



**LE GUIDE DE
L'ETUDIANT·E
DU CAMPUS DE FOIX
2022·2023**

UA Centre
Universitaire
de l'Ariège
Robert Naudi

 UNIVERSITÉ TOULOUSE
Jean Jaurès

BIENVENUE

À VOUS QUI AVEZ CHOISI D'Étudier SUR LE CAMPUS DE FOIX !

Nous sommes très heureux-ses de vous compter parmi les 450 étudiant.e-s du Centre Universitaire de l'Ariège Robert Naudi et de vous fournir un cadre d'études et de vie à taille humaine, de qualité, qui foisonne d'opportunités et d'activités.

Découvrez ainsi tout ce que Foix et son territoire, l'Ariège, ont à vous apporter, qu'il s'agisse de vie étudiante, de santé, d'équipements culturels et sportifs, de paysages grandioses ou d'activités hors du commun.

Travaillez, soyez studieux-ses et profitez!

COMPAGNONS ÉTUDIANTS,

Bénéficier des structures d'un Centre Universitaire en Ariège c'est une aubaine, héberger des formations spécifiques qui n'existent pas ailleurs, c'est un atout, posséder une équipe d'Universitaires d'une grande qualité, c'est une chance, mobiliser un groupe d'Agents compétents et impliqués au quotidien, c'est appréciable, réussir les débouchés sur l'emploi au terme des études, c'est une fierté, offrir une qualité de vie avec des locaux confortables et le Fourcat pour toile de fond, c'est motivant, voir nos étudiants heureux, c'est une saine satisfaction.

BON SÉJOUR À FOIX ET EN ARIÈGE,



NORBERT MELER
PRÉSIDENT ADUA

ASSOCIATION POUR LE DÉVELOPPEMENT UNIVERSITAIRE EN ARIÈGE (ADUA)

05 61 02 19 80

ACCUEIL@CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

FB @09CENTREUNIV

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

CHÈRES ÉTUDIANTES ET CHERS ÉTUDIANTS,

Nous vous souhaitons la bienvenue à l'université Toulouse - Jean Jaurès et sommes ravis de vous accueillir au sein du Centre Universitaire de l'Ariège, Robert Naudi.

Avec l'ensemble des acteurs du territoire, nous mettons tout en œuvre pour vous offrir ici les meilleures conditions d'études et un cadre de vie agréable. Les travaux en cours sur le campus témoignent de cette ambition forte et constante, nous veillerons à limiter les désagréments qu'ils pourraient occasionner. Pleinement mobilisées à vos côtés, les équipes pédagogiques et administratives

sauront vous accompagner pour que votre parcours étudiant soit synonyme de réussite universitaire tout autant que d'épanouissement personnel.

**JE VOUS SOUHAITE UNE BELLE ANNÉE
UNIVERSITAIRE 2022-2023!**



**EMMANUELLE GARNIER
PRÉSIDENTE DE
L'UNIVERSITÉ TOULOUSE
JEAN JAURÈS**

BIENVENUE EN ARIÈGE!

Plus spécifiquement bienvenue au Centre Universitaire de l'Ariège Robert Naudi qui rivalise d'atouts pour vous offrir un cadre privilégié, propice à l'apprentissage.

Les prochains mois vous permettront d'en découvrir toutes les facettes, son parc aux arbres centenaires pour vos révisions en pleine nature, ses espaces restauration le temps d'une pause bien méritée ou encore son association étudiante pour vous accompagner dans votre découverte du département de l'Ariège. Car plus qu'un simple campus, le Centre Universitaire Robert Naudi est une fenêtre sur la ville de Foix et le territoire ariégeois tout entier.

Si je suis aujourd'hui particulièrement heureuse de vous accueillir, c'est parce que depuis 29 ans le Conseil Départemental de l'Ariège œuvre à la constitution d'un pôle universitaire et de formation continue, de haut niveau, à Foix.

En ce sens le Département soutient la restructuration de votre campus, initiée en 2006 et dont la dernière phase a démarré en mars 2022.

Notre objectif est de vous proposer un cadre de travail moderne, adapté aux nouveaux modes d'organisation et de gestion de l'enseignement. Nous avons l'ambition de créer un campus qui vous ressemble et vous permette de vous accomplir.

C'est également pour ces raisons que nous avons déployé le «Campus Connecté». Véritable tremplin vers une égalité des chances en matière d'accès à l'enseignement supérieur, il donne la possibilité aux étudiants de dépasser leurs difficultés de mobilité en ayant accès, depuis le Centre Universitaire, à de nombreuses formations proposées à distance en France et même à l'étranger.

**CE CAMPUS EST À PRÉSENT LE VÔTRE,
PROFITEZ-EN!**



**CHRISTINE TÉQUI
PRÉSIDENTE DU CONSEIL
DÉPARTEMENTAL
DE L'ARIÈGE**



**UNE QUESTION OU UN BESOIN
D'ACCOMPAGNEMENT DURANT
VOTRE PARCOURS UNIVERSITAIRE ?**



La DIVE (division de la vie étudiante) est un lieu d'accueil et d'information pour tous·tes les étudiant·e-s sur les activités liées aux études et à la vie universitaire.

Situation de handicap, étudiant·e-s étranger·e-s, affaires sociales, associations et initiatives étudiantes, elle vous apporte aussi son soutien dans toutes vos démarches.

UNIV-TLSE2.FR/ORGANISATION/DIVISION-DE-LA-VIE-ETUDIANTE-DIVE



Université
Fédérale

Toulouse
Midi-Pyrénées

L'Université fédérale rassemble 31 établissements d'enseignements supérieurs, son ambition est d'œuvrer au rayonnement universitaire et à l'amélioration de la vie étudiante. Retrouvez tout au long de ce guide et sur le site welcome desk, toutes les informations pratiques autour de la vie étudiante : formations, vie quotidienne, loisirs, sorties, engagement associatif et citoyen...

WELCOMEDSK.UNIV-TOULOUSE.FR



Le Crous assure des missions de service public relatives à la vie étudiante au sein d'un réseau national. Le Crous vous accompagne pour vos bourses et aides financières, sur le volet social, la restauration, le logement, la culture, les animations, la vie de campus, les jobs...

Retrouvez toutes les infos dans ce guide et sur Internet.

[FB @CROUSTOULOUSE](https://www.facebook.com/CROUSTOULOUSE)

[INSTAGRAM @CROUSTOULOUSE](https://www.instagram.com/CROUSTOULOUSE)

CROUS-TOULOUSE.FR



Info Jeunes 09 saura vous aiguiller au sujet de votre vie quotidienne, questions santé, projets à l'étranger, logement, loisirs... ou vous orientera vers leurs partenaires.

[05 61 02 86 10](tel:0561028610)

[2 BOULEVARD FRANÇOIS MITTERRAND – 09000 FOIX](https://www.2boulevardfrancoismiterrand.com)

[FB @INFOJEUNES09](https://www.facebook.com/InfoJeunes09)

BIJ09.FOIX@CRIJ.ORG

INFOJEUNES09.FR



UT2J – CAMPUS DE FOIX

SUIVEZ



ÉTUDIER

#formations #campus

9



SE LOGER

#hébergements #coloc #allocations

15



SE NOURRIR, S'ÉQUIPER

#solidarité #1^{ère} nécessité

25



PRENDRE SOIN DE SOI

#santé #sexualité #addiction #handicap

31

LE GUIDE



ÊTRE ACCOMPAGNÉ·E

#écoute #aides sociales #droits

37



RÉALISER SES PROJETS

#entreprendre #co-worker #créer

43



SORTIR, BOUGER

#culture #sport #événements #offres

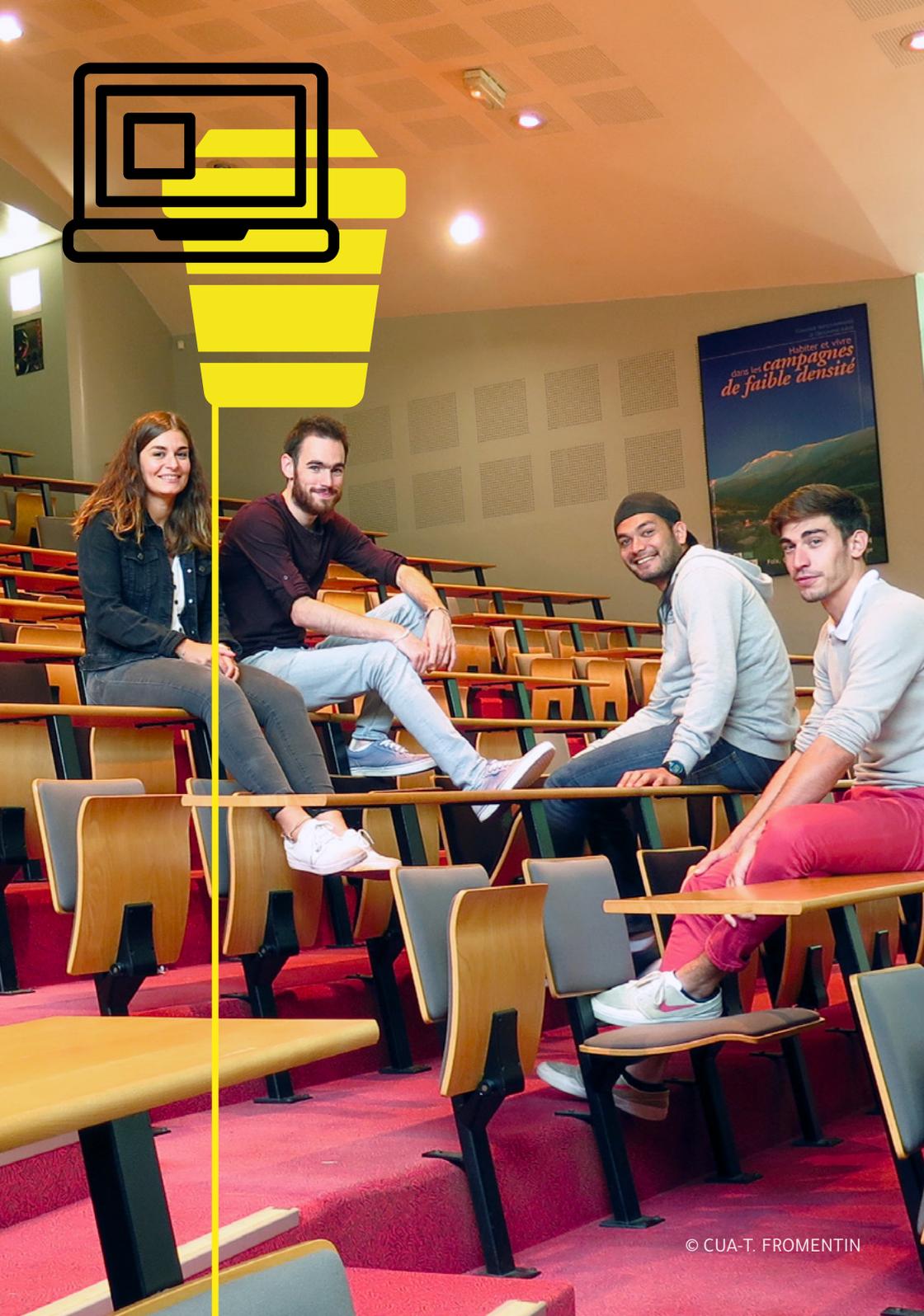
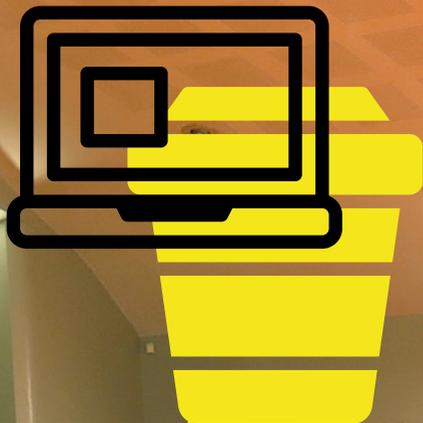
53



SE DÉPLACER

#agglobus #train #plan

63



ÉTUDIER

#cursus

#formations

#diplômes

#campus connecté

#campus des métiers

#ressources

#B.U.

