



# LE GUIDE ÉTUDIANT

↪ INFOS PRATIQUES  
& BONS PLANS

**Dijon rassemble**





<b>VIVRE à DIJON</b> .....	p.6
Se loger.....	p.7
Se restaurer .....	p.12
Se déplacer .....	p.14
Un peu d'aide ?.....	p.18
L'international.....	p.24

<b>FEEL GOOD !</b> .....	p.28
Santé .....	p.29
Nutrition .....	p.32
Sport .....	p.36

<b>SORTIR</b> .....	p.38
Culture .....	p.39
Nature.....	p.48

<b>VIVRE ENSEMBLE</b> .....	p.50
Inclusion.....	p.51
Engagement étudiant .....	p.54
Transition écologique .....	p.60

<b>TRAVAILLER</b> .....	p.62
Espaces de travail.....	p.63
Jobs .....	p.65
Entrepreneuriat .....	p.66



## FAIRE SES ÉTUDES À DIJON EST UNE CHANCE !

Avec plus de 40 000 étudiants, 70 établissements d'enseignement supérieur et 750 formations proposées, Dijon métropole est une grande ville étudiante. La dynamique se poursuit grâce à la création le 1<sup>er</sup> janvier 2025 de l'établissement public expérimental Université Bourgogne Europe (EPE UBE). Elle rassemble 12 établissements d'enseignement supérieur et de recherche et partenaires en région autour d'un projet commun, ambitieux et fédérateur, visant à structurer l'offre de formation et de recherche en réponse aux grands défis sociétaux et territoriaux. Concernant la vie étudiante, cela signifie que les dispositifs sont mutualisés avec un accès plus important pour tout étudiant de l'UBE aux mêmes infrastructures de santé, sportives ou culturelles, de lutte contre la précarité et les violences sexuelles et sexistes.

La métropole et la ville de Dijon continuent d'investir aussi sur des chantiers structurants tels que la construction du campus Maret en cœur de ville ou la création d'un nouveau restaurant universitaire sur le campus. La qualité de notre enseignement supérieur est régulièrement reconnue dans les classements nationaux et internationaux. Dijon se distingue ainsi comme la 3<sup>e</sup> meilleure ville étudiante de France parmi les villes de plus de 15 000 étudiants (*Le Figaro*, 2024) et la 4<sup>ème</sup> ville où il fait bon étudier parmi celles accueillant entre 20 000 et 40 000 étudiants (*L'Étudiant*, 2025). Vous pouvez compter sur Dijon métropole et ses partenaires pour vous accompagner au quotidien, qu'il s'agisse de votre mobilité, de votre logement ou de vos loisirs sportifs et culturels.

Chers étudiants, chères étudiantes, retrouvez toutes les infos pratiques proposées par celles et ceux qui sont à vos côtés.

### **François Rebsamen**

Président de Dijon métropole

Ministre de l'aménagement du territoire et de la décentralisation

**3<sup>e</sup>**

meilleure ville étudiante de  
France parmi les villes de  
plus de 15 000 habitants  
(Le Figaro, 2024)

**4<sup>e</sup>**

ville où il fait bon  
étudier parmi  
les villes de 20 000  
à 40 000 étudiants  
(L'Étudiant, 2025)

+ de **150**  
associations étudiantes

**1<sup>ère</sup>**

métropole intermédiaire  
la plus attractive de France,  
selon le baromètre  
Arthur Lloyd

**825**

HECTARES  
d'espaces verts  
(parcs, combes  
et jardins)

**376** km

d'aménagements cyclables,  
soit 33 % de la voirie

**216**

monuments historiques  
dans l'agglomération

**3<sup>e</sup>**

ville pour sa qualité  
de l'air parmi 50 villes  
françaises



# VIVRE À DIJON

Dijon est une ville étudiante qui vit et qui bouge !  
Le campus et les lieux de vie étudiants sont bien  
intégrés à la ville. **Tout est proche. C'est facile.** Mais  
pour se déplacer, se loger, manger, tout connaître des  
démarches administratives ou des aides auxquelles tu  
as droit, mieux vaut avoir quelques clefs. Les voilà !

Depuis 2018, Dijon métropole travaille main dans la main avec l'Observatoire territorial du logement étudiant (OTLE). L'objectif de cette démarche est de réunir les collectivités territoriales, les établissements d'enseignement supérieur et les acteurs du logement étudiant afin de partager une connaissance et une réflexion commune pour répondre aux enjeux. Alors ?

**Voici quelques sites qui t'aideront à trouver le logement dont tu as besoin pendant tes études à Dijon**

Informations générales  
sur le logement et les aides :

- ▷ [logement-bourgogne.com](http://logement-bourgogne.com)



Plateforme mise en place par  
le Centre régional des oeuvres  
universitaires et scolaires (Crous)  
qui recense des logements avec des  
critères adaptés aux étudiants :

- ▷ [lokaviz.fr](http://lokaviz.fr)



Plateformes générales :

- ▷ [immojeune.com](http://immojeune.com)
- ▷ [seloger.com](http://seloger.com)
- ▷ [leboncoin.fr](http://leboncoin.fr)

Plateformes dédiées aux résidences étudiantes :

- ▷ [adele.org](http://adele.org)
- ▷ [studapart.com](http://studapart.com)

Plateforme dédiée à la colocation :

- ▷ [appartager.com](http://appartager.com)

Retrouvez toutes les  
informations sur  
[dijon.fr](http://dijon.fr)



## LES RÉSIDENCES ÉTUDIANTES DU CROUS

3 600 logements Crous. Des chambres individuelles, des studettes et des appartements meublés de T1 à T5, sur le campus universitaire ou en centre-ville.

**Pour les alternants** : la Cité de l'alternance, 114 studettes disponibles toute l'année (studettes équipées de 15 m<sup>2</sup>: kitchenette, salle de bain avec toilette privative, réfrigérateur, placard, bureau, nécessaire à vaisselle).  
Réservables à la semaine, la quinzaine ou au mois.

Informations générales sur l'offre de logement et les aides proposées par le Crous :

- ▷ [crous-dijon.fr](http://crous-dijon.fr)



## LES RÉSIDENCES PRIVÉES

1 783 logements en résidences étudiantes privées en janvier 2025.

## LABEL HABITAT ÉTUDIANT

Ce label récompense les résidences ayant une qualité d'hébergement supérieure, le haut du panier du logement étudiant.

-  **Résidence Crous Mansart**, 94, bd Mansart. Sur le campus.
-  **Résidence Burgundinn Université**, 73, rue de Mirande. À côté du campus.
-  **Résidence Les Estudines Cité des Vignes**, 3, rue du faubourg Raines. En ville, dans la Cité internationale de la gastronomie et du vin.
-  **Résidence Burgundinn République**, 15, rue Gagnereaux. En ville, à côté de la Burgundy School of Business.

