

LE GUIDE DES BONS PLANS ÉTUDIANTS

**Vivre mieux,
dépenser moins**

Emmanuelle Ndong

Studyrama
Réussir son avenir

SOMMAIRE

INTRODUCTION	5
PARTIE 1. ÉTUDIER SANS SE RUINER	7
1. Réduire les coûts liés aux études	9
2. Accéder à des ressources académiques gratuites	16
3. Matériel informatique et fournitures à petit prix	20
4. Partir en mobilité académique : programmes d'échange	26
5. Aides pour les stages et projets professionnels	33
PARTIE 2. SE LOGER	39
1. Choisir son type de logement	41
2. Trouver un logement selon son budget	49
3. Financer son logement	54
PARTIE 3. SE DÉPLACER FACILEMENT ET ÉCONOMIQUEMENT	63
1. Transports en commun	65
2. Utiliser les mobilités douces	71
3. Aller en cours en voiture	75
PARTIE 4. AVOIR UN JOB ÉTUDIANT	81
1. Travailler à côté de ses études : les solutions	83
2. Travailler pour se former : le choix de l'alternance	93
3. Gérer son budget étudiant	98
PARTIE 5. RÉDUIRE SES DÉPENSES DE LA VIE QUOTIDIENNE SANS SE PRIVER	107
1. Faire ses courses à petit prix	109
2. Manger à l'extérieur en restant raisonnable	118

PARTIE 6. MAINTENIR SA SANTÉ ET SON HYGIÈNE	123
1. Accéder aux soins médicaux à petit prix	126
2. Prendre soin de sa santé mentale	134
3. Gestion de la santé sexuelle et reproductive	140
4. Mieux vaut prévenir que guérir pour économiser	144
5. Sport et activité physique à petit budget	147
 PARTIE 7. LOISIRS, MODE ET BIEN-ÊTRE : PROFITER SANS SE RUINER	 151
1. Se faire plaisir sans dépasser son budget	154
2. Mode et style à petit prix	159
3. Maintenir une routine beauté, hygiène et soins sans se ruiner	166
4. Loisirs, sorties et culture à prix doux	173
5. Culture et évasion numérique low cost	180
6. Activités cocooning et bien-être	185
7. Partir en vacances : l'évasion à portée de main	190
 CONCLUSION	 199
 SOURCES ET RÉFÉRENCES	 201

INTRODUCTION

Chaque année, plus de 650 000 bacheliers font leurs premiers pas dans l'enseignement supérieur. Au total, ce sont près de 3 millions d'étudiants qui rejoignent chaque année les bancs de leur établissement avec enthousiasme... et parfois avec un compte en banque qui tremble. Le coût de la vie étudiante ne cesse d'augmenter : en 2025, le budget moyen d'un étudiant hors domicile familial s'élevait à environ 1 226 euros par mois¹.

Pendant mes propres études, j'avais une vie étudiante tout à fait normale, faite de sorties et de projets. Pourtant, avec le recul, je réalise que je n'ai pas saisi certaines opportunités, simplement parce que j'ignorais leur existence. Qu'il s'agisse de dispositifs pour faciliter une mobilité, de coups de pouce pour l'équipement ou d'accès à des services spécifiques, cette forme d'autocensure naît souvent d'un simple manque d'information. Ce sentiment de découvrir trop tard des dispositifs qui auraient pu vous faciliter le quotidien, c'est précisément ce que ce guide souhaite éviter.

L'objectif n'est pas de proposer un manuel administratif de plus, mais d'offrir un outil concret pour identifier tous les leviers dont vous pourriez avoir besoin. Comment financer son premier ordinateur ? Comment consulter un médecin sans avancer de frais ? Comment faire des économies sur la facture d'électricité ? Où et comment acheter des vêtements de bonne qualité et qui vous plaisent ? Mais aussi, comment profiter de la vie sociale, du sport ou de la culture en optimisant son budget ?

Vous allez découvrir des aides financières souvent méconnues, des bons plans concrets pour se loger, se nourrir, se déplacer, s'équiper... des stratégies étudiantes testées sur le terrain.

Parce que oui : réussir ses études, c'est aussi réussir à gérer son budget sans sacrifier sa santé, son bien-être ou ses ambitions.

Alors, préparons ensemble votre année : moins stressante, mieux organisée, et surtout moins chère.

