



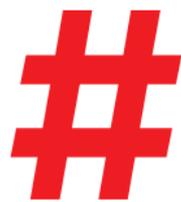
Étudiants Lyonnais !



Le **Crous** vous
accompagne au
quotidien !



La vadrouille artistique, Mars 2020
@Antonin Mutin



infos
évènements
actualités
animations
jeuxconcours
infosDD
santé
cookingtime

**Ne manquez plus
nos bons plans !**

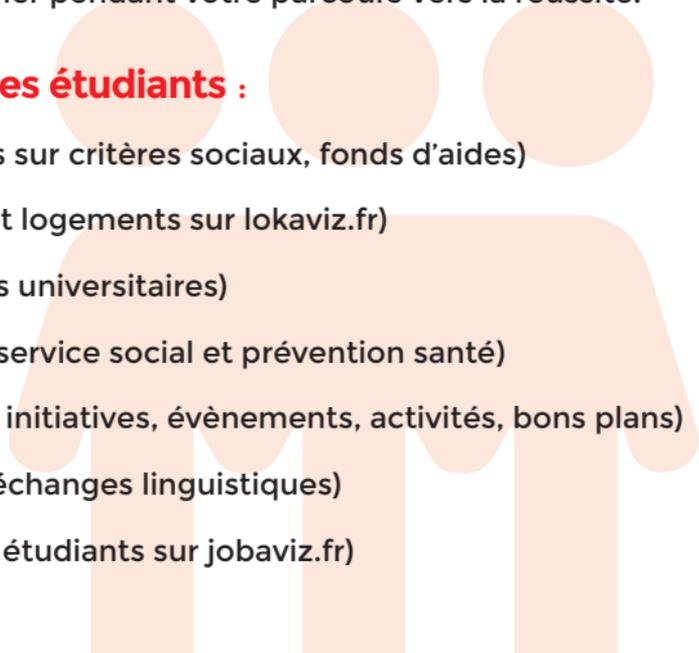


@CrousLyon

Le Crous c'est quoi et ça sert à qui ?

Les Crous sont des établissements publics - 26 en France - qui ont pour mission d'améliorer vos conditions de vie et d'études au quotidien, de favoriser votre épanouissement et de vous accompagner pendant votre parcours vers la réussite.

Nos services sont ouverts à tous les étudiants :

- **L'accompagnement financier** (bourses sur critères sociaux, fonds d'aides)
 - **Logement** (résidences universitaires et logements sur lokaviz.fr)
 - **Restauration** (restaurants et cafétérias universitaires)
 - **Action sociale et santé** (assistants de service social et prévention santé)
 - **Vie de campus** (concours, soutien aux initiatives, événements, activités, bons plans)
 - **International** (accueil, hébergement, échanges linguistiques)
 - **Emploi** (offres d'emploi réservées aux étudiants sur jobaviz.fr)
- 

L'accompagnement financier et social

Les bourses

Le Crous assure la gestion des aides financières accordées aux étudiants, pour le compte du ministère de l'Enseignement supérieur, de la Recherche et de l'Innovation, du ministère de la Culture et du ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation. **Les demandes se font chaque année entre le 15 janvier et le 15 mai.**

+ d'infos www.crous-lyon.fr > **Bourses**

L'accompagnement social

Quelles que soient votre situation et votre problématique, sur rendez-vous un assistant de service social est disponible et à votre écoute sur votre campus ou dans les bureaux du Crous de Lyon (59 rue de la Madeleine, 69007 Lyon).

Prendre rendez-vous directement en ligne : c'est pratique, simple et rapide !
+ d'infos www.crous-lyon.fr > **Action sociale / santé** > **Prendre rendez-vous avec un assistant social** > **Prendre un rendez-vous à Lyon**



Les logements à prix réduits

Toute l'année des logements sont disponibles : pour un semestre d'études, un stage d'un mois ou une année de formation

Nos types de logement

Pour se loger facilement, à proximité de votre campus et à petit prix, le Crous propose différents logements meublés et exonérés de la taxe d'habitation :

- **La chambre avec cuisine et sanitaires communs** à partir de 150 €* par mois
- **La chambre avec sanitaires individuels** à partir de 271 €* par mois
- **Le T1** à partir de 365 €* par mois
- **La colocation** à partir de 258 €* par mois et par personne

* Loyer mensuel toutes charges comprises (eau, chauffage, internet et électricité) hors ALS : Allocation de Logement Sociale et APL : Aide Personnalisée au logement .

