



**Ma vie  
étudiante**  
Guide  
pratique

**L'espace « Ma Vie Etudiante » du salon SIEP s'adresse aux jeunes qui se posent des questions sur tous les aspects de leur (nouvelle) vie. Cette initiative est née de la volonté commune du SIEP et du Forum contre les inégalités de permettre aux jeunes de rencontrer des professionnels ressources et de les adresser à des organismes compétents en fonction de leurs interrogations.**

---



### **Le SIEP Bruxelles**

Le SIEP Bruxelles est un service d'information généraliste qui renseigne sur les études et les formations. L'asbl propose des entretiens d'information individuels et personnalisés. Les jeunes, adultes, parents, professionnels du secteur socioculturel et éducatif, demandeurs d'emploi etc. reçoivent des informations fiables, complètes, précises et circonstanciées pour leur permettre de réfléchir à un projet d'études, de formation et de métier. Le SIEP propose également un accompagnement à l'orientation sur plusieurs rendez-vous. Tous les services du SIEP Bruxelles sont gratuits.



### **Le Forum**

Le Forum – Bruxelles contre les inégalités est une association active dans le champ de la lutte contre la pauvreté et de la réduction des inégalités sociales. Par le croisement et la non-hiérarchisation des savoirs expérientiels, professionnels, académiques et institutionnels, Le Forum vise à produire des recommandations politiques et à imaginer des solutions innovantes aux situations de pauvreté et de précarité. Un de ses axes de travail est la réduction et la prévention des précarités étudiantes, à travers la réalisation d'animations, la création d'outils et la participation à des rencontres collectives.

Page 4



## → Finances et droits sociaux

S'informer sur ses droits en matière d'allocations d'étude, de chômage, mutuelle, aides sociales, allocations familiales, lois scolaires, équivalences, recours, jobs étudiants, etc.

Page 10



## → Logement

S'informer sur les moyens de trouver un logement, les précautions à prendre, les aides disponibles, la garantie locative ou le contrat de location.

Page 14



## → Appui à la réussite et remobilisation

S'informer sur les programmes d'aide pour développer son projet professionnel et retrouver la confiance en ses capacités.

Page 20



## → Santé, bien-être et loisirs

S'informer sur l'accès aux soins de santé, au soutien psychosocial, aux consultations psy, au sport et au soutien LGBTQIA+.





# Finances et droits sociaux

---

- L'atelier des Droits Sociaux
- La Street Law Clinic
- Bruxelles-J
- Infor Jeunes Bruxelles

# L'atelier des Droits Sociaux

## QUI SOMMES-NOUS

L'Atelier Des Droits Sociaux vise la suppression des exclusions en matière économique, juridique et politique, notamment sur le plan du travail, de l'habitat, de la santé, de la sécurité sociale, de l'aide sociale et de l'aide juridique. Les moyens d'action de l'association se situent notamment sur le plan de l'information juridique individuelle et sur celui de l'éducation permanente, à travers la réalisation d'outils pédagogiques.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Mon employeur m'impose des heures supplémentaires, suis-je obligé-e d'accepter ?

**J'ai trouvé un autre travail. Comment rompre mon contrat avec mon employeur actuel ?**

Je viens de terminer un contrat de travail, est-ce que j'ai droit au chômage ?

Si je quitte le domicile familial et que je me mets en colocation, est-ce que j'aurai une aide du CPAS ?

**Si j'arrête d'étudier, est-ce que mes parents auront encore droit à des allocations familiales ?**



Rue de la Porte Rouge, 4  
1000 Bruxelles.



Tél. : 02/512.02.90  
Mail : [secretariat@ladds.be](mailto:secretariat@ladds.be)  
Plus d'infos sur : [www.ladds.be](http://www.ladds.be)

# La Street Law Clinic

## QUI SOMMES-NOUS

La Street Law Clinic en droit social est un groupe d'étudiants en droit, encadrés par des juristes professionnels. La SLC vise à permettre aux étudiants de recevoir les aides du CPAS auxquelles ils ont droit.

Pour cela, la SLC :

- tient des permanences d'aide sociale gratuites ;
- aide les étudiants dans leurs démarches auprès du CPAS ;
- rédige des fiches pratiques en langage clair pour expliquer les droits des étudiants en matière d'aide sociale ;
- donne des animations dans les écoles secondaires pour expliquer les manières de financer ses études.