#plan campus



RETOUR AU SOMMAIRE

#COURSUS

FORMATIONS

Le Centre Universitaire de l'Ariège Robert Naudi accueille 450 étudiant·e·s (de la France entière et de l'étranger) tous·tes inscrit·e·s à l'Université Toulouse Jean Jaurès. Le Centre est géré, au quotidien, par l'Association pour le Développement Universitaire en Ariège (ADUA) avec le soutien du Conseil Départemental de l'Ariège.

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

4 COMPOSANTES EN PRÉSENTIEL

DÉPARTEMENT
DE GÉOGRAPHIE,
AMÉNAGEMENT
ET ENVIRONNEMENT

SECRÉTARIAT BÂTIMENT 4



INSTITUT NATIONAL
SUPÉRIEUR
DU PROFESSORAT
ET DE L'ÉDUCATION
(INSPÉ)

SECRÉTARIAT BÂTIMENT 5



INSTITUT SUPÉRIEUR
DU TOURISME,
DE L'HÔTELLERIE
ET L'ALIMENTATION
(ISTHIA)

SECRÉTARIAT BÂTIMENT 7



DÉPARTEMENT
COMMUNICATION,
ÉTUDES VISUELLES
ET ARTS DE LA SCÈNE

SECRÉTARIAT CAMPUS MIRAIL



DIPLÔMES

NIVEAU BAC +3

LICENCE SCIENCES SOCIALES

Pluridisciplinaire Histoire, Géographie, Sociologie, Économie (accessible après le Bac)

LICENCE GÉNÉRALE

Tourisme et Développement (L3)

LICENCES PROFESSIONNELLES

- Développement de projets de Territoires, montagne et pastoralisme
- Guide conférencier
- Développement durable des territoires par le E-Commerce et le E-Tourisme
- NTIC appliquées au Tourisme

NIVEAU BAC +5

MASTERS

- Gestion des territoires et Développement Local, Ruralités dans les Nords et les Suds
- Métiers de l'Enseignement, de l'Éducation, et de la Formation (MEEF)
- Tourisme et Développement
- TIC appliquées au développement des territoires touristiques
- Théâtre appliqué, mention Arts de la scène et du spectacle vivant

DIPLÔME UNIVERSITAIRE

Gardien de refuge de montagne

UNIV-TLSE2.FR

#campus connecté**CAMPUS CONNECTÉ FOIX ARIÈGE**

Créé en 2020 et installé au cœur du Campus dans le Bâtiment 6, il vous permet de suivre des études supérieures, en distanciel, sans quitter le département. Une fois votre formation trouvée, vous vous inscrivez dans l'établissement qui la propose (en France ou même à l'étranger) et vous venez bénéficier à Foix de l'accompagnement personnalisé de votre tuteur. L'inscription au Campus Connecté est gratuite.

CONTACT • Pascal Lombard – coordinateur et tuteur – 05 61 02 19 73
campus.connecte@centre-universitaire-ariège.fr

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

[CROUS-TOULOUSE.FR/LECROUS/
CAMPUS-CONNECTES](http://CROUS-TOULOUSE.FR/LECROUS/CAMPUS-CONNECTES)

CAMPUS DES MÉTIERS

Le Centre Universitaire de l'Ariège accueille le siège du Campus des Métiers et des Qualifications du Tourisme Pyrénéen, Bâtiment 7. Il représente un réseau de près de 30 établissements de formations offrant diplômes, qualifications et professionnalisation dans les différents territoires du massif pyrénéen. Sa Devise? Le tourisme pyrénéen, une filière d'activités, une montagne de possibilités! Retrouvez sur le site les différents parcours de formation, et choisissez le vôtre!

CONTACT • 05 61 02 19 99
cmq.tourisme.pyreneen@gmail.com

CAMPUS-TOURISME-PYRENEES.COM

#ressources**#B.U.****CENTRE DE RESSOURCES**

Véritable bibliothèque universitaire, le Centre de Ressources Serge Rumeau est intégré dans le réseau des bibliothèques universitaires de Toulouse. Les documentalistes peuvent vous accompagner dans vos travaux et recherches. L'espace offre plusieurs postes de travail et photocopieurs. Il se situe dans le Bâtiment 6, cadre de travail idéal pour les étudiant·e·s et les chercheur·se·s, il dispose d'un distributeur de boissons et d'une salle d'études.

L'Atelier Canopé 09 y propose un accompagnement pédagogique spécialisé des enseignant·e·s et futur·e·s enseignant·e·s.

#plan campus

SE REPÉRER SUR LE CAMPUS



1

N° 102-108

RESTAURANT



2

CHAPELLE
MONTGAUZY

ENTRÉE

5



ACCUEIL GÉNÉRAL

7



N° 701-714
AMPHITHEATRE



6



CENTRE DE
RESSOURCES

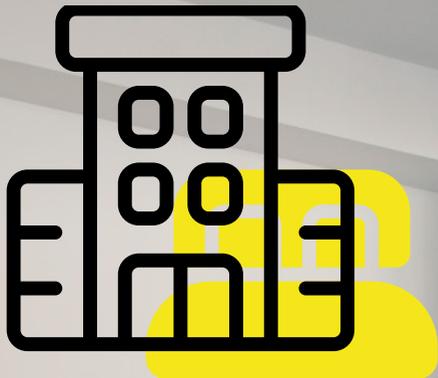


VERS CENTRE VILLE



VERS PRAT D'ALBIS





SE LOGER

#hébergements

#annonces logements

#coloc

#dépôt de garantie

#caution

#aides au logement

#aides financières

#mobilité



RETOUR AU SOMMAIRE

#hébergements

RÉSIDENCE MONTGAUZY DU CENTRE UNIVERSITAIRE

-  27 studios & 12 chambres meublés
-  1 cuisine partagée  2 salles de vie
-  1 buanderie  1 parking gratuit
-  wifi gratuit
-  loyer entre 225 et 350€

L'admission repose sur des critères sociaux et géographiques.

OÙ • Sur le campus de Foix

CONTACT • 05 61 02 19 80
logement@centre-universitaire-ariège.fr

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

OFFICE HLM DE L'ARIÈGE

Le groupe HLM Ariège constitué de 2 entités (Office Public de l'Habitat et société Le Toit pour Tous) travaille au quotidien pour offrir un habitat de qualité à un prix abordable aux personnes à revenus modestes dont les étudiant·e·s.

CONTACT • 05 61 02 30 06
ifourdrinoy@hlmariege.com

HLMARIEGE.FR

LOKAVIZ

Le Crous propose des logements étudiants chez les particuliers via le site Lokaviz.

LOKAVIZ.FR





LÉO DE FOIX

 4 studios & chambres meublés

 wifi gratuit

 loyer entre 275 et 325€

OÙ • 16 Rue Noël Peyrevidal – 09000 Foix

CONTACT • 05 61 65 09 04
contact@leodefoix.com

LEODEFOIX.COM

RÉSIDENCE DU RIVAL

 9 chambres meublées

 5 salles de bain  1 cuisine partagée

 1 buanderie  wifi gratuit

 1 grande terrasse vue sur l'Ariège

 loyer entre 230 et 300€

OÙ • 6 Rue du Rival – 09000 Foix

CONTACT • 07 71 01 19 15
brassieriedelafourche@gmail.com

RÉSIDENCE LES CHAPELIERS

 9 studios meublés

 1 cour partagée avec vue sur Château

 1 garage à vélos

 loyer 390€

OÙ • 9 Rue des chapeliers – 09000 Foix

CONTACT • 06 22 37 21 32
yoni.amouroux@yesss.fr



ÉTUDIANT·E, BESOIN D'UN GARANT POUR LOUER VOTRE LOGEMENT ?



ÉTUDIANT

AYEZ LE RÉFLEXE VISALE.FR
LA SOLUTION 100 % GRATUITE
QUI VOUS OUVRE TOUTES
LES PORTES !

#annonces logements

#coloc

SITE INFO JEUNES 09

Sur le site Info Jeunes 09 vous retrouverez des annonces exclusives de particulier·e·s destinées aux étudiant·e·s, stagiaires et apprenti·e·s : studio, T1, T2, colocation.

INFOJEUNES09.FR

CAMPUS & TOITS

L'association Campus et Toits propose des colocations étudiantes sous forme de coopérative. L'idée est de regrouper les demandes et de proposer des résidences, avec des loyers modérés, et des conditions d'accès simplifiées. Les étudiant·e·s peuvent échanger sur l'espace Forum du site pour choisir leurs colocataires, et faire ensuite partie de la communauté des campotes.

CAMPUS-ET-TOITS.FR

#dépôt de garantie

#caution

BESOIN D'UNE AIDE POUR PAYER LA CAUTION ?

L'Avance Loca-Pass, mise en place par Action logement, finance le dépôt de garantie demandé par le·la propriétaire. Ce prêt, du montant du dépôt de garantie (1 200€ maximum), s'adresse aux jeunes de moins de 30 ans en formation professionnelle, en recherche d'emploi, étudiant·e·s salarié·e·s en CDD, boursier·e ou en stage d'au moins 3 mois, ainsi qu'aux salarié·e·s du secteur privé.

ACTIONLOGEMENT.FR/L-AVANCE-LOCA-PASS

BESOIN DE GARANTS ?

La garantie VISALE est une alternative à la caution parentale ou bancaire, à mettre en place avec l'accord du·de la propriétaire. Ce dispositif, simple et gratuit, rassure votre propriétaire.

Action logement se porte garant pour vous, gratuitement, auprès de votre futur·e propriétaire pendant toute la durée du bail dans des logements du parc privé, des résidences étudiantes privées ou des résidences universitaires du Crous, des résidences Habitat Jeunes...

VISALE.FR

EN ALTERNANCE ?

Certaines régions mettent en place des aides spécifiques pour les jeunes en alternance. Les étudiant·e·s et alternant·e·s peuvent bénéficier de la garantie Visale sans justificatif de ressources.

L'adhésion au dispositif doit avoir lieu avant la signature du bail.

ALTERNANT.ACTIONLOGEMENT.FR

#aides au logement

LES AIDES DE LA CAF

Quel que soit votre statut (étudiant·e, apprenti·e, salarié·e...), la CAF peut vous accorder une aide pour payer votre loyer, que vous soyez en logement meublé ou non, en résidence, hôtel, location intergénérationnelle...

ESTIMEZ LE MONTANT DE VOS AIDES

Désormais, votre aide est calculée en « temps réel » : chaque trimestre vous devez renseigner en ligne vos ressources des 12 derniers mois. Elle est estimée en fonction de votre situation familiale, de votre logement, de vos revenus et de votre lieu de résidence.

VOUS AVEZ MOINS DE 21 ANS ?

Si vous avez moins de 21 ans et que vous demandez une aide au logement, vos parents ne pourront pas continuer à percevoir les prestations familiales pour vous. Étudiez bien la question avec eux.

FAITES VOTRE DEMANDE EN LIGNE

Sur le site de la CAF, la demande prend 15 à 20 minutes. Préparez les documents suivants :

- votre contrat de location (bail)
- vos revenus
- votre RIB
- le cas échéant, le numéro d'allocataire de vos parents avec leur CAF d'appartenance
- les coordonnées du·de la propriétaire
- le numéro de Siret si votre bailleur est une société
- le montant du loyer et des charges

Indiquez une adresse mail que vous consultez souvent.

