures spécialisées : c'est le cas des plannings familiaux, par exemple.

**Attention** : la pilule du lendemain n'est pas un moyen de contraception, sa prise doit rester occasionnelle. Idem pour l'IVG qui est un acte médical et chirurgical. Il est souvent raconté et ressenti par les femmes qui y ont eu recours comme une véritable douleur.

## **Drogue, alcool... arrêter, s'en sortir**

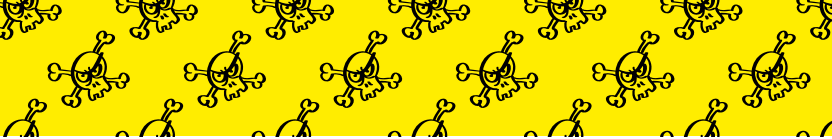
Alcool, drogues : on croise forcément leur chemin à un moment donné... Sorte de rite initiatique pour certains, qui en resteront à une (ou quelques) expériences occasionnelles, la consommation régulière d'alcool ou de drogues peut entraîner une véritable dépendance pour d'autres... L'usage de ces substances peut être dangereux pour la santé : risque d'overdose, d'accidents, violence...

**Comment sait-on qu'on est dépendant ?** La dépendance peut se définir ainsi : « situation d'une personne qui ne peut plus se passer d'un produit psychoactif (produit qui agit sur le cerveau, modifie le comportement, les sensations.) La dépendance peut être psychologique et/ou physique. Dans ce cas, l'arrêt de la consommation entraîne un état de manque avec un syndrome de sevrage ».

Il est parfois difficile de reconnaître, de se rendre compte que l'on devient « accro » à un produit. Testez-vous : voyez si vous pouvez faire abstinence un certain temps...

**Comment se sortir d'une dépendance ?** Sinon, vous pouvez en parler à votre entourage, ou vous adresser à des organismes spécialisés : des professionnels vous écoutent, vous accompagnent dans une démarche de sevrage.

Les centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) accueillent les personnes présentant tous types d'addictions, ainsi que leurs proches. Une équipe pluridisciplinaire procède avec la personne à une évaluation de sa situation et met en œuvre un projet d'accompagnement et de soin individualisé.



Les consultations jeunes consommateurs (CJC) s'adressent principalement à des jeunes entre 12 et 25 ans. L'objectif de ces consultations est d'accueillir des jeunes consommateurs et/ou leur entourage. Toutes les problématiques d'addiction peuvent être abordées dans ces lieux : l'usage d'alcool, de drogues, la pratique de jeux vidéo, l'utilisation d'Internet...

**Bon à savoir :** plus on consomme jeune, plus on risque d'avoir des problèmes de dépendance....

### Et l'alcool au volant ?

Les effets de l'alcool au volant peuvent être désastreux : diminution voire perte de la coordination des mouvements etc. Selon la sécurité routière, cela reste la première cause de mortalité chez les jeunes...

**Que dit la loi ?** La loi française estime que vous « roulez bourré » à partir de 0,5 g/litre de sang. Selon la « gravité » de votre état, les peines varient : amende, retrait de points, suspension de permis, immobilisation du véhicule, voire peine de prison dans certains cas.

**Et pour tous les permis probatoires, le taux d'alcool autorisé est 0,2 g/litre de sang.** La réglementation s'applique à tous les jeunes conducteurs pendant 3

ans après l'obtention du permis, la perte de 12 points ou l'annulation du permis, ou 2 ans si le permis a été obtenu dans le cadre de la conduite accompagnée.

**0.2 g/l, c'est zéro verre d'alcool car dès le 1<sup>er</sup> verre, ce seuil peut être dépassé !** (conseil de la sécurité routière)

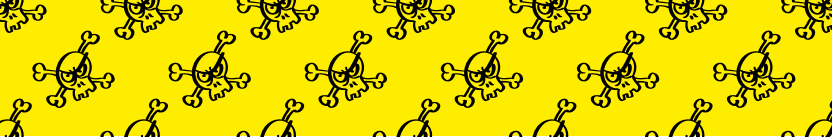
**À titre « préventif » :** pensez aux capitaines de soirée : « celui qui conduit, c'est celui qui ne boit pas... » Le portail jeunes et sécurité routière délivre de l'information sur les capitaines de soirée, ou l'opération « Sam » : [www.ckisam.fr](http://www.ckisam.fr)

**Bon à savoir :** pour dépister les drogues, les forces de police ou de gendarmerie disposent de tests de plus en plus performants : un résultat positif peut vous faire encourir 2 ans de prison et 4500 € d'amende !

### Je vais bien, tout va bien ?

Dans notre société actuelle qui valorise l'image, le paraître, il ne fait pas bon exprimer un « mal-être » : la dépression est une maladie qui peut faire peur, voire honte.

**Déprimé, dépressif ?** Être déprimé, c'est ressentir une perte de



motivation, se sentir mal dans sa peau, fatigué, anxieux... c'est un état qui normalement ne dure pas... Si le mal-être s'installe, persiste, on parle de dépression : véritable maladie, elle nécessite souvent une prise en charge médicale.

Le mal-être peut prendre la forme de troubles plus spécifiques, comme les TCA (troubles du comportement alimentaire) dont l'anorexie, la boulimie sont les plus connues... et sont aussi l'expression d'un mal-être.

« Pourtant, la dépression est une maladie qui peut toucher chacun d'entre nous (quels que soient l'âge, le sexe, le niveau social...). Contrairement à certaines idées reçues, elle ne relève ni d'une « fatalité », ni d'une faiblesse de caractère. La volonté seule ne suffit pas pour en sortir, notamment parce que la maladie provoque un sentiment de dévalorisation de soi et des pensées négatives. » Source Info-dépression.

### **Vers qui se tourner ?**

Il ne faut pas, surtout pas hésiter à en parler pour se faire aider : à votre entourage, à votre médecin, mais aussi à des associations ou organismes.

Les Maisons Des Adolescents (MDA) accueillent tout adolescent

(12-25 ans, mais cela peut varier en fonction des structures) en situation de mal-être, elles l'écoutent, évaluent avec lui ses difficultés, et l'orientent si besoin vers un accompagnement spécifique.

Les Points d'Accueil Ecoute Jeunes (PAEJ), structures de proximité, offrent une écoute, un accueil et une orientation aux jeunes âgés de 12 à 25 ans et à leur entourage. Ils n'assurent pas de soins mais orientent les jeunes vers les structures adaptées à leur situation.

De façon plus générale, la cartographie **Carto Santé Jeunes** recense tous les lieux qui assurent un accueil généraliste sur toutes les questions liées à l'adolescence, et à la souffrance des jeunes.

<http://cartosantejeunes.org>

**Bon à savoir :** les étudiants des universités aquitaines et de leurs établissements conventionnés peuvent bénéficier de consultations psychologiques en s'adressant au Service Interuniversitaire ou Universitaire de Médecine Préventive et de Promotion de la Santé.