Une vraie vie de campus et des animations rien que pour vous !

Coaching sportif, challenges cuisine, idées recettes, ateliers DIY, #infoDD, bons plans, ateliers jardinage, concours d'écriture... Les animateurs et animatrices proposent de nombreuses activités dans chacune des résidences du Crous de Lyon.

+ d'infos www.crous-lyon.fr > **Vie de campus** > **Vivre en résidence**



Crous logement
Lyon

3 nuits
1 mois
12 mois

Renseignez-vous,
des places sont disponibles
tout au long de l'année !

by Crous

Les restaurants et cafétérias

Afin de garantir la sécurité sanitaire de tous, un aménagement des espaces et une signalétique adaptée sont mis en place afin de vous accompagner dans le respect des gestes barrières.

Une cuisine équilibrée pour tous

En restaurant et en cafétéria, une formule étudiante à partir de 3,30 €*

En **resto'**, le menu à 6 points se compose parmi un choix d'entrées, plats, fromages et desserts. Découvrez chaque jour **une offre végétarienne, équilibrée et respectueuse** des apports énergétiques et alimentaires nécessaires, en alternative à la viande ou au sandwich. En **cafet' sur place ou à emporter**, selon vos envies et votre budget vous composez votre repas : viandes, poissons, féculents, légumes, salades, yaourts, compotes, fruits...

Izly by crous : le paiement sans contact sur votre campus

Avec votre carte d'étudiant multiservices ou avec l'application Izly sur smartphone

Votre compte Izly est automatiquement créé lors de votre inscription sur Mes Services.etudiant.gouv.fr (lors du paiement de la CVEC). Vous recevez un mail d'activation sur l'adresse mail saisie lors de l'inscription. Pour pouvoir profiter de ces services, activez sans attendre votre compte et téléchargez l'application Izly sur votre smartphone.

BON À SAVOIR : avec votre compte Izly activé, vous êtes identifié comme étudiant et vous bénéficiez du tarif social. Pour des raisons de sécurité, d'hygiène et pour fluidifier le temps d'attente en caisse, les espèces ne sont plus acceptées.

+ d'infos www.crous-lyon.fr > **Restauration**



Crous Resto'
Lyon

**Manger sain
à prix abordable,
c'est possible avec le Crous !**

Des produits sains et de qualité

Les équipes vous proposent tous les jours de déguster des produits bio, des fruits et légumes en circuit court, des viandes certifiées Bleu-Blanc-Coeur ou d'origine France, des poissons issus de pêche durable, du pain éco-citoyen, du café bio équitable et des plats végétariens

En cafétéria, des plats chauds individuels

La pause de midi

Vous avez la possibilité de manger **votre plat sur place ou de l'emporter.**

Le bon plan du soir

Pas le temps de cuisiner après votre sport ou vos révisions à la BU ? Vous êtes fatigué de votre journée de cours ? **Nos chefs cuisinent pour toi !** Vous pouvez acheter votre repas du soir à partir de 3,15 € au choix dans les cafets' du Crous (selon les horaires de chaque structure) : un plat cuisiné par nos chefs, sans conservateur, sans excès de sel et sans additif. En rentrant chez vous, vous n'aurez plus qu'à le réchauffer.

#crousresponsable



Moins de déchets, moins de dépenses, plus écoresponsables

Quand vous apportez votre mug dans l'une des cafets', vous économisez 0,20 € sur le prix des boissons chaudes. Pas de mug ? Achetez votre écocup en fibre de bambou dans l'une des cafets' du Crous de Lyon.