1. Selon les rapports annuels de la FAGE et de l'UNEF (syndicats étudiants).

1

**ÉTUDIER SANS
SE RUINER**

1. Réduire les coûts liés aux études

Étudier coûte de l'argent, même dans l'enseignement public, et ce constat surprend souvent au moment de l'inscription. On s'attend à ne pas dépenser grand-chose, et pourtant, entre les contributions obligatoires, les droits d'inscription, le matériel pédagogique imposé et certains frais supplémentaires, la rentrée universitaire peut rapidement devenir un choc budgétaire. Ce n'est pas tant le montant de chaque dépense qui pose problème, mais leur accumulation, souvent concentrée sur quelques semaines.

Pourtant, tous ces coûts ne sont ni arbitraires ni incompressibles. Certains sont strictement encadrés par l'État, d'autres ouvrent droit à des exonérations précises et d'autres encore peuvent être anticipés ou réduits lorsque leur fonctionnement est compris. L'enjeu n'est donc pas de nier leur existence, mais de savoir exactement à quoi l'on est tenu, ce qui est réellement obligatoire et dans quels cas on peut être dispensé de payer.

Avant d'explorer les aides, les ressources gratuites ou les astuces matérielles, il est indispensable de poser ce socle. Comprendre les frais obligatoires, c'est reprendre la main dès le départ sur son budget étudiant, et éviter de payer par défaut sans connaître ses droits.

Frais obligatoires

Lorsqu'on parle du coût des études, la première erreur consiste souvent à ne regarder que les droits d'inscription, or ceux-ci ne représentent qu'une partie de la réalité. Dès l'entrée dans l'enseignement supérieur, certains frais sont imposés par le cadre national, tandis que d'autres découlent directement du contenu pédagogique des formations ou du fonctionnement de l'établissement.

Le premier paiement exigé lors de l'inscription est la **contribution de vie étudiante et de campus (CVEC)** dont le montant s'élève à 105 euros pour l'année 2026-2027. Elle est collectée par le CROUS et conditionne l'inscription administrative dans la grande majorité des

établissements. Cette contribution finance notamment l'accès à la santé universitaire, aux activités sportives et culturelles, ainsi qu'aux dispositifs d'accompagnement social sur les campus.

Toutefois, la CVEC n'est pas due par tous les étudiants. Les boursiers sur critères sociaux, les apprentis ainsi que certaines catégories d'étudiants spécifiques, comme les réfugiés ou les bénéficiaires de la protection subsidiaire, en sont exonérés. Cette exonération n'est jamais automatique, c'est pourquoi il est impératif de générer une attestation d'exonération sur le portail dédié, sans quoi l'inscription peut être bloquée. Il s'agit d'une petite formalité administrative à ne pas négliger.

Viennent ensuite les **droits d'inscription nationaux**, fixés par l'État pour l'enseignement public. Pour l'année universitaire 2026-2027, ils s'élèvent à 178 euros en licence, 255 euros en master, 398 euros en doctorat et 630 euros pour un diplôme d'ingénieur dans une école publique. Là encore, les étudiants boursiers en sont exonérés, et certains établissements disposent de dispositifs d'exonération partielle ou totale après examen social mais là encore, il faut en faire la demande.

Pendant, même une fois ces montants payés, ou exonérés, une autre catégorie de dépenses apparaît, plus discrète mais souvent plus lourde : celle du **matériel pédagogique obligatoire**. Ces frais varient fortement selon les filières, et c'est souvent là que les écarts de coût entre formations se creusent réellement.

En études de droit, par exemple, l'achat de codes juridiques à jour constitue un passage obligé dès la première année. Le Code civil est indispensable pour les travaux dirigés et, dans de nombreux cas, autorisé lors des examens. En édition universitaire courante, son prix se situe entre 20 euros et 49 euros. À mesure que l'on avance dans le cursus et que l'on se spécialise, d'autres codes deviennent nécessaires, que ce soit le Code pénal, le Code du travail, le Code de commerce, les codes de procédure, dont le coût oscille généralement entre 35 euros et 109 euros chacun. Pour un étudiant en droit, le budget annuel consacré aux codes peut ainsi atteindre 80 à 150 euros, avec la contrainte supplémentaire de disposer des éditions récentes, car un code obsolète est inutilisable en cours comme en examen.