## Les adresses utiles pour des « galères » de santé

---

### J'ai plus de sécu

#### Les CPAM - Caisses primaires d'assurance maladie

##### CPAM DE LA DORDOGNE

50 rue Claude-Bernard  
24910 Périgueux Cedex 9

##### CPAM DE GIRONDE

Place de l'Europe  
33000 Bordeaux

##### CPAM DES LANDES

207 rue Fontainebleau  
40013 Mont-de-Marsan Cedex

##### CPAM DU LOT-ET-GARONNE

2 rue Diderot  
47914 Agen Cedex 9

##### CPAM - DE BAYONNE

68 allées Marines

##### 64111 BAYONNE CEDEX CPAM DE PAU-PYRÉNÉES

26 bis avenue des Lilas  
64022 Pau Cedex 9

#### Sites utiles

[www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)  
L'assurance maladie en ligne

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

Le site de la CMU

#### Numéro d'appel

##### SANTÉ INFO DROITS :

0810 004 333 (n° Azur, tarif selon  
l'opérateur téléphonique) ou 01 53  
62 40 30 (prix d'une communication  
normale)

S'adresse à toute personne  
confrontée à des difficultés, des  
doutes, des interrogations en lien  
avec une problématique de santé,  
usagers ou professionnels.

#### Les CES - Centres d'examens de santé

Les CES offrent gratuitement à  
tous les assurés sociaux des exa-  
mens préventifs de santé. Il suffit  
de prendre directement contact  
avec le centre d'examen.

##### PERIGUEUX 24009

##### CES - CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ

17 rue Louis Blanc  
Tel: 05 53 06 41 70



## **BEGLES 33130**

### **CES - CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ**

Quartier Terres Neuves

Tél. : 05 56 39 38 75

ouvert du lundi au vendredi de 7h45 à 16h

## **ANTENNE DE LANGON**

### **CENTRE HOSPITALIER SUD GIRONDE**

ouvert le vendredi matin

## **ANTENNE DE LESPARRE**

### **CLINIQUE MUTUALISTE DU MÉDOC**

ouvert le mardi matin

## **MONT DE MARSAN 40000**

### **CES - CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ**

8 rue Victor Lourties (près de la CPAM)

Tél. : 05 58 85 84 00

## **BOE 47550**

### **CES - CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ**

Avenue Georges Guignard

Zone Industrielle

Tél. : 05 53 77 02 52

## **BAYONNE 64100**

### **CES - CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ**

68-72 allées Marines Bayonne

Tél. : 05 59 52 73 50

## **PAU 64000**

### **CES - CENTRE D'EXAMENS DE SANTÉ**

26 Bis avenue des Lilas

Tél. : 05 59 90 30 40

## **Les PASS - Permanences d'accès aux soins de santé**

Les PASS sont des lieux de prise

en charge médico-sociale des personnes en situation de précarité, sans couverture sociale ou désocialisées qui ont besoin d'être accompagnées dans leur parcours de soin.

## **BERGERAC 24100**

### **PASS**

Centre Hospitalier Samuel POZZI

9 avenue Professeur Albert Calmette

Tél. : 05 53 63 86 44

<http://www.ch-bergerac.fr>

## **PERIGUEUX 24000**

### **PASS**

Centre Hospitalier de Périgueux

80 Avenue Georges Pompidou

CS 61 205

Tél. : 05 53 45 26 07

<http://www.ch-perigueux.fr>

## **SARLAT 24200**

### **PASS**

Centre hospitalier Jean Leclaire

Le pouget CS 80201

Tél. : 05 53 31 75 75 poste 6478

<http://www.ch-sarlat.fr>

## **ARCACHON 33164**

### **PASS**

Centre Hospitalier d'Arcachon

Pôle de Santé,

Avenue Jean Hameau

CS 11 001 BP 40140

Tél. : 05 57 52 90 55

<http://www.ch-arcachon.fr>

**BLAYE 33394****PASS**

Centre Hospitalier de la Haute  
Gironde - Blaye  
97 rue de l'Hôpital BP 90  
Tél. : 05.57.33.46.59

**BORDEAUX 33076****PASS**

Groupe hospitalier Pellegrin CHU de  
Bordeaux  
Place Amélie Raba Léon  
Hôpital Pellegrin Tripode  
Tél. : 05 56 79 48 25  
<http://www.chu-bordeaux.fr>

**BORDEAUX 33000****PASS**

Centre d'Albret  
86 cours d'Albret  
Groupe hospitalier Saint-André  
Tél. : 05 56 79 58 76

**BORDEAUX 33000**  
**PASS ODONTOLOGIE CHU DE**  
**BORDEAUX (SOINS DENTAIRES)**

86 cours d'Albret  
Hôpital Saint-André 3<sup>e</sup> étage  
Tél. : 05 57 82 06 95

**BORDEAUX 33000**  
**PASS PSYCHIATRIQUE DU CH**  
**CHARLES PERRENS**

121 rue de la Béchade  
Tél. : 05 56 56 17 97  
<http://www.ch-perrens.fr>

**BORDEAUX 33000****PASS DE LA TOUR DE GASSIES /**  
**DIACONAT DE BORDEAUX**

32 rue du commandant Arnoult  
(accueil Diaconat de Bordeaux)  
Tél. : 06 98 08 68 20

**LANGON 33212****PASS**

Centre Hospitalier Pasteur de Langon  
Rue Paul Langevin  
BP 60 283  
Tél. : 05 56 76 57 76

**LESPARRE 33340****PASS**

Clinique Mutualiste de Lesparre  
64 rue Aristide Briand  
Tél. : 05 56 73 10 40

**LIBOURNE 33500****PASS**

Centre Hospitalier de Libourne  
112 Rue de la Marne  
BP 199  
Tél. : 05 57 55 70 41

**LORMONT 33310****PASS**

Polyclinique Bordeaux Rive Droite  
24 rue des Cavailles  
Tél. : 05 24 57 36 19

**SAINTE FOY LA GRANDE 33220****PASS**

Centre Hospitalier  
Sainte-Foy-la-Grande  
1,avenue Charrier  
Tél. : 05 57 41 96 96 poste 5217  
(secrétariat PASS)

**DAX 40107****PASS**

Centre Hospitalier de Dax  
Boulevard Yves du Manoir  
Tél. : 05 58 91 42 93

**MONT DE MARSAN 40024****PASS**

Centre Hospitalier de Mont de Marsan  
Avenue Pierre de Coubertin  
Tél. : 05 58 05 17 96

**SAINT SEVER 40500****PASS**

Hôpital de Saint Sever  
3 rue Guillerie  
Tél. : 05 58 76 45 05

**AGEN 47923****PASS**

Centre Hospitalier d'Agen Saint-Esprit  
Route de Villeneuve  
Tél. : 05 53 69 78 55

**MARMANDE 47207****PASS**

Centre Hospitalier de Marmande-Tonneins  
76 Rue du Dr Courret

BP 311

Tél. : 05 53 20 30 78 (secrétariat)

**VILLENEUVE SUR LOT 47307****PASS**

Centre Hospitalier Saint-Cyr  
2, Bld Saint-Cyr de Coquard  
Tél. : 05 53 49 91 04  
(secrétariat service social)

**BAYONNE 64109****PASS**

Centre Hospitalier de la Côte Basque  
13 Avenue de l'Interne Jacques Loeb  
BP 8  
Tél. : 05 59 44 43 90

**OLORON SAINTE MARIE****PASS**

Avenue du Dr Alexandre Flemming  
BP 160  
Tél. : 05 59 88 30 28

**ORTHEZ 64301****PASS**

Centre Hospitalier d'Orthez  
Rue du moulin  
BP 118  
Tél. : 05 59 69 70 22

**PAU 64046****PASS**

Centre Hospitalier de Pau  
4, bld Hauterive  
Tél. : 05 59 72 69 40

## **PAU 64046**

### **PASS**

Centre Hospitalier des Pyrénées  
29 avenue général Leclerc  
Tél. : 05 59 80 90 90

## **Prise de risque : qu'est-ce que j'risque**

**Les CDAG - Centres de dépistage anonyme et gratuit et les CIDDIST - Centres d'information, de dépistage et de diagnostic des infections sexuellement transmissibles.**