VOUS ÊTES EN COLOCATION ?

Chaque colocataire peut bénéficier d'une aide au logement et doit faire sa propre demande. La condition ? Tous les noms des colocataires doivent figurer sur le contrat de location où chacun·e doit avoir signé un bail à son nom.

VERSEMENT DE L'AIDE

Dès l'arrivée dans la location, faites votre demande d'aide sur le site de la CAF. Quel que soit votre mode d'habitat, le 1^{er} mois de location est carencé, c'est-à-dire que les droits à l'APL ne s'ouvrent qu'à partir du 2^{ème} mois et le versement est effectué en début de 3^{ème} mois. L'allocation est versée, selon les cas, au·à la locataire ou au·à la propriétaire qui la déduit du montant du loyer.

ET EN VACANCES D'ÉTÉ ?

Si vous conservez votre logement en juillet et en août, pensez à l'indiquer à la CAF avant fin juin, sinon le versement de votre aide sera suspendu automatiquement au 1^{er} juillet.

LA CAF DE L'ARIÈGE

OÙ • 5 Rue Victor Hugo – 09000 Foix

QUAND • Lun. au jeu. 8h30 / 12h15 & 13h15 / 17h (le jeudi sur rdv) | ven. 8h30 / 12h & 13h30 / 16h

CONTACT • 3230

transmettreundocument.caf09@info-caf.fr

CAF.FR

82901 335

**UNE AIDE AU LOGEMENT,
ÇA PEUT OUVRIR
DES PORTES !**



Simulation, demande et suivi du dossier...
**POUR L'AIDE AU LOGEMENT ÉTUDIANT,
TOUT SE PASSE SUR CAF.FR**

#aides financières

CHÈQUES ÉNERGIE + EAU

Attribué sous conditions de ressources, le chèque énergie (entre 48 et 277€) vous aide à payer vos factures d'énergie. Il est envoyé chez vous une fois par an entre mars et avril.

CHEQUEENERGIE.GOUV.FR

Certaines collectivités expérimentent le chèque eau ou le tarif dégressif de l'eau pour les personnes à ressources modestes.

SERVICE-PUBLIC.FR

AIDES EXCEPTIONNELLES

Des aides exceptionnelles ont été débloquées pour venir en aide aux personnes touchées par la crise liée à l'épidémie de Covid-19 (perte d'emploi, chômage partiel, étudiant·e·s...). Suivez l'actualité sur les sites de la CAF, d'Action logement, du CRIJ et du Crous.

EN CAS DE GRANDE DIFFICULTÉ

FONDS DE SOLIDARITÉ POUR LE LOGEMENT (FSL)

Financement du dépôt de garantie, de la caution, des dettes de loyers... le FSL aide ponctuellement les personnes les plus démunies qui rencontrent des difficultés pour accéder à un logement ou s'y maintenir.

FONDS D'AIDE AUX JEUNES (FAJ)

Il attribue des aides financières aux jeunes, âgé·e·s de 18 à 25 ans, en grande difficulté d'insertion sociale et professionnelle. Le FAJ leur apporte un secours temporaire pour

faire face à des besoins urgents (caution, premier loyer, équipement de première nécessité...). Pour faire une demande FSL ou FAJ, adressez-vous à votre mission locale, votre CCAS, votre Crous, ou aux services sociaux de votre département. Un-e travailleur-se social-e vous accompagnera dans vos démarches.

#mobilité

AIDES À LA MOBILITÉ DU CROUS

– 500€ pour les futur-e-s étudiant-e-s déjà boursier-e-s s'inscrivant, via Parcoursup, dans une formation hors de leur académie de résidence.

– 1 000€ pour les étudiant-e-s boursier-e-s titulaires d'une licence et débutant un master dans une autre région académique.

MESSERVICES.ETUDIANT.GOUV.FR

MOBILITÉ PROFESSIONNELLE

Vous devez déménager pour suivre une formation en alternance? Vous êtes muté-e dans une autre ville? Des aides existent pour vous aider à vous installer.

FORMATION EN ALTERNANCE : L'AIDE MOBILI-JEUNE

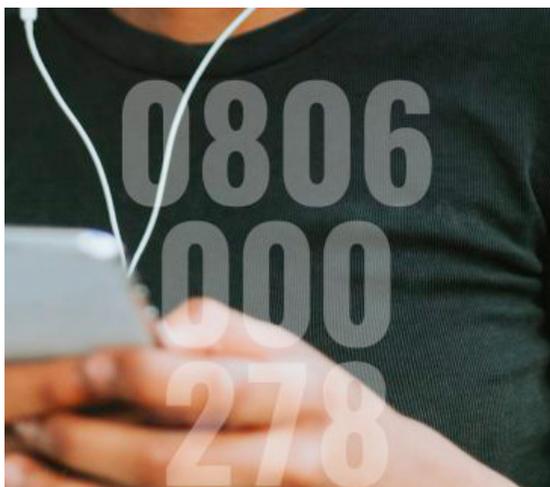
Cette subvention vous aide à financer une partie du loyer d'un logement proche de votre lieu de formation ou de travail. Elle s'adresse aux jeunes de moins de 30 ans en formation en alternance (contrat d'apprentissage ou de professionnalisation) dans une entreprise du secteur privé.

MOBILJEUNE.ACTIONLOGEMENT.FR

DÉMÉNAGEMENT 1^{ER} EMPLOI : L'AIDE MOBILI-PASS

Cette aide vous permet de financer les dépenses occasionnées lors d'un déménagement nécessité par la prise d'un nouvel emploi ou par une mutation. Il s'agit d'une subvention et/ou d'un prêt à 1% remboursable en 36 mois maximum.

[ACTIONLOGEMENT.FR/
FINANCEMENT-MOBILITE](http://ACTIONLOGEMENT.FR/FINANCEMENT-MOBILITE)



*Vous êtes étudiant
et vous rencontrez
des difficultés
financières graves ?*

*Informez-vous sur
les aides d'urgence au*

0806 000 278*

* Appel non surtaxé



SE NOURRIR, S'ÉQUIPER

#manger sur le campus

#économie sociale & solidaire

#aides alimentaires

#1^{ère} nécessité



RETOUR AU SOMMAIRE

25



#manger sur le campus

RESTAU U « LA CANTINE »

Au sein d'un tout nouveau self service, les cuisinier·e·s élaborent, tous les jours, un repas savoureux, varié et complet (entrée, plat, fromage, dessert) en privilégiant les produits frais et locaux au tarif Crous pour les étudiant·e·s. Afin de privilégier les producteur·rice·s locaux·cales de viande et dans le respect de la loi EGALIM, un repas par semaine est cuisiné sans viande.

SANDWICHERIE & SALADERIE

Dans le hall d'accueil de l'amphithéâtre, Bâtiment 7, vous trouverez un repas à emporter composé d'un sandwich ou d'une salade (à base de produits frais et locaux), d'une boisson et d'un dessert, le tout pour le prix d'un ticket resto étudiant.

PAYEZ EN TICKETS

ACHAT DES TICKETS RESTAU U ET SANDWICHERIE À L'ACCUEIL GÉNÉRAL DU CENTRE UNIVERSITAIRE, BÂTIMENT 5.



CAFÉTÉRIA

Apportez votre propre déjeuner et profiter d'un moment de convivialité avec les autres étudiant·e·s du campus. Véritable lieu de vie étudiante, la cafétéria offre de larges horaires d'ouverture et met à votre disposition micro-ondes et machine à café, Bâtiment 4.

#économie sociale & solidaire

LA PETITE ÉPICERIE

L'Hérisson Bellor est une épicerie solidaire située à Foix et Pamiers, où vous pouvez en tant qu'étudiant.e faire vos courses en dépensant seulement 30 à 40% du montant initial. Il est également possible de participer à des ateliers gratuits sur les besoins de la vie quotidienne : cuisine, santé, sport, bien-être.

OÙ • 56 Av Général Leclerc – 09000 Foix

QUAND • Mar. au ven. 11h30 / 16h30

CONTACT • 05 64 13 17 30
cesf.ess@orange.fr

EMMAÛS – VERTEX

Mouvement associatif pour la solidarité et l'écologie. La boutique Vertex réutilise les textiles usagés et valorise chaque vêtement recyclé.

OÙ • Le Terrefort, Zone commerciale Sud – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 10h / 12h30 & 13h30 / 19h | sam. 10h / 19h

CONTACT • 05 61 64 08 20

EMMAUS-VERTEX.COM

LA RESSOURCERIE

Le projet La Ressourcerie s'inscrit dans une logique de transition écologique, économique et sociale, et participe à la réduction des déchets. Vous pouvez vous rendre dans la boutique seconde main (vêtements, meubles, vaisselle, livres, loisirs...), mais aussi participer aux ateliers.

OÙ • 1bis Rue de la Résistance – 09000 Foix

QUAND • Mer. & ven. 10h / 12h & 14h / 18h | 1^{er} sam. du mois 14h / 18h

CONTACT • 09 51 44 81 44
delaressourcealaclef@gmail.com

DELARESSOURCEALACLEF.WORDPRESS.COM

#aides alimentaires

#1^{ère} nécessité

CROIX ROUGE

La Croix-Rouge française a pour objectif de venir en aide aux personnes en difficulté. Parmi ses actions, l'Unité Locale est un dispositif d'aide alimentaire disponible sur Foix. Vous y trouverez la distribution de paniers alimentaires, textiles, etc. Pour lutter contre l'exclusion à Foix, la Pension de Famille a mis en place un accueil de jour. Vous y retrouverez un lave-linge, des douches, et une aide administrative.

OÙ • **Unité Locale** – 11 Bd Alsace Lorraine – 09000 Foix / **Pension de Famille** – 11 Rue du Rival – 09000 Foix

QUAND • **Unité locale** – mar. & ven. 14h / 16h

CONTACT • **Unité locale** – 05 61 02 62 64
Pension de Famille – 05 61 03 12 01

CROIX-ROUGE.FR



SECOURS POPULAIRE

Le Secours Populaire propose une aide alimentaire sur rdv. Des aides pour l'accès à la culture et aux loisirs sont aussi proposées (aide à l'inscription dans un club sportif, atelier de cuisine...) de façon ponctuelle. Le SP de Foix possède aussi un espace solidaire, ouvert le mardi et le jeudi toute la journée. On y trouve vêtements de seconde main ou neufs, de la vaisselle, du petit mobilier, des livres...

OÙ • 17 Rue de l'Espinet – 09000 Foix

QUAND • **Libre-service alimentaire** – sur rdv
lun. mar. & ven. 13h30 / 16h45 | **Espace solidaire** – mar. & jeu. toute la journée

CONTACT • 05 34 09 37 27
contact@spf09.org

[SECOURSPOPULAIRE.FR/09](https://www.secourspopulaire.fr/09)

MANGER LOCAL

L'Ariège regorge de producteur·rice·s et vous offre de multiples possibilités de manger sain, en circuit court et donc de privilégier le local! N'hésitez pas à vous renseigner sur les AMAP autour de vous ou encore sur les ventes directes des producteur·rice·s.

[TOUSOCCITARIENS.FR](https://www.tousoccitariens.fr)

L'Ariège vous offre aussi de beaux marchés dont celui de Foix : mardi matin (le petit) et vendredi matin (le grand, sous la Halle aux grains et la halle Saint Volusien)... Certain·e·s des producteur·rice·s acceptent même les Pyrènes, la monnaie locale!

