

LE GUIDE DES BONNES PRATIQUES NUMÉRIQUES

PRÉSENTATION

AIDES ET STRUCTURES D'ACCOMPAGNEMENT

- Structures d'accompagnement
- Aides financières

FORMATION

- Mon Compte Personnel de Formation
- Trouver une formation
- Validation d'Acquis des Expériences

SANTÉ

- Protection sociale
- Accès à la santé
- Sites utiles

LOGEMENT

- Conseils
- Aides d'Action Logement
- Tu dors dehors

USAGE DU NUMÉRIQUE

- Mes données personnelles
- Films de prévention

 GUIDE PRATIQUE

Ce Guide est un outil évolutif, ouvert, destiné à s'enrichir progressivement...

L'usage du numérique et l'insertion sociale et professionnelle demande que soit levé un ensemble de difficultés en matière de dématérialisation des démarches de recherche d'emploi, d'accès à la formation, à la santé, au logement, à la citoyenneté, à la mobilité, à la protection de nos données personnelles mais aussi prévenir sur le bon usage du numérique...

Plusieurs entrées constituées de différents volets sont proposées dans cet outil construit pour te permettre un accès facile aux informations concernant les droits et les obligations, les dispositifs et les acteurs de la ville de Douai.

L'ensemble des informations contenues dans ce guide n'a pas de caractère exhaustif.

TROUVER DES PROFESSIONNELS POUR T'ACCOMPAGNER DANS TES DEMARCHES

CENTRES SOCIAUX DE DOUAI

Ils proposent pour le public jeune des accueils de loisirs et de l'accompagnement à la scolarité en direction des 11-17 ans, ainsi que des accompagnements individuels ou collectifs autour de l'insertion sociale et professionnelle pour les 16-25 ans



CLUBS DE PREVENTION

Les Clubs de prévention sont destinés aux jeunes dans le but de rompre avec l'isolement et favoriser leur insertion dans la société et leur permettre un meilleur avenir. Sur Douai tu peux trouver la Bouée des Jeunes ainsi que Rencontres et Loisirs.



MISSION LOCALE

La Mission Locale accueille les jeunes de 16 à moins de 26 ans, ayant quitté le système scolaire avec ou sans diplôme, dans le but de les aider dans leurs démarches d'insertion sociale et professionnelle.



BESOIN D'UN COUP DE POUCE POUR TES PROJETS ?

COUP DE POUCE CITOYEN

Coup de pouce citoyen : c'est un dispositif qui te permet d'obtenir une prise en charge partielle d'un coût de formation : BAFA, BAFD, Permis B, BSR (Brevet de Sécurité Routière), BSB ((Brevet de Surveillant de Baignade), formation premiers secours...



CLAP



CLAP (Comité Local d'Aide aux Projet) : Tu es seul ou en groupe avec une idée projet (artistique, culturel, scientifique, citoyen, solidaire (solidarité internationale ou de proximité), sportif, de loisirs-vacances ou encore économique. Le CLAP est là pour une aide technique et/ou un coup de pouce financier.

AIDE DE LA VILLE

Aide de la ville : la ville de Douai peut te soutenir financièrement dans tes projets de permis de conduire, Formation BAFA/FAD.



AIDE AU BAFA



Tu souhaites te former aux fonctions d'animateur (BAFA) ou de directeur (BAFD) d'accueil de loisirs ou de vacances ? La Caf peut t'aider !

FDAJ

FDAJ (Fond Départemental d'Aide aux Jeunes) : tu as besoin d'une aide particulière au niveau financier, insertion, logement, santé, mobilité, Le département peut t'accorder un soutien financier. Ta demande doit être élaborée avec l'accompagnement d'un référent professionnel (Réfèrent projet jeunesse d'un centre social, Educateur d'un club de prévention, Conseil d'insertion mission Locale, Assistante Sociale, ...).



PERMIS DE CONDUIRE

La Région propose un prêt pour aider les 18-30 ans à passer leur permis de conduire.

ANCV

Bénéficie d'une aide qui finance jusqu'à la moitié de tes vacances ou séjours.



COMPTE PERSONNEL DE FORMATION

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Le CPF permet à toute personne dès 16 ans, salariée ou demandeur d'emploi, de suivre, à son initiative, une action de formation. Il accompagne son titulaire dès l'entrée dans la vie professionnelle, tout au long de sa carrière jusqu'au départ en retraite.



POUR FAIRE QUOI ?

Vos droits CPF vous permettent d'accéder à des formations certifiantes et qualifiantes.

CRÉER SON COMPTE

Pour créer son compte sur internet, rien de plus simple : rendez-vous sur le site moncompteformation.gouv.fr



APPLICATION MOBILE

Tu préfères utiliser l'appli ? Pas de soucis, suis le tuto pour l'installer sur ton smartphone.



