

Faire une pause pendant ses études, c'est possible?

Faire un pas de côté
Enrichir son CV



Faire une pause pendant ses études c'est possible ... ça peut même être très utile et très bénéfique !



Une étape indispensable : faire le point sur toutes vos questions et idées reçues... pour vous repérer, saisir les possibles et envisager un plan d'action.

Décidez de votre statut pendant cette année de pause !
Une année de césure (statut étudiant) ou une année sabbatique (hors statut étudiant) ?

→ Ce diaporama, vous aidera à différencier les logiques de ces deux statuts

Nos présentations, reprenant l'ensemble des ressources proposées, sont mises en ligne sur [PROSE UGA](#) > Accueil > [Stages, emploi, expériences](#) > [Ateliers, soirées métiers, afterworks et conférences](#) > Diaporamas et quiz



Faire une pause : point de vocabulaire

Différent d'un programme d'échange universitaire



Césure à l'université

- › POSTULER et être ACCEPTÉ dans la formation N+1 > Votre place y est réservée
- › **Maintien statut étudiant** et les avantages associés
- › Possibilité d'un maintien de bourse sous conditions
- › Respect d'un calendrier pour la demande de césure

Conditions : - être admis en année N+1

- déposer une demande de césure

NB : possibilité d'un refus

« Sabbatique » hors université

- › **Perte du statut étudiant** mais éligible à d'autres statuts
- › N'empêche pas une reprise d'étude l'année suivante... A la condition de re-candidater via parcoursup, e-candidat, mon master...

Points de vigilance : - anticiper les calendriers de poursuite d'étude - perte d'accès à certaines ressources universitaires

 Dans tous les cas :

- › **1 question : garder ou non le statut étudiant ?**
- › **C'est l'occasion de vivre une parenthèse riche et valorisante...**
- › **C'est vous qui pilotez !**

Pourquoi faire une pause dans mes études ?

Besoin de...

**APPRENDRE
AUTREMENT**

**RÉFLÉCHIR À MON
ORIENTATION
REBONDIR**

**EXPLORER
LE MONDE
PROFESSIONNEL**

**ENRICHIR MON
PARCOURS**

VIVRE DES EXPÉRIENCES

**(ME)
DÉCOUVRIR**

**DÉVELOPPER
DE
L'AUTONOMIE**

Des freins ?



Si je quitte la fac, je ne pourrai pas y retourner...

NON ! Ce n'est pas renoncer à ses études mais s'accorder un temps pour vivre ses expériences. Attention au-delà de 2 ans de pause vous basculez en statut formation continue.

J'aurai un trou dans mon CV !

Au contraire ! cette parenthèse est riche d'expériences, qui bien valorisées vous apporteront une plus value dans votre parcours de formation et professionnel

Pas sûr que je sois suffisamment autonome !

Des dispositifs et structures vous accompagnent et peuvent vous financer : service civique, corps européen de solidarité, Missions Locales...

Je ne pourrai pas convaincre ma famille.

Il sera nécessaire de travailler le contenu et la forme que prendra cette année de pause. Plus elle sera réfléchie, structurée plus vous les embarquerez !

Faire une pause dans ses études = expérience riche et valorisable !

Ce qu'un recruteur, un responsable de formation voit...

- Vous **êtes courageuse.x** d'oser aller vers l'inconnu
- Vous **êtes curieuse.x** et vous savez vous adapter
- Vous **avez développé des connaissances** du monde de l'entreprise
- Vous **avez acquis de la maturité** et une certaine **ouverture d'esprit**
- Vous **savez travailler en équipe**, dans différents contextes
- Vous **savez vous remettre en question** et **rebondir**
- Vous **avez développé une citoyenneté** active
- Vous **avez mis pratique des connaissances** acquises dans votre formation
- Vous **aimez prendre des initiatives**, et vous savez **respecter des procédures** administratives
- Vous **savez évoluer dans un contexte international**, vous **pratiquez des langues étrangères**
-



« Lors d'un entretien, vous aurez forcément des questions sur cette période, ce qu'elle vous a apporté... »

Les ressources UGA

En autonomie

Consultez nos guides :



- > Disponibles à l'Espace OIP
- > Téléchargeables sur [Prose](#)

En petits groupes

Participez à nos ateliers



Animés par des professionnels

- > CV
- > Lettre de motivation
- > L'entretien : se préparer // Une simulation pour s'entraîner ...