## **BERGERAC 24100**

### **CDAG**

Centre hospitalier Samuel Pozzi  
9 avenue du professeur Albert Calmette, 4<sup>ème</sup> étage  
(Unité de soins longue durée)  
Tél : 05 53 63 86 40

## **PERIGUEUX 24000**

### **CDAG - CIDDIST**

Centre hospitalier de Périgueux  
80 avenue Georges Pompidou  
Bâtiment C, à gauche après le hall d'accueil  
Tél : 05 53 45 26 48

## **BORDEAUX 33200**

### **CDAG - CIDDIST**

Maison départementale de la santé  
2 rue du Moulin rouge  
Tél : 05 57 22 46 66

## **LANGON 33210**

### **CDAG**

Centre hospitalier Sud Gironde  
Médecine B  
Rue Langevin  
Tél : 05 56 76 57 88

## **LIBOURNE**

### **CDAG**

Hôpital Robert Boulin  
112 rue de la Marne  
Pavillon 20  
Tél : 05 57 55 16 18

## **DAX 40100**

### **CDAG - CIDDIST**

4bis rue Labadie  
Face à l'hôpital thermal  
Tél : 05 58 57 92 60

## **MONT DE MARSAN 40000**

### **CDAG - CIDDIST**

4 allées Raymond Farbos,  
Près de la Poste - 1<sup>er</sup> étage à droite  
Tél : 05 58 05 12 87

## **AGEN 47000**

### **CDAG**

Centre médico-social  
26 rue Louis Vivent  
Tél : 05 53 69 40 41

## **MARMANDE 47200**

### **CDAG**

Centre hospitalier intercommunal  
76 rue du Dr Courret  
Tél. : 05 53 20 30 06

## **VILLENEUVE SUR LOT 47300**

### **CDAG**

Pôle de santé du Villeneuvois  
Route de Fumel  
Lieu-dit Brignol Romas  
Locaux du centre d'information et de  
soins des dépendances  
Tél : 05 53 72 24 13

## **BAYONNE 64100**

### **CIDDIST**

Centre hospitalier de la Côte Basque  
13 ave de l'interne Jacques Loëb  
Face aux urgences, à gauche  
Tél : 05 59 46 52 38

## **PAU 64000**

### **CIDDIST**

Centre hospitalier François Mitterrand  
4 boulevard Hauterive,  
Bâtiment central, 2<sup>ème</sup> étage.  
Ascenseur Pic d'Orhy  
Tél. : 05 59 11 49 45

**Prévention, information,  
accompagnement...**

## **ASSOCIATION AIDES**

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

## **PERIGUEUX 24000**

### **AIDES**

51 allée du Port  
Tél : 05 53 54 32 01

## **BORDEAUX 33800**

### **AIDES**

6 quai de Paludate  
Tél : 05 57 87 77 77

## **AGEN 47000**

### **AIDES**

53 boulevard Scaliger  
BP315  
Tél : 05 53 67 24 07

## **BAYONNE 64100**

### **AIDES**

3 rue du Maréchal Harispe  
Résidence Izarra  
Tél : 05 59 55 41 10

## **PAU 64000**

### **AIDES**

4 rue Serviez  
Tél : 05 59 83 92 93

**Annuaire des centres de  
dépistage, réseaux de soins,  
structures et associations :**

## **SIDA INFO SERVICE**

[www.sida-info-service.org](http://www.sida-info-service.org)

**COREVIH AQUITAINE - Coordination  
régionale de lutte contre l'infection  
à VIH**

[www.corevih-aquitaine.org](http://www.corevih-aquitaine.org)

## Sites utiles

[www.sida-info-service.org](http://www.sida-info-service.org)

0 800 840 800 (appel confidentiel, anonyme et gratuit)

Sida info service : des infos pour échanger, s'informer, trouver les centres de dépistage etc...

[www.hepatites-info-service.org](http://www.hepatites-info-service.org)

0800 845 800 (appel confidentiel, anonyme et gratuit)

Informations, numéro vert, forum.

[www.info-ist.fr](http://www.info-ist.fr)

Site d'information et de prévention des Infections sexuellement transmissibles

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

Informations sur la sexualité protection, les modes de transmission, le dépistage etc. du VIH.

<http://droitsdesmalades.info/sidainfodroit>

Sida Info Droit : 0 810 636 636 (appel non surtaxé)

Droit des malades info : 0 810 51 51 51 (n° azur)

## Une grossesse non désirée

### Le MFPF - Mouvement français du planning familial

#### FEDERATION AQUITAINE DU PLANNING FAMILIAL

<http://region-aquitaine.planning->

[familial.org](http://familial.org)

[www.planning-familial.org](http://www.planning-familial.org)

#### PERIGUEUX 24000

##### PLANNING FAMILIAL

74 boulevard Ampère

Tél : 05 53 53 11 96

#### BORDEAUX 33100

##### PLANNING FAMILIAL

334 bis avenue Thiers

Tél : 05 56 44 00 04

#### MONT DE MARSAN 40000

##### PLANNING FAMILIAL

Maison des associations

22/24 boulevard de Candau

Tél : 05 58 06 85 85

#### AGEN 47000

##### PLANNING FAMILIAL

36 rue Montesquieu

Tél : 05 53 66 27 04

#### BAYONNE 64100

##### PLANNING FAMILIAL

Maison des associations

11 allée Glain

Tél : 06 22 62 02 76

#### PAU 64000

##### PLANNING FAMILIAL

Complexe de la République

rue Carnot

Tél : 05 59 27 88 43

**Les CPEF - Centres de  
planification et d'éducation  
familiale**

[www.sante.gouv.fr/les-centres-de-planification.html](http://www.sante.gouv.fr/les-centres-de-planification.html)

**BERGERAC 24100  
CPEF - ANTENNE DE BERGERAC**

Annexe de la maison du  
département en Bergeracois  
2 rue Valette  
Tél : 05 53 02 04 70

**NONTRON 24300  
CPEF - ANTENNE DE NONTRON**

Centre médico-social  
Place du Champ de Foire  
BP22  
Tél : 05 53 56 05 80

**PERIGUEUX 24000  
CPEF - ANTENNE DE PERIGUEUX**

DDSP - Cité administrative Bugeaud  
Bât B - 3<sup>ème</sup> étage  
Rue du 26<sup>ème</sup> Régiment d'Infanterie  
CS 70010 - 24016 Périgueux Cedex  
Tél : 05 53 02 03 90

**RIBERAC 24600  
MAISON DU DEPARTEMENT EN VAL  
DE DRONNE**

Les Chaumes Est - Route de  
Périgueux  
Tél : 05 53 92 48 62 ou 05 53 92 48 60  
(standard)

**SARLAT LA CANEDA 24200  
MAISON DU DEPARTEMENT  
SARLADAIS**

23 rue Jean Leclair  
BP91  
24203 Sarlat La Canéda  
Tél : 05 53 31 71 71

**ARES 33740  
CPEF - CENTRE MEDICO  
CHIRURGICAL WALLERSTEIN**

14 boulevard Javal  
Tél : 05 56 03 87 87

**BLANQUEFORT 33290  
CPEF - POLE SANTE**

13 rue de la République  
Tél : 05 56 16 19 90

**BLAYE 33390  
CPEF - HOPITAL SAINT NICOLAS**

Rue de l'hôpital  
Tél : 05 57 33 40 28

**BORDEAUX 33000  
CPEF - CENTRE DE SANTE GALLIENI**

Pavillon de la Mutualité  
45 cours du Maréchal Gallieni  
Tél : 05 56 33 95 50

**BORDEAUX 33000  
CPEF - HOPITAL PELLEGRIN**

Centre Aliénor d'Aquitaine  
Place Amélie Raba-Léon  
(entrée 2 maternité)  
Tél : 05 56 79 58 34