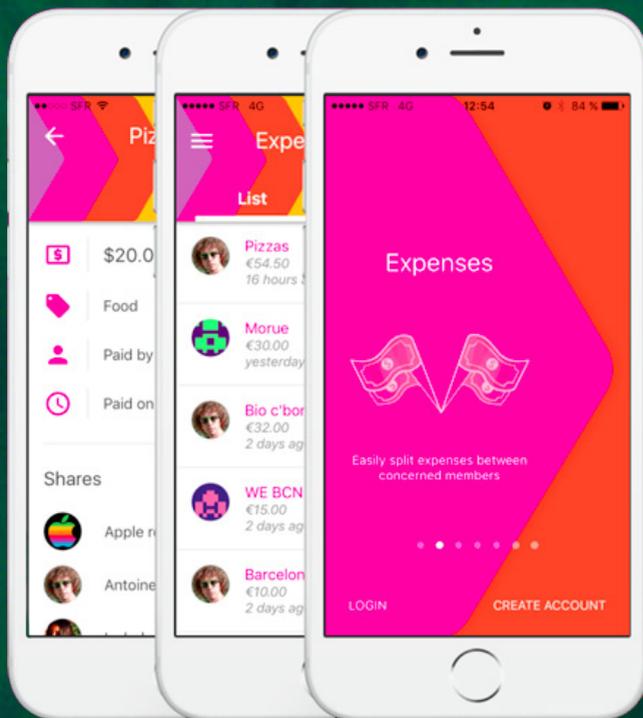
[MONNAIE09.FR](https://www.monnaie09.fr)

BESOIN DE GÉRER VOS DÉPENSES ENTRE COLOCATAIRES ?



TRIBEEZ

UNE APPLICATION SIMPLE POUR VOUS ORGANISER EN GROUPES.



TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION TRIBEEZ





PRENDRE SOIN DE SOI

#santé

#sur le campus

#soins

#caisse assurance

#CPAM

#handicap

#addictions

#sexualité

#dépistage

#contraception



RETOUR AU SOMMAIRE

#santé

#sur le campus

UT2J - SANTÉ & SOCIAL

Votre Université vous apporte son soutien pour toutes vos demandes santé, psychologiques et sociales. Soutien psy, aides à l'installation, alimentaire, transports, aide d'urgence, coup de pouce santé, bourses, mobilité mais aussi aide au BAFA, PSC1, permis de conduire ou achat de moyen de locomotion douce...

De nombreuses solutions existent, renseignez-vous.

[UNIV-TLSE2.FR/ACCUEIL/
VIE-DES-CAMPUS/SANTE-ET-SOCIAL](http://UNIV-TLSE2.FR/ACCUEIL/VIE-DES-CAMPUS/SANTE-ET-SOCIAL)

SERVICE INTERUNIVERSITAIRE DE MÉDECINE PRÉVENTIVE & DE PROMOTION DE LA SANTÉ (SIMPPS)

En toute confidentialité et gratuitement, l'infirmière du SIMPPS reçoit les étudiant·e·s du campus universitaire de Foix pour les écouter, les orienter et les accompagner vers les partenaires locaux·cales et toulousain·e·s en charge de la santé et de l'action sociale.

OÙ • Sur le campus de Foix sur rdv

CONTACT • 05 61 02 19 80

accueil@centre-universitaire-ariège.fr

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

En dehors de cette permanence sur site, le SIMPPS est à l'écoute des étudiant·e·s de l'Université pour toutes les questions de santé, tabacologie, psychologie, nutrition, gynécologie, sexologie, social.

Des téléconsultations avec psychologue, nutritionniste et sexologue sont également possibles.

WELCOMEDSK.UNIV-TOULOUSE.FR

#soins

MAISON DES ADOLESCENTS (MDA)

Lieu ressource à destination des 11-25 ans, la MDA de l'Ariège vous accueille, vous écoute, vous informe et vous oriente en toute confidentialité, sur les questions liées à la santé, physique et psychologique.

OÙ • 2 Bd François Mitterrand – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 9h / 17h30

CONTACT • 05 61 04 78 95

contact@maisondesados09.fr

MAISONDESADOS09.FR

CENTRE HOSPITALIER INTERCOMMUNAL DES VALLÉES D'ARIÈGE (CHIVA)

Centre Hospitalier Intercommunal des Vallées de l'Ariège, à Saint Jean de Verges, Lavelanet et Tarascon sur Ariège.

OÙ • Chemin de Barrau – 09000 Saint-Jean-de-Verges

QUAND • Ouvert 24h/24 7j/7

CONTACT • 05 61 03 30 30

relationspatientele@chi-val-ariège.fr

CHIVA-ARIEGE.FR

#caisse assurance

#CPAM

CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE DE L'ARIÈGE (CPAM)

L'assurance obligatoire, appelée «Sécurité sociale» prend en charge le remboursement à hauteur de 70% des soins en cas de maladie ou de maternité.

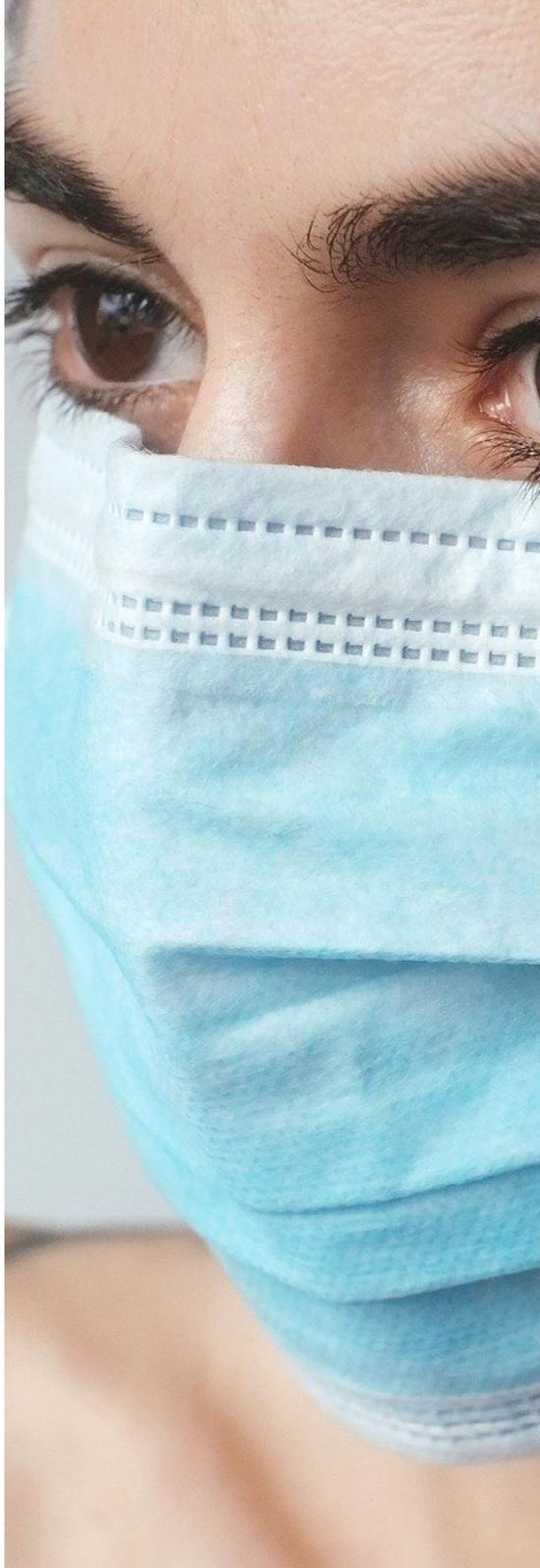
Nouvel·le étudiant·e, vous restez sous votre régime actuel (ex : celui des parents), mais devenez affilié·e autonome. Vous devez créer un compte sur ameli.fr, vérifier que vos coordonnées et votre RIB sont renseignés et corrects et mettre à jour votre carte vitale (dans les bornes CPAM ou en pharmacie). C'est gratuit!

OÙ • 1 Av de Sibian – 09015 Foix

QUAND • Lun. au jeu. 8h30 / 12h & 13h / 17h |
ven. 8h30 / 12h30 & 13h30 / 16h

CONTACT • 36 46

[AMELI.FR/ETUDIANTS](https://ameli.fr/etudiants)



**#handicap**

UT2J - PEH

Votre Université vous accompagne tout au long de vos études avec le Pôle des étudiants en situation de handicap (PEH).

Accueil personnalisé, aides humaines et techniques (tutorat, adaptation des documents, ordinateurs adaptés...), aménagement des études (rythme et examens) et conseils personnalisés pour construire votre parcours et votre insertion professionnelle.

OÙ • UT2J Campus Mirail

QUAND • 8h30 / 12 h & 13h30 / 16h

CONTACT • 05 61 50 45 80
dive-peh@univ-tlse2.fr

[UNIV-TLSE2.FR/ACCUEIL/VIE-DES-CAMPUS/
HANDICAPS/POLE-DES-ETUDIANTS-EN-SITUA-
TION-DE-HANDICAP](https://univ-tlse2.fr/accueil/vie-des-campus/handicaps/pole-des-etudiants-en-situation-de-handicap)

MAISON DÉPARTEMENTALE DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP (MDPSH)

La MDPSH de l'Ariège a pour mission d'accueillir, d'accompagner, d'informer et conseiller les personnes en situation de handicap et leur entourage à l'annonce du handicap et tout au long de son évolution.

OÙ • 5 / 7 Rue Cap de la Ville – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 9h / 12h & 14h / 17h

CONTACT • 05 61 02 08 04 / mdpsh@cg09.fr

#addictions**LA CONSULTATION JEUNES
CONSUMMATEURS (CJC)**

Destinée aux jeunes et aux familles faisant face à une conduite addictive (alcool, cannabis, cocaïne, ecstasy, jeux vidéo, tabac...), la CJC est un lieu d'écoute, d'information et de soutien, où peuvent être discutées sans tabou les expériences de chacun.e.

OÙ • 18 bis Allées de Villote – 09000 Foix

CONTACT • 05 61 05 01 93
secretariat@aipd09.fr

PREVENTION-SOINS-ADDICTIONS-ARIEGE.FR

#sexualité**#dépistage****#contraception****CENTRE GRATUIT D'INFORMATION
DE DÉPISTAGE & DE DIAGNOSTIC
(CEGIDD)**

Le CEGIDD est un service hospitalier de consultation médicale et infirmière, pour informer, dépister et diagnostiquer les infections sexuellement transmissibles, le VIH et les hépatites virales. C'est un lieu d'échange où vous pouvez parler santé sexuelle.

Prélèvements gratuits et anonymes.

OÙ • 10 Rue Saint-Vincent – 09100 Pamiers

QUAND • Rdv : lun. & mar. matin | jeu. 9h / 17h

CONTACT • 05 61 60 90 40 / 06 63 24 86 05
cegidd@chi-val-ariège.fr

CHIVA-ARIEGE.FR

CENTRE DE SANTÉ SEXUELLE

Le centre est là pour répondre à toutes les questions difficiles à poser. Moyens de contraception, sexualité, dépistage des MST, accompagnement de l'IVG, grossesse non désirée, contexte familial... Les professionnel-le-s sont à votre écoute gratuitement et anonymement.