La SLC a 3 objectifs :

- **sociétal** : améliorer l'accès au droit et permettre aux étudiants d'utiliser leurs droits ;
- **pédagogique** : former et sensibiliser les étudiants en droit ;
- **scientifique** : améliorer les connaissances sur le droit de l'aide sociale pour les étudiants.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Est-ce que le CPAS peut m'aider quand je suis étudiant ?

### **Quelles sont les aides proposées par le CPAS ?**

Est-ce que j'ai droit au revenu d'intégration sociale ?

Comment faire pour demander une aide au CPAS ?

### **Est-ce que je peux avoir un job avec mon revenu CPAS ?**

Est-ce que le CPAS va prévenir mes parents ?

### **Mes parents travaillent, est-ce que le CPAS peut quand même m'aider ?**



La Street Law Clinic tient des permanences dans différents lieux (uniquement sur rendez-vous) :

- à ULB
- au Campus Alma
- à Saint-Louis



Mail : [streetlawclinic@ulb.be](mailto:streetlawclinic@ulb.be)  
Plus d'infos sur : [streetlawclinic.ulb.be](http://streetlawclinic.ulb.be)

# Bruxelles-J

## QUI SOMMES-NOUS

Bruxelles-J est un site web où les jeunes de 6 à 35 ans, leurs parents/tuteurs et les professionnels du secteur peuvent trouver des fiches d'informations sur une large gamme de sujets tels que les études, les formations, les droits sociaux, le logement, l'emploi, l'amour, la sexualité, les drogues et addictions etc. En outre, les internautes peuvent y poser directement leurs questions 24h/24 et 7 jours/7 de façon anonyme. Nous nous engageons à ce qu'un professionnel compétent réponde à chaque demande de façon personnelle et en 2-3 jours en général.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Droit au chômage, au revenu d'intégration ou à l'aide sociale (CPAS) :  
A quelles conditions ? Quels sont les montants octroyés ?

**Devenir indépendant : quelles conditions faut-il remplir ?**

Comment rompre mon contrat étudiant ?

Combien d'heures puis-je prester par an en tant qu'étudiant ?

**Quelles sont les conditions pour pouvoir signer un contrat étudiant ?**



Bruxelles-J est une plateforme en ligne uniquement (il n'y a pas de permanence physique).



Tél. : 02/215 63 17 (du lundi au vendredi de 9h à 17h)  
Mail : [info@bruxelles-j.be](mailto:info@bruxelles-j.be)  
ou via la plateforme.  
Plus d'infos sur : [www.bruxelles-j.be](http://www.bruxelles-j.be)

# Infor Jeunes Bruxelles

## QUI SOMMES-NOUS

Le centre Infor Jeunes Bruxelles est un centre d'information jeunesse.

L'objectif est d'informer, d'aider et de conseiller toutes les personnes qui le souhaitent et plus particulièrement les jeunes dans tous les domaines : enseignement, formation, travail, logement, famille, santé, aide sociale, justice, loisirs et vacances, international,...

Le service est accessible par téléphone, mail, chat, mais aussi en permanences d'accueil. L'accès y est libre et gratuit.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Comment est organisé l'enseignement supérieur ? (être finançable, réorientation, allocations d'études (bourse), passerelles, recours, dérogations, équivalences,...)

**Comment est organisé l'enseignement secondaire ?  
(changement d'établissement, d'options, de filières,...)**

Quel est le montant d'aide du CPAS perçu en fonction de ma situation familiale ?

Quel est le montant d'aide du CPAS perçu en fonction de mon lieu de résidence/ domiciliation (isolé-e, avec mes parents, avec mon/ma partenaire ?)

**La cohabitation avec mes parents est trop conflictuelle,  
ai-je le droit à une aide du CPAS pour emménager seule-e ?**



Présent dans douze communes de Bruxelles



Mail : [bruxelles@ijbxl.be](mailto:bruxelles@ijbxl.be)  
Tél. : 02/514 41 11 (de 10h à 12h et de 13h à 17h)  
Plus d'infos sur : [www.ijbxl.be](http://www.ijbxl.be)



# Logement

---

- AISE (L'Agence Immobilière Sociale Etudiante)
- CIDJ (Centres d'Information et de Documentation pour Jeunes)



# AISE

## QUI SOMMES-NOUS

L'Agence Immobilière Sociale Étudiante (AISE) a pour but de permettre un accès au logement étudiant pour celles et ceux qui se trouvent en difficulté financière. Cet accès est possible aux étudiant·e·s aux faibles revenus (calcul effectué sur les revenus du ménage) et inscrit·e·s dans l'enseignement supérieur.