▷ [habitat-etudiant.fr](https://habitat-etudiant.fr)



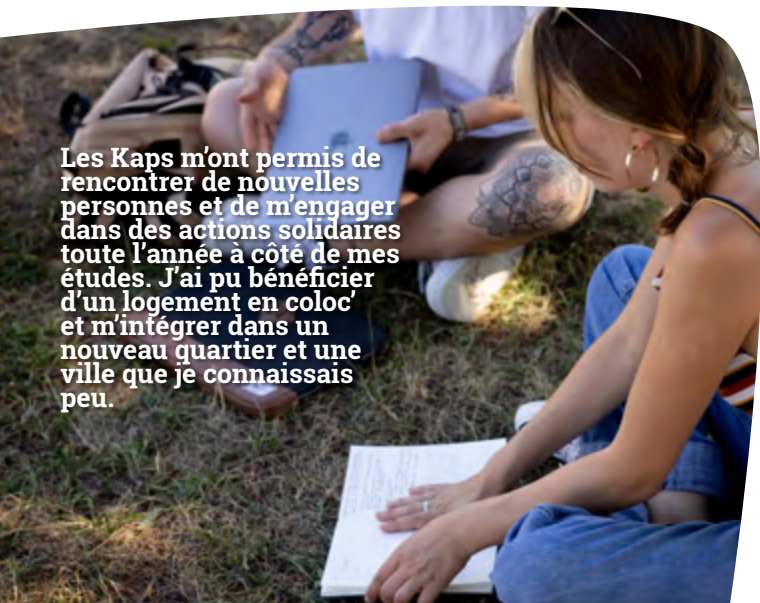
## LES COLOCS À PROJETS SOLIDAIRES (KAPS)

Association de la fondation étudiante pour la ville (Afev) propose le programme de colocation à projets solidaires (Kaps). Les Kaps permettent de concilier solution de logement et engagement dans un quartier populaire. En 2024, 33 jeunes âgés de 18 à 30 ans en ont bénéficié.

▷ [afev.org](https://afev.org)



**Les Kaps m'ont permis de rencontrer de nouvelles personnes et de m'engager dans des actions solidaires toute l'année à côté de mes études. J'ai pu bénéficier d'un logement en colocation et m'intégrer dans un nouveau quartier et une ville que je connaissais peu.**





La colocation  
intergénérationnelle,  
c'est gagnant-gagnant.  
Et le loyer n'excède  
jamais 250 euros.

## LA COLOCATION INTERGÉNÉRATIONNELLE

**Portée par Binôme 21, cette initiative réunit sous un même toit un senior de plus de 60 ans et un jeune de moins de 30 ans, pour un échange enrichissant. Un deal gagnant-gagnant.**

Le senior met à disposition du jeune une chambre et certaines pièces partagées dans son logement. Cette formule de « vivre ensemble » permet au senior d'avoir une présence bienveillante et rassurante. Elle permet au jeune de se sentir utile et d'avoir accès à un lieu de vie pas cher. Elle leur permet, à tous deux, en général, de passer un bon moment.

► [binome21.fr](http://binome21.fr)



**Deux restaurants universitaires sur le campus de l'Université Bourgogne Europe (RU Mansart et RU Montmuzard), et aussi 6 cafétérias situées sur le campus.**

▷ [crous-bfc.fr](http://crous-bfc.fr)



**Tarifs :** des repas complets et équilibrés à 1€ pour les boursiers et 3,30€ pour les non boursiers. Imbattable.  
Paiement possible avec Izly.

### Adresses & horaires :

- 📍 **RU Montmuzard** (8b, rue Recteur Marcel Bouchard - 21000 Dijon, accès handicapé. Ouvert du lundi au vendredi de 11h20 à 13h30 et de 18h20 à 19h45).
- 📍 **RU Mansart** (94, boulevard Mansart - 21000 Dijon, du lundi au vendredi de 11h30 à 13h30).

### + les 2 food trucks du Crous :

#### Les crous'ty trucks.

Lundi, mardi, jeudi : BSB (centre-ville)  
Mercredi : résidence Maret (centre-ville)  
Vendredi : esplanade Erasme - campus



**La loi Levi :** pour les étudiants ne disposant pas d'un restaurant Crous, ou conventionné, il existe une aide sous forme de carte virtuelle prépayée (20€/mois pour les non boursiers et 40€/mois pour les boursiers). À Dijon, pour les étudiants du CUCB, l'ESADD et l'IRFSS-Bourgogne-Franche-Comté, Croix-Rouge Compétence.

Des kebabs, des boulangeries, des brasseries, vous trouverez tout autour du campus universitaire et encore plus au centre-ville. Dur de trier les bons plans. Laissons la parole aux étudiants, pour quelques adresses « meilleur rapport qualité prix » du centre-ville :

**Torikara San** / 45, rue Jean-Jacques Rousseau

**Haki** / 13, place Emile Zola

“ **Pour la street food asiatique authentique.**

**Marie** Étudiante en BUT Gaco

**Le Café Chez Nous** / 6 bis, rue Musette

**Le Jacquemard** / 6, rue Musette

“ **Des plats du jour brasserie pas cher et de qualité à côté du marché.**

**Sarah** Étudiante aux Beaux-Arts

**Le Shanti** / 69, rue Berbisey

“ **Café restaurant vegan, ambiance chill.**

**Lucie** Étudiante en Psychologie

**Lycée Kebab** / 18, bd Thiers

“ **Il se murmure que c'est le meilleur de la ville.**

**Paul** Étudiant en Info-com

**Foodies** / 12, place François Rude

“ **L'incontournable champion dijonnais du Burger.**

**Ryan** Étudiant en médecine

**Dallo Zio** / 44, rue du Chaignot

“ **Une vraie pizzeria napolitaine dans un coin caché de Dijon.**

**Julie** Étudiante à Polytech

Le réseau de transports en commun (Divia) est très efficace. La ville est facilement praticable à vélo. On peut presque tout louer en libre service... Easy !

▷ [divia.fr](http://divia.fr)



### TRAM & BUS

#### LE TRAM PASSE AU CŒUR DU CAMPUS !

La liaison université - gare/centre-ville se fait en 20 minutes. 2 lignes de tram et 30 lignes de bus qui desservent les 23 communes de la métropole... Pour les couche-tards, les lignes « Pleine Lune » fonctionnent les nuits du jeudi au samedi, de septembre à juin, de 1h à 6h.

**Tarifs pour les jeunes de 18 à 25 ans** (étudiants, apprentis ou jeunes actifs)

- **Pass 9 mois** : 240€. Valable 9 mois calendaires consécutifs, sur l'ensemble du réseau Divia Bus&Tram, correspondance(s) comprise(s).
- **Pass mensuel** : 30€. Valable du 1<sup>er</sup> au dernier jour du mois, sur l'ensemble du réseau Divia Bus&Tram, correspondance(s) comprise(s).
- **Pour les boursiers** (échelons 0 bis à 7), l'abonnement mensuel pour les -26 ans est à -50%.
- **Pass annuel** : 315€. Valable 12 mois calendaires consécutifs, sur l'ensemble du réseau Divia Bus&Tram, correspondance(s) comprise(s).
- **Pass été** : avec ce PASS, les jeunes de moins de 26 ans peuvent voyager gratuitement dans les Bus&Tram les week-ends (samedi et dimanche). Valable du 1 juillet au 31 août.

## LE VÉLO

- **376 km de voies cyclables** sur la métropole.
- **Tu peux circuler avec DiviaVélodi**, des vélos en libre-service en centre-ville. Il faut télécharger l'application.
- **Tu peux louer un DiviaVélo de 24 h à 1 an**. Réduction de -25% à -50% pour les moins de 26 ans ou les abonnés Divia Bus&Tram.
- **Sur une courte durée** (sur réservation pour une période d'un mois), tu peux louer des DiviaVélo de seconde main. Économie d'argent et de ressource.
- **Les étudiants sont exonérés de la caution** habituellement demandée. (mesure prise suite aux Agoras Jeunes)
- **Avec DiviaVéloPark des parkings à vélos sécurisés dans toute la ville** (gratuit pour certains abonnés Divia Bus&Tram ou DiviaVélo).
- **La Rustine** : atelier participatif de réparation de vélo, vente de vélos d'occasions par cher. 5, rue du Havre, Dijon.

On ne va pas se mentir, porter un casque et respecter le code de la route, c'est nécessaire. On partage l'espace avec les piétons et les voitures. Ce sont nos amis !