OÙ • Centre Local – 9 Rue du Lieutenant Paul Delpech – 09000 Foix

QUAND • Lun. 16h / 19h & mer. 16h / 18h

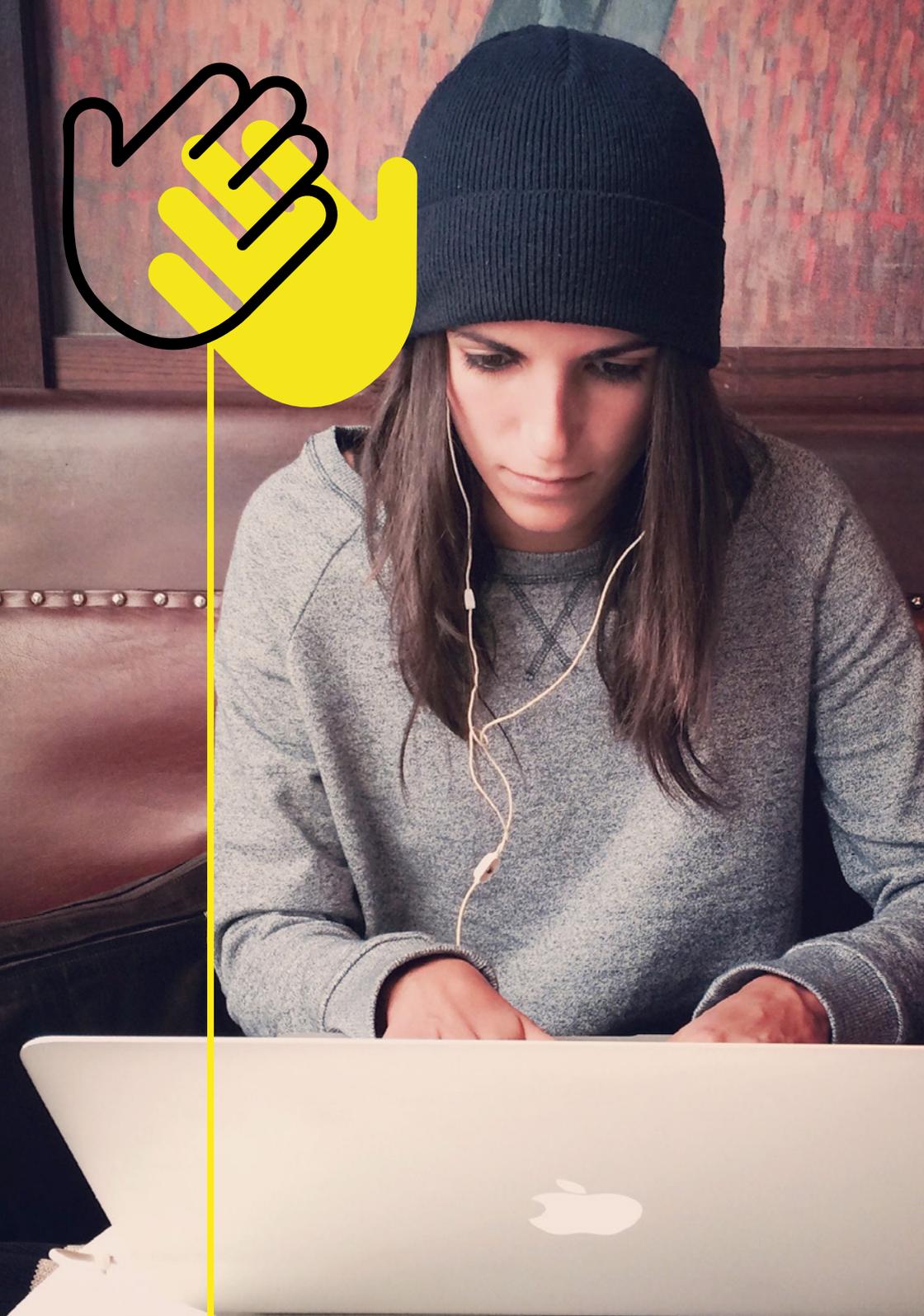
CONTACT • 06 48 26 43 13

PLANNING FAMILIAL

Il milite pour le droit à l'éducation à la sexualité, à la contraception, à l'avortement, à l'égalité femmes / hommes et combat toutes formes de violences et de discriminations. Rdv à la demande et permanence téléphonique 7j/7.

CONTACT • 06 29 26 79 78
planningfamilial09@gmail.com

PLANNING-FAMILIAL.ORG/FR/
LE-PLANNING-FAMILIAL-DE-LARIEGE-09



ÊTRE ACCOMPAGNÉ•E

#écoute

#accompagnement

#aides sociales

#multi-ressources

#droits

#justice

#migrations

#égalité

#LGBTQI+

#aide aux victimes

#accueil d'urgence

#aide à la parentalité



RETOUR AU SOMMAIRE

#écoute

#accompagnement

POINT ACCUEIL ÉCOUTE JEUNES (PAEJ)

Le PAEJ est un lieu gratuit, confidentiel et anonyme. Les personnes de 12 à 25 ans et leur entourage (ami·e·s, famille) peuvent être reçus avec ou sans rdv, sur place ou en ligne, et ce sans formalité administrative. Des professionnel·le·s formé·es et spécialisé·e·s peuvent vous informer, vous écouter, vous soutenir sur les questions liées au bien-être (relations aux autres, vie affective et sexuelle, addictions, orientation, droits, projets).

OÙ • 5 Rue de la Maternité – 09100 Pamiers

QUAND • Lun. au ven. 9h30 / 17h30

CONTACT • 06 31 87 93 61
contact@paej09.org

PAEJ09.ORG

LE CENTRE MÉDICO- PSYCHOLOGIQUE DE FOIX (CMP)

Consultations et suivis spécialisés psychologiques et psychiatriques. Présence infirmière, psychologue, psychiatre.

OÙ • 18 Allées de Villote – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 9h / 17h

CONTACT • 05 81 09 14 20

CH-ARIEGE-COUSERANS.FR

CENTRES LOCAUX

Les professionnel·le·s de l'action sociale des 11 centres locaux de l'Ariège vous informent, vous orientent et peuvent vous proposer un accompagnement social. Ils vous aident dans vos démarches et facilitent l'ouverture de vos droits administratifs et sociaux dans les domaines de l'insertion, de l'enfance, de la famille, du logement, de la santé, de la personne en situation de handicap...

ARIEGE.FR/ETRE-SOLIDAIRE

#aides sociales

#multi-ressources

LE CROUS

BOURSES SUR CRITÈRES SOCIAUX

Destinées aux étudiant·e·s en formation initiale, les bourses sur critères sociaux de l'enseignement supérieur sont versées sur 10 mois et leur montant varie en fonction de l'échelon auquel elles sont attribuées.

Le statut de boursier·e donne droit à l'exonération du paiement des droits universitaires dans les établissements publics et de la CVEC.

AIDES SPÉCIFIQUES

Dans le souci de répondre au mieux aux situations particulières de certains étudiant·e·s, des aides spécifiques peuvent être allouées par les assistant·e·s social·e·s du Crous. Elles peuvent revêtir deux formes : soit une allocation annuelle accordée à l'étudiant·e qui rencontre des difficultés pérennes, soit une aide ponctuelle.

CROUS-TOULOUSE.FR

CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE (CCAS)

Accueil, information, orientation et accompagnement des usagers dans leurs démarches. Le CCAS peut aussi intervenir auprès des étudiant·e·s boursier·e·s fuxéen·ne·s.

OÙ • 45 Cours Gabriel Fauré – 09000 Foix

QUAND • Lun. 8h30 / 12h & 13h30 / 18h | mar. 8h30 / 12h | mer. et ven. 8h30 / 12h & 13h30 / 17h | jeu. 8h30 / 15h

CONTACT • 05 61 05 42 08

[MAIRIE-FOIX.FR](http://Mairie-Foix.fr)

#droits

#justice

#migrations

ASSOCIATION DE SOUTIEN JUDICIAIRE & D'ORIENTATION DE L'ARIÈGE (ASJOA)

Accueil, écoute, information, soutien, orientation des victimes d'infraction pénales (au sens large). L'association dispose aussi d'un service de Médiation Familiale dont le but est la remise en lien des familles.

OÙ • 14 Bd du Sud – 09000 Foix

QUAND • Sur rdv 9h / 12h & 14h / 17h

[MEDIATION-FAMILIALE-ARIEGE.ORG](http://Mediation-Familiale-Ariege.org)

LIGUE DES DROITS DE L'HOMME

Association de défense des droits et des libertés. Elle combat les injustices, le racisme, le sexisme, l'antisémitisme et les discriminations de tous ordres.

CONTACT • 05 61 65 65 98 / 06 70 94 08 48
ldh09@wanadoo.fr
morisse.christian@yahoo.fr

[LDH-MIDI-PYRENEES.ORG/
LES-SECTIONS/ARIEGE](http://LDH-MIDI-PYRENEES.ORG/LES-SECTIONS/ARIEGE)

CENTRE D'INFORMATIONS & DE DÉFENSE DES DROITS DES FEMMES ET DES FAMILLES (CIDFF)

Lieu d'accueil, d'écoute, d'information et d'orientation sur les droits des femmes et des familles. Vous pourrez être renseigné·e sur des informations juridiques, les droits des étrangers, un accueil pour les victimes de violences conjugales et un conseil emploi. L'association dispose également d'un accueil de jour pour les victimes de violences conjugales.

OÙ • 7 Rue des Moulins – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 9h / 12h & 13h30 / 17h

CONTACT • 05 61 02 81 77
cidff.ariège@wanadoo.fr

FNCIDFF.INFO

#égalité

UT2J - CLIPHAS

L'UT2J porte des actions fortes autour de l'égalité, de la lutte contre les discriminations et le harcèlement sexuel.

Parmi ces actions, une cellule de lutte, d'information et de prévention du harcèlement sexuel (CLIPHAS) offre aux étudiant-e-s, personnels, témoins ou victimes de harcèlement une aide anonyme et un accompagnement dans les démarches administratives.

OÙ • UT2J campus Mirail

QUAND • Lun. au ven. 9h / 18h

CONTACT • 07 60 66 29 56
cellule.harcelementsexuel@univ-tlse2.fr

REGARDS DE FEMMES

Cette association regroupe des femmes solidaires et témoigne sur leur vie, sur l'égalité femmes / hommes, sur les violences sexistes...

CONTACT • 06 82 28 07 78
regardsdefemmes09@gmail.com

VOLONTÉ DE FEMME EN ARIÈGE

Accompagnement des victimes de violences sexuelles, sexistes, conjugales. Accueil de jour, accompagnement individuel et groupes de parole.

OÙ • 4 Rue des Carmes – 09100 Pamiers

QUAND • Lun. 8h30 / 16h | mar. & jeu. 8h30 / 17h30 | ven. 8h30 / 17h

CONTACT • 05 61 67 51 72
contact@vfa09.org

VOLONTEDEFEMMES.FREE.FR

#LGBTQI+

ASSOCIATION CONTACT 09

L'association rassemble des personnes LGBTQI+ ainsi que leur entourage.

Ses buts : favoriser une compréhension mutuelle, la santé, l'estime de soi, le dialogue avec la famille, la lutte contre l'homophobie et la transphobie. Ligne d'écoute, entretiens, groupes de parole...

CONTACT • 05 61 55 43 86
associationcontactmp@gmail.com

ASSO-CONTACT.ORG/ASSO/31

#aide aux victimes

#accueil d'urgence

UNITÉ D'ACCUEIL AUX VICTIMES (UAV)

Prise en charge gratuite, globale et pluridisciplinaire de la personne victime de violences conjugales, violences familiales, scolaires, routières, médicales, agressions, violences au travail.

Accueil en toute confidentialité pour un avis médical, une information sur vos droits, un soutien psychologique, une orientation vers une prise en charge adaptée.

OÙ • 10 Rue Saint-Vincent – 09100 Pamiers

QUAND • Lun. au ven. 8h30 / 16h

CONTACT • 05 61 60 90 15

CHIVA-ARIEGE.FR

#aide à la parentalité

PROTECTION MATERNELLE INFANTILE (PMI)

La Protection Maternelle et Infantile (PMI) est formée de sages-femmes, de médecins, d'infirmier·e·s puériculteur·rice·s et de conseiller·e·s conjugales et familiales.