**BORDEAUX 33100**  
**CPEF - MAISON DEPARTEMENTALE**  
**DE LA SOLIDARITE ET DE L'INSERTION -**  
**MDSI BORDEAUX BASTIDE**

253 avenue Thiers  
Tél : 05 57 77 92 05

**BORDEAUX 33200**  
**CPEF - MAISON DEPARTEMENTALE**  
**DE LA SANTE**

2 rue du Moulin Rouge (rue Jules  
Ferry près de la cité administrative)  
Tél : 05 57 22 46 60

**BORDEAUX 33300**  
**CPEF - CENTRE D'ACCUEIL,**  
**DE CONSULTATION ET D'INFORMATION**  
**SEXUELLE - CACIS**

Place de l'Europe  
Centre social du Grand Parc  
Tél : 05 56 39 11 69

**CASTELNAU DE MEDOC 33480**  
**CPEF - POLE TERRITORIAL DE**  
**SOLIDARITE MEDOC**

1 bis rue André Audubert  
Tél : 05 57 88 84 90

**CASTILLON LA BATAILLE 33350**  
**CPEF - ANTENNE DE LA MAISON**  
**DEPARTEMENTALE DE LA SOLIDARITE**  
**ET DE L'INSERTION - MDSI**

27 rue Antoune  
Tél : 05 57 40 12 62

**LANGON 33210**  
**CPEF - HOPITAL SUD GIRONDE**

Rue Paul Langevin  
Tél : 05 56 76 57 10

**LA REOLE 33190**  
**CPEF - CENTRE PERINATAL DE**  
**PROXIMITE HOPITAL SUD GIRONDE**

Place Saint Michel  
Tél : 05 56 61 52 49

**LA TESTE DE BUCH 33260**  
**CPEF - POLE DE SANTE D'ARCACHON**

Avenue Jean Hameau  
Tél : 05 57 52 91 80

**LESPARRE MEDOC 33340**  
**CPEF - MAISON DEPARTEMENTALE**  
**DE LA SOLIDARITE ET DE**  
**L'INSERTION - MDSI**

21 rue du Palais de Justice  
Tél : 05 56 41 01 01

**LIBOURNE 33500**  
**CPEF - HOPITAL ROBERT BOULIN**

112 rue de la Marne  
Tél : 05 57 55 35 32

**PAUILLAC 33250**  
**CPEF - MAISON DEPARTEMENTALE**  
**DE LA SOLIDARITE ET DE**  
**L'INSERTION - MDSI**

5 place de Lattre de Tassigny  
Tél : 05 56 73 21 60



**PESSAC 33600**  
**CPEF - MAISON DEPARTEMENTALE**  
**DE LA SOLIDARITE ET DE**  
**L'INSERTION - MDSI**

Rue Pierre Wiehn  
Tél : 05 56 45 07 15

**SAINT ANDRE DE CUBZAC 33240**  
**CPEF - POLE SOLIDARITE HAUTE**  
**GIRONDE**

49 rue Henri Grouès dit Abbé Pierre  
Tél : 05 57 43 19 22

**SAINTE FOY LA GRANDE 33220**  
**CPEF - MAISON DEPARTEMENTALE**  
**DE LA SOLIDARITE ET DE**  
**L'INSERTION - MDSI**

85bis rue Waldeck Rousseau  
Tél : 05 57 41 92 00

**TALENCE 33400**  
**CPEF - CENTRE DE SANTE BAGATELLE**

323 rue Frédéric Sévène  
Tél : 05 57 12 40 32

**PESSAC 33600**  
**SERVICE INTER UNIVERSITAIRE**  
**DE MEDECINE PREVENTIVE ET**  
**DE PROMOTION DE LA SANTE**  
**(SIUMPPS)**

Espace santé étudiant  
22 avenue Pey Berland  
Tél : 05 33 51 42 00  
Pour les étudiants

**AIRE SUR L'ADOUR 40800**  
**CPEF - CENTRE MEDICO-SOCIAL**  
**SAINT LOUIS**

4 rue René Méricam  
Tél : 05 58 79 32 25

**DAX 40100**  
**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

5 rue Labadie  
Tél : 05 58 90 19 06

**HAGETMAU 40700**  
**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

198 avenue de la gare  
Tél : 05 58 79 32 25

**MONT DE MARSAN 40000**  
**CPEF - CENTRE HOSPITALIER**

Service de gynécologie  
Rue Pierre de Coubertin  
Tél : 05 58 05 11 43 - 05 58 05 11 50

**MONT DE MARSAN 40000**  
**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

836 avenue Eloi Ducom  
Tél : 05 58 51 53 63

**MORCENX 40110**  
**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

6364 cité de la Forêt  
Tél : 05 58 07 80 80 - 05 58 73 54 33  
(CMS Tartas pour prise de RV)

**PARENTIS EN BORN 40160**  
**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

434 avenue Nicolas Brémontier  
Tél : 05 58 82 73 65

**SAINT VINCENT DE TYROSSE 40230**

**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

4 allées des Magnolias

Tél : 05 58 77 06 48

**AGEN 47000**

**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

**LOUIS-VIVENT**

26 rue Louis-Vivent

Tél : 05 53 69 43 21

**FUMEL 47500**

**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

Place Voltaire

Tél : 05 53 71 20 61

**MARMANDE 47200**

**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

Square de Verdun

Tél : 05 53 64 65 45

**NERAC 47600**

**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

78 allées d'Albret

Tél : 05 53 97 44 00

**VILLENEUVE SUR LOT 47300**

**CPEF - CENTRE MEDICO SOCIAL**

1 place d'Aquitaine

47303 Villeneuve sur Lot Cedex

Tél : 05 53 36 23 23

**BAYONNE 64100**

**CPEF - CENTRE HOSPITALIER DE LA**

**COTE BASQUE**

13 avenue de l'Interne Jacques Loëb

BP 8

Tél : 05 59 44 40 94

**MAULEON 64130**

**CPEF - ANTENNE DU PLANNING  
FAMILIAL DE PAU**

Centre Multiservices

14 rue des Frères Barrenne

Tél : 05 59 27 88 43

**OLORON SAINTE MARIE 64400**

**CPEF - HOPITAL D'ORTHEZ - POLE  
ST PEE**

Route de Barcus

Rez de chaussée (à l'arrière du  
bâtiment)

Tél : 06 27 73 53 78

**ORTHEZ 64300**

**CPEF - CENTRE HOSPITALIER**

Rue du Moulin BP118

Tél : 05 59 69 73 33 - 05 59 69 70 70

(standard)

**PAU 64000**

**CPEF - CENTRE HOSPITALIER DE PAU**

Bâtiment Hauterive

Boulevard Hauterive

Tél : 05 59 92 47 34

**PAU 64000**

**CPEF - PLANNING FAMILIAL**

Complexe de la République

Rue Carnot

Tél : 05 59 27 88 43

## **SAINT JEAN DE LUZ 64500 CPEF - CENTRE HOSPITALIER**

19 route de Bayonne  
BP 249  
Tél : 05 59 51 46 64

### **Numéro d'appel national**

### **LIGNE, SEXUALITÉS, CONTRACEPTION, IVG**

Tél : 0800 08 11 11  
accessible 6 jours sur 7, le lundi de 9 h à 22 h et  
du mardi au samedi de 6 h à 20 h et (service et  
appels anonymes et gratuits)  
Accueil, information, orientation sur toutes  
questions relatives à la sexualité...