La raison d'être de l'AISE part du principe que le logement et ses impacts financiers pour un·e étudiant·e ne peuvent être un frein à la réalisation d'études supérieures ou une cause d'abandon de ces mêmes études. La formation des jeunes étudiants et étudiantes et, par-delà, leur épanouissement futur, est un des fondamentaux indispensables ainsi qu'un enjeu sociétal crucial pour l'avenir de notre société démocratique.

Comme les autres Agences Immobilières Sociales, l'AISE intervient comme intermédiaire (dans le cadre d'un contrat de bail principal ou d'un mandat de gestion) entre les propriétaires et les locataires que sont les étudiants.

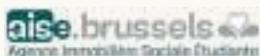
## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Quelle est la procédure d'attribution et le délai d'attente d'un logement ?

### **Quel est le loyer pour un studio ? Pour une chambre ?**

Quels types de logements propose l'AISE et quel type de garantie locative accepte-t-elle ? Quel type de bail signe-t-on ? Quelle en est la durée ?

### **Où puis-je chercher du logement si je ne rentre pas dans les conditions de l'AISE ?**



Permanences seulement par téléphone.



Tél. : 02/201 33 10 du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 13h à 16h  
Mail : [info@aise-svks.brussels](mailto:info@aise-svks.brussels)

## QUI SOMMES-NOUS

Le CIDJ (Fédération de Centres d'Information et de Documentation pour Jeunes) est une ASBL et un centre d'informations généralistes qui propose à tous les jeunes une information leur permettant de comprendre, analyser et critiquer la société, et ce dans une perspective de changement social. Le CIDJ est présent sur l'espace « Ma Vie Etudiante » pour répondre aux questions sur le logement.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Bail étudiant : comment rompre mon bail ?

### **Mon loyer sera-t-il automatiquement indexé ?**

Comment se passe l'état des lieux d'entrée et de sortie ?

Quel est le montant d'aide du CPAS perçu en fonction de mon lieu de résidence/ domiciliation (isolé-e, avec mes parents, avec mon/ma partenaire ?)

### **La cohabitation avec mes parents est trop conflictuelle, ai-je le droit à une aide du CPAS pour emménager seule-e ?**



Les 4 centres bruxellois affiliés au CIDJ :

- Le Kiosque (Ganshoren) : [kiosqueasbl.be](http://kiosqueasbl.be)
- Infor Jeunes Bruxelles : [ijbxl.be](http://ijbxl.be)
- Infor Jeunes Laeken : [inforjeunes.eu](http://inforjeunes.eu)
- Infor Jeunes Schaerbeek : [www.jeminforme.be](http://www.jeminforme.be)



# Appui à la réussite et remobilisation

---

- ABER, Service d'Accrochage Scolaire de Bruxelles Midi
- NiceToNEETYou
- Les APP du CPAS de Bruxelles
- JEEP



# ABER

## QUI SOMMES-NOUS

Le projet pilote ABER, porté par le Service d'Accrochage Scolaire de Bruxelles Midi, a pour objectif la réinsertion de jeunes de 15 à 22 ans dans un parcours scolaire, une formation professionnelle ou l'insertion dans la vie professionnelle. Dans le cadre de son parcours à l'ABER, chaque jeune est amené à suivre 5 jours de cours et ateliers par semaine. Ces cours et ateliers, encadrés par des enseignants diplômés (régent, agrégé...) et animateurs ont pour but de remettre le jeune à niveau en lui permettant d'acquérir les compétences scolaires de base nécessaires à la réussite de son projet ainsi que de l'aider à concrétiser ses objectifs.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

J'ai décroché de l'école et je souhaite y retourner, comment faire ?

**J'ai un projet de formation mais comment rattraper le niveau pour l'atteindre ?**

J'ai besoin d'aide pour ma réorientation scolaire, à qui m'adresser ?

J'ai des problèmes avec mon école et je ne peux plus m'y rendre. Que faire ?

**L'école n'est pas pour moi. Quelles sont les alternatives ?**



Rue Sergent de Bruyn, 82 -  
1070 Anderlecht  
Rencontres uniquement sur  
rendez-vous.