Dans les filières de santé, les dépenses prennent une autre forme, mais ont sensiblement le même impact. En maïeutique, la professionnalisation rapide implique l'achat de matériel médical personnel. Blouse et tenue de stage représentent 30 à 60 euros, un stéthoscope fiable 25 à 60 euros, un tensiomètre manuel 30 à 70 euros, auxquels s'ajoutent divers petits instruments pour 20 à 40 euros. Les ouvrages de référence en obstétrique ou en gynécologie, souvent vivement recommandés, coûtent quant à eux entre 50 euros et 90 euros par volume. Dès les premières années, l'entrée en études de sage-femme peut ainsi représenter un budget de 150 à 300 euros, hors frais d'inscription.

Comprendre cette mécanique permet d'éviter les mauvaises surprises, mais surtout de mieux identifier les dispositifs d'aide existants, car nombre de ces dépenses pédagogiques peuvent être partiellement compensées.

■ Aides financières liées aux études

Face aux frais obligatoires et au coût réel du matériel pédagogique, il faut toutefois rappeler que ces dépenses ne reposent pas uniquement sur les frêles épaules des étudiants. Des aides existent, parfois bien connues, parfois beaucoup plus confidentielles, mais avec un but commun : éviter qu'un obstacle financier ne devienne un obstacle académique.

L'aide la plus courante reste la **bourse sur critères sociaux**, attribuée par le CROUS. Versée sur dix mois, voire douze mois dans certains cas, elle constitue avant tout un revenu de soutien, mais elle joue aussi un rôle déterminant dans la prise en charge indirecte des frais liés aux études.

Être boursier permet non seulement de percevoir une aide mensuelle, mais ouvre également droit à des exonérations majeures, notamment sur les droits d'inscription universitaires et la CVEC. Autrement dit, la bourse ne finance pas uniquement le quotidien, elle neutralise aussi une partie des coûts de scolarité.

Échelon	Montant annuel 2026-2027 – Métropole	Montant mensuel 2026-2027 – Métropole	Montant annuel 2026-2027 – DROM	Montant mensuel 2026-2027 – DROM
Échelon 0 ^{bis}	1 454 €	145 €	1 754 €	175 €
Échelon 1	2 163 €	216 €	2 463 €	246 €
Échelon 2	3 071 €	307 €	3 371 €	337 €
Échelon 3	3 828 €	383 €	4 128 €	413 €
Échelon 4	4 587 €	459 €	4 887 €	489 €
Échelon 5	5 212 €	521 €	5 512 €	551 €
Échelon 6	5 506 €	551 €	5 806 €	581 €
Échelon 7	6 335 €	634 €	6 635 €	664 €

Depuis la rentrée universitaire de septembre 2025, les étudiants boursiers sur critères sociaux inscrits dans les départements et régions d'outre-mer et collectivités d'outre-mer (Guadeloupe, Martinique, Guyane, La Réunion, Mayotte) bénéficient d'une majoration de leur bourse, d'un montant annuel de 300 euros.

Cette mesure a été officialisée par les ministères de l'Économie et de l'Enseignement supérieur et s'applique à tous les échelons de bourse sans distinction.

À cette bourse s'ajoute, pour certains profils, l'**aide au mérite**, destinée aux étudiants boursiers ayant obtenu une mention très bien au baccalauréat et poursuivant leurs études dans l'enseignement supérieur.

Son montant, stable ces dernières années, s'élève à 900 euros par an, versés en complément de la bourse principale. Cette aide ne couvre pas à elle seule des dépenses lourdes tout au long de l'année, mais peut financer l'achat d'un ordinateur, d'un ouvrage de référence coûteux ou de matériel médical dans le cas des études MMOPK².

Pour alléger un peu le coût d'achat du matériel numérique, certaines universités ont développé des **dispositifs de prêt ou de location de matériel pédagogique**. Ordinateurs portables, tablettes, calculatrices scientifiques, voire matériel spécifique à certaines formations peuvent

2. Études des filières médecine, maïeutique, odontologie, pharmacie, kinésithérapie.

être mis à disposition temporairement. Ces solutions ne remplacent pas toujours un équipement personnel à long terme, mais elles jouent un rôle crucial dans les moments de transition, notamment en début d'année ou lors d'un changement de cycle.

Un point mérite d'être souligné avec insistance : aucune de ces aides n'est automatique. Leur efficacité repose sur un enchaînement précis de démarches, de justificatifs et de délais. Trop souvent, des étudiants renoncent par méconnaissance ou par découragement administratif alors même que leur situation correspond aux critères. Les services sociaux universitaires, les CROUS locaux et parfois les responsables pédagogiques sont des relais essentiels pour identifier les dispositifs mobilisables et orienter vers les bons interlocuteurs.