Elle propose des actions gratuites de prévention médicale, sociale et psychologique. De nombreux services sont ainsi offerts aux femmes, aux couples, aux familles, aux femmes enceintes et enfants de moins de 6 ans.

OÙ • 9 rue du Lieutenant Paul Delpech – 09000 Foix

CONTACT • 05 61 05 06 10 / Puériculture – 06 40 31 34 40 / clfoix@cgo9.fr

LIEU ACCUEIL ENFANTS PARENTS DE FOIX (LAEP)

Espaces conviviaux, d'écoute, d'échange, et de parole, tant pour les parents que les enfants de 0 à 4 ans.

OÙ • Léo de Foix, 16 rue Noël Peyrevidal – 09000 Foix

QUAND • Lun. 14h30 / 17h45 & jeu. 9h / 12h (période scolaire et vacances)

CONTACT • 09 74 19 74 97 / laep@agglo-pfv.fr





RÉALISER SES PROJETS

#être guidé•e

#pôle jeunesse

#ajir

#entreprendre

#trouver un financement

#échanger ses idées

#faire entendre sa voix

#s'engager

#service civique

#trouver un job étudiant

#profiter des espaces

#co-worker

#créer

#fab lab



RETOUR AU SOMMAIRE

#être guidé·e

PÔLE JEUNESSE

1 PÔLE JEUNESSE

3 ASSOS

PAAJIP / MDA / INFO JEUNES

PLUSIEURS USAGES

**#SANTÉ #ACCOMPAGNEMENT #PROJETS
#ENGAGEMENT #INFORMATION #CULTURE**

ACCOMPAGNEMENT DE PROJETS

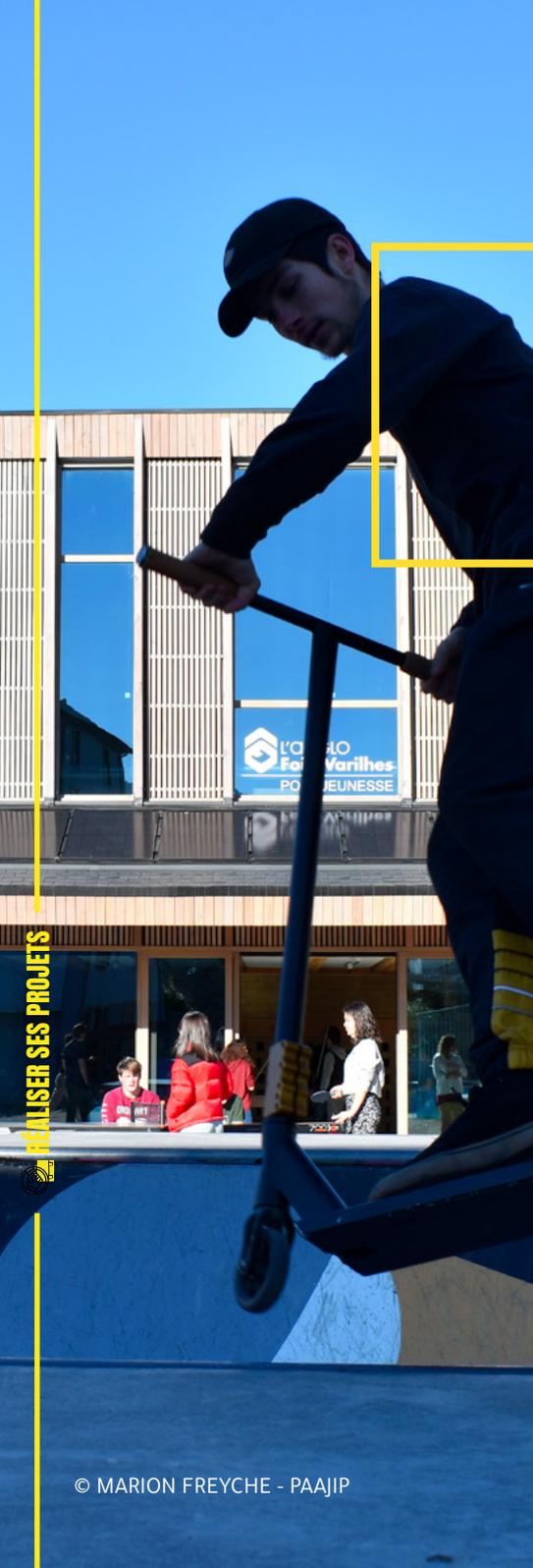
Le Pôle Jeunesse est là pour vous accompagner dans vos projets, et participer à des dispositifs tels que Sac'Ados ou Projet J... Vous pourrez également bénéficier d'un accompagnement personnalisé pour partir à l'étranger (volontariat, stage, Erasmus, PVT).

ACCÈS AUX DROITS

Besoin d'aide pour des démarches administratives? Les professionnel·le·s du Pôle peuvent vous informer sur les formalités à entreprendre et connaître les aides auxquelles vous avez droit.

L'ENGAGEMENT POUR LE TERRITOIRE & AUPRÈS DES AUTRES

Vous avez envie de vous impliquer pour le territoire et son évolution? Vous voulez échanger avec les responsables et les élu·e·s du territoire, ou encore mettre en place vos propres idées? Au Pôle Jeunesse, vous avez la possibilité de participer, imaginer et créer le territoire de demain!



Participez à des actions comme bénévole, à l'aide aux devoirs pour des élèves de primaire ou de collège. Participez aux différents projets de volontariats sur le territoire, ou encore à l'étranger. Communiquez vos envies et besoins, pour qu'on s'y adapte au mieux... BREF, nous sommes à votre écoute!

UN LIEU RESSOURCE PENSÉ POUR VOUS !

**VOUS POUVEZ VENIR
SANS CONDITION,
SEUL·E OU EN GROUPE,
VOUS POSER, TRAVAILLER,
RENCONTRER DU MONDE,
VOUS FAIRE ACCOMPAGNER,
VOUS DIVERTIR,
RÉALISER VOS PROJETS,
UTILISER DU MATÉRIEL...**

INFORMATION

L'équipe Info Jeunes vous accompagne dans vos différentes démarches : recherches de stage, d'emploi, de logement, projets de mobilité internationale, aide à la rédaction de CV, de lettres de motivation... Vous pouvez facilement trouver de l'information, de l'aide, ou être orienté·e vers d'autres services et dispositifs existants.

CULTURE

Vous trouverez également un important espace culture. À votre disposition, une salle de création et de répétition, une salle équipée pour pouvoir enregistrer, et même la possibilité de vous produire dans la salle de spectacle. Les professionnel·le·s de l'association Art'Cade vous conseillent et vous aident dans

vos créations de projets et peuvent vous faire découvrir les métiers du spectacle et de la culture.

SANTÉ

Vous avez besoin de parler ? Vous connaissez des difficultés, ou juste vous ne vous sentez pas très bien en ce moment ?

Au Pôle jeunesse se trouve aussi la Maison des Adolescents. Ouverte aux jeunes de 11 à 25 ans, la MDA est un lieu d'écoute où vous pouvez prendre facilement rdv avec des professionnel·le·s spécialistes des questions liées à la santé des jeunes. Santé physique, psychologique... Les consultations y sont anonymes, confidentielles et gratuites.

OÙ • 2 Bd François Mitterrand – 09000 Foix



MISSION LOCALE ARIÈGE

Accueil, information, orientation et accompagnement des jeunes de 16 à 25 ans autour de la santé, la formation, l'emploi, la mobilité et le logement.

OÙ • 18 Rue de l'Espinet – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 9h / 12h30 & 13h30 / 17h
(fermeture vendredi à 16h30)

CONTACT • 05 34 09 32 09

MLO9.ORG

CRÉE LE RÉSEAU QUI BOOSTE TON PROJET AVEC AJIR

Développer son projet local grâce à un accompagnement adapté et au plus près des besoins des jeunes porteurs de projets, c'est possible avec l'équipe AJIR!

Via des rendez-vous à votre rythme, en communiquant au quotidien via Instagram ou par téléphone, l'équipe est chargée de conseiller et tisser un réseau local de professionnel·le·s et / ou d'élu·e·s pouvant augmenter l'impact de votre projet, dans un rapport bienveillant et à l'écoute! Pas de critères, pas de pression et c'est gratuit!

Toutes thématiques projets acceptées : entrepreneuriat / associatif / culturel / artistique / professionnel / citoyen... Prise de contact : appel, SMS ou message instantané (Instagram). RDV : Foix ou autres secteurs en Ariège.

CONTACTS • **Référente départementale** –

Laura Sonnevile / 07 49 97 61 28
laura.sonneville@territoireseducatifs.org
Instagram : laura_campusprojet09

Accompagnateur – Pierre Escaffit
05 61 02 73 55 / pierre.e.paajip@gmail.com
Instagram : pierreescaffit

#entreprendre

DISPOSITIF PÉPITE ECRIN

Le Pépité ECRIN est un dispositif de l'Université fédérale Toulouse Midi-Pyrénées qui a pour mission de développer votre envie d'entreprendre et votre esprit d'innovation. Un accompagnement vous est proposé à travers deux parcours :

- en vous offrant le statut national d'étudiant·e entrepreneur·se (SNE),
- en vous préparant au diplôme universitaire d'étudiant·e entrepreneur·se (D2E).

Si vous êtes motivé·e par l'envie de construire un projet entrepreneurial, seul·e ou en équipe, le Pépité ECRIN est à votre écoute. Il peut vous proposer des méthodes, des outils et surtout vous mettre en lien avec l'écosystème entrepreneurial de Toulouse et de sa région avec des formules souples et adaptées.

OÙ • Sur le Campus de Foix

CONTACT • Juliane Boistel – 05 61 02 19 99
juliane.boistel@univ-tlse2.fr

PEPITE-ECRIN.INOOK.WEBSITE.FR

CAMPUS DES MÉTIERS

Être étudiant·e, c'est aussi se professionnaliser et construire son projet professionnel.

Futur·e professionnel·le du tourisme pyrénéen, le Campus des Métiers et des Qualifications du Tourisme Pyrénéen vous accompagne dans l'exploration des métiers : rencontre avec des socio-professionnel·le·s, collaboration et travaux terrains, accompagnement à l'entrepreneuriat étudiant, le campus est un facilitateur du rapprochement école-entreprise!

CONTACT • 05 61 02 19 99
cmq.tourisme.pyrenee@gmail.com

CAMPUS-TOURISME-PYRENEES.COM

#trouver un financement

FONDS DE SOLIDARITÉ & DE DÉVELOPPEMENT DES INITIATIVES ÉTUDIANTES (FSDIE)

Le FSDIE sert, entre autres, à soutenir la réalisation de projets étudiants, à caractère associatif ou individuel, sous la forme de subventions attribuées par l'Université.

Les projets étudiants interviennent dans les domaines de la culture, du sport, de l'environnement, de la solidarité et de l'engagement citoyen...

UNIV-TLSE2.FR

PROJET J – FDLA

Le Fonds de Développement pour les Loisirs Actifs (FDLA) est un fonds départemental qui permet aux jeunes d'obtenir 1 000 à 2 000€ pour financer un projet ayant un impact sur la vie locale en Ariège. Des professionnel·le·s peuvent vous accompagner dans le montage du dossier.

CONTACT • 07 49 97 61 28
laura.sonneville@territoireseducatifs.org



MSA PROJET JEUNE

L'«Appel à Projets Jeunes» (APJ) de La Mutualité Sociale Agricole (MSA) finance des projets pour les jeunes, de 13 à 22 ans, vivant en milieu rural. Les projets déposés peuvent traiter de plusieurs domaines comme la culture, prévention santé, environnement, etc.