Tél. : 0469/15 07 02  
Mail : [aber.info@sasbxlmidi.net](mailto:aber.info@sasbxlmidi.net)

# NiceToNEETYou

## QUI SOMMES-NOUS

NicetoNEETyou est un projet de remobilisation et d'accompagnement pour les jeunes bruxellois "NEET" de 18 à 29 ans. Les NEET sont les jeunes qui ne sont ni aux études, ni en formation, ni à l'emploi pour l'instant. L'ambition est de soutenir ces jeunes dans leurs transitions scolaires et professionnelles, à toutes les étapes de leur parcours et en particulier dans les moments qui peuvent les mener à décrocher du système. Pour cela, nous proposons différents modules en collectif ainsi que du coaching individuel pour répondre à la diversité des situations et des besoins. NicetoNEETyou, c'est avant tout des expériences et des rencontres inspirantes qui permettent aux jeunes de se découvrir, de retrouver confiance, d'avancer, de saisir des opportunités et de se projeter de manière positive dans l'avenir.

Ce projet est développé par l'asbl Backstage.Network, soutenu par le SIEP Bruxelles, dans le cadre d'un appel à projet d'Actiris et du FSE.

Pour qui ? Les Bruxellois, de 18 à 29 ans, ni à l'emploi, ni aux études, ni en formation  
Coût ? Gratuit

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Je veux trouver ma voie, mais je me sens perdu-e.

### Comment définir mon projet ?

Qui peut m'aider ?

Comment garder la motivation ?

### Comment avoir confiance en moi ?



BeCentral  
Cantersteen 12, 1000 Bruxelles



Mail : [nicetoneetyou@backstage.network](mailto:nicetoneetyou@backstage.network)  
Tél. : 0470 61 07 57 (Virginie)  
Plus d'infos sur :  
[www.nicetoneetyou.be](http://www.nicetoneetyou.be)

# APP du CPAS de Bruxelles

## QUI SOMMES-NOUS

Dans le cadre du projet Ateliers de Pédagogie Personnalisée, l'équipe APP composée d'enseignants compétents, connaissant le système scolaire, fournit une aide pédagogique soutenue aux jeunes âgés de 15 à 29 ans en décrochage scolaire qui n'ont pas obtenu leur CESS.

L'aide pratique, sous forme d'ateliers personnalisés vise à :

- Renforcer la confiance en soi, l'auto-motivation et l'autonomie des jeunes ;
- Définir des objectifs (projet d'insertion) avec le jeune ;
- Accompagner le jeune auprès des organismes scolaires et procurer des informations pratiques ;
- Mettre en place un plan de remédiation et de travail : méthodologie, français, mathématiques, néerlandais, anglais, sciences, informatique...
- Préparer aux tests d'entrée en vue de l'intégration au sein d'une institution scolaire.

Après la première rencontre avec le jeune, l'équipe APP cible les compétences du jeune, examine son niveau scolaire et professionnel dans les différentes disciplines en vue d'apporter un soutien pédagogique et d'une intégration dans une formation qualifiante, un parcours scolaire ou un emploi. Les APP ne se substituent pas à une école ou à des cours particuliers. Il s'agit d'un accompagnement en insertion socio-professionnel qui prend fin à la reprise d'une formation ou d'un emploi. Les candidats peuvent éventuellement continuer à être suivis dans nos APP après l'entrée en formation.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

J'aimerais reprendre ma scolarité mais je ne trouve pas d'école qui me convient et qui s'adapte à ma situation. Que faire ?

**J'ai arrêté l'école mais je me retrouve sans occupation la journée. Comment me mettre en projet ?**

J'ai des problèmes qui m'empêchent d'avoir une scolarité normale.  
A qui m'adresser ?



 FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES



Plusieurs possibilités en Région Bruxelles-Capitale. Les APP Ville de Bruxelles concentrent les demandes des jeunes et les orientent en fonction de leurs résidences et de l'objectif d'accompagnement.



Mail : [zelbaroudi@cpasbru.irisnet.be](mailto:zelbaroudi@cpasbru.irisnet.be)  
Objet Mail : Inscription APP\_NOM de l'apprenant.

## QUI SOMMES-NOUS

JEEpbxl “Jeunes, Ecole, Emploi... tout un Programme” est un dispositif bruxellois qui vise à faciliter l’insertion des jeunes dans le milieu professionnel en les préparant aux réalités de la vie active avec un service de coaching et d’accompagnement pour la recherche d’un job (en individuel ou en collectif) et des modules de formation à la vie active (orientation, recherche emploi, salaires et budget, monde du travail) en 5<sup>e</sup>, 6<sup>e</sup> et 7<sup>e</sup> secondaire dans des écoles de Bruxelles.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Comment faire pour trouver un job étudiant ? Où trouver les offres ?

