

# TOUTE L'INFO SUR L'ANNÉE DE CESURE

Un projet ? Des envies ?  
Fais une pause dans tes études !

Qu'est-ce que c'est ?  
Comment s'y prendre ?  
Que faire pendant cette année ?  
Les conseils et astuces

# L'ANNÉE DE CESURE, C'EST QUOI ?

Une année durant laquelle tu fais une pause dans tes études afin de te consacrer à un projet : volontariat, bénévolat, autre formation, travail ...

- Durée de 1 ou 2 semestres.
- Il faut que tu aies un projet bien réfléchi, ta demande ne sera pas acceptée si tu n'as pas de projet précis.
- Tu dois signer une convention avec ton établissement.
- Tu as un accompagnement pédagogique tout au long de ton année par l'établissement.





- Ton retour dans la formation est assuré après ton année de césure, ta place est en quelque sorte “réservée”.
- Tu te dois de respecter tes droits et tes devoirs qui sont inscrits dans ta convention signée avec ton établissement.
- Tu conserves ton statut étudiant et tous les avantages qui vont avec (réductions, restaurant universitaire...)
- Tu peux dans certains cas conserver ta bourse sur critères sociaux du CROUS.
- Mais tu dois tout de même payer tes frais de scolarité et ta contribution de vie étudiante et de campus (CVEC).

# COMMENT FAIT-ON ?

## Après le Bac :



- Tu t'inscris sur la plateforme Parcoursup.
- Tu formules tes vœux de formations souhaités.
- Tu fais ta demande de césure directement sur la plateforme dans ton dossier candidat, entre le 17 janvier et le 14 mars 2024.
- Si tu reçois une proposition d'admission, tu dois t'inscrire dans la formation (attention aux délais).
- L'école est informée de ta demande de césure après t'avoir accepté, et tu dois lui fournir ta lettre de motivation ou dossier (ça dépend de ce qu'ils te demandent) pour qu'elle étudie ton dossier.
- Ensuite, ta demande de césure est acceptée ou non. Si elle est refusée, tu dois intégrer la formation ou faire une année sabbatique (déscolarisé).



## **Pendant tes études (licence ou master) :**

- Tu fais la demande directement à ton établissement.
- Tu dois fournir une lettre de motivation pour que l'établissement étudie ton dossier.
- Il a ensuite 2 mois pour répondre à ta demande d'année de césure.
- Pour faire une année de césure entre la licence et le master, il faut faire la demande sur le site mon master. Une case est à cocher "année de césure".
- Si vous souhaitez la faire pendant votre licence ou master, il faut en faire la demande à l'établissement (attention aux délais !), se renseigner auprès de votre service orientation.



# # L'ANNÉE SABBATIQUE

C'est une année durant laquelle tu arrêtes tes études, ton travail, ton activité dans le but de réaliser un projet ou non.

Dans le cadre d'une sortie du système scolaire :

- Tu n'as plus le statut d'étudiant.
- Tu ne perçois plus les bourses.
- Tu n'as aucune obligation de réaliser un projet précis, mais c'est possible et conseillé !
- Ton retour dans la formation n'est pas assuré, il te faudra donc repostuler dans la formation.  
(Parcoursup ou Monmaster)



# QUE FAIRE PENDANT CETTE ANNÉE DE PAUSE ?

- Créer une entreprise, association
- Faire un/des stages
- Travailler
- Réaliser une autre formation



## En France ou à l'étranger :

- Service Civique : volontariat de 6 à 12 mois dans différentes thématiques (mission d'intérêt général) dans une asso, un établissement de la fonction publique, une structure... (610€ par mois).
- Chantier Jeunes Bénévoles : s'investir bénévolement pendant 1 à 3 semaines dans une réalisation concrète.





## A l'étranger :

- Corps Européen de Solidarité (CES) : volontariat européen de 18 à 30 ans dans une structure d'accueil (tout les frais sont pris en charge par l'UE).
- Au Pair : garde d'enfant(s) dans une famille en Europe ou à l'international (nourri, logé et blanchi) (cf : agences Pipelette, Apitu...)
- Wwoofing : travail dans une ferme bio à l'étranger ou en France (nourri et logé) (Workaway, Helpx, Helpstay..)
- Volontariat de Solidarité Internationale (VSI) : volontariat humanitaire de 12 mois minimum à l'international.
- Volontariat International en Entreprise/Administration (VIE/VIA) : volontariat dans une entreprise ou administration reconnue par l'État.





# LES CONSEILS

## Avant l'année de césure :



- Réfléchir mûrement à son projet, avoir un projet construit.
- Rencontrer des professionnels (scolaire, structures Information Jeunesse, CIO...)
- Bien écrire sa lettre de motivation, montrer ses objectifs, montrer le potentiel lien entre le projet et la formation.



## Pendant l'année de césure :

- Garde le contact avec les étudiants/professeurs de ton école (démarche administrative, date...)
- Anticipe ton retour (pièce justificative, date inscription).
- Rentre en France quelques temps avant ta rentrée (si départ à l'étranger).
- Valorise ton expérience (CV, LM, blog, chaine Youtube...)

# TOUTE L'INFO SUR L'ANNÉE DE CESURE

---

Réalisé par Info Jeunes Lorient

## **Info Jeunes Lorient**

Esplanade du Moustoir,  
rue Sarah Bernhardt, 56100 Lorient

02 97 84 84 57

[infos@bij-lorient.org](mailto:infos@bij-lorient.org)

[@infojeuneslorient](#)



### Ressources :

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

[ijbox.fr](http://ijbox.fr)

[étudiant.gouv.fr](http://étudiant.gouv.fr)

[parcoursup.fr](http://parcoursup.fr)

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

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

[france-volontaires.org](http://france-volontaires.org)