Si la majorité des aides étudiantes passe par le CROUS, certaines formations disposent de financements spécifiques. C'est notamment le cas des études en Institut de formation en soins infirmiers (IFSI).

Les étudiants concernés peuvent bénéficier d'une **bourse dite sanitaire et sociale**, gérée directement par les régions. Les conditions d'attribution, les montants et les calendriers varient donc selon le territoire. Dans la grande majorité des cas, la demande ne se fait pas via le CROUS, mais sur la plateforme du conseil régional du lieu de formation, à l'exception de certaines régions, comme la Normandie et le Centre-Val de Loire où le dossier passe par le DSE.

Comme pour les bourses sur critères sociaux, l'aide est attribuée en fonction des ressources et reste conditionnée à l'assiduité. Encore relativement peu connue, elle constitue pourtant un soutien essentiel pour les étudiants en soins infirmiers, à condition d'anticiper les démarches et de respecter les calendriers propres à chaque région.

Pour finir, il ne s'agit pas d'une aide à proprement parler mais d'une solution possible : le **prêt étudiant garanti par l'État** peut dépanner lorsqu'un achat important s'impose ou que l'étudiant doit payer les frais de scolarité dans un établissement privé. Concrètement, ce prêt permet d'emprunter pendant deux ans minimum sans caution parentale ni condition de ressources, puisque l'État se porte garant d'une grande partie du montant (jusqu'à 20 000 euros). Ce dispositif, proposé par les banques Crédit Mutuel, CIC, BFC, Banque Postale et

Société Générale, offre aussi la possibilité de commencer à rembourser jusqu'à 10 ans après la souscription, ce qui évite de déséquilibrer son budget sur le moment.

Cela reste toutefois un crédit, avec des intérêts à rembourser. L'idée n'est donc pas d'y recourir systématiquement, mais plutôt de le considérer comme une solution ponctuelle, lorsqu'aucune alternative n'est disponible ou suffisante. Utilisé de manière réfléchie, ce crédit peut éviter de se retrouver bloqué dans ses études.

Activées à temps, ces aides financières permettent de transformer une dépense subie en un investissement maîtrisé. Et c'est précisément cette logique d'anticiper, d'activer, d'ajuster, qui permet d'étudier sans se ruiner, même dans des filières considérées comme prestigieuses.

Les aides pour les étudiants en grande difficulté

Les étudiants les plus en difficulté, qui souvent ne bénéficient d'aucun soutien familial, ont besoin d'aides spécifiques. Ces aides sont gérées par le CROUS dans le cadre d'un dispositif national distinct de la bourse sur critères sociaux.

La principale aide mobilisable en cas d'urgence est l'**aide spécifique ponctuelle**. Elle permet de faire face à une difficulté financière soudaine, par exemple l'achat d'un matériel indispensable, des frais pédagogiques imprévus ou une situation personnelle fragilisante. Cette aide est attribuée après une évaluation sociale réalisée par un travailleur social du CROUS, puis examinée en commission. Son montant est fixé au cas par cas, mais peut atteindre plusieurs centaines à plusieurs milliers d'euros selon la situation. Dans les cas les plus urgents, un versement rapide peut être mis en place.

À côté de cette aide ponctuelle, il existe également une **allocation spécifique annuelle**, destinée aux étudiants qui rencontrent des difficultés financières durables et ne peuvent pas bénéficier de la bourse sur critères sociaux. Cette aide est versée sur l'ensemble de l'année universitaire, selon un montant proche de celui d'une bourse classique, et peut être cumulée avec certaines aides, notamment liées à la mobilité.

Ces dispositifs sont accessibles aux étudiants inscrits dans l'enseignement supérieur, généralement âgés de moins de 35 ans, sauf exceptions, notamment en cas de handicap. Leur attribution repose sur l'analyse globale de la situation financière, familiale et académique de l'étudiant.

Dans ce contexte, le service social du CROUS est un interlocuteur de choix et joue un rôle d'accompagnement global. En cas de difficulté, il est donc essentiel de prendre contact rapidement, car ces aides, bien que méconnues, sont régulièrement mobilisées pour sécuriser des parcours d'étudiants plus vulnérables.