TROUVER LA BONNE FORMATION

»» TROUVER MA FORMATION

Les éléments à prendre en compte sont multiples : l'insertion professionnelle, l'organisation de la formation, la reconnaissance de la formation et de l'école, mais aussi sa durée et son prix. Ce qu'il faudra surtout retenir, c'est que pour faire le bon choix, il te faudra bien avoir en tête les attentes du marché du travail et rencontrer plusieurs organismes.



BIEN DÉTERMINER MES BESOINS <<<

Pour déterminer tes besoins et donc vers quelle formation t'orienter, il faut penser à faire un bilan de compétences.

»» MONTER SON PROJET DE FORMATION

Pour partir en formation et la financer, le site « Mon Compte Formation » te donnera de bons conseils.



SE FAIRE ACCOMPAGNER <<<

Tu es salarié et tu veux te former pour évoluer ? Le Conseil en Évolution Professionnelle (CEP) est là pour t'aiguiller.



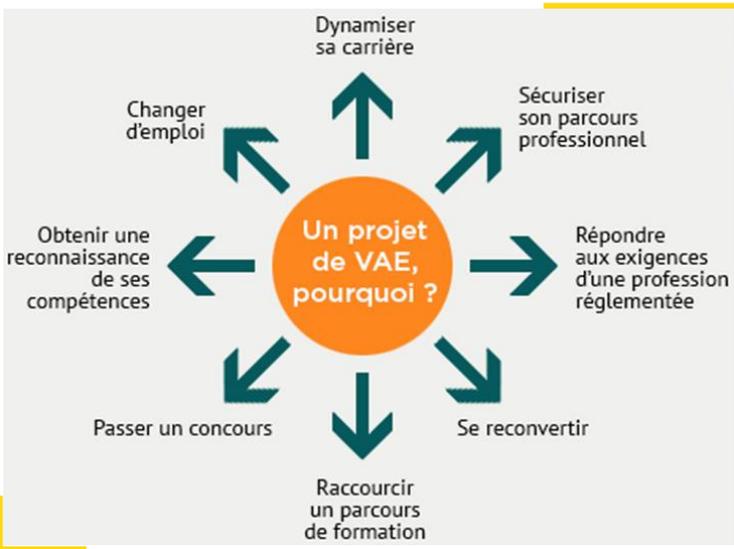
VALIDATION DES ACQUIS DE L'EXPÉRIENCE

QU'EST-CE QUE LA VAE ?

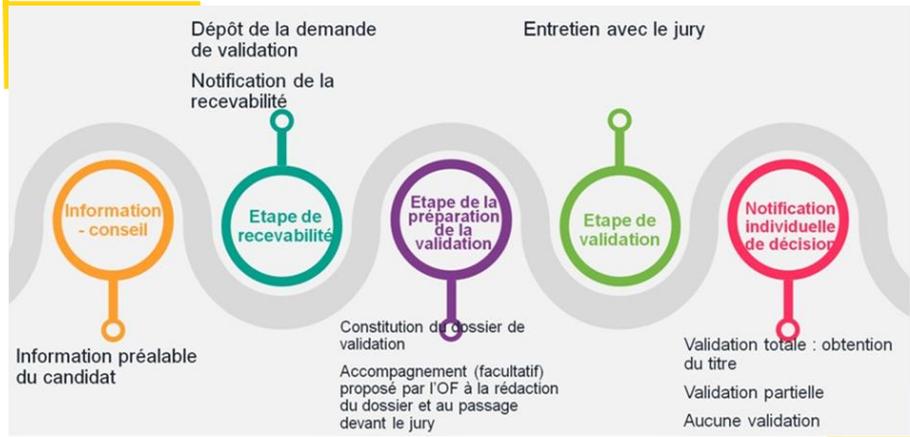
Tu as des questions sur la VAE ? Le site vae.gouv.fr te propose une présentation complète de cette certification qui peut être un diplôme, un titre ou un certificat de qualification professionnelle



POUR FAIRE QUOI ?



ÉTAPES DE LA VAE



L'ASSURANCE MALADIE

Le régime général : l'Assurance Maladie des salariés.
L'assurance maladie couvre les risques maladie, maternité, invalidité et décès des salariés et des assurés qui leur sont attachés (demandeurs d'emploi indemnisés, étudiants...).

La Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) est ton interlocuteur principal.

Pour faciliter tes démarches, crée toi un compte Ameli



LA PUMA

Toute personne qui travaille ou réside en France de manière stable et régulière a droit à la prise en charge de ses frais de santé.

COMPLÉMENTAIRE SANTÉ SOLIDAIRE

La CMU-C et l'ACS ont été remplacés par la Complémentaire Santé Solidaire. C'est une aide pour tes dépenses de santé.