CONTACT • 06 31 50 59 59
neves-coelho.aurelie@mps.msa.fr

[MSA.FR/LFY/EVENEMENTS/APJ](https://msa.fr/LFY/EVENEMENTS/APJ)

PARTIR À L'ÉTRANGER

UT2J - RELATIONS INTERNATIONALES

L'UT2J permet chaque année à de nombreux·ses étudiant·e·s d'effectuer un séjour à l'étranger. Renseignez-vous!

[UNIV-TLSE2.FR/ACCUEIL/INTERNATIONAL/
PARTIR-A-LETRANGER](https://univ-tlse2.fr/ACCUEIL/INTERNATIONAL/PARTIR-A-LETRANGER)

En complément de l'UT2J, Info Jeunes 09 vous accompagne dans votre projet de mobilité internationale :

- pour une mobilité ERASMUS au sein de votre parcours d'études
- pour du volontariat ou un stage à l'international

Pour des séjours de courte ou longue durée (10 jours à 12 mois), des dispositifs européens financent tous les frais de votre mobilité et vous permettent d'avoir des expériences à l'étranger, d'acquérir des compétences, de découvrir le monde et vous découvrir vous-mêmes!

CONTACT • 05 61 02 86 10
elsa.chicheportiche@crij.org





PARTIR EN VACANCES

PARTIR AVEC LE CROUS

Le Crous propose une offre court séjour en résidences dans toute la France. Seul·e, en couple ou groupe, le temps d'une nuit, d'une semaine ou plus, d'un stage ou d'un voyage.

[CROUS-TOULOUSE.FR/COURTS-SEJOURS](https://crous-toulouse.fr/courts-sejours)

DÉPART 18-25

L'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances vous accompagne dans l'organisation de votre projet vacances avec le programme Départ 18-25 et son aide financière. Accessible aux étudiant·e·s boursier·e·s, services civiques, alternant·e·s, vérifiez votre éligibilité !

[DEPART1825.COM](https://depart1825.com)

SAC-ADOS

La CAF alloue aux 16 / 25 ans après examen de leur dossier, un pack de départ contenant 100€ de chèques vacances, 30€ de chèques restauration, une assurance rapatriement...

Plus d'infos auprès du Pôle Jeunesse.

[PAAJIP.COM](https://paaqip.com)



RÉALISER SES PROJETS

TRAVAILLER AU-DELÀ DES PYRÉNÉES

Les projets Gopy et Trampoline sont des projets transfrontaliers (France, Andorre, Espagne), qui mettent un réseau de partenaires à votre disposition, pour vous informer et vous accompagner dans votre recherche de jobs, stages et volontariats à travers les Pyrénées.

CONTACT • bij09.foix@crij.org

GOPY.EU

RESEAU-TRAMPOLINE.EU

#échanger ses idées

#faire entendre sa voix

ASSEMBLÉE LIBRE DE JEUNES (ALJ)

Moments de rencontres entre jeunes dont vous pouvez vous saisir pour discuter de thématiques qui vous animent (écologie, justice sociale, féminisme, politique...), ou pour vous organiser et mettre en place des actions concrètes.

CONTACT • 07 49 97 61 28

laura.sonneville@territoireseducatifs.org

JOURNAL « LE POUVOIR D'AGIR »

Un journal pour mettre en avant les initiatives des jeunes qui agissent en Ariège, des portraits, des rencontres, des sujets d'actualité...

CONTACT • 06 32 69 81 59
pierre.paajip@gmail.com

#s'engager

SERVICE CIVIQUE

Le Service Civique peut vous permettre de trouver du sens, vous faire du réseau, acquérir des compétences... Il s'adapte désormais à votre statut d'étudiant·e. En accord avec votre structure d'accueil, vous pouvez moduler votre temps de mission selon votre emploi du temps et vos vacances. Le principe est de respecter la durée minimum par semaine en moyenne sur la durée de votre mission (de 6 à 12 mois). L'indemnité complémentaire est élargie à tous les étudiant·e·s boursier·e·s. Ils pourront dorénavant bénéficier aussi de la majoration mensuelle de 108€ complétant l'indemnité mensuelle de 580€.

SERVICE-CIVIQUE.GOUV.FR

#trouver un job étudiant

LE CROUS

Trouver un job étudiant sur le site des Crous.

JOBVIZ.FR

#profiter des espaces

#co-worker

PÔLE JEUNESSE

Des espaces à disposition pour travailler, se faire accompagner, trouver des infos, faire de la musique, se poser, lire, boire un thé/café, seul·e ou en groupe.

OÙ • 2 Bd François Mitterrand – 09000 Foix

#créer

#fab lab

FAB LAB FLAME À FOIX

Ateliers valorisant l'autonomie et la collaboration, mettant à disposition des outils comme des imprimantes et scanners 3D, ateliers bois, graveuses laser, brodeuses numériques...

OÙ • 2 Rue Jean Moulin – 09000 Foix

CM-ARIEGE.FR/LE-FAB-LAB



SORTIR, BOUGER

#asso incontournable : l'CEUF

#rdv étudiants

#améliorer la vie étudiante

#culture

#sport

#sur le campus

#assos sportives

#découvrir l'Ariège

#offres étudiant·e·s



RETOUR AU SOMMAIRE

#asso incontournable : l'ŒUF

ORGANISATION DES ÉTUDIANT·E·S DE L'UNIVERSITÉ DE FOIX (ŒUF)

**L'ASSOCIATION
INCONTOURNABLE
DE VOTRE VIE
D'ÉTUDIANT·E!**

Le but des étudiant·e·s bénévoles est de rendre votre parcours à la fac le plus agréable possible en animant la vie étudiante et en vous accompagnant dans votre découverte de l'Ariège.

Ce sont les étudiant·e·s qui font l'asso, alors si vous avez des projets, des envies, des suggestions, ou simplement un peu de temps à offrir, n'hésitez pas à les contacter ou à venir les rencontrer.

SUR LE CAMPUS DE FOIX – BÂTIMENT 4

OEUF09@GMAIL.COM

FB @OEUF09

INSTA @OEUF09

#rdv étudiants

RDV DE L'ŒUF AU CENTRE UNIVERSITAIRE

LA SEMAINE DE L'ÉTUDIANT·E

Pilotée par l'Université fédérale Toulouse Midi-Pyrénées et organisée par l'ADUA et l'Œuf, elle marque le début de l'année universitaire.





Du 30/09 au 13/10, elle vous permettra de vous rencontrer, de découvrir le département et la ville de Foix et bien sûr de faire la fête!

SEMAINE-ETUDIANT.UNIV-TOULOUSE.FR

EXPO, CONFÉRENCES, SPECTACLES, SORTIES, MOMENTS FESTIFS...

Tout au long de l'année, des rdv sont organisés pour faire vivre votre campus.

CAMPUS VERT

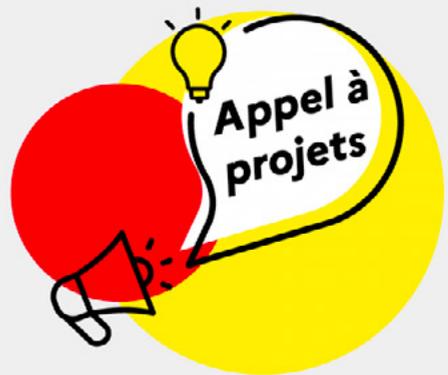
Développement durable, jardin partagé, rucher, tri sélectif, environnement, l'Œuf s'engage!

#améliorer la vie étudiante

Vous avez des idées pour améliorer la vie étudiante et le campus?

Répondez aux appels à projets Cvec et déposez un dossier pour financer vos idées!

CROUS-TOULOUSE.FR/CULTURE/AIDES-AUX-PROJETS/CVEC



#culture

CROUS & CULTURE

Le Crous a aussi pour vocation de faciliter l'accès des étudiant·e·s à la culture et de susciter l'esprit d'initiative et de création.

PROGRAMME D'ACTIVITÉS

Accédez à un programme d'activités gratuites et animées par des professionnels.

[CROUS-TOULOUSE.FR/ACTUALITE/YUMMY](https://crous-toulouse.fr/actualite/yummy)

[CROUS-TOULOUSE.FR/CULTURE/
ATELIERS-CAMPUS](https://crous-toulouse.fr/culture/ateliers-campus)

PROGRAMMATION CULTURELLE

Vous divertir avec une programmation culturelle variée : concerts, représentations de théâtre ou de danse, soirées cinéma, festivals, expositions... vous offriront de quoi vous régaler!

[CROUS-TOULOUSE.FR/CULTURE/
PROG-CULTURE/](https://crous-toulouse.fr/culture/prog-culture/)



CULTURE-ACTIONS

Culture-Actions est un dispositif de soutien aux projets et aux initiatives étudiantes par le réseau des Crous.

CROUS-TOULOUSE.FR/CULTUREACTIONS



CRÉATION ARTISTIQUE

Pour favoriser la création artistique et s'ouvrir à l'international, les Crous organisent chaque année des concours nationaux autour d'un thème commun dans des domaines aussi divers que l'écriture de nouvelle, la bande dessinée, la photo et le film court.

CROUS-TOULOUSE.FR/CREATIONETUDIANTE

SPECTACLE VIVANT

Trois autres concours relèvent du spectacle vivant et vous permettront d'exprimer votre fibre artistique : le tremplin musical «Pulsations», le concours de danse «Danse avec ton Crous» et le concours national de théâtre.

CROUS-TOULOUSE.FR/CONCOURSARTISTIQUES

LE PASS CULTURE

Par le biais de l'application, les jeunes de 18 ans disposent de 300€ pendant 24 mois pour découvrir et réserver propositions culturelles de proximité et offres numériques.

PASS.CULTURE.FR

CARTE RÉDUC'09

Cette carte, mise en place par le Conseil Départemental, vous permet de bénéficier de réductions (-50%) sur une sélection d'événements culturels (concerts, théâtre, danse, cirque, arts de rue...). Retrouvez l'agenda des événements sur le site d'Info Jeunes!

OÙ • Info Jeunes 09 – 2 Bd François Mitterrand – 09000 Foix

QUAND • Mar. au ven. 10h / 12h & de 13h / 17h

CONTACT • 05 61 02 86 10 / bij09.foix@crij.org

INFOJEUNES09.FR/LA-CARTE-REDUC09

LÉO DE FOIX

Lieu d'accueil convivial où chacun-e trouvera sa place. L'association a pour vocation de favoriser l'accès à la culture et au bien-être personnel et de créer des liens entre les générations! En plus de son restaurant et de sa résidence étudiante, le Léo propose des activités comme des ateliers musiques, langues, activités bien-être...

OÙ • 16 Rue Noël Peyrevidal – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 8h / 20h

CONTACT • 05 61 65 09 04
contact@leodefoix.com

LEODEFOIX.FR



L'ESTIVE

À la fois théâtre et cinéma, l'Estive accueille des œuvres d'auteur·e·s contemporain·e·s issu·e·s du cirque, danse, théâtre, musique, marionnettes... Les spectacles ont lieu à Foix et sur le territoire.

OFFRE ÉTUDIANT·E

SPECTACLES : 10€
SÉANCES DE CINÉMA : 4€



OÙ • 20 Av Général de Gaulle – 09000 Foix

QUAND • Lun. au ven. 13h30 / 18h30 & en continu les soirs de spectacles

CONTACT • 05 61 05 05 55
accueil@lestive.com

LESTIVE.COM

ART'CADE

Labellisée Scène de Musiques Actuelles de l'Ariège, Art'CADE propose des concerts sur tout le territoire, des actions culturelles pour tous les publics, et de l'éducation artistique pour les plus jeunes. Elle accompagne aussi les musicien·ne·s qui souhaitent se professionnaliser.