## TROTINETTES ÉLECTRIQUES

Les trottinettes « Ireine » sont en libre-service dans la ville, partout pour 0,25€ à 1€/minute, de jour, de nuit, en zone de Dijon ou dans la métropole.

Une trottinette électrique, c'est un engin motorisé. Ce n'est pas un vélo. Ça va de soi, mais il faut respecter le code de la route. C'est bien de le redire aussi.

## LE COVOITURAGE

- **DiviaCovoit'** est un service gratuit, un réseau solidaire de covoitureurs et covoiturés avec une application mobile dédiée.
- **Citiz** c'est l'autopartage dijonnais, avec voitures en libre-service.



## LE TRAIN

Dans les TER Bourgogne-Franche-Comté, c'est -50% toute l'année pour les jeunes de moins de 26 ans. Recherche simplement ton trajet en indiquant ton âge, pas besoin d'acheter ou de présenter une carte de réduction. Il faut simplement justifier de son âge au moment du contrôle.

Valable pour tes trajets en Bourgogne-Franche-Comté, vers ou depuis Paris, et pour des trajets à destination de Centre-Val de Loire et Auvergne-Rhône-Alpes.



Un peu  
d'aide ?

## LES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES & LES AIDES SOCIALES

Pas facile de se repérer dans les méandres des démarches et institutions quand on ne connaît pas. Avec les infos ci-dessous, tu vas savoir où aller en fonction de tes besoins. Tu as des questions ? Ici il y a des réponses.



### LE DOSSIER SOCIAL ÉTUDIANT

Le Dossier social étudiant (DSE) est un dossier unique qui permet aux étudiants ou aux futurs étudiants de demander une bourse pour pouvoir faire ses études et/ou un logement dans une résidence étudiante Crous. Le DSE se remplit en ligne sur le site [messervices.etudiant.gouv.fr](https://messervices.etudiant.gouv.fr).

Pour cela vous devez fournir un certain nombre d'informations concernant votre situation financière, familiale et scolaire et télécharger les justificatifs en ligne.





## LES AIDES AUX LOGEMENTS

Pour bénéficier d'une aide au logement (APL, ALS, ALF) auprès de la Caisse d'allocations familiales (Caf), il faut réaliser une demande en ligne ici :

▷ [caf.fr](https://caf.fr)



## AIDE POUR LA CAUTION DU LOGEMENT

Pour les jeunes de moins de trente ans, étudiants ou non, **possibilité d'une caution gratuite** par l'organisme Action logement avec le dispositif Visale.

▷ [visale.fr](https://visale.fr)



Tu peux aussi bénéficier du **dispositif Loca-Pass** d'Action Logement pour leur dépôt de garantie de ton appart' (aide gratuite sous forme d'un prêt à 0 %).  
**Plus d'infos en suivant le QR Code.**



## LES PRÊTS GARANTIS PAR L'ÉTAT

Ouvert à tous les étudiants boursiers ou non boursiers, sans condition de ressource. Le dispositif est dispo avec la Société Générale, le Crédit Mutuel, le CIC, la Banque Populaire, la Banque Postale, le Crédit Agricole, la BFCOI et la Caisse d'Épargne. Renseigne-toi auprès de ta banque ! (Max. 20 000€).

Un peu  
d'aide ?

## LES POINTS D'ACCÈS AUX DROITS

Les 8 Points d'accès aux droits accompagnent les habitants et habitantes de Dijon dans leurs démarches administratives. Une écoute, des conseils, des réponses et un suivi individualisé pour faire face aux difficultés (accompagnement numérique, administratif et social). **Pour connaître le point le plus proche de chez toi.** Le plus proche du campus : 11, rue de l'Hôpital.



## LES AIDES SOCIALES DE DIJON MÉTROPOLE

**Parce que chacun peut traverser des moments difficiles, la métropole met en place différents dispositifs pour soutenir les jeunes et les familles.**

Aides financières pour faire face aux urgences, accompagnement pour accéder et se maintenir dans un logement. L'objectif : offrir à chacun les moyens de construire son avenir sereinement.

Aides sociales - Dijon métropole



## LES BOURSES DE LA VILLE DE DIJON

Des bourses municipales allant de 500 à 1000€, en échange de 12 heures d'action citoyenne dans une des associations labellisées par la ville de Dijon. Sur l'année 2024-2025, 318 étudiants en ont bénéficié. Les demandes ont lieu du 1<sup>er</sup> septembre au 30 novembre sur [eservices.dijon.fr](https://eservices.dijon.fr)




## LES AIDES DU CROUS

En plus de la bourse étudiante, le Crous propose différentes aides : allocation annuelle et aide spécifique ponctuelle.



## LES AIDES ALIMENTAIRES : ÉPICERIES SOLIDAIRES

Si c'est dur de faire les courses, pas d'affolement !  
**L'AGORAé, l'épicerie sociale et solidaire de la Fédération Étudiante de Bourgogne Inter-Associative (FEBIA)** : des produits alimentaires variés, des produits d'hygiène et des produits d'entretien à prix réduits. 80% à 90% moins chers qu'en grande surface, selon ta situation financière.

 **10, avenue Alain Savary, résidence Buffon, 21000 Dijon,**  
sur le campus.  
Horaires d'ouverture : mardi, jeudi de 18h30 à 20h30  
et le dimanche de 12h à 13h

**Epi'Campus.** Une aide alimentaire aux étudiants en difficulté. Une distribution par semaine, fruits, légumes, féculents ou encore produits d'hygiène.

 **Maison de l'Étudiant - Salle R04, esplanade Erasme,**  
sur le campus. Contact : [epicampus@gmail.com](mailto:epicampus@gmail.com)

Un peu  
d'aide ?

## LA COMMISSION SOLIDARITÉ ÉTUDIANTE (CSE)

Une galère ?! L'Université Bourgogne Europe, le Crous BFC, les associations étudiantes et les collectivités s'allient pour proposer des solutions. Hébergements d'urgence, aides de 1<sup>ère</sup> nécessité, gestion des enveloppes financières et accompagnement pour trouver un job étudiant, soutien aux étudiants internationaux (inclusion et aide administrative), aide à l'apprentissage – révisions – tutorat, aide numérique et réseau Internet, aide et sensibilisation à la culture, aux sports et aux loisirs. **Pour contacter la commission.**



## LA LISTE DES AIDES SOLIDAIRES EN BFC

**TOUTES** les aides pour l'accessibilité numérique / informatique, les distributions alimentaires, les aides financières, la santé, le soutien psychologique...





## L'APPLI ONDIJON



**OnDijon c'est l'outil en ligne simple.** Toutes les infos de la ville et de la métropole sont dessus. Tu peux aussi prendre rendez-vous pour tes titres d'identité, t'inscrire aux activités sportives de la Ville, postuler pour des jobs, gérer tes emprunts dans les bibliothèques de la Ville... Informations dans le lien suivant ou directement sur l'application **OnDijon**.



Dijon accueille le monde et ses étudiants le parcourt !

### LE SERVICE CIVIQUE INTERNATIONAL

Ce service civique s'adresse aux jeunes de 16 à 25 ans (30 ans en situation de handicap) souhaitant s'engager au service de l'intérêt général au sein d'un organisme français proposant des missions en France ou à l'étranger. **En général, les missions à l'étranger s'adressent aux plus de 18 ans.**

Aucune condition de diplôme ou d'expérience professionnelle n'est nécessaire, c'est la motivation et le savoir-être qui comptent. La durée des missions varie de 6 à 12 mois. L'indemnité mensuelle pour une mission à l'étranger est de 673,02€. Certains organismes d'accueil à l'étranger peuvent offrir des avantages supplémentaires (prise en charge de l'hébergement, valorisation légère de l'indemnité, etc). **Plus d'infos :** [www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr)



“ J’ai décidé de partir pour pratiquer l’anglais, pour sortir de ma zone de confort, pour vivre une expérience dans un autre pays. Je suis parti dans le cadre du projet Response. Turku étant la ville partenaire de Dijon sur ce projet européen. J’ai découvert la Finlande, une autre culture, et je me suis formé sur les sujets énergies/climat.