### **Sites utiles**

[www.sante.gouv.fr/ivg](http://www.sante.gouv.fr/ivg)

Site du ministère des affaires  
sociales, de la santé et des droits  
des femmes : toute l'information  
sur l'interruption volontaire de  
grossesse

[www.planning-familial.org](http://www.planning-familial.org)

Site du mouvement français pour  
le planning familial : plein d'infos  
sur la sexualité, la contraception...

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

Informations relatives à la  
contraception

[www.avortementancic.net](http://www.avortementancic.net)

Site association nationale des  
centres d'IVG et de Contracep-  
tion : informations sur l'IVG, quand,  
comment...

[www.g-oubliepilule.com](http://www.g-oubliepilule.com)

Infos pratiques, conseils selon le  
type de pilule etc.

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

L'association française de la  
contraception : toutes les méthodes  
contraceptives

### **Drogues, alcool... arrêter, s'en sortir**

### **ANPAA : ASSOCIATION NATIONALE DE PRÉVENTION EN ALCOOLOGIE ET ADDICTOLOGIE**

[www.anpaa.asso.fr](http://www.anpaa.asso.fr)

### **CEID : COMITÉ D'ÉTUDE ET D'INFORMATION SUR LA DROGUE ET LES ADDICTIONS**

[www.ceid-addiction.com](http://www.ceid-addiction.com)

### **Les CSAPA - Centres de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie**

Pour connaître les permanences  
des CSAPA et de leurs antennes,  
prendre directement contact.

### **PERIGUEUX 24000 CSAPA ANPAA 24**

18-20 rue Aubarède  
Tél. : 05 53 07 66 82

**PERIGUEUX 24000**  
**CSAPA CEID ADDICTIONS**

8 rue Kléber  
Tél. : 05 53 46 63 83

**BORDEAUX 33000**  
**CSAPA ANPAA 33**

67 rue Chevalier  
Tél : 05 57 57 00 77

**BORDEAUX 33000**  
**CSAPA CEID ADDICTIONS**

Centre Maurice Serisé  
24 rue du Parlement Saint Pierre  
Tél : 05 56 44 84 86

**BORDEAUX 33000**  
**CSAPA - POLE D'ADDICTOLOGIE DU**  
**CENTRE HOSPITALIER CHARLES**  
**PERRENS**

121 rue de la Béchade  
33076 Bordeaux  
Tél : 05 56 56 67 02

**MONT DE MARSAN 40000**  
**CSAPA ANPAA 40**

109 rue Fontainebleau  
Tél. : 05 58 75 46 04

**MONT DE MARSAN 40000**  
**LA SOURCE LANDES ADDICTIONS**

160 avenue Georges Clémenceau  
Tél. : 0811 020 071 - 05 58 75 92 04

**AGEN 47000**  
**CSAPA ANPAA 47**

148 place Lamennais  
Tél. : 05 53 66 47 66

**AGEN 47000**  
**CSAPA ASSOCIATION SAUVEGARDE**

8 rue du 4 Septembre  
Tél. : 05 53 48 15 80

**ANGLET 64600**  
**CSAPA ANPAA 64 PAYS BASQUE**

Addictions Pays Basque  
Centre Mercure  
25 avenue Jean Léon Laporte  
Tél. : 05 59 63 63 63

**BAYONNE 64100**  
**CSAPA BIZIA - MEDECINS DU MONDE**

Centre hospitalier de la Côte Basque  
Bâtiment Zabal  
Avenue Paul Pras  
Tél. : 05 59 44 31 00

**PAU 64000**  
**CSAPA ANPAA 64 BERN SOULE**

16-18 rue Montpensier  
Tél. : 05 59 82 90 13

**PAU 64000**  
**CSAPA CEID BERN ADDICTIONS**

25 bis rue Louis Barthou  
Tél. : 05 59 27 94 94 / 05 59 27 42 43

**Les CJC - Consultations  
Jeunes Consommateurs**

**BERGERAC 24100  
CEID DORDOGNE - ANTENNE DE  
BERGERAC**

10 rue Saint-Georges  
Tél. : 05 53 74 20 49

**PERIGUEUX 24000  
CEID DORDOGNE**

8, rue Kléber  
Tél. : 05 53 46 63 83

**SARLAT LA CANEDA 24200  
CEID DORDOGNE - ANTENNE DE  
SARLAT**

6 rue du 26 juin 1944  
Tél. : 05 53 28 92 34

**ANDERNOS 33510  
CEID GIRONDE - ANTENNE  
D'ANDERNOS**

Lycée Nord Bassin  
128 avenue de Bordeaux  
Tél : 06 70 05 70 41

**ARES 33740  
CEID GIRONDE - ANTENNE D'ARES**

Centre médico-chirurgical Wallerstein  
14 boulevard Javal  
Tél : 06 70 05 70 41

**ARCACHON 33120  
CEID GIRONDE - ANTENNE  
D'ARCACHON**

Parking de la Gare  
Esplanade des Quinconces  
Tél. : 05 56 83 11 12

**BLAYE 33290  
ANPAA 33 - ANTENNE DE BLAYE**

Centre d'information et d'orientation  
9 rue Urbain Albouy  
BP85  
33392 Blaye Cedex  
Tél : 06 29 22 17 02 - 05 57 57 00 77

**BORDEAUX 33000  
ANPAA 33**

67 rue Chevalier  
Tél : 05 57 57 00 77

**BORDEAUX 33000  
CAAN'ABUS BORDEAUX**

39-41 rue Sainte-Colombe  
Tél. : 05 56 01 25 66

**CENON 33150  
ANPAA 33 - ANTENNE DE CENON**

Mission locale des Hauts de Garonne  
54 avenue Hubert Dubedout  
Tél : 06 32 39 27 68

**LE TEICH 33470  
ANPAA 33 - ANTENNE DU TEICH**

Maison de la Solidarité  
57 bis avenue de la Côte d'Argent  
Tél : 05 57 57 00 77

**LIBOURNE 33500**  
**CEID GIRONDE - ANTENNE DE**  
**LIBOURNE**

9 place René Princeteau  
Tél. : 06 79 22 38 77

**PAUILLAC 33250**  
**ANPAA 33 - ANTENNE DE PAUILLAC**

CIO  
Rue des Moineaux  
Tél. : 06 46 20 23 86

**SAINT ANDRE DE CUBZAC 33240**  
**ANPAA 33 - ANTENNE DE SAINT**  
**ANDRE DE CUBZAC**

PRIJ - 44 rue Dantagnan  
Tél : 06 29 22 17 02 - 05 57 57 00 77

**DAX 40100**  
**LA SOURCE LANDES ADDICTIONS -**  
**ANTENNE DE DAX**

14 avenue du Sablar  
Tél : 0811 020 071 - 05 58 75 92 04

**MONT DE MARSAN 40000**  
**LA SOURCE LANDES ADDICTIONS**

160 Avenue Georges Clemenceau  
Tél : 0811 020 071 - 05 58 75 92 04

**MONT DE MARSAN 40000**  
**ANPAA 40**

109 rue de Fontainebleau  
Tél : 05 58 75 46 04

**AGEN 47000**  
**ASSOCIATION SAUVEGARDE**

8 rue du 4 septembre  
Tél. : 05 53 48 15 80

**MARMANDE 47200**  
**ASSOCIATION SAUVEGARDE -**  
**ANTENNE DE MARMANDE**

Mission locale  
3 rue de l'Observance  
Tél. : 05 53 48 15 80

**VILLENEUVE SUR LOT 47300**  
**ASSOCIATION SAUVEGARDE -**  
**ANTENNE DE VILLENEUVE SUR LOT**

Centre hospitalier  
Boulevard Saint Cyr  
Tél. : 05 53 48 15 80 / 05 53 49 90 72