AIDES FINANCIÈRES INDIVIDUELLES

Une situation matérielle rendue difficile par ton état de santé (maladie, maternité, accident du travail, handicap, invalidité) ? Si tu disposes de revenus modestes, l'Assurance Maladie peut t'aider à faire face aux dépenses imprévues liées à cette situation.



L'AIDE MÉDICALE DE L'ÉTAT

L'aide médicale de l'État (AME) facilite l'accès aux soins des personnes en situation irrégulière. Elle ouvre droit à la prise en charge à 100 % des soins avec dispense d'avance de frais. Ses bénéficiaires ne sont pas soumis aux dispositifs du médecin traitant (parcours de soins coordonnés).



LA SÉCURITÉ SOCIALE D'UN ÉTUDIANT



Si tu t'inscris pour la première fois dans un établissement d'enseignement supérieur tu ne changes pas de régime obligatoire d'assurance maladie (régime général, MSA ...).

Tu as le droit au remboursement de tes soins en cas de maladie ou de maternité. Pour compléter les remboursements de l'assurance maladie, tu peux adhérer à une complémentaire santé. Tu as le choix entre une mutuelle étudiante, celle de tes parents ou tout autre organisme complémentaire.

Sous condition de ressources, tu peux avoir droit à la complémentaire santé solidaire (CSS).

Si tu dépends de la personne avec laquelle tu vis en couple, qui est non étudiante, tu dois utiliser le formulaire cerfa n°15680*01 pour demander le rattachement à cette personne.



Tu peux aussi regarder cette vidéo:

<https://www.youtube.com/watch?v=OGLgBXWBSn8>

TU VOYAGES A L'ÉTRANGER ?

En Europe

Avant ton départ, procures toi ta carte européenne d'assurance maladie (CEAM).

Où t'adresser : demande en ligne grâce à ton compte AMELI à la Caisse d'Assurance Maladie.

Hors de l'Europe

Lorsque tu pars en vacances à l'étranger, dans un pays hors Union européenne/Espace économique européen (UE/EEE) et Suisse, seuls les soins médicaux urgents et imprévus pourront, éventuellement, être pris en charge par votre caisse primaire d'assurance maladie à votre retour en France.

L'ACCÈS À LA SANTÉ

LES PASS

Les Permanences d'Accès aux Soins de Santé (PASS) de l'hôpital public constituent un dispositif de santé permettant l'accès intégral aux soins pour les personnes démunies et dépourvues de protection maladie.



LE CENTRE MÉDICO-PSYCHOLOGIQUE



Le Centre Médico-Psychologique (C.M.P.) est une structure ambulatoire de prévention, d'accueil, de consultation, d'évaluation, de soins psychiatriques et de coordination.

SERVICE DE SANTÉ UNIVERSITAIRE

Gratuit, confidentiel et ouvert à tous les étudiants de l'Université d'Artois avec ou sans rendez-vous.



SERVICE DE PRÉVENTION SANTÉ



Une équipe médicale et médico-sociale vous propose :

- les consultations de prévention : vaccinations, aides à l'arrêt du tabac, conseils de prévention pour mieux protéger sa santé au quotidien
- le dépistage et la prévention de la tuberculose
- le dépistage et la prévention des infections sexuellement transmissibles (IST).

LA MISSION LOCALE

La Mission Locale est à l'écoute de tes besoins et peut t'accompagner dans tes démarches de santé.



SITES UTILES

DOCTOLIB

Pour prendre un rendez-vous en ligne avec un professionnel de santé. Attention, tous les professionnels ne sont pas sur Doctolib.



UTPAS



L' Unité Territoriale de Prévention et d'Action Sociale (UTPAS) rassemble une équipe d'assistants(es) sociaux pour t'aider pour tous les problèmes sociaux que vous pouvez avoir : problèmes de santé, de maternité, sociaux...

CENTRES DE SOINS À DOUAI

Le site de la ville de Douai fournit un annuaire des centres de soins sur Douai.



ANNUAIRE SANTÉ

Le site Ameli fournit un annuaire de santé pour trouver facilement les coordonnées des professionnels de la santé.

LES JEUNES ET LA SANTÉ

Un site qui sensibilise les jeunes au monde de la santé mentale avec des aides et des témoignages.



PLANNING FAMILIAL



le Planning Familial 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.

DES CONSEILS POUR SE LOGER

ACCÉDER A UN LOGEMENT

Les demandeurs de logement social n'ont qu'un seul et unique formulaire à remplir, quels que soient le territoire et le service auxquels ils s'adressent. Tu peux également effectuer ta demande en ligne sur le site internet du gouvernement. Valable dans tout le département, cette demande permet de chercher un logement dans plusieurs communes à la fois, sans remplir de document supplémentaire.