Thomas

En mission de service civique en 2023

## LE CORPS EUROPÉEN DE SOLIDARITÉ (CES)

**Un programme de l'Union européenne. Le volet « volontariat » permet à des jeunes européens de 18 à 30 ans de partir pour une durée :**

- de 2 à 12 mois pour du volontariat individuel
- de 2 semaines à 2 mois pour du volontariat en équipe

La mission se situe en Europe ou dans un pays voisin. Dans les domaines de l'environnement, la santé, l'inclusion, les technologies numériques, la culture ou le sport.

En échange, tu es nourri, logé, bénéficies d'une protection sociale, d'une prise en charge des frais de voyage international et de l'argent de poche.

### **Pour plus d'infos sur la mobilité internationale :**

La plateforme de la mobilité internationale en Bourgogne-Franche-Comté :

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



### **Contact ville de Dijon :**

[corpseuropeensolidarite@ville-dijon.fr](mailto:corpseuropeensolidarite@ville-dijon.fr)

Tél : 03 80 74 70 93



## ACCUEIL DES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

**4000 étudiants internationaux fréquentent les établissements d'enseignement supérieur dijonnais** sur un effectif total de 40 000 étudiants, soit environ 10%.

Deux fois par an, **les étudiants internationaux sont invités à une cérémonie organisée à l'Hôtel de ville.**

**Plusieurs associations accueillent et veillent à intégrer les étudiants internationaux**, à leur faire découvrir la culture bourguignonne et française et à encourager les échanges en proposant plein d'activités ouvertes à tous les étudiants de Dijon, comme l'ESN InsiDijon, le Centre Régional d'Information Jeunesse de Bourgogne-Franche-Comté ou la Fédération Léo Lagrange.

**Dijon fourmille d'événements et de projets européens et internationaux.** Des moments de rencontres et de découvertes concoctés par des assos comme Aidons l'Ukraine Dijon, UDB Ukraine-Dijon-Bourgogne, la Maison de l'Europe en Bourgogne-Franche-Comté, la Maison Rhénanie-Palatinat, Ombradipeter, l'Union Luso Française Européenne (ULF).



### **Dijon est une ville ouverte sur le monde.**

Elle fait vivre ses jumelages et partenariats avec York (Royaume-Uni), Dallas (États-Unis), Mayence (Allemagne), Reggio Emilia (Italie), Cluj-Napoca (Roumanie), Mechelen (Belgique), Guimarães (Portugal), Chefchaouen (Maroc), Prague (République tchèque). Ainsi qu'avec le département de Kumamoto (Japon) et avec la ville de Vinnytsia (Ukraine).

Dijon est une ville ouverte sur le monde. Partenaire de York, Guimarães, Mayence, Reggio Emilia, Cluj-Napoca...



**ESN INSIDIJON**



**L'asso dijonnaise membre du réseau international Erasmus student network (ESN) présente dans 37 pays, et donc ici aussi.**

Ils organisent des événements, des rencontres, des moments où les gens se connectent. Ils favorisent l'intégration des étudiants internationaux, les informent, les accompagnent. Ils aident aussi les étudiants dijonnais à bouger à l'international. Si jamais tu as des envies d'ailleurs.

# FEEL GOOD !

Avoir une vie active et bien remplie sur la fac et dans ta nouvelle ville, c'est cool ! Mais **il faut aussi savoir s'écouter et prendre soin de soi**. Quand on est étudiant, on a parfois tendance à foncer tout droit et à s'oublier un peu. Voilà quelques infos qui peuvent dépanner.



Tu retrouveras à peu près tous les corps de métiers qui pourront t'aider et t'accompagner au service de santé étudiante ; des infirmières spécialisées en sexologie, en nutrition, une sage-femme, des généralistes, des psys... Il y a même une permanence de soins infirmiers en cas de bobo, ou pour se confier.

Prise de rendez-vous à l'accueil du  
Service de Santé Étudiante (SSE)

03 80 39 51 53

[medecine-preventive@u-bourgogne.fr](mailto:medecine-preventive@u-bourgogne.fr)

 **6, rue du recteur Marcel Bouchard,**  
juste à côté du Resto U Montmuzard, sur le campus.

## BILANS & DÉPISTAGES

Quand il y a un doute, autant se faire dépister directement :

- **Gratuit et ouvert à tous**, en plus c'est sur le campus, au CHU Dijon Bourgogne : le CEGIDD. C'est le centre d'information de dépistage et de diagnostics des Infections Sexuellement Transmissibles (IST). [chu-dijon.fr/service/cegidd-21](http://chu-dijon.fr/service/cegidd-21)
- **Mon bilan prévention (AMELI)** : destiné au 18-25 ans, le bilan est un rendez-vous conseil permettant d'aborder les habitudes de vie, d'identifier des facteurs de risques de maladies chroniques (diabète, maladie cardio-vasculaires), de réaliser des dépistages ou même des rappels de vaccinations. Un check-up gratuit pour repartir tout neuf ! [sante.fr/annuaire-mon-bilan-prevention](http://sante.fr/annuaire-mon-bilan-prevention).

## SANTÉ MENTALE

Quand on est étudiant, **il existe de nombreuses façons de se faire accompagner gratuitement**. Pensez-y !

- **Vidéo-consultation** :  
Pour une écoute  
bienveillante, à distance.  
[apsytude.com](https://apsytude.com)



- **Etucare** : Programme numérique pour prendre soin de sa santé mentale. [elearning.promotion-sante-bfc.org](https://elearning.promotion-sante-bfc.org)

- **Santé Psy** : dispositif national pour 12 séances gratuites avec un psychologue partenaire.


**Santé Psy Étudiant** :  
12 séances de plus pour les étudiants !  
[santepsy.etudiant.gouv.fr](https://santepsy.etudiant.gouv.fr)



- **Avenir Santé** : Prévention des risques auditifs, des addictions, de la sexualité et des accidents de la route. [avenir-sante.com](https://avenir-sante.com)

### EN CAS D'URGENCE

Numéro national de prévention du suicide : **3115**  
(24h / 24, 7j / 7)



**Dépistages, bilans de santé et séances chez le psy gratuites.**

Parce que ce n'est pas plus dur de bien manger. Parce que 5 fruits et légumes par jour. Plusieurs réponses possibles. Du coup, le quizz, facile !