En dehors du cadre strictement universitaire, d'autres dispositifs peuvent compléter ce soutien, en particulier pour les jeunes en difficulté d'insertion. C'est le cas du **fonds d'aide aux jeunes ou FAJ**, géré par les conseils départementaux. Ce dispositif s'adresse aux 18-25 ans qui ont peu de ressources et sont accompagnés par une structure sociale, le plus souvent une mission locale.

Le FAJ permet d'obtenir une aide financière ponctuelle pour répondre à un besoin précis, notamment lié au logement, à la mobilité ou à l'insertion professionnelle. L'achat d'un équipement informatique peut être financé dans ce cadre lorsqu'il est nécessaire à un projet de formation ou d'emploi. Le montant n'est pas fixé au niveau national, mais dans de nombreux départements, il peut atteindre jusqu'à environ 1 000 euros par an, selon les règles locales.

Contrairement aux aides du CROUS, la demande de FAJ ne se fait pas directement par l'étudiant mais par un référent social, qui constitue le dossier et le présente à une commission départementale. Ce fonctionnement explique en partie pourquoi cette aide reste encore ignorée, alors qu'il s'agit d'un soutien financier réel pour faire face à des situations difficiles.

Ces différents dispositifs sont complémentaires. Là où le CROUS intervient prioritairement sur les difficultés liées aux études, le FAJ s'inscrit dans une logique plus large d'insertion sociale et professionnelle.

2. Accéder à des ressources académiques gratuites

Au fil de l'année, l'accès aux manuels, ouvrages spécialisés, articles scientifiques représente un budget à part entière. Ce ne sont pas forcément des montants très élevés pris séparément, mais leur répétition sur plusieurs semestres finit par peser.

Un manuel recommandé, un autre jugé « indispensable », quelques articles à consulter pour un devoir..., ces achats s'ajoutent progressivement, au gré des demandes des professeurs, or ils sont nécessaires pour suivre correctement les cours et préparer les examens.

Dans les faits, une grande partie de ces ressources est déjà accessible via les **bibliothèques universitaires**, les **plateformes en ligne**, le **tutorat entre étudiants**. Les établissements mettent à disposition de nombreux outils, souvent sous-utilisés, qui permettent de travailler dans de bonnes conditions.

Livres et bibliothèques

La bibliothèque universitaire est trop souvent réduite dans l'imaginaire collectif à une simple salle de travail silencieuse, alors qu'elle est un des outils les plus puissants et les plus rentables de l'enseignement supérieur. L'inscription y est généralement automatique dans le cadre du cursus, et elle ouvre l'accès à un éventail qui dépasse largement les seuls rayonnages de livres papier.

Dans un premier temps, ces établissements mettent à disposition les ouvrages de référence recommandés par les professeurs. Qu'il s'agisse de droit, de lettres, de santé ou de sciences fondamentales, les manuels les plus coûteux y sont fréquemment disponibles en plusieurs exemplaires dans les éditions les plus récentes. Bien que la forte demande en période d'examens ou les délais de prêt puissent imposer une certaine organisation, ce recours systématique permet d'éviter l'achat immédiat ou, au moins, de différer une dépense conséquente.

Par ailleurs, le rôle de la bibliothèque universitaire ne s'arrête pas à la logique du prêt physique. Au-delà du simple prêt de livres, ces établissements font office de guides pour s'orienter dans la masse d'informations disponibles. Beaucoup proposent un **accompagnement pour apprendre à se familiariser avec les catalogues en ligne**, les archives numériques ou les outils de mise en forme des bibliographies. Si ces méthodes sont rarement enseignées dans les cours magistraux, elles sont pourtant le meilleur moyen de gagner un temps précieux et de rendre des devoirs plus rigoureux. Surtout, cette maîtrise technique permet d'utiliser des versions numériques déjà payées par l'établissement.

En définitive, avant de procéder à l'acquisition d'un manuel, d'un code ou d'un recueil d'articles, un réflexe de gestion élémentaire devrait s'imposer : la vérification systématique des ressources disponibles via les catalogues et les plateformes partenaires de la bibliothèque. Dans la majorité des cas, cette simple habitude permet d'économiser plusieurs dizaines d'euros chaque semestre, sans jamais transiger sur la rigueur ou l'ambition des études entreprises.

