



J'entre au collège

Ce guide va bien m'aider !

Bien-vivre au collège : notre action pour chaque élève



Kléber MESQUIDA,
Président
du Département
de l'Hérault



Renaud CALVAT,
Vice-président
délégué
à l'éducation
et aux collèges

Le Département est présent aux côtés des jeunes pour garantir que leurs années collège puissent être vécues dans les meilleures conditions possibles : en assurant l'entretien et l'aménagement des bâtiments et des extérieurs des établissements, en proposant des repas de qualité dans les cantines scolaires, mais aussi en soutenant l'organisation d'activités éducatives originales qui permettent d'élargir les horizons au-delà des portes du collège. Ce guide pratique détaille toutes les actions du Département qui contribuent à l'épanouissement de chaque collégien.

Les **3** choses à savoir sur le Département de l'Hérault

1 Il s'occupe du futur... même s'il a plus de 200 ans !

La France compte 101 Départements, dont 5 en outre-mer. Ils ont été créés durant la Révolution française en décembre 1789.

Mais ce qui compte c'est surtout le présent et votre futur ! C'est pourquoi dans l'Hérault le Département agit chaque jour pour vous permettre de grandir dans un monde avec plus de solidarité et d'écologie.

2 Un Département ça sert énormément !

Le Département c'est aussi de nombreux métiers à votre service : médecin, documentaliste, jardinier/ère... Ils ont plusieurs missions : ils sont responsables de la construction et de l'entretien des collèges, ils entretiennent les routes, ils apportent le coup de pouce nécessaire pour aider les personnes en difficulté., etc.

Le Département est dirigé par les conseillers départementaux, élus pour 6 ans. Chaque année ils votent le budget et le répartissent dans différents domaines : collèges, routes,

sports et loisirs, protection des mineurs, soutien des seniors, accompagnement des personnes handicapées, etc.

3 Dans quelques années, moi aussi j'élirai des conseillers départementaux !

Les citoyens français élisent les conseillers départementaux. En France, tu deviens pleinement citoyen à l'âge de 18 ans. Ainsi, tu pourras aller voter pour choisir tes représentants. Être citoyen français, c'est donc être français et majeur, et avoir des droits et des devoirs civiques.

Maintenant je suis collégien, ça change quoi ?

“ Ma cantine

PLUS DE LIBERTÉ POUR NE RIEN GASPILLER



Je choisis mes portions selon ma faim (*petite, moyenne ou grande!*).

Je choisis mes plats: self-service et bars à salade.

Je pèse mes déchets pour moins gaspiller.

Je mange bio, local, et je donne mon avis sur les menus.

Je participe à des ateliers pour apprendre à cuisiner.

“ Mes devoirs

PLUS D'AIDE POUR PROGRESSER

📍 **À Montpellier, je vais à la médiathèque de Pierrevives. C'est gratuit!**

Aide aux devoirs et conseils de méthodes, du mardi au vendredi, de 15h à 18h, pendant les vacances scolaires.

Réviser à Pierresvives,

du mardi au samedi de 10h à 19h, pendant les vacances d'hiver, de printemps et tout le mois de juin.

Ressources, accompagnement individuel sur rendez-vous ou ateliers collectifs.

▶ pierresvives.herault.fr

▶ pierresvives@herault.fr

▶ 04 67 67 30 00



🏠 **Chez moi, je me connecte à toutapprendre.com. C'est gratuit aussi!**

Soutien scolaire, langues, bureautique, loisirs...





66

Mon orientation

PLUS DE PISTES POUR SE REPÉRER

J'ai accès gratuitement aux infos à l'Espace Jeunes Citoyens de Pierresvives à Montpellier, les mardi, jeudi et vendredi de 13h à 18h, le mercredi et le samedi de 10h à 18h.

pierresvives.herault.fr/1322-espaces-jeunes-citoyens.htm
pierresvives@herault.fr
04 67 67 30 00

En 3^e, je ferai un stage de cinq jours pour découvrir un métier: je peux déjà y réfléchir!