1. Quelle boisson hydrate le mieux ton corps ?

- L'eau
- Le jus d'orange
- Le soda light
- Le café fort

2. Parmi ces aliments, lequel est le plus riche en sel (pour 100 g) ?

- Chips nature
- Pain de mie
- Fromage type roquefort
- Légumes en conserve nature

3. Quelle application te permet de lutter contre le gaspillage alimentaire à Dijon ?

- TooGoodToGo
- Yuka
- ScanEat
- Nutri-table

4. Quel comportement est favorable à une bonne digestion ?

- Manger lentement
- Boire beaucoup juste après avoir mangé
- Se coucher juste après le repas
- Sauter un repas pour "compenser"

5. Une alimentation équilibrée peut-elle inclure... du chocolat ?

- Oui, en quantité raisonnable
- Non, jamais
- Uniquement du chocolat blanc
- Seulement si tu fais du sport ensuite

6. Quelle appli te permet de comprendre une étiquette alimentaire ?

- ScanUp
- Yuka
- TooGoodToGo
- Glovo

**7. Une alimentation végétarienne peut-elle couvrir tous les besoins ?**

- Oui, si elle est bien construite
- Non, elle entraîne toujours des carences
- Oui, uniquement avec des compléments
- Non, elle est trop restrictive

**8. Quel est le lien entre alimentation et santé mentale ?**

- Une alimentation déséquilibrée peut influencer l'humeur
- Manger sainement empêche totalement le stress
- Se priver améliore la concentration
- Des habitudes alimentaires régulières peuvent soutenir l'équilibre émotionnel

**9. Quel lien existe-t-il entre sommeil et alimentation ?**

- Un mauvais sommeil peut augmenter les envies de sucre ou de gras
- Bien dormir permet d'absorber plus de vitamines
- Le manque de sommeil peut dérégler la sensation de faim
- Il n'y a aucun lien

**10. Quelle affirmation sur les fibres alimentaires est vraie ?**

- On en trouve uniquement dans les produits d'origine animale
- Elles contribuent à la satiété et au bon fonctionnement digestif
- Elles sont présentes uniquement dans les fruits crus
- On en trouve dans les légumes, les légumineuses et les céréales complètes

**TIPS :** Bien manger est essentiel pour bien se concentrer. Manger un gros Kebab ou un fast food ? OK, mais de temps en temps seulement. Boire de l'eau régulièrement, manger des fruits, légumes et céréales complètes apporte l'énergie nécessaire au cerveau. Limiter le sel et le sucre aide à rester attentif. Des repas réguliers et un bon sommeil renforcent ta capacité à gérer le stress et à rester focus. Avec des applis comme TooGoodToGo ou ScanUp, tu peux manger mieux sans te ruiner. Prendre soin de ton alimentation, c'est aussi prendre soin de ta réussite.



## POUR ALLER PLUS LOIN

- Les applis de panier de date courte : TooGoodToGo, Hophopfood...
- Les applis de compréhension d'étiquette : Yuka, ScanUp...

▷ [mangerbouger.fr](https://mangerbouger.fr)



### **Des cours de cuisine :**

La Cité internationale de la gastronomie et du vin organise des cours de cuisine à 4€ pour les étudiants. À toi la recette du poulet Gaston Gérard !

### **Dijon Cuisine :**

Un livret de recettes en ligne et des bonnes adresses en plus !

▷ [dijon-metropole.fr](https://dijon-metropole.fr)



# Pour un mode de vie plus équilibré, commencez par

## Augmenter ↗



Les fruits et légumes



Les légumes secs :  
lentilles, haricots, pois  
chiches, etc.



Les fruits à coque :  
noix, noisettes, amandes  
non salées, etc.



Le fait maison



L'activité physique

## Aller vers ↗



Le pain complet  
ou aux céréales, les pâtes,  
la semoule et le riz complets



Les poissons gras  
et maigres en alternance



L'huile de colza,  
de noix, d'olive



Une consommation  
de produits laitiers  
suffisante mais limitée



Les aliments de saison  
et les aliments produits  
localement

**BIO**

Les aliments bio

## Réduire ↘



L'alcool



Les produits sucrés  
et les boissons sucrées



Les produits salés



La charcuterie



La viande :  
porc, bœuf, veau, mouton,  
agneau, abats



Les produits avec  
un Nutri-Score D et E



Le temps passé assis

Chaque petit pas compte  
et finit par faire une grande différence

Dijon ville étudiante ET sportive. Du sport loisir au club pro, il y'en a partout, tout le temps. Petit panorama non exhaustif des activités que tu peux trouver dans la Cité des ducs.

## SUAPS

C'est le Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives. Foot, basket, muscu, crossfit, futsal, escalade, plongée, ultimate... Plus de 60 activités pour les étudiants. Dont 90 % gratuites. **Check le menu.**



## ASSOCIATIONS & CLUBS SPORTIFS ÉTUDIANTS

Du rugby, de l'athlé, du kart, des échecs, et même du cirque ! Il y en a pour TOUT LE MONDE dans TOUS les établissements d'enseignement supérieur de la ville. Renseigne-toi dans le tien et va enfile un short !

## PRATIQUES SPORTIVES DE LA VILLE

Tu veux tester un nouveau sport ou juste bouger un peu à Dijon ? La Ville te propose plein d'options sympas. **Toutes les infos ici.**



## ÉQUIPEMENTS SPORTIFS MUNICIPAUX

**Bonne nouvelle : en tant qu'étudiant, tu as des tarifs réduits** dans les équipements sportifs de la métropole. Piscines, base nautique, skate-park, escalade, patinoire... Bref, de quoi trouver ton kiff !





## LES DIJONCTÉS

**C'est l'histoire de deux étudiants de médecine qui ont créé un club de running...** Désormais ils rassemblent des centaines de personnes dans les rues dijonnaises, en musique !  
[lesdijonctes.fr](http://lesdijonctes.fr)



A photograph of three young men standing outdoors in a park-like setting with trees in the background. The man on the left is wearing a grey hoodie and sunglasses. The man in the center is wearing a light blue hoodie and is smiling broadly. The man on the right is wearing a dark jacket and is also smiling. The word "SORTIR" is written in large, yellow, stylized letters across the middle of the image.

# SORTIR

La métropole dijonnaise, c'est plus de 260 000 habitants\* et 40 000 étudiants. Bien sûr que ça bouge ! Déjà, il suffit de lever les yeux pour être heureux. Le patrimoine de la ville est superbe. Mais en plus, il y a des festivals, des lieux de spectacles, de concerts, des parcs et des balades.... Tu vas avoir du mal à choisir où aller pendant tes moments de détente... Les meilleurs plans pour les jeunes sont juste là !

\*262 311 habitants, population totale au 1<sup>er</sup> janvier 2024, Insee.

### LES MUSÉES

**Les 5 musées de la ville sont gratuits.** Oui, tu as bien lu. Gratuits ! Tout simplement. Alors on t'aurait bien proposé des réducs pour les étudiants, mais les réducs sur zéro euro, c'est compliqué...

Le vaisseau amiral, c'est le musée des Beaux-Arts, dans le Palais des ducs et des États de Bourgogne. Quasi-neuf, magnifique. Mais tu as aussi le musée de la vie bourguignonne et son joli cloître, le musée d'art sacré et sa superbe coupole, le musée Rude, le musée national Magnin et le jardin de l'Arquebuse avec son planétarium, son jardin botanique et son muséum d'histoire naturelle. Gratos on te dit ! Et pour les passionnés d'art contemporain : le Consortium Museum (gratuit aussi pour les étudiants), la Hall 38 (ateliers d'artistes) et le Fonds régional d'art contemporain (FRAC).



## LA CARTECULTURE

**La carte que les autres villes nous envient !**

Tiens toi bien, depuis 2004, la CarteCulture permet de bénéficier de tarifs de dingue pour presque tous les spectacles ou événements à Dijon. Et les expos aussi...

**À TOI LES CONCERTS**

**À 5,50€ !**

**LE CINÉMA À 3,50€ !**

Pour TOUS les étudiants post bac dans la métropole. La carte coûte 5€, elle est valable une année universitaire. Tu peux l'avoir en version papier dans 6 points de vente, ou sur l'appli OnDijon (qu'on te conseille de télécharger encore une fois, c'est très pratique pour tous les services de la ville). Franchement, il faudrait être fou pour être étudiant à Dijon et ne pas avoir la CarteCulture.