Ressources pédagogiques en ligne

À mesure que l'on avance dans l'enseignement supérieur, le **numérique** devient un outil central du travail académique. Rédaction de mémoires, analyses de données, présentations, modélisation, création graphique ou travail collaboratif : autant de tâches qui reposent sur des logiciels professionnels dont le coût, en temps normal, serait largement hors de portée d'un budget étudiant. Pourtant, là encore, une grande partie de ces outils est déjà accessible gratuitement ou à tarif fortement réduit, à condition d'en connaître l'existence et les modalités d'accès.

Surtout, les bibliothèques universitaires donnent accès à des ressources numériques professionnelles dont le coût réel est largement invisible pour les étudiants. Via leur portail en ligne, accessible à distance avec les identifiants universitaires, il est possible de consulter des milliers d'ouvrages, d'articles et de revues scientifiques sans frais supplémentaires.

Parmi les plateformes majeures accessibles dans de nombreuses universités françaises, on trouve notamment **Cairn.info**, incontournable en sciences humaines et sociales, qui regroupe des revues académiques, des ouvrages collectifs et des essais de référence. De même, **OpenEdition** propose un vaste ensemble de livres et de revues en libre accès, particulièrement utilisés en lettres, histoire, sociologie ou sciences politiques. Ces contenus sont strictement identiques à leurs versions imprimées ou commerciales, mais mis à disposition dans un cadre institutionnel.

À ces plateformes s'ajoutent des ressources patrimoniales et scientifiques en accès libre, souvent méconnues des étudiants. **Gallica**, la bibliothèque numérique de la Bibliothèque nationale de France, permet par exemple d'accéder gratuitement à des centaines de milliers d'ouvrages, d'essais, de dictionnaires et de textes juridiques ou littéraires, notamment pour les disciplines historiques, juridiques ou littéraires. Pour les sciences et la recherche académique, **Persée** offre un accès libre à de nombreuses revues scientifiques françaises, particulièrement utiles pour les travaux de recherche, les mémoires et les dissertations universitaires.

L'intérêt de ces ressources ne réside pas uniquement dans leur gratuité, mais aussi dans leur légitimité académique. Les ouvrages et articles accessibles via ces plateformes sont reconnus par les enseignants, citables dans les travaux universitaires et conformes aux exigences méthodologiques de l'enseignement supérieur. Contrairement à des sources trouvées au hasard sur internet, elles offrent un cadre fiable, stable et institutionnel.

Tutorats et soutien scolaire gratuits

Face aux premières difficultés académiques, le réflexe immédiat consiste souvent à envisager des cours particuliers onéreux. Pourtant, dans l'enseignement supérieur, une part importante du soutien pédagogique est déjà structurée et accessible sans frais. L'enjeu n'est pas de financer sa réussite, mais d'identifier les relais d'aide existants.

Le **tutorat universitaire** figure parmi les dispositifs les plus efficaces. Organisé par les établissements ou les associations étudiantes, il s'adresse prioritairement aux étudiants de licence, tout en restant

ouvert à tous selon les besoins. Concrètement, ces séances de révision ou de préparation aux examens sont animées par des étudiants plus avancés dans le cursus. Dans de nombreuses filières, notamment en santé ou en droit, ces tutorats sont parfaitement alignés sur les attentes des enseignants et les réalités des partiels.

Au-delà de la transmission de connaissances, l'intérêt de ce système réside dans la proximité. Les tuteurs ont récemment traversé les mêmes épreuves : ils en connaissent les pièges, les notions pivots et les méthodes de travail réellement payantes. Cette approche par les pairs rend souvent les explications plus digestes qu'un cours magistral et permet de progresser sans solliciter de solutions privées.

Dans cet esprit, les **programmes de mentorat** se multiplient au sein des campus. Le principe repose sur un accompagnement personnalisé : un étudiant expérimenté guide un autre étudiant, que ce soit pour un soutien méthodologique ponctuel ou un suivi régulier tout au long du semestre. Ces programmes, portés par les universités ou les bureaux des étudiants (BDE), offrent un cadre de travail rassurant et structuré.

Il ne faut pas non plus négliger les **formes d'entraide plus informelles**, dont l'efficacité est éprouvée au quotidien. Groupes de révision spontanés, serveurs Discord de promotion, partage de fiches ou sessions d'explications collectives constituent le tissu de la solidarité étudiante. Ces dynamiques permettent non seulement de lever des blocages pédagogiques, mais aussi de rompre l'isolement qui accompagne parfois les périodes de doute.