Infos et Inscription sur :



En individuel

Faites relire vos candidatures

UGA
ESPACE
ORIENTATION
INSERTION
PROFESSIONNELLE



Permanences sans rendez-vous :

ORIENTATION :

> Lundi à jeudi : de 9h à 12h // 13h à 17h

INSERTION PROFESSIONNELLE :

> Lundi à jeudi : de 13h à 17h



Bâtiment Pierre-Mendès-France (1^{er} étage)
640 rue des Universités
38400 Saint-Martin-d'Hères

Les ressources UGA sur la césure Où les trouver ?

La PAGE PROSE-césure : Faire une pause c'est possible pendant ses études...

Trois MINI-SUPPORTS (max 10 diapos) pour faire le point :

- sur les questions et idées reçues... Décider de son statut pendant cette année de pause !
- pour se repérer, saisir les possibles et envisager un plan d'action
- Afin de bien identifier la procédure et les documents nécessaires à une demande de césure

Des freins ?

Si je quitte la fac, je ne pourrai pas y retourner...

NON ! Ce n'est pas renoncer à ses études mais s'accorder un temps pour vivre ses expériences. Attention au-delà de 2 ans de pause vous basculez en statut formation continue.

J'aurai un trou dans mon CV !

Au contraire ! cette parenthèse est riche d'expériences, qui bien valorisées vont apporteront une plus value dans votre parcours de formation et professionnel

Pas sûr que je sois suffisamment autonome !

Des dispositifs et structures vous accompagnent et peuvent vous financer : services civiques, corps européens de solidarité, Missions Locales...

Je ne pourrai pas convaincre ma famille.

Il sera nécessaire de travailler le contenu et la forme que prendra cette année de pause. Plus elle sera réfléchiée, structurée plus vous les embarquerez !



UGA
Université
Grenoble Alpes

La césure à l'UGA : Les étapes indispensables

Afin d'obtenir le statut étudiant plusieurs démarches administratives doivent être réalisées

> LIRE : [texte de mise en œuvre de la césure à l'UGA](#) OU [lien Animafac](#) pour les autres établissements

> CONSULTER : [la liste des référents](#) et le [calendrier césure](#)

SI réponse positive :

- > **SIGNER** : [Convention de césure](#)
- > **S'INSCRIRE** (à taux réduit) administrativement à l'UGA

> REALISER sa césure ☺
> **INTEGRER** sa formation à l'issue de la période de césure.

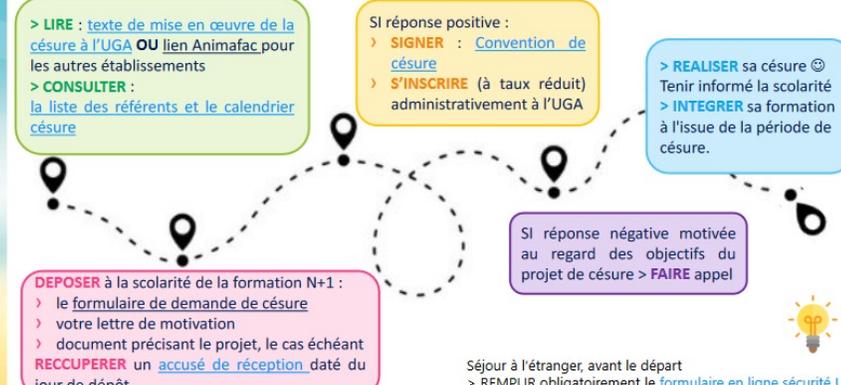
SI réponse négative motivée au regard des objectifs du projet de césure > FAIRE appel

DEPOSER à la scolarité de la formation N+1 :

- > le [formulaire de demande de césure](#)
- > votre lettre de motivation
- > document précisant le projet, le cas échéant

RECCUPERER un [accusé de réception](#) daté du jour de dépôt

Séjour à l'étranger, avant le départ
> REMPLIR obligatoirement le [formulaire en ligne sécurité UGA](#)



UGA
Université
Grenoble Alpes

Des idées d'expériences à vivre pendant une césure ou une année sabbatique



UGA
Université
Grenoble Alpes

« Faire une pause pendant ses études, c'est possible ? »

« La césure en 10 diapositives »

« Des idées d'expériences à vivre pendant la césure ou l'année sabbatique »

Et pour aller plus loin :

✓ Vous privilégiez l'année de césure ?

→ Téléchargez les documents utiles sur [la page Césure UGA](#)

Et

→ Lisez attentivement le diaporama [« La césure en 10 diapositives »](#)

✓ Quelque soit le statut choisi pendant cette pause, pour construire votre projet

→ Consultez le diaporama [« Des idées d'expériences à vivre](#)

[pendant la césure ou l'année sabbatique »](#)