Musique, danse,  
cinéma art & essai,  
festivals, expositions,  
théâtre à petit prix

Carte  
CULTURE  
étudiante

> Achat en ligne sur : [eservices.dijon.fr](http://eservices.dijon.fr)



Dijon rassemble



## Sélection non exhaustive de lieux où tu vas pouvoir aller en profitant des énormes réducs de la CarteCulture :

- **La Vapeur** : c'est LA salle de concert dijonnaise. Toutes les musiques actuelles. Des groupes locaux aux stars. 1 club de 300 places, 1 salle de 1200 places. Du bon son, des studios de repét' pour les groupes du coin...
- **L'Opéra de Dijon** : salle gigantesque, son parfait, les grands opéras et les plus grands orchestres passent par l'Auditorium de Dijon.
- **L'Eldorado** : LE cinéma art et essai de la ville. 3 salles, des rencontres avec des réalisateurs et des comédiens. Juste en bas du Campus.
- **Le Théâtre Dijon Bourgogne (TDB)** : c'est le centre dramatique national. La champions league du Théâtre en France.
- **Le Dancing-CDCN** : c'est le centre de développement chorégraphique national. La champions league de la danse en France.
- **Le Bistrot de la scène** : lieu de concerts, de théâtre, de dancefloor. À deux pas du campus.
- **Le Cèdre** : La grande salle de spectacle de Chenôve. Stand up, concerts, impro, théâtre...1100 places de bonheur au terminus de la ligne 2 du Tram.
- **L'Atheneum** : le centre culturel de l'Université (concerts, DJ sets, théâtre, dance, jeux, résidences, bar, snack...)
- **Le Théâtre Mansart** : le théâtre du Crous (théâtre, musique...).

## LA CARTE AVANTAGESJEUNES

Les ristournes de la CarteCulture ne te suffisent pas ? Ok. La carte est mise en place par la Région Bourgogne-Franche-Comté et la Banque Populaire **pour les moins de 30 ans, que tu sois étudiant ou non**. Un max de réducs sur les spectacles, les loisirs ou les activités quotidiennes genre sport. Check ça !

Dispositif soutenu  
par la Ville de Dijon  
et la métropole





## LA CITÉ INTERNATIONALE DE LA GASTRONOMIE ET DU VIN

« La Cité » fait vivre le Repas gastronomique des Français et les Climats du vignoble de Bourgogne (inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'Unesco, la classe). **Un lieu de partage, au service du goût, et de la transmission des savoir-faire.** Au programme : expos gratuites, dégustations, brunch... Et y'a aussi un cinéma (Pathé)! Et bien sûr des tarifs pour les étudiants. [citedelagastronomie-dijon.fr](http://citedelagastronomie-dijon.fr)



**Le 1204** - Centre d'interprétation de l'architecture et du patrimoine dijonnais - situé dans la Cité internationale de gastronomie et du vin. **Découvre l'histoire et l'architecture de Dijon.** Le centre propose des parcours sur différentes thématiques et périodes de l'histoire de la ville. Et c'est gratuit !



## LES ÉVÉNEMENTS

**À Dijon, pas une semaine sans un événement d'ampleur.** C'est la ville des festivals. Dans tous les sens, dans tous les styles. Musique, théâtre, danse, photo, humanitaire, cirque...



**Dijon, c'est 250 jours  
de festivals par an.**



## TOP 10

### Quelques événements et festivals qui pourraient te plaire !

- **Lalalib** : le Concert de rentrée, à la fin de l'été. 30 000 personnes place la Libération et du Théâtre. Des stars et des groupes du coin. L'événement fédérateur.
- **La Fête de la musique** : 21 juin, partout dans les lieux emblématiques de centre-ville, tu connais. À Dijon c'est pareil qu'ailleurs, mais en mieux.
- **La Nuit des étudiants** : dans tous les musées de la ville, fin novembre. Jusqu'à minuit, concerts, animations et cie...
- **Le Sirk** : musiques électro. Techno, house, et dancefloor endiable. Dans des lieux un peu fous de la ville (au stade, à l'aéroport, au boulodrome...) en avril. Organisé par l'association Risk.
- **Tribu festival** : musiques du monde, groove, jazz, Hip-hop. Dans toute la ville fin septembre, début octobre, depuis près de 30 ans. Organisé par Zutique productions.
- **Prise de Cirq'** : le cirque contemporain en liberté dans la ville. Dans les salles, en chapiteau, dans les parcs. En avril. Organisé par Cirq'ou'nflex.
- **Eclosion** : le festival du Théâtre Universitaire, au théâtre Mansart, sur le campus. En avril.
- **Ose !** : le festival par les étudiants, pour les étudiants. À L'Atheneum, le centre culturel de l'université, au milieu du campus. En mai.
- **L'Extra festival** : le festival de La Vapeur, la salle de concert. Festival à taille humaine. Découvertes, balades en vélo, concerts en plein air. Relax. En mai.
- **Interactions** : organisé par l'association CHKT, Interactions occupe le Cellier de Clairvaux en plein centre ville pendant 1 semaine en février. Concerts (Hip-hop, electro...), expos, danse.
- **GoldenCoast** : LE festival rap en France, c'est en septembre. (Passe nous voir sur le stand de la Métropole !)


## LES MÉDIAS

Pour savoir quoi faire, ne te fie pas qu'à ton instinct ou à ton fil Insta. **Voici quelques médias bien informés** qui vont t'indiquer où il faut se rendre pour ne rien rater.

- **Ville de Dijon** : l'Insta de Dijon pour toutes les infos *lives* sur les réseaux : [@villededijon](#). et la chaîne WhatsApp de la ville.
- **Sparse magazine** : l'actu culture et société en Bourgogne-Franche Comté en papier et sur le net. Gratuit et plus cool que les autres magazines.
- **Radio Dijon Campus** : sur le 92,2FM depuis 40 ans. Et bien sûr sur le net. La radio indé et culturelle (d'ailleurs c'est une asso étudiante, tous les étudiants peuvent proposer de participer librement).
- **J'aime Dijon** : vidéos sur les réseaux sociaux pour connaître l'actu culturelle et événementielle de la Métropole.
- **Jondi.fr** : l'agenda complet et indépendant. Quasi tout ce qui se passe à Dijon est sur Jondi.

Retrouvez toutes les  
actualités sur l'agenda  
**dijon.fr**



A young man in profile, looking down at his smartphone, stands in a crowd of people. The scene is backlit by a bright sun, creating a strong lens flare and silhouetting the individuals. In the background, a double-decker bus is visible, with a yellow sign that partially reads 'ON'. The overall atmosphere is that of a busy, outdoor event during the 'golden hour' of sunset.

Quand t'es étudiant,  
tu peux payer des  
spectacles et des  
concerts 5 euros.  
Du coup, tu peux  
découvrir des choses.  
Des groupes, des lieux  
sans que ce soit un  
investissement.



## LES PARCS ET JARDINS

**La métropole est verte ! 825 hectares de parcs, combes et jardins.**

Le parc de la Colombière, l'ultime jardin à la française, avec ses rosalies et son accro-branche, le grand parc de la Combe à la Serpent vallonné, dominant la ville, le parc des carrières Bacquins, en pente, pour les petits, le joli jardin de l'Arquebuse derrière la gare et sa collection de plantes, le nouveau jardin du port du Canal... Un panel assez impressionnant, pour jouer, pique-niquer, se promener, ou se mettre au frais.

**La carte des espaces ici**



## RANDO ET BALADES

La ville est entourée de verdure. Et on peut s'y jeter en toute liberté. Les bénévoles du Comité départemental de la randonnée pédestre (FFRandonnée Côte-d'Or) sont cools, ils ont fait le boulot pour nous en balisant tous les parcours. Pas besoin d'aller dans les Alpes. Le dépaysement à deux pas de chez toi. Découvre des paysages, un patrimoine, un terroir remarquable.