Mug (contenance 350 ml ou 120 ml) : 2,50 € et 1,50 €*

Crous Resto'
Lyon


sans conservateur


sans excès de sel


cuisiné par nos soins


sans additif

**Pas le temps de cuisiner ? Pas d'idées ?
Des plats tout prêts au choix en cafet':
Faites le plein pour la semaine !**

à partir de
3,15 €
plat cuisiné au choix

POUR VOTRE SANTÉ, MANGEZ AU MOINS CINQ FRUITS ET LÉGUMES PAR JOUR. WWW.MANGERBOUGER.FR

Vie de campus : concours et soutien de projets

Les concours artistiques proposés par les Crous

Nouvelle | Bande dessinée | Photo | Film court | Musique | Danse-Théâtre

Chaque année, un nouveau thème est voté. La participation est gratuite et ouverte à tous. **Dès la rentrée, n'hésitez plus et révélez-vous !**

Le dispositif Culture-ActionS

Ce dispositif financier soutient vos projets innovants organisés dans vos établissements. Une action culturelle, une initiative solidaire, un talent artistique, un projet de culture scientifique ? Projet personnel ou associatif, présentez votre dossier à l'une des 4 commissions de l'année.

+ d'infos www.crous-lyon.fr > Vie de campus > Aide aux projets étudiants : culture-actions

L'appel à projets CVEC

En association ou en groupe d'étudiants, vous avez un projet social, culturel, sportif, citoyen, de santé ou de développement durable qui a pour objectif d'améliorer la vie étudiante ou le développement de la vie de campus ? Alors proposez-le à l'une des commissions organisées tout au long de l'année !

+ d'infos www.crous-lyon.fr > Vie de campus > CVEC





Exprimez votre talent !

— *
CRÉATION
ÉTUDIANTE
concours

**BANDE
DESSINÉE**

PHOTO

NOUVELLE

Concours sur le thème
2050

FILM COURT

**GAGNEZ JUSQU'À 2000 €
ET DE NOMBREUSES RÉCOMPENSES !**

inscription avant mars 2021

+ d'infos : www.crous-lyon.fr > Vie de campus > Les concours artistiques

Fil' Free : des RDV pour toute l'année

Bons plans, échanges et idées accessibles toute l'année, en live et sur les réseaux, pour se sentir bien dans sa vie étudiante

#crousresponsable

Le Crous de Lyon propose toute l'année des événements pour prendre soin de la planète au quotidien : soirées projection débat, atelier DIY, tri des déchets...

+ d'infos www.crous-lyon.fr > **Le Crous** > **Nos engagements développement durable**

Les invit' #Metime : le Crous prend soin de toi

Besoin de faire une pause et de prendre du temps pour vous ? Des séances de boot camp et des cours de yoga accompagnés d'ateliers diététiques en fin de séance sont proposés tout au long de l'année. C'est ouvert à tous les étudiants et c'est gratuit.

Cuisine avec nos chefs : les tutos qui vont te faire aimer cuisiner

Simple, rapide et à moins de 3 € ! Tous les mois, les chefs et cuisiniers du Crous de Lyon vous proposent 4 recettes à réaliser dans votre cuisine. Des recettes variées (plats végétariens, légumineuses, poissons...) et pour les plus gourmands, une vidéo bonus par mois : un dessert !

>>> **Abonnez-vous à la playlist #cookingtime sur la chaîne YouTube du Crous**

Les ateliers « alimentation & santé »

Toute l'année dans les restos' et cafets' du Crous de Lyon, retrouvez de nombreux ateliers animés par des diététiciens. Bien s'alimenter dès la rentrée, bien manger grâce à des produits de qualité.... Conseils, dégustations et recettes à la clé !

+ d'infos www.universite-lyon.fr > **Vie des campus** > **Santé des étudiants**



Les invit' #Metime

Le Crous prend soin de toi

BOOT CAMP ▲ **YOGA** ▲ **DIET' & SPORT**

GRATUIT ▲ **SUR INSCRIPTION** ▲ **OUVERT À TOUS**

Groupe Facebook : Les invit' #Metime indoor



Crous
Lyon

Des interlocuteurs à votre écoute
du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00

Crous de Lyon

59 rue de la Madeleine

69007 Lyon

Tél. 04 72 80 17 70

Retrouvez toutes nos infos et actus en ligne



@Crous de Lyon
Création - Conception - Mise en page
Service Communication 2020



www.crous-lyon.fr