OFFRE ÉTUDIANT·E

TARIF RÉDUIT
SUR TOUS LES CONCERTS



CONTACT • 05 61 04 69 27
info@art-cade.com

ART-CADE.FR

FAUT QU'ÇA POUSSE! (FQCP)

Association œuvrant dans le champ des cultures populaires. Impliquée depuis 2011 dans de nombreux événements ariégeois, FQCP fait partie des structures à l'origine de la création du festival fuxéen de cultures urbaines «Block Party». De par son réseau artistique et professionnel, l'association a permis à de nombreux·ses artistes et organisateur·rice·s de se connecter.

CONTACT • 06 76 27 29 04
fautqucapousse09@gmail.com

FACEBOOK.COM/FAUTQUCAPOUSSE

PATCHWORK CAFÉ COOPÉRATIF

Un lieu d'échanges où l'on vient passer un moment, se détendre, lire, jouer, échanger! On peut trouver des infos et petites annonces locales, participer aux ateliers proposés par les adhérent·e·s, découvrir un spectacle. Le café offre la possibilité de prendre une boisson (sans alcool), un en-cas (en majorité bio, local, végétarien) et un dessert à des tarifs tout doux.

OÙ • 10 Place Violet – 09000 Foix

QUAND • Mer. au ven. 10h / 15h

CONTACT • contact@patchwork-cafe.fr

FACEBOOK.COM/PATCHWORKFOIX

RÉSEAU DES MÉDIATHÈQUES & LUDOTHÈQUES DE L'AGGLO

Les médiathèques de l'Agglo Foix-Varilhes fonctionnent en réseau, l'inscription y est gratuite pour tous·tes. Accédez au catalogue, réservez, empruntez (12 documents pour 4 semaines) et bénéficiez des ressources numériques (presse, musique, auto-formation, vidéos...).

MEDIATHEQUESPAYSFQIXVARILHES.FR

RADIO TRANSPARENCE

Radio locale associative ouverte sur le monde, 93.7 et 107 à Foix! Retrouvez plusieurs émissions aux thèmes variés et demandez pour passer une annonce, animer une chronique, chanter, rapper, créer votre émission ou parler d'un sujet qui vous interpelle!

OÙ • 20 Av du Général de Gaulle – 09000 Foix

CONTACT • 05 61 65 50 00

RADIO-TRANSPARENCE.ORG

#sport

#sur le campus

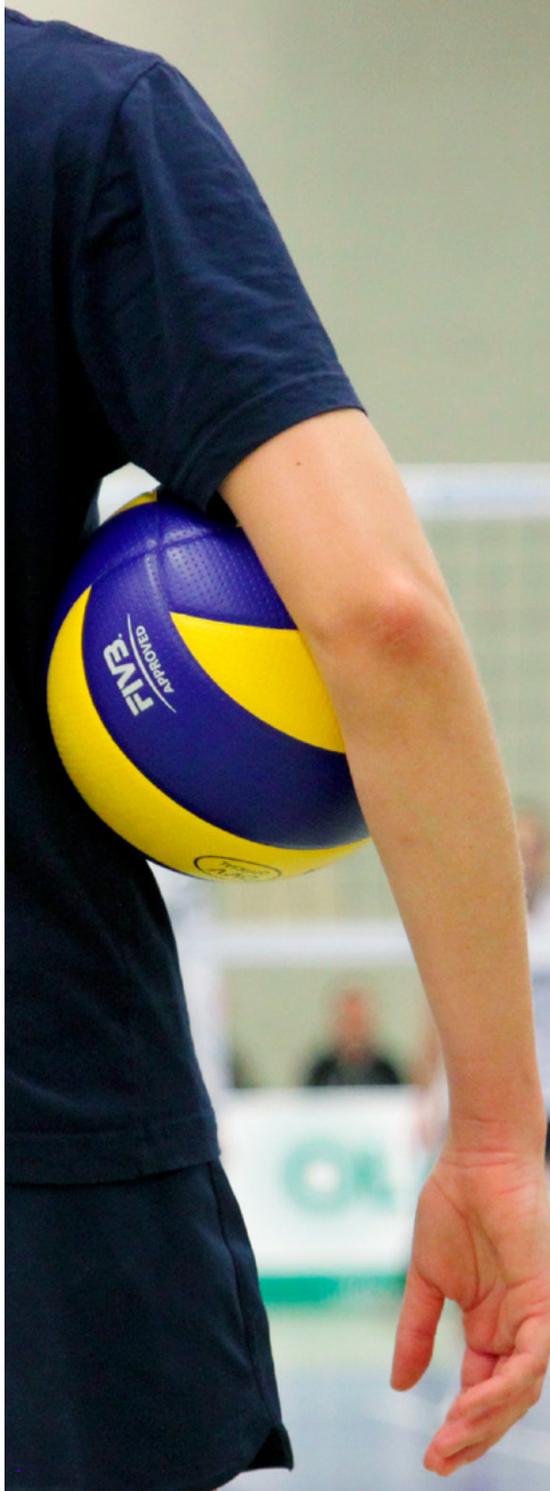
SPORT AU CENTRE UNIVERSITAIRE

Tous les soirs : badminton, basket-ball, volley-ball, gymnastique, boxe, yoga...

Plus d'infos auprès de l'Œuf ou à l'accueil général du Campus, Bâtiment 5.

CONTACT • oeuf09@gmail.com

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR



#assos sportives

SPORT À FOIX & SON AGGLOMÉRATION

L'Ariège, Foix et son agglomération sont riches d'équipements sportifs et d'associations. Chaque année de nombreux événements nationaux et mondiaux s'y déroulent et la ville a même obtenu le label «Terres de Jeux 2024» en vue de la préparation des Jeux Olympiques.

Vous y trouverez donc de nombreux clubs, aux activités diverses et variées qui se réjouiront de vous compter dans leurs rangs. Parmi les sports que vous pourrez pratiquer : arts martiaux, athlétisme, badminton, basket-ball, course, cyclisme, danse, yoga, qi gong, escalade, escrime, football, golf, gymnastique, handisport, marche nordique, pétanque, ping-pong, rugby, randonnées, ski, spéléologie, sports d'eau vive, sports aériens, tennis, triathlon, volley-ball...

Mairie-Foix.fr

CENTRE AQUATIQUE DE FOIX

L'espace aquatique de Foix est composé d'un bassin sportif intérieur, spa, sauna et hammam. Cours de natation, aquagym, aquabike, aquaphobie...

CONTACT • 05 61 02 00 05

Agglo-Foix-Varilhes.fr

VOIE VERTE FOIX / SAINT-GIRONS

La voie verte qui relie Foix à Saint-Girons vous permet de flâner, pédaler ou randonner sur un parcours de 42 kilomètres.

#découvrir l'Ariège

AGENCE DE DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE (ADT) & OFFICE DE TOURISME (OT) DE FOIX

L'ADT de l'Ariège et l'OT de Foix regorgent d'idées de sorties, de découverte de lieux magiques ou d'activité sportives. Vous y trouverez tous les rdv festifs et les animations dans leur rubrique «Agenda».

AriegePyrenees.com

Foix-Tourisme.com

LA BOUGEOTTE MAGAZINE

Magazine mensuel gratuit (papier, numérique, appli). Retrouvez tous les événements organisés chaque mois en Ariège et communiquez gratuitement sur vos événements.

La-Bougeotte.com

#offres étudiant·e·s

Info Jeunes, l'Agglo Foix-Varilhes et les commerçants de Foix se mobilisent pour vous permettre de bénéficier de réductions sur simple présentation de votre carte étudiante!



**RETROUVEZ
LES COMMERCES
PARTICIPANTS
À L'OPÉRATION
GRÂCE À CETTE
VIGNETTE!**





AVIGNAC

shop

PLACE AU BOURG

Cognac





SE DÉPLACER

#agglabus

#train

#SNCF

#plan de Foix



RETOUR AU SOMMAIRE

#agglobus



L'AGGLO BUS

L'agglomération Foix-Varilhès propose à ses habitants et ses visiteurs « L'agglomération bus », un nouveau réseau de transport en commun et à la demande (TAD).

LIGNE 1

PARVIS – VARILHES – VERNOLLE

LIGNE 2

GARE DE FOIX – CENTRE-VILLE – UNIVERSITÉ

LIGNE 3

ST-PIERRE DE RIVIÈRE – FOIX – FERRIÈRES

LIGNE 4

FOIX CAPITANY – ST-PAUL DE JARRAT CHARMILLE

LAGGLOBUS.FR

TRAIN + BUS

La ligne 2 qui dessert le centre universitaire est en correspondance avec les trains en provenance et à destination de Toulouse le matin, le midi et en fin de journée.

TARIFS

Le ticket unitaire est à 1€ et l'abonnement mensuel à 15€.

NOUVEAU L'agglomération bus est gratuit pour les moins de 26 ans après une 1^{ère} inscription de 10€ et pour les bénéficiaires de la carte solidarité Ariège. Rdv à l'office de tourisme pour une 1^{ère} inscription.



zenbus

Où est mon bus ?

Grâce à Zenbus, suivez votre bus en temps-réel !

Téléchargez l'app sur



Plus d'informations sur
contact@zenbus.fr
zenbus.fr



zenbus

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION ZENBUS

#bus

BUS À 1€

Lignes de bus régulières dans tout le département à petits prix.

MESTRAJETS.LIO.LAREGION.FR

#train

#SNCF

TER SNCF

La gare de Foix dispose de 3 liaisons courantes, vous trouverez la ligne en direction de Toulouse Matabiau, direction Latour-de-Carol-Enveitg ainsi qu'Ax-les-Thermes.

OÙ • Rue Pierre Semard – 09000 Foix

TER.SNCF.COM

**AYEZ LE
RÉFLEXE
COVOITURAGE !**

 BlaBlaCar



TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION BLABLACAR

**ET SI ON FAISAIT
DU POUCE ?**



**REZO
POUCE**

L'AUTOSTOP AU QUOTIDIEN

TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION REZO POUCE



🔍 **AGRANDIR LE PLAN**

A LA DÉCOUVERTE
DE FOIX
 DESCUBRA LA CIUDAD
 DE FOIX // DISCOVER FOIX

CENTRE UNIVERSITAIRE

PÔLE JEUNESSE

LÉGENDE (MENU // KEY)

-  Office de Tourisme
Tourist Office
-  Point de vue
View of the Castle
View of the Castle
-  Randonnée
Hiking
-  Grands Sites
Midi-Pyrénées
Great tourist sites in Midi-Pyrénées
-  Hôtel
Hotel
-  Camping
Camping sites
-  Gîte d'étape
Albergores
-  Parking
Parking, public
Free Car park
-  Parking payant
Appropriation
Parking
-  Parking camping-car
Autocaravanes parking
Motorhome park
-  Toilettes publiques
Public toilet
-  Circuit Foix médiéval
Visit of the medieval town of Foix
Visit about medieval town of Foix
-  Circuit de l'eau
Visit about the water
Visit about the water

UT2J CAMPUS DE FOIX

4 RUE RAUL LAFAGETTE – 09000 FOIX

05 61 02 19 80

FB @09CENTREUNIV

CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

ACCUEIL@CENTRE-UNIVERSITAIRE-ARIEGE.FR

ACTION FINANCÉE DANS LE CADRE DE L'APPEL À PROJETS « VIE ÉTUDIANTE ET DE CAMPUS DANS LES VILLES UNIVERSITAIRES D'ÉQUILIBRE »



UN PROJET PORTÉ PAR



AVEC LA PARTICIPATION DE