**La sélection des plus belles balades**



## JARDINS PARTAGÉS

Les jardins partagés sont imaginés pour ceux qui n'ont pas accès à un jardin. En bac, à même le sol ou en hauteur, ces jardins permettent de profiter d'un bout de potager dans différents quartiers de la ville. Grâce aux budgets participatifs de Dijon, les Ateliers de quartier financent l'installation de certains jardins partagés. Les habitants et les associations prennent ensuite le relais.



**Sur le campus, le jardin partagé est géré par l'association Campus Comestible. Il est accessible à tous.**



# VIVRE ENSEMBLE

Être étudiant, c'est s'ouvrir aux autres, rencontrer du monde, partager... Ici tu trouveras les différentes associations et dispositifs qui font avancer la vie ensemble sur le campus et sur tout le territoire de la métropole. Des façons concrètes de t'engager pendant ta vie étudiante. Fais ça bien, prends les choses en main !



### PICTOACCESS

**Comment savoir que les lieux sont accessibles pour tous ?**

En consultant PictoAccess, bien sûr ! Des pictogrammes qui renseignent sur l'accessibilité des bâtiments de la métropole.

[pictoaccess.fr/brands/dijon-metropole](http://pictoaccess.fr/brands/dijon-metropole)



### TÉLÉCOMMANDE POUR FEUX SONORES

Le CCAS (Centre communal d'action sociale) de la ville de Dijon **informe et oriente les personnes en situations de handicap.**

Parmi tous les dispositifs mis en place pour les habitants, des télécommandes sont à disposition pour les personnes non-voyantes afin d'actionner les feux sonores.

### DISCRIMINATION ET LUTTE CONTRE LES VHSS

#### VIOLENCES ET HARCÈLEMENTS SEXUELS ET SEXISTES

L'AMACOD Tour est un dispositif municipal et une cellule d'écoute et de recueil de la parole dans 12 établissements d'enseignement supérieur pour accompagner les victimes dans leurs démarches mais aussi pour former et sensibiliser.



## LA SEMAINE DIJONNAISE DES HANDICAPS

Des ateliers et des rencontres autour du handicap, accompagnés par le CCAS de la ville de Dijon et tournés vers le grand public pour mieux comprendre les personnes en situation de handicap. Sport, manifestations culturelles, culinaires... Un vaste choix d'activités pour favoriser les passerelles entre les différents acteurs. **Tous les ans en décembre !**

## DIJON SPORT HANDICAP

**La ville t'aide à trouver ton activité para-sport !** Elle peut même t'aider à payer l'inscription. Du basket fauteuil, de la boccia ou encore du cécifoot, Dijon sport handicap saura t'orienter vers le club de tes rêves.



**Que ce soit du basket fauteuil, de la boccia ou du cécifoot, le Dijon sport handicap saura vous orienter vers le club de vos rêves.**



## CHOISIS TON SPORT

**La ville de Dijon t'aide à payer l'adhésion à ton club sportif.** Valable pour les mineurs et les personnes en situation de handicap. Selon ton quotient familial, bénéficie d'une réduction immédiate allant de 30 à 90% sur le montant de la cotisation. **Pour la pratique du sport à Dijon c'est ici.**



## ATYPIE-FRIENDLY

**Un enseignement supérieur pour les gens présentant un trouble du neurodéveloppement, c'est possible avec Atypie-Friendly.** Les étudiants atteints d'autisme, de trouble du déficit de l'attention peuvent désormais étudier dans un cadre adapté et inclusif.

L'UBE s'engage dans le dispositif Atypie Friendly. Pour plus d'informations, rapprochez-vous de la Mission Handicap.  
03 80 39 69 49 - [mission.handicap@u-bourgogne.fr](mailto:mission.handicap@u-bourgogne.fr)



Le plus important, c'est d'étudier. Les cours, la BU, les révisions, le diplôme... Bien sûr ! Mais pour nouer des liens, te sentir utile et faire vivre la ville et le campus, tu peux choisir de t'engager, à plein de niveaux.

## LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

**150 associations rien qu'à l'Université Bourgogne Europe**, la dose ! Tu veux faire de l'archéologie ? Possible. T'engager dans l'action humanitaire ? Jouable. Faire du sport ? Fastoche ! Il y a forcément de quoi trouver son bonheur dans l'associatif : art, sport, social... Laisse-toi porter par la puissance de l'associatif au cours de ta vie étudiante : le meilleur plan pour rencontrer des gens et te faire un réseau ! Et puis intégrer une association c'est participer à la vie collective de la cité, que ce soit au niveau de l'Université, de la métropole voire même au national.



## PARTICIPATION CITOYENNE

**Tu as envie de participer à la vie de ta ville ?** De ton quartier ? La participation citoyenne c'est l'affaire de tous ; des étudiants mais pas seulement. Voter pour une fresque sur un immeuble, adapter la circulation, aménager l'espace public... Les projets sont multiples. La participation citoyenne dessine la ville de demain !

Toutes les infos sur  
**Dessins Dijon**,  
la plateforme citoyenne  
de la ville.



**Agoras Jeunes** : la ville organise des Agoras jeunes destinées aux moins de 30 ans pour écouter leurs aspirations et leur donner la parole sur les enjeux d'aujourd'hui et de demain. Ces rencontres avec les élus permettent de renforcer le dialogue, d'impliquer les jeunes dans l'élaboration des politiques publiques locales mais aussi d'entretenir la cohésion et le lien social.

la participation  
citoyenne, c'est  
une manière  
démocratique de  
décider de la vie  
ensemble, de peser  
sur l'utilisation  
de l'argent public,  
l'aménagement de  
la ville,...



# Engagement étudiant

## LA MAISON DES ASSOCIATIONS

**C'est LE camp de base pour beaucoup d'associations !** Un refuge pour trouver des infos, des ressources mutualisées, et même des amis ! Tu peux aussi y installer une boîte aux lettres pour ton asso, réserver des salles de réu, utiliser les photocopieurs... Il y a même moyen d'organiser une expo dans le hall de la maison des assos. Le rêve !

📍 2, rue des Corroyeurs, au centre-ville.





## LE SERVICE CIVIQUE EN FRANCE

Si tu as entre 16 et 25 ans, et que tu souhaites t'engager dans un organisme, le service civique est fait pour toi. Des milliers de missions dans des domaines hyper variés qui pourront te donner des clés pour ton orientation professionnelle future. Six à douze mois pour te faire une idée, sans condition de diplôme, et une expé à valoriser dans ton CV !



## DEVENIR AMBASSADEUR ÉTUDIANT AVEC DIJON BOURGOGNE

Si tu passes le *step* au-dessus, tu peux même devenir ambassadeur de ta ville ! Action de com, échange avec les nouveaux arrivants, construction de ton réseau. **Brandir l'étendard de la ville, pour les amoureux de Dijon !**



# #3 LA POLITIQUE DE TRANSITION CLIMATIQUE DE LA MÉTROPOLE

EST UN AXE MAJEUR DU PROJET MÉTROPOLITAIN

PROJET MÉTROPOLITAIN

23  
COMMUNES



FAIRE  
RESEAU  
ET INVESTIR LES  
PROGRAMMES  
DE RECHERCHE  
PÉRIODIQUES ET  
EUROPÉENS

FINANCER  
LES PROJETS  
ET LE MOUVEMENT  
DE LA TRANSITION  
CLIMATIQUE

USINE DE  
MÉTANISATION

USINE D'INCINÉRATION  
DES DÉCHETS

CHÂFFEUR  
BIOGASSE

SYSTEME  
D'ÉPURATION

CRÉER UN ENVIRONNEMENT  
PERMETTANT DE SE DÉPLACER  
SE RÉPLACER, SE NOURRIR,  
S'AMUSER.