**ANGLET 64600**  
**ANPAA 64 PAYS BASQUE**

Addictions Pays Basque  
Centre Mercure  
25 avenue Jean Léon Laporte  
Tél. : 05 59 63 63 63

**BAYONNE 64100**  
**CSAPA BIZIA - MEDECINS DU MONDE**

Centre hospitalier de la Côte basque  
Bâtiment Zabal  
Avenue Paul Pras  
Tél. : 05 59 44 31 00

**MAULEON 64130**  
**CEID BEARN ADDICTIONS - ANTENNE**  
**DE MAULEON**

Centre multiservices  
14 rue des Frères Barrene  
Tél. : 05 59 27 42 43

**MORLAAS 64160**  
**CEID BEARN ADDICTIONS - ANTENNE**  
**DE MORLAAS**

Place des Fors  
Tél. : 05 59 27 42 43

**NAY 64800**  
**CEID BEARN ADDICTIONS - ANTENNE**  
**DE NAY**

8 cours Pasteur  
Tél. : 05 59 27 42 43

**OLORON SAINTE MARIE 64400**  
**CEID BEARN ADDICTIONS - ANTENNE**  
**D'OLORON SAINTE MARIE**

56 rue Louis Barthou  
Tél. : 05 59 27 42 43

**ORTHEZ 64300**  
**CEID BEARN ADDICTIONS - ANTENNE**  
**D'ORTHEZ**

9 rue Aristide Briand  
Tél. : 05 59 27 42 43

**PAU 64000**  
**CEID BEARN ADDICTIONS**

25 bis rue Louis Barthou  
Tél. : 05 59 27 94 94 / 05 59 27 42 43

**PAU 64000**  
**ANPAA 64 BEARN SOULE**

16-18 rue Montpensier  
Tél. : 05 59 82 90 13

**SAINT JEAN DE LUZ 64500**  
**ANPAA 64 PAYS BASQUE**

Addictions Pays Basque  
Service de la jeunesse  
34 boulevard Victor Hugo  
Tél. : 05 59 63 63 63

**Sites utiles**

[www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)

Site de l'institut national de prévention et d'éducation pour la santé

[www.drogues-info-service.fr](http://www.drogues-info-service.fr)

Principales substances et leurs effets.

**0 800 23 13 13** (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe)

**01 70 23 13 13** (appel depuis un portable au coût d'un appel ordinaire)

Ecoute cannabis

**0980 980 940** (appel anonyme et non surtaxé)

[www.alcool-info-service.fr](http://www.alcool-info-service.fr)

**0 980 980 930** (appel anonyme et non surtaxé)

Information complète sur l'alcool et ses effets sur la santé

[www.drogues.gouv.fr](http://www.drogues.gouv.fr)

Site de la mission interministérielle



de lutte contre les drogues et les conduites addictives (MILDECA)

## **Je vais bien, tout va bien ?**

### **Les MDA - Maisons des adolescents**

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

#### **BERGERAC 24100**

##### **MDA**

6 place Bellearde

Tél. : 05 53 61 55 93/06 38 70 82 38

#### **PERIGUEUX 24000**

##### **MDA (ANTENNE)**

CMP - 5 rue Thiers

CIJ - 10 avenue Georges Pompidou

Tél. : 05 53 61 55 93/06 38 70 82 38

#### **BORDEAUX 33000**

##### **MDA**

5 rue Duffour Dubergier

Tél. : 05 56 38 48 65

Antennes « MDA 33 » en cours de création sur le Bassin d'Arcachon, le Blayais, le Langonais, le Libournais et le Médoc

#### **DAX 40100**

##### **MDA**

13 bis avenue Victor Hugo

Tél. : 05 58 35 67 68

#### **AGEN 47000**

##### **MDA**

17 Boulevard Sylvain Dumon

Tél. : 05 53 48 77 49

#### **BAYONNE 64100**

##### **MDA - ADOENIA**

6 avenue Lahubiague

Tél. : 05 59 64 22 52

#### **PAU 64000**

##### **MDA**

25 rue Louis Barthou

Tél. 05 59 98 49 09

### **Les PAEJ - Points d'Accueil Ecoute Jeunes**

<http://cartosantejeunes.org>

Recense les PAEJ et les autres lieux de proximité d'accueil, d'écoute et de consultations pour les adolescents et les jeunes adultes

### **Les services étudiants**

#### **SERVICE INTER UNIVERSITAIRE DE MÉDECINE PRÉVENTIVE ET DE PROMOTION DE LA SANTÉ (SIUMPPS) DES UNIVERSITÉS DE BORDEAUX**

Espace santé étudiants

22 avenue Pey Berland

33600 Pessac

Tél : 05 33 51 42 00





Espace santé étudiants  
3 place de la Victoire  
33000 Bordeaux  
Tél : 05 57 57 19 07

**SERVICE UNIVERSITAIRE DE  
MÉDECINE PRÉVENTIVE ET  
DE PROMOTION DE LA SANTÉ  
DE L'UNIVERSITÉ DE PAU ET DES  
PAYS DE L'ADOUR (SUMPPS).**

Médecine Préventive Universitaire  
de Pau  
Résidence Clé des Champs  
2 rue Audrey Benghozi  
64000 Pau  
Tél. : 05 59 40 79 01

Médecine Préventive Universitaire de  
Bayonne  
Maison de l'étudiant  
77 rue Bourgneuf  
64100 Bayonne  
Tél. : 05 59 57 41 56

**Sites utiles**

[www.unafam.org](http://www.unafam.org)  
Conseils, écoute, soutien, entraide  
et information pour les familles et  
amis de malades psychiques.

[www.france-depression.org](http://www.france-depression.org)  
Informations sur la santé men-  
tale, les troubles de l'humeur,  
les symptômes de la dépression,  
les traitements, les associations  
régionales...

[www.info-depression.fr](http://www.info-depression.fr)  
Informations sur la dépression, les  
symptômes, les solutions théra-  
peutiques, les adresses, les liens...

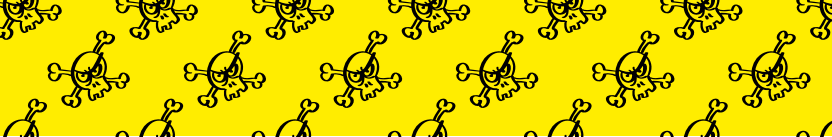
**Sites ressources.  
Toutes questions de santé**

[www.sante.gouv.fr](http://www.sante.gouv.fr)  
Site du ministère des Affaires so-  
ciales, de la Santé et des Droits des  
femmes.

<http://portail-sante-jeunes.fr/>  
Ce site dédié à la santé des jeunes,  
propose des conseils pratiques,  
des adresses utiles, des numéros  
de téléphone pour parler de façon  
anonyme avec un professionnel,  
et traite de nombreux aspects  
de la santé : nutrition, mal-être,  
toxicomanie, vie affective et  
sexuelle...