**Qu’est-ce que je peux dire à l’employeur ?**

Que dois-je écrire dans mon CV et ma lettre de motivation ?

Comment imprimer mon attestation 600 heures (student@work) ?

**Où trouver les infos sur les métiers ?**

Comment choisir mon orientation scolaire et professionnelle ?

**Combien vais-je gagner plus tard ?**

Actiris c’est quoi ?

Est-ce que je peux travailler à l’étranger ?



Nos permanences ont lieu entre janvier et mi-juillet, les mercredis après-midi (sur rendez-vous) dans une Mission Locale pour l’Emploi, un Point d’info Jeunesse et à la Cité des Métiers.



Mail : [contact@jeepbxl.be](mailto:contact@jeepbxl.be)  
Plus d’infos sur : [www.jeepbxl.be](http://www.jeepbxl.be)



# Santé, bien-être et loisirs

---

- PsyCampus
- Sport2Be
- La RainbowHouse
- Psybru
- FARES (Fonds des Affections Respiratoires asbl)



# PsyCampus

## QUI SOMMES-NOUS

PsyCampus (SSM-ULB) est un service d'aide psychologique qui propose des accompagnements individuels et des activités de groupe aux étudiant.e.s de l'enseignement supérieur, universitaire ou non.

PsyCampus reçoit les étudiant.e.s sur les campus du Solbosch et d'Erasmus (Pôle Santé). Le tarif étudiant est de 8€ par séance et peut être discuté avec l'intervenant.e si besoin.

Par ailleurs, PsyCampus a initié BABLUTE qui est un nouveau site web à destination des jeunes Bruxellois.es de 18 à 25 ans qui regroupe les informations importantes en matière de santé à Bruxelles.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Je me pose des questions sur moi et sur mon avenir. Qui peut m'aider ?

**J'ai besoin de parler à quelqu'un de manière confidentielle.  
Qui peut m'aider ?**

Où trouver des psy qui proposent des prix de consultation abordables ?



PsyCampus est situé sur le campus du Solbosch et dispose également d'une antenne de consultations sur le campus d'Erasmus.



Tél. : 0471/205.634 ou 0471/205.638 de 10h à 12h tous les jours ouvrables (sauf le mardi).  
Plus d'infos sur :  
[www.ssmulb.be/centre/psycampus](http://www.ssmulb.be/centre/psycampus)

## QUI SOMMES-NOUS

Sport2Be facilite l'insertion socioprofessionnelle des jeunes à travers le sport. Comment ?

D'une part, nous offrons des activités sportives de qualité encadrées par des coachs chaque semaine pour les jeunes de 6 à 20 ans. Toutes les activités sont entièrement GRATUITES et sont soit mixtes, soit exclusivement réservées aux filles. Nous proposons du football, du basketball, de la boxe, du street soccer et de la danse.

D'autre part, nous proposons aux jeunes de 16 à 25 ans de rejoindre notre programme Job2Be qui les accompagne vers la formation et l'emploi. Concrètement, ce sont des activités collectives autour de la découverte, de l'inspiration et de l'apprentissage combinées à de l'accompagnement individuel. L'objectif est simple : aider les participants à découvrir la vie professionnelle et à développer un projet professionnel durable tout en apprenant à se connaître.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Comment l'exercice du sport peut contribuer à ses créer un réseau professionnel pour plus tard ?

### Comment avoir une meilleure hygiène de vie ?

Quelles compétences puis-je développer avec le sport ?

### Comment le sport peut-il m'aider à atteindre mes objectifs personnels et professionnels ?



Nos bureaux sont situés à Tour & Taxis. Les activités sportives ont lieu, elles, dans différentes communes de Bruxelles les mercredis et samedi (Anderlecht, Molenbeek, Koekelberg, Laeken et Bruxelles-Ville).



Tél. : 0471/87 52 72 (lundi : 10h à 15h, mercredi 12h à 16h, jeudi 12h à 16h, samedi 9h à 13h).  
Plus d'infos sur : [www.sport2be.org](http://www.sport2be.org)

# La RainbowHouse

## QUI SOMMES-NOUS

La Rainbowhouse contribue à la visibilité des personnes LGBTQIA+ en organisant des activités culturelles. Elle accompagne les associations/collectifs dans leurs besoins et revendications par un travail de plaidoyer politique. C'est aussi un espace-bar au cœur du quartier LGBTQIA+ de Bruxelles qui permet la rencontre et le soutien aux questions et problématiques multiples et variées.