En définitive, avant d'engager des dépenses dans du soutien scolaire privé, un tour d'horizon des ressources disponibles au sein de l'établissement s'impose. Dans la grande majorité des cas, les solutions existantes, qu'elles soient institutionnelles ou collaboratives, suffisent largement à garantir une progression solide, sans peser sur le budget personnel.

3. Matériel informatique et fournitures à petit prix

Il est devenu presque impossible d'envisager un parcours universitaire sans un équipement adapté. Que ce soient les ordinateurs, les logiciels, les supports d'écriture ou les frais d'impression, tout ce qui entoure le travail académique représente un investissement conséquent, souvent sous-estimé lors de la rentrée. Contrairement aux frais d'inscription, ces dépenses ne sont ni fixes ni encadrées ; elles peuvent rapidement fluctuer selon les choix de consommation et les besoins de chaque filière.

C'est précisément sur ce poste de dépense que les marges de manœuvre sont les plus importantes parce qu'il n'est pas obligatoire d'acquérir du matériel neuf au prix fort. Il existe des **dispositifs de prêt**, on peut avoir recours au **reconditionné**, l'usage de **logiciels gratuits** ou inclus dans les services de l'établissement est possible, et les alternatives économiques pour les fournitures classiques sont nombreuses.

L'idée n'est donc pas tant de se priver que de hiérarchiser les choix en distinguant l'indispensable de l'accessoire, en différant certains achats non urgents et, surtout, en profitant des ressources déjà accessibles gratuitement ou à tarif préférentiel. À l'échelle d'un budget étudiant, ces ajustements peuvent sembler ponctuels mais cumulés sur l'ensemble d'une année universitaire, ils représentent pourtant une économie très concrète.

■ Matériel informatique accessible

Pour un étudiant, posséder un ordinateur portable ne relève plus du confort mais c'est devenu un outil indispensable pour accéder aux cours, consulter les ressources pédagogiques ou rendre ses devoirs. Pourtant, cette réalité représente une dépense lourde, souvent concentrée au moment de la rentrée, ce qui peut fragiliser le budget.

Heureusement, posséder immédiatement un ordinateur neuf n'est ni la seule option, ni forcément la plus pertinente. Avant de s'engager dans un achat coûteux, il est utile d'explorer les aides publiques et les solutions de proximité qui existent déjà au sein du monde universitaire.

Conscients de cette barrière numérique, de nombreux établissements ainsi que le CROUS ont mis en place des systèmes de prêt de matériel. Concrètement, il est souvent possible d'emprunter un ordinateur portable pour une durée allant de quelques semaines à une année complète. Ces dispositifs s'appuient généralement sur des critères sociaux ou sur les besoins spécifiques de certaines filières. Pour en bénéficier, il suffit de se rapprocher des services sociaux de son université ou de consulter son espace numérique étudiant.

Lorsque l'achat devient inévitable, le marché du reconditionné s'impose comme une alternative particulièrement adaptée. Contrairement à une vente d'occasion classique entre particuliers, le matériel **reconditionné est testé, nettoyé et couvert par une garantie légale, ce qui limite les risques techniques**. Des plateformes spécialisées comme Back Market, CertiDeal ou Recommerce, ou des revendeurs reconnus comme Fnac/Darty et Boulanger, proposent des ordinateurs parfaitement capables de gérer les tâches universitaires quotidiennes pour un prix souvent inférieur de 30 à 50 % par rapport au neuf. Vérifiez toutefois l'état de l'ordinateur (parfait, très bon, correct) ainsi que l'année de sortie et privilégiez un **modèle sorti dans les trois à quatre dernières** années car les modèles plus anciens ne supporteront plus les nouvelles mises à jour et correctifs de sécurité.

Les **caisses d'allocations familiales (CAF)** peuvent également accorder des prêts d'honneur sans intérêt. Selon votre département, ce coup de pouce peut représenter quelques centaines d'euros pour financer votre équipement. Comme c'est une aide facultative, les montants et les conditions varient : le mieux est de contacter directement votre CAF pour connaître sa politique actuelle.

Pour ceux qui sont dans un parcours d'insertion, **France Travail** ou les **missions locales** peuvent débloquer une aide financière exceptionnelle. Si vous avez moins de 26 ans, ce dispositif peut financer un ordinateur, un téléphone ou même un abonnement internet si c'est un frein à votre projet professionnel.