L'ADAPTER  
AU CHANGEMENT  
CLIMATIQUE

RESEAU DE  
CHALEUR URBAIN



# BÂTIR LA CITÉ PROPOLE À MAIN

ÉCOLOGIQUEMENT NEUTRE  
ET SOCIALEMENT  
ÉQUITABLE À VIVRE

Justice sociale & écologie

ÉVOLUTION DES  
MODOLES DE  
VIE

ÉVOLUTION DES  
POLITIQUES  
PUBLIQUES

LES PROJETS  
DOIVENT ÊTRE  
COHERENTS  
ENTRE EUX

ET LES HABITANTS  
DOIVENT ÊTRE  
IMPLIQUÉS

FONTAINE D'IDÉES  
QUARTIER À  
ÉNERGIE POSITIVE

PRÉSERVATION DE LA  
BIODIVERSITÉ

OTTE ALIMENTAIRE  
URBAINE & LOCALE  
ALLIANCE DES TERRITOIRES

TRANSITION  
ALIMENTAIRE

Illustration :  
Philine Bellenoue

# Transition écologique

Si toi aussi tu veux participer au plus grand défi de notre génération :

- **Télécharge l'application *J'agis* qui permet d'appliquer la transition écologique avec des petites actions** (manger local autour de soi, obtenir des bons plans pour s'habiller en seconde main...) et des grandes actions (trouver des aides pour arrêter de se déplacer en voiture et privilégier le vélo électrique, et plus largement obtenir des aides financières pour une transition douce). Des bons plans qui permettent de tordre le cou à l'idée reçue que l'écologie coûte forcément cher.





- **Participe à l'Université populaire Climat et Biodiversité** : des cycles de conférences simples, courtes et cools. La connaissance scientifique à portée de main. Des thématiques comme : « Ma maison, ma voiture pourquoi on y tient tant ? » ou « l'écologie ce n'est pas pour moi ? » qui permettent de prendre un peu de hauteur sur les questions écologiques.
- **Pour les infos sur les actions concrètes de la métropole en matière de développement durable**, de lutte contre le changement climatique, ou en faveur de la biodiversité, c'est là !



# TRAVAILLER

Étudier au calme et trouver un job... Parce qu'on est quand même là pour mettre toutes les chances de notre côté.

## LES HORAIRES DES BIBLIOTHÈQUES MUNICIPALES



Être au calme pour travailler, ça semble normal, mais c'est pas toujours évident. Être dans un environnement safe, sans bruit et dans de bonnes conditions, tu y as droit. Voici les bons plans biblis...

### LES BIBLIOTHÈQUES ET LES MÉDIATHÈQUES MUNICIPALES

**6 bibliothèques dans les quartiers**, 6 havres de paix dans des styles différents (normalement il y 'en a 8, mais la bibliothèque Colette se refait une beauté et la bibliothèque Champollion, actuellement fermée suite à un incendie, est temporairement transformée en point-lecture). La médiathèque Mansart en bas du campus, la médiathèque du port du Canal au bord de l'eau... Notre préférée ? La bibliothèque patrimoniale, rue de l'École de Droit, qui rappelle l'univers d'Harry Potter.



### LES BIBLIOTHÈQUES UNIVERSITAIRES

Si tu es plus branché BU, saches que tu en trouveras **7 sur le campus de l'Université Bourgogne Europe**. Chacune sa spécialité. Avec des places studieuses mais aussi des centres d'informations, des salles de réunions et même des espaces de jeux et de détente. Chill.

On a souvent besoin de travailler pendant ses études.  
Tu peux commencer par chercher ici :

## TRAVAILLER À LA VILLE OU À LA MÉTROPOLE DE DIJON

Tu savais que la Ville de Dijon et la métropole embauchaient environ 200 étudiants à l'année et même 500 animateurs pour le périscolaire dans les écoles de la ville ? Tu peux même être embauché en contrat d'apprentissage, du CAP au master. La Ville de Dijon et la métropole t'accompagnent pendant tes études et même après ! 250 métiers sont représentés : tu peux être cuisinier, architecte, faire des missions de développement durable, du tourisme... Penses-y !



## TROUVER UN EMPLOI ÉTUDIANT

Pas facile de concilier rythme de cours, de révision et job étudiant. La plateforme **Jobaviz du Crous recense des offres d'emplois** qui sont compatibles et adaptés au rythme étudiant.

▷ [jobaviz.fr](https://www.jobaviz.fr)



## TROUVER UNE ALTERNANCE

Avec plus d'un million d'alternants, la formule séduit les étudiants. Mais encore faut-il faire le plus dur, à savoir trouver son entreprise ! Quelques salons utiles pour décrocher le sésame :

- **Studyrama** : c'est le plus grand salon concernant l'alternance et l'apprentissage. Chaque année, en janvier, prends rendez-vous avec ton destin !
- **Salon de l'emploi et de la formation du DFCO** : tu n'es pas obligé de savoir jongler et tacler pour trouver ton alternance au DFCO. Chaque année, en avril, l'équipe événementielle du club ouvre les portes de Gaston-Gérard pour des rencontres pro où tout le monde ressort gagnant.
- **Salon Apprentissimo** : 2 jours en janvier pour trouver une alternance ou tout simplement t'aiguiller, répondre à tes questions autour de ta future carrière.

## TROUVER UN JOB (OU QUE POUR L'ÉTÉ)

- **Forum « Explore les métier »** : découvre les métiers qui te fascinent, te font rêver ou halluciner. Plus de 150 métiers représentés, en mars.  
[exploresmetiers@bourgognefranchecomte.fr](mailto:exploresmetiers@bourgognefranchecomte.fr)
- **Forum du numérique** : les entreprises du numérique viennent parler de leurs jobs et rencontrer les Steve Jobs de demain. Organisé tous les ans en avril par Dijon métropole et Numeum.
- **Forum jobs d'été** : le méga bon plan pour trouver un job saisonnier, au mois de mars.



LE STATUT NATIONAL

D'ÉTUDIANT

ENTREPRENEUR (SNEE)

**Tu as le sens du business ?** Tu es étudiant et tu veux développer ta boîte à côté ? Ok. Va donc checker PEPITE, l'acteur de référence pour les étudiants et jeunes diplômés jusqu'à 28 ans qui veulent entreprendre. Plein d'opportunités pour se lancer et des workshops : hackathons, ateliers de créativité... Tu peux même te faire coacher par des pros du Réseau Entreprendre pour tester ton business et tes idées... Comme à la TV !

▷ [pepите-france.fr](http://pepите-france.fr)



## **CRÉDITS**

### **Photos**

Vincent Arbelet  
Emma Benyamine  
Philippe Bornier  
Dijon métropole  
Amandine Dirand  
Christian Dubarry  
Margot Dupuis  
Jonas Jacquél  
François Jay  
Aymeric Laloux  
Les Dijonctés  
Philippe Maupetit  
Paul Recobert  
David Vong  
François Weckerle

### **Rédaction**

Dijon métropole  
Sparse magazine

### **Mise en page**

Cédric de Montceau

À DIJON **FACE AUX  
DISCRIMINATIONS**

**L'AMACOD\* TOUR**

**EST À L'ÉCOUTE DES**

**ÉTUDIANTS & ÉTUDIANTES**

*Cellule d'écoute gratuite  
et accessible à tous !*

**PARLER  
C'EST  
AVANCER**



**PLUS D'INFORMATIONS  
FLASHEZ CE QR CODE  
OU COMPOSEZ LE**

**0800 21 3000**

\* L'Antenne municipale associative de lutte contre les discriminations  
et Violences et harcèlements sexistes et sexuels (VHSS)

© Agence 1001 - Juin 2020

**Dijon rassemble**