► stagesde3eme.herault.fr



66

Mon sport

PLUS D'ACTIVITÉS POUR BOUGER

Je fais le sport que j'aime

tous les mercredis après-midi avec l'UNSS.

Le Département aide mes parents à payer la licence sportive scolaire pour mon année de 6^e

14€ pris en charge avec le Coupon Sport.

► facebook.com/UnssHerault34



66

Mes projets

PLUS D'IDÉES POUR LES RÉALISER

Je peux demander une aide

Cap Jeunes pour un projet sport, environnement, culture, social : 1 000€ pour un projet solo, 2 000€ pour un projet avec des amis.

► cap-jeunes@herault.fr
► 04 67 67 66 52

Je peux devenir éco-délégué pour réaliser des actions écologiques au collège et pour la planète.

“ Mon bien-être

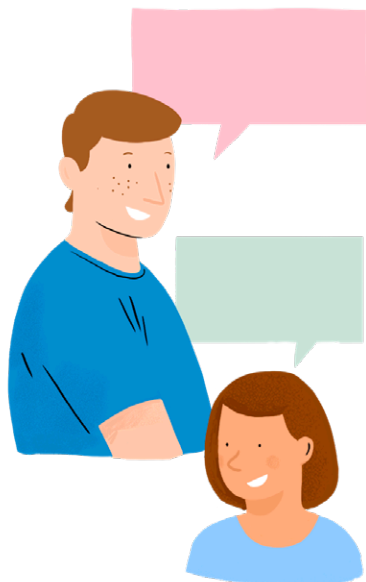
PLUS DE SOLUTIONS POUR PRÉVENIR LES RISQUES DE HARCÈLEMENT

Si je subis des violences physiques et psychologiques, des intimidations, moqueries, insultes; si je me sens harcelé, mis à l'écart, dans la vraie vie et/ou sur les réseaux sociaux; si j'ai des relations difficiles avec mes proches; si je me sens mal, angoissé, déprimé...

J'en parle sans attendre à un adulte de confiance (*l'infirmière du collège, un.e enseignant.e, un parent...*) parce que des solutions existent pour m'aider.

Jamais je ne critique ou menace qui que ce soit sur les groupes, même privés. Le harcèlement scolaire est puni par la Loi. Tout ce qui est écrit et publié en ligne (*message, photos*) ne s'efface pas!

- ▶ **3020 pour signaler un cas de harcèlement**
- ▶ **3018 pour signaler un cas de cyber-harcèlement (services et appels gratuits)**



**J'ai accès à des lieux
où des professionnels
m'accueillent, m'écoutent,
m'informent et m'aident**

**Rendez-vous anonymes,
confidentiels et gratuits**

📍 **La Maison des adolescents de l'Hérault**

- ▶ mda34.org
- ▶ 04 67 92 99 18 (Montpellier)
- ▶ 04 67 76 94 85 (Béziers)

📍 **Les points écoute en Hérault**

- ▶ cartosantejeunes.org/?CartoSante

📍 **Les Centres de santé sexuelle
de l'Hérault (contraception, sexualité,
consentement)**

- ▶ herault.fr/sante-sexualite

Il construit, entretient et rénove mon collège.

Il facilite mes trajets maison-collège à vélo (ateliers mécaniques, vélo-école, voies vertes, pistes cyclables...).

Il finance des projets et des sorties sur plein de sujets comme le sport, l'alimentation, l'écologie, la sécurité routière...

Il finance et installe les ordinateurs dont je me sers pour travailler.

Il aménage des halles de sport, et finance en partie ma licence UNSS.

Il m'incite à réduire le gaspillage alimentaire.

Il s'assure que je mange des produits de bonne qualité, bio et locaux.