[www.filsantejeunes.com](http://www.filsantejeunes.com)  
Fil santé jeunes : une mine  
d'informations sur la grossesse,  
la contraception, les drogues, la  
dépression etc.  
Tél. : 0800 235 236 (service ano-  
nyme et gratuit)  
Depuis un téléphone mobile :  
01 44 93 30 74

Tous les jours de 9h à 23h  
<http://www.inpes.sante.fr>  
Le site de l'institut national de  
prévention et d'éducation pour la  
santé.



[www.ars.aquitaine.sante.fr](http://www.ars.aquitaine.sante.fr)  
Site de l'Agence Régionale de Santé Aquitaine.

<http://vosdroits.service-public.fr/particuliers/N19811.xhtml>

Informations au niveau santé : sécurité sociale, soins et prévention, droit des patients...

[www.e-enfance.org](http://www.e-enfance.org)  
Sensibilisation des jeunes et de

leurs parents sur les bons usages d'Internet et les risques éventuels comme le cyber harcèlement, le cyber sexisme et les autres formes de cyber-violence.

[www.educationsante-aquitaine.fr](http://www.educationsante-aquitaine.fr)  
Site de L'IREPS Aquitaine : Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé. Pour les professionnels.



Illustration : ©agence abccom

**[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)**

## Plus d'infos

### Renseignements administratifs

**Le 3939 Allô Service Public** est le numéro unique de renseignements administratifs par téléphone (0,15 centimes par minute) du lundi au vendredi de 8 h30 à 19 h

Réponses aux questions administratives, sur des thèmes aussi divers que : carte grise, permis de conduire, carte nationale d'identité, élections, droit du travail, embauche, licenciement, autorité parentale, divorce, PACS, successions et donations, tutelle et curatelle, logement et urbanisme, santé et sécurité sociale, banques et assurances, éducation... et aussi : [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr), le site officiel de l'administration française.

### Services d'écoute et d'assistance

Samu : 15

Pompier : 18

Urgence internationale : 112

Urgence sociale - Samu social : 115

Urgence pour les personnes ayant du mal à entendre et à parler : 114

Allo enfance en danger : 119

Police secours : 17 (112 depuis un portable)

SIDA Info service : 0 800 840 800

SIDA Info droit : 0 810 636 636

Hépatites Info service : 0800 845 800

Fil santé jeunes : 0800 235 236 ou depuis un portable 01 44 93 30 74

Drogues Info service : 0 800 231 313

Écoute Cannabis : 0 980 980 940

Écoute Dopage : 0 800 152 000

Alcool Info service : 0 980 980 930

Joueurs Info service :

09 74 75 13 13

Tabac Info Service : 39 89

Association Phare Enfants-Parents : 0 810 810 987

Croix Rouge Ecoute :

0 800 858 858

Sexualité, contraception, IVG :

0800 08 11 11

Jeunes Violences écoute :  
0 808 807 700  
Violences femmes info : 39 19  
Non au harcèlement (école) : 3020  
Stop harcèlement école :  
0 808 807 010  
Net écoute (cyber harcèlement) :  
0 800 200 000  
SOS Violences en milieu scolaire :  
0 801 555 500

## **Le réseau Information Jeunesse**

Adresses et permanences sur :  
[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net) (notre réseau)