CONSEILS PRATIQUES

Pour ta recherche et préparer au mieux tes visites voici des conseils utiles.

L'AIDE AU LOGEMENT

Quel que soit ton âge, ta situation familiale et professionnelle, tu as peut-être droit à une allocation pour ta résidence principale. Regarde cette vidéo pour mieux comprendre...



DEMANDES EN LIGNE

Sur le site de la CAF caf.fr la demande d'aide prend 15 à 20 minutes. Prépare les documents suivants:

- ton contrat de location (bail) ;
- tes revenus sur les deux dernières années ;
- ton RIB;
- le cas échéant, le numéro d'allocataire de tes parents avec leur Caf d'appartenance ;
- les coordonnées du propriétaire, le numéro de Siret si ton bailleur est une société ;
- le montant du loyer et des charges.

Indique une adresse mail que tu consultes souvent.

LES AIDES D'ACTION LOGEMENT

»» ACTION LOGEMENT

Les aides d'Action Logement financent diverses allocations logement destinées en priorité aux salariés des entreprises de 10 salariés et plus mais également aux jeunes de - de 30 ans en situation ou recherche d'emploi et aux étudiants boursiers d'État. Tu n'as pas de garant ou tu ne sais pas comment payer ta caution ? Regarde attentivement les vidéos qui suivent pour plus d'informations...

UN GARANT POUR TA LOCATION



Tu es futur locataire ? Avec Visale, Action Logement se porte garant pour ta location !

Ce tutoriel vidéo te montrera pas à pas comment effectuer une demande de Visa. De l'inscription sur le site à l'enregistrement des pièces justificatives, cela ne prend que quelques minutes. N'attends plus pour découvrir Visale : simple, gratuit et efficace !

»» UN PRÊT POUR TA CAUTION

L'avance Loca-Pass te permet de bénéficier d'un prêt à taux 0 pour financer partiellement ou totalement la caution demandée par le bailleur au moment de l'entrée dans un logement.



FONDS DE SOLIDARITÉ

En cas de grandes difficultés le 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.

TU DORS DEHORS

115 – LE SAMU SOCIAL

C'est le numéro à retenir pour toutes les situations d'urgence. Si tu es dans la rue, sans logement, ni solution, appelle le 115.

Un conseiller t'orientera vers un centre d'hébergement d'urgence ou une solution adaptée dans votre région. C'est un numéro vert, gratuit et accessible 24 h sur 24, 7 jours sur 7.

LES SERVICES SOCIAUX

Dans chaque ville, en mairie, tu peux être orienté vers les services d'aides sociales existants. Après prise de rendez-vous, par exemple, dans un centre social un travailleur social peut faire avec toi le point sur ta situation et t'accompagner vers les solutions de proximité disponibles : centre d'hébergement et de réinsertion sociale, foyers, associations... Ces interlocuteurs t'informeront aussi sur les aides financières dont tu pourras bénéficier...

UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Les Comités Locaux pour le Logement Autonome des Jeunes sont des associations qui accompagnent les jeunes dans leur recherche, accès et maintien dans le logement.

POUR QUI ?

Tous les jeunes de moins de 30 ans, quelle que soit leur situation familiale et professionnelle.

POUR QUOI ?

Une information, un conseil, un accompagnement dans les démarches et une orientation vers les interlocuteurs appropriés ; Une solution logement adaptée à chaque situation.

CLLAJ (comité local pour le logement autonome des jeunes dans le douaisis)

29 rue Saint-Thomas - Douai - Tél. 03 27 98 86 63 - cllajdouaisis.primtoit@orange.fr

MES DONNÉES PERSONNELLES

»» GÉRER SES MOTS DE PASSE

- Utilise un mot de passe différent pour chaque site
- Utilise au moins 12 caractères avec des majuscules, des minuscules, des chiffres et des caractères spéciaux
- Privilégie les doubles authentifications
- Tu peux utiliser l'appli Keepass pour gérer tes mots de passe



DES SOLUTIONS MOINS INTRUSIVES

Les logiciels les plus courants collectent vos données à votre insu. Remplace les par des outils éthiques. Tu peux utiliser :

- Mozilla Firefox comme navigateur
- Duck Duck Go comme moteur de recherche à la place de Google
- L'appli Silence pour tes SMS

»» POUR ALLER PLUS LOIN

Quand tu navigues sur Internet tu laisses des traces qui sont utilisées. Il existe des outils pour savoir quelles traces ou qui n'exploitent pas ta vie privée. La CNIL (Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés) te propose des conseils pour maîtriser les cookies et gérer les paramètres de vie privée sur ton smartphone.



»» HAPPÉ PAR LES ÉCRANS



ATTENTION DANGERS



PSEUDO



RÉSEAU PAS SI INTIME