Il est également essentiel de rappeler que **l'université offre ses propres infrastructures**. Les salles informatiques et les bibliothèques universitaires mettent à disposition des postes performants équipés de logiciels professionnels parfois très coûteux. Ces espaces permettent de travailler dans des conditions optimales, avec accès à des services d'impression et de numérisation, sans avoir à posséder son propre matériel. Pour certains étudiants, notamment en début de cursus, ces équipements en libre accès constituent une solution viable pour différer un achat ou l'éviter totalement.

Enfin, l'un des pièges les plus fréquents consiste à acheter un ordinateur surdimensionné par rapport à ses besoins réels. Les exigences techniques varient énormément d'une filière à l'autre : un étudiant en droit n'aura pas les mêmes besoins qu'un étudiant en architecture ou en design graphique. Avant tout investissement, il est donc judicieux de se renseigner auprès de son établissement ou des associations étudiantes.

■ Logiciels gratuits ou à tarif étudiant

Dans de nombreuses universités et écoles, l'inscription ouvre automatiquement droit à une licence pour des suites logicielles largement utilisées. C'est notamment le cas de Microsoft, dont la suite Microsoft 365 (Word, Excel, PowerPoint, Outlook, parfois OneDrive) est très fréquemment mise à disposition des étudiants sans frais supplémentaires. Le coût réel de cette suite, qui dépasse 90 euros par an pour un particulier, est ainsi entièrement neutralisé par l'inscription universitaire. L'accès se fait généralement via une adresse électronique étudiante, et reste valable tant que l'on est inscrit dans l'établissement.

Pour les filières créatives, artistiques ou de communication, l'avantage est encore plus marqué. Le Creative Cloud d'Adobe, qui inclut Photoshop, InDesign, Illustrator et Premiere Pro, représente un investissement considérable pour un particulier. En 2026, un abonnement standard dépasse 900 euros par an. Pourtant, de nombreuses écoles et universités proposent soit un accès gratuit sur les postes informatiques des campus, soit le coût de la licence inclus dans les frais pédagogiques. Il est également possible de profiter d'un tarif étudiant

à 232 euros par an. Les filières scientifiques, techniques et d'ingénierie bénéficient également de dispositifs comparables. Des logiciels de modélisation, de calcul ou de simulation, comme MATLAB (MathWork), SolidWorks (Dassault Systèmes) ou ANSYS, sont très souvent accessibles via des licences universitaires. Là encore, leur coût réel, qui s'élève parfois à plusieurs milliers d'euros par licence, est totalement invisible pour l'étudiant, tant que l'accès institutionnel est utilisé. Ces outils sont généralement disponibles sur les ordinateurs des salles informatiques, et parfois accessibles à distance via des serveurs dédiés.

Au-delà des logiciels payants rendus accessibles par les établissements, il existe également des **outils numériques gratuits ou open source devenus des standards académiques**. C'est le cas de Zotero, un logiciel libre de gestion bibliographique, indispensable pour organiser ses sources, générer automatiquement des citations et produire des bibliographies conformes aux normes universitaires. Son utilisation permet non seulement de gagner un temps précieux, mais aussi d'éviter l'achat de logiciels.

Dans le même esprit, des plateformes comme Overleaf offrent un environnement de rédaction scientifique en ligne, particulièrement utilisé dans les disciplines scientifiques et techniques. Leur version gratuite est souvent suffisante pour un usage étudiant, et certaines universités proposent un accès premium.

Il ne faut pas non plus négliger les offres de licences étudiantes directes, proposées par les éditeurs eux-mêmes. De nombreux logiciels reconnaissent le statut étudiant et appliquent automatiquement des réductions intéressantes, parfois supérieures à 50 %, sur simple présentation d'un certificat de scolarité ou via une adresse institutionnelle. Ces réductions concernent aussi bien des outils de montage vidéo, de retouche photo, de programmation que des logiciels de cartographie, de statistiques ou de dessin technique.

Enfin, un point mérite une attention particulière : l'existence d'alternatives gratuites qui fonctionnent très bien. Des suites bureautiques libres, des logiciels de retouche, de montage ou de traitement de données existent et sont pleinement compatibles avec les formats académiques courants. Leur adoption peut constituer un choix stratégique, notamment lorsque l'accès aux licences institutionnelles est limité dans le temps ou réservé à certains postes.