La RainbowHouse est une fédération qui rassemble plus de 70 associations et collectifs actifs dans le domaine des minorités sexuelles et de genre en région bruxelloise. L'organisation se concentre sur trois piliers : plaidoyer et réorientation, formation-sensibilisation et évènementiel.

Elle travaille en étroite collaboration avec l'asbl Inclusion, une association spécialisée sur les questions LGBTQIA+ en contexte interculturel, d'asile et de migration.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Je souhaite m'informer sur les droits des personnes LGBTQIA+.  
Où puis-je me renseigner ?

**Je suis victime de discrimination LGBTQIA+,  
qui peut m'aider ?**

Comment puis-je soutenir la RainbowHouse et devenir bénévole ?

Quelles sont les ressources disponibles pour les personnes LGBTQIA+ en matière de santé mentale et physique ?

**Je souhaite participer à un groupe de soutien des jeunes LGBTQIA+.  
Comment savoir ce qui existe ?**



RainbowHouse Brussels  
Bureaux et Bar - Rue du Marché  
au Charbon 42, 1000 Bruxelles



Tél. : 02/503.59.90 (du lundi au  
vendredi de 14 à 18h)  
Plus d'infos sur :  
[www.rainbowhouse.be](http://www.rainbowhouse.be)

## QUI SOMMES-NOUS

PSYBRU est la version bruxelloise du programme fédéral de remboursement des soins psychologiques de première ligne. Il permet à tout citoyen, en ordre de mutuelle, d'avoir accès à des soins psychologiques de première ligne à des tarifs très abordables : 11€ (4€ pour les statuts BIM) pour une séance individuelle et 2.5€ pour une séance de groupe de 2h.

Ces prises en charge peuvent être organisées dans les cabinets privés des psychologues mais également, de plus en plus, dans des lieux non connotés « santé mentale » comme des maisons médicales, des services communaux, des maisons de jeunes... Des séances de sensibilisation sur des thématiques relevant de la santé mentale peuvent également être organisées, gratuitement, pour des groupes de plus de 15 personnes.

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Comment puis-je trouver, près de chez moi, un psychologue à des tarifs abordables ?

**Quelles sont les thématiques abordées en groupe ?**



Les coordonnées des psychologues conventionnés sont disponibles, via un moteur de recherche et une carte interactive sur [www.psybru.be](http://www.psybru.be)

# FARES

## QUI SOMMES-NOUS

Le FARES (Fonds des Affections Respiratoires asbl), est une association sans but lucratif qui se consacre à la lutte contre la tuberculose, à la prévention et à la gestion du tabagisme et à l'information sur d'autres affections respiratoires chroniques.

Pour la prévention et l'aide à la gestion du tabagisme, FARES vise à renforcer la capacité des personnes à prendre des décisions favorables à leur bien-être et à se questionner sur le tabagisme sans jugement ou parti pris. Les actions sont l'accompagnement, la sensibilisation à travers des animations et la création d'environnements favorables à la santé. Le service aide également au sevrage tabagique en orientant vers des services d'aide.

Notre thématique est le tabac et les produits/dispositifs associés ou dérivés (chicha, e-cigarette, CBD, cannabis, etc.). Nous travaillons aussi bien sur les consommations que selon des approches défocalisées (compétences psychosociales, démarche motivationnelle, santé globale et bien-être, approche genrée, pleine conscience, ...).

## QUESTIONS LES PLUS FRÉQUENTES

Je souhaite limiter ma consommation de tabac. Qui peut m'aider ?

### **Puis-je être addict à la puff ?**

Le CBD, c'est du cannabis ?

### **Faut-il fumer la chicha plutôt que la cigarette ?**



Tél. 02/512 29 36  
Mail : [information@fares.be](mailto:information@fares.be)  
Plus d'infos sur : [www.fares.be](http://www.fares.be)

# Notes

A series of horizontal dashed lines for writing notes.



**Le SIEP Bruxelles  
propose toute l'année  
des entretiens  
d'information individuels  
et personnalisés.**

Les entretiens sont  
gratuits, anonymes  
et sans rendez-vous.

**3 permanences**

**Schaerbeek  
Evere  
Marolles**



**siep.bxl@siep.be  
02/640 08 32**

The logo for SIEP, consisting of the word "siep" in a lowercase, rounded, sans-serif font, set against a yellow square background.