### **DORDOGNE**

#### **PIJ BELVÈS**

*TÉL. : 05 53 31 44 81*

#### **BIJ BERGERAC**

*TÉL. : 05 53 58 11 77*

#### **PIJ CHAMPAGNAC-DE-BELAIR**

*TÉL. : 05 53 03 68 50*

#### **PIJ COULOUNIEUX CHAMIERES**

*TÉL. : 05 53 45 60 30*

#### **PIJ EYMET**

*TÉL. : 05 53 22 98 16*

#### **PIJ LE BUISSON DE CADOUIN**

*TÉL. : 05 53 23 86 08*

#### **PIJ MARSAC SUR L'ISLE**

*TÉL. : 05 53 54 21 22*

#### **PIJ MONTIGNAC**

*TÉL. : 05 53 51 79 90*

#### **PIJ NEUVIC SUR L'ISLE**

*TÉL. : 05 53 80 54 10*

#### **PIJ NONTRON**

*TÉL. : 05 53 60 82 87*

#### **BIJ PÉRIGUEUX**

*TÉL. : 05 53 53 52 81*

#### **BIJ SARLAT**

*TÉL. : 05 53 31 19 11*

#### **BIJ TERRASSON**

*TÉL. : 05 53 50 82 44*

### **GIRONDE**

#### **PIJ AMBARES**

*TÉL. : 05 56 77 62 64*

#### **PIJ ANDERNOS**

*TÉL. : 05 56 03 08 04*

#### **PIJ ARCACHON**

*TÉL. : 05 57 72 71 05*

**PIJ ARES**

TÉL. : 05 57 17 43 05

**PIJ ARTIGUES PRES BORDEAUX**

TÉL. : 05 57 80 24 11

**PIJ BASSENS**

TÉL. : 05 57 80 81 78

**BIJ BEGLES**

TÉL. : 05 56 49 06 34

**PIJ BIGANOS**

TÉL. : 05 57 70 68 63

**BIJ BLANQUEFORT**

TÉL. : 05 57 93 12 93

**PIJ BLAYE**

TÉL. : 05 57 42 95 45

**CRIJ BORDEAUX**

TÉL. : 05 56 56 00 56

**BIJ BRUGES**

TÉL. : 05 56 16 17 96

**BIJ CADILLAC**

TÉL. : 05 57 98 02 98

**BIJ CARBON BLANC**

TÉL. : 05 57 77 68 87

**PIJ COUTRAS**

TÉL. : 05 57 69 37 35

**BIJ CREON**

TÉL. : 05 57 34 42 55

**BIJ EYSINES**

TÉL. : 05 56 28 92 17

**PIJ FLOIRAC**

TÉL. : 05 56 86 99 28

**BIJ GRADIGNAN**

TÉL. : 05 56 89 12 46

**PIJ GUITRES**

TÉL. : 05 57 69 27 70

**PIJ IZON**

TÉL. : 05 57 74 76 26

**BIJ LA BREDE**

TÉL. : 05 56 78 43 82

**PIJ LACANAU**

TÉL. : 05 57 17 92 70

**PIJ LANGON**

TÉL. : 05 57 98 09 89

**PIJ LANTON**

TÉL. : 05 56 03 86 24

**BIJ LA TESTE DE BUCH**

TÉL. : 05 57 52 28 91

**BIJ LE BOUSCAT**

TÉL. : 05 56 43 98 08

**PIJ LEGE CAP-FERRET**

TÉL. : 05 56 03 80 54

**PIJ LESPARRE**

TÉL. : 06 35 31 43 55

**BIJ LIBOURNE**

TÉL. : 05 57 74 06 52

**BIJ LORMONT**

TÉL. : 05 57 77 60 20

**PIJ MARCHEPRIME**

TÉL. : 05 57 71 50 80

**BIJ MERIGNAC**

TÉL. : 05 57 00 02 40

**PIJ MIOS**

TÉL. : 05 56 26 63 30

**BIJ PESSAC**

TÉL. : 05 57 93 67 80

**PIJ PODENSAC**

TÉL. : 05 56 27 17 54

**PIJ SAINT ANDRE DE CUBZAC**

TÉL. : 05 57 94 83 32

**PIJ SAINT AUBIN DE MEDOC**

TÉL. : 05 56 24 49 29

**PIJ SAINTE FOY LA GRANDE**

TÉL. : 05 57 48 60 90

**PIJ SAINT JEAN D'ILLAC**

TÉL. : 05 56 21 83 19

**BIJ SAINT MEDARD EN JALLES**

TÉL. : 05 56 05 10 01

**PIJ SALLEBOEUF**

TÉL. : 06 27 73 25 98

**PIJ SALLES**

TÉL. : 06 46 52 40 47

**BIJ TALENCE**

TÉL. : 05 56 84 78 13

**PIJ VILLENAVE D'ORNON**

TÉL. : 05 57 99 01 10

**LANDES**

**PIJ BISCARROSSE**

TÉL. : 05 58 78 33 17

**BIJ MAREMNE ADOUR COTE SUD  
(MACS) CAPBRETON**

TÉL. : 05 58 41 09 51

**PIJ DE LA COMMUNAUTÉ DE  
COMMUNES CÔTES LANDES NATURE  
CASTETS**

TÉL. : 05 58 55 79 55

**PIJ GRENADE-SUR-L'ADOUR**

TÉL. : 05 58 03 79 02

**PIJ HINX**

TÉL. : 05 58 89 56 32

**PIJ LABOUHEYRE**

TÉL. : 05 58 04 53 11

**PIJ MIMIZAN**

TÉL. : 05 58 09 46 18

**BIJ MONT DE MARSAN**

TÉL. : 05 58 03 82 63

**PIJ MORCENX**

TÉL. : 05 58 04 19 50

**PIJ PARENTIS-EN-BORN**

TÉL. : 06 75 66 20 49

**PIJ TARNOS**

TÉL. : 05 59 64 49 59

**PIJ VILLENEUVE DE MARSAN**

TÉL. : 05 58 45 35 26

**LOT ET GARONNE****BIJ AGEN**

TÉL. : 05 53 67 69 78

**PIJ AGEN**

TÉL. : 05 53 77 23 23

**BIJ BON ENCONTRE**

TÉL. : 05 53 77 74 60

**PIJ DURAS**

TÉL. : 05 53 20 38 38

**BIJ MARMANDE**

TÉL. : 05 53 93 46 49

**PIJ SAINTE-LIVRADE-SUR-LOT**

TÉL. : 05 53 01 47 98

**BIJ VILLENEUVE-SUR-LOT**

TÉL. : 05 53 40 49 11

**PYRENEES ATLANTIQUES****BIJ ESPACE JEUNES ANGLET**

TÉL. : 05 59 58 26 50

**BIJ BAYONNE**

TÉL. : 05 59 59 35 29

**BIJ BIARRITZ**

TÉL. : 05 59 41 01 67

**PIJ CIBOURE**

TÉL. : 05 59 47 64 98

**PIJ HASPARREN**

TÉL. : 05 59 29 58 33

**BIJ HENDAYE**

TÉL. : 05 59 20 41 41

**BIJ MORLAAS**

TÉL. : 05 59 33 63 67

**PIJ MOUGUERRE**

TÉL. : 05 59 31 51 82

**PIJ MOURENX**

TÉL. : 05 59 71 54 87

**PIJ OLORON SAINTE-MARIE**

TÉL. : 05 59 39 84 40

**BIJ ORTHEZ**

TÉL. : 05 59 69 21 13

**BIJ PAU**

TÉL. : 05 59 98 90 40

**PIJ SAINT-ETIENNE-DE-BAIGORRY**

TÉL. : 05 59 37 47 20

**BIJ SAINT-JEAN-DE-LUZ**

TÉL. : 05 59 85 20 40

**PIJ SAINT PALAIS**

TÉL. : 06 09 47 16 89

**PIJ SAINT-PÉE-SUR-NIVELLE**

TÉL. : 05 59 54 58 21

**PIJ SERRES-CASTET**

TÉL. : 05 59 33 11 66

**PIJ TARDETS**

TÉL. : 05 59 28 67 62

**PIJ URRUGNE**

TÉL. : 05 59 85 94 26

**PIJ USTARITZ**

TÉL. : 05 59 70 52 60

[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)

DEVELOPPONS ENSEMBLE  
L'ESPRIT D'EQUIPE  SOCIÉTÉ GÉNÉRALE

Partenaire du

**CIJA**  
Le souffle jeune





Commission européenne

# L'Europe

## *en accès direct*

### **Une question sur l'Europe ?**

Europe Direct vous donne l'information à la source

### **Agir avec l'Europe ?**

Europe Direct vous accompagne dans votre projet

### **Faire entendre votre voix ?**

Europe Direct vous écoute et répercute vos propositions



Des services d'information gratuits,  
du lundi au vendredi

### **Europe Direct Aquitaine**

Centre d'Information Jeunesse Aquitaine  
125, cours Alsace-Lorraine - Bordeaux  
Tél. : 05 56 56 00 56  
europedirectaquitaine@cija.net



[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)





**Président : Jean-Charles LAMOULIATTE**

**Vice-Présidente : Sylvie YON**

**Trésorier : Alain BORDELAIS**

**Directeur : Pascal JARTY**

*Document conçu et réalisé  
par le Centre Information Jeunesse Aquitaine*

**Documentation : CIJ Val d'Oise**  
Marie-Christine Jarreton, Corinne Esquirol, Cathy Mougères

125 cours Alsace et Lorraine 33000 BORDEAUX  
Tél. : 05 56 56 00 56

[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)

*Dépôt légal à parution*

*Merci au CIJ du Val d'Oise pour la qualité d'une documentation qu'il nous a autorisé à reproduire.*

*Merci au graphiste, Thierry Haentjens ([haentjens.t@sfr.fr](mailto:haentjens.t@sfr.fr)) pour les visuels et la conception générale du Guide.*

# L'info pour tous

Information  
Jeunesse



*Métiers et Formations - Emploi - Santé  
Europe - Loisirs - Jobs - Logement  
Billetteries - Carte Aquitaine Étudiant*

**CIJA**

Le souffle jeune

*Europe Direct Aquitaine*

125 cours Alsace Lorraine 33000 Bordeaux

[www.info-jeune.net](http://www.info-jeune.net)

Le site de l'Information Jeunesse Aquitaine

ÉTUDIANTS ADHÉRENTS AU CIJA

# 100% AVANTAGES À MES GÔTÉS



POUR TOUT ACHAT D'UN BILLET DE TRAIN  
POUR UN TRAJET DOMICILE - LIEU D'ETUDES  
AVEC LE CIJA, **BÉNÉFICIEZ DE**

80€

OFFERTS À L'OUVERTURE DE  
VOTRE 1<sup>er</sup> COMPTE BANCAIRE  
SOCIÉTÉ GÉNÉRALE<sup>(1)(2)</sup>

VALABLE JUSQU'AU 31/12/2015

> Rendez-vous dans l'une de vos **Agences Société Générale**  
de Gironde et Biscarosse

DEVELOPPONS ENSEMBLE

L'ESPRIT  SOCIÉTÉ  
D'EQUIPE GÉNÉRALE

(1) Offre réservée aux non clients Société Générale. Ouverture du compte soumise à l'acceptation de la banque.

(2) Offre non cumulable avec les autres offres Société Générale, réservée aux ÉTUDIANTS ADHÉRENTS AU CIJA (Centre d'Information Jeunesse Aquitaine), majeurs. Offre valable jusqu'au 31/12/2015 dans toutes les agences participant à l'opération, sous réserve de présentation du billet de train, pour un trajet domicile, lieu d'études et du présent tract tamponné par le CIJA. Sous réserve de l'acceptation par l'agence. Conditions en vigueur au 01/02/2015. Société Générale, BDDF/DCM/CCM - Tour Granite - 75886 Paris Cedex 18, S.A. au capital de 1 006 509 557,50 € - 552 120 222 RCS Paris, siège social 29, Bd Haussmann, 75009 Paris - 02/15.