QUE FAIT LE DÉPARTEMENT POUR MOI DANS MON COLLÈGE ?



Mes parents seront intéressés de savoir ça !

Pour la cantine

**LE CHOIX
DU DÉPARTEMENT
C'EST LA QUALITÉ**

**Des menus variés et
équilibrés, élaborés sous
le contrôle de diététiciens !**

70%

de produits bio, locaux
et labellisés

UN LABEL CERTIFIÉ ÉCOCERT

au moins 40 % de bio et 50 %
de cuisine réalisée avec
des produits bruts ou très
peu transformés.

35%

de réduction du gaspillage
alimentaire depuis 2015.

OBJECTIF 2028 : 100%

de produit bio, labellisés,
de saison et de proximité

Dans les collèges publics
de l'Hérault dont la restauration
est gérée par le Département,
on mange sain et équilibré pour

4,10€

pour un coût de production
de 10,14€ pour le Département!

Pour les familles les plus
modestes c'est toujours

1€



**Jusqu'au 30 septembre,
déposez une demande
d'aide à la restauration
des collégiens sur le site**

▶ aiderestauration scolaire.herault.fr

**Service d'aide à la restauration
des collégiens du Département**

▶ du lundi au vendredi de 9h à 12h

▶ 04 67 67 81 93

▶ restauration scolaire@herault.fr

Pour le sport

**LE CHOIX
DU DÉPARTEMENT
C'EST QUE TOUT
LE MONDE
PUISSE EN FAIRE**

41

halles de sport, 2 en projet à Frontignan et Montpellier.

10

collèges équipés d'un gymnase.

HANDISPORTS'SCOL

tous les mercredis après-midi, des activités physiques et sportives adaptées pour les collégiens en situation de handicap.

*Comité départemental Handisport
Hérault 9*

► 04 67 67 42 84

Pour les collèges

**LE CHOIX
DU DÉPARTEMENT
C'EST D'INVESTIR
BEAUCOUP**

800

agents technique des collèges pour l'entretien, l'accueil, et le service dans les cantines.

36 M€

investis en 2024 pour les travaux dans les collèges,

2,1 M€

pour les halles de sport.

2

nouveaux collèges en projet : Juvignac et Maraussan. Le Crès, 1^{er} collège de l'Hérault à énergie positive*

11

collèges équipés en voies vertes et pistes cyclables. Projet expérimental AVELO 2, soutenu par l'ADEME, dans les collèges de Vendres et Mauguio.

Pour l'éducation

**LE CHOIX DU DÉPARTEMENT
C'EST L'OUVERTURE D'ESPRIT**

Avec les Actions Éducatives Territoriales (AET) :

600

actions & sorties éducatives, sur des thèmes comme la citoyenneté, la culture ou l'environnement, pour comprendre les enjeux et la société d'aujourd'hui.

Pour le numérique

**LE CHOIX DU DÉPARTEMENT
C'EST L'ÉDUCATIF
ET LA PRÉVENTION**

**DES ÉQUIPEMENTS
PERFORMANTS**

(ordinateurs, vidéoprojecteurs interactifs...) renouvelés tous les 5 ans.

Pas de réseaux sociaux avant

13 ANS

c'est la réglementation que chaque collège doit faire intégrer aux nouveaux arrivants.

Que se passe-t-il derrière mon assiette à la cantine?

- 3 Mois

Des diététiciens imaginent mon menu sain, de saison et équilibré.



J-5 à J-3

Des producteurs locaux livrent leurs produits dans les UPC (unités de production culinaire) : fruits, légumes, produits laitiers, viandes, etc.



J-2

Des cuisiniers préparent mes plats cuisinés fait maison, avec des produits frais !



J-1

Des agents livrent les plats et produits frais dans la cantine de mon collège.



JOUR J

Mes plats sont préparés et réchauffés, je peux les déguster ! Dans mon assiette il y a 70% de produits bio et locaux. Ce sera 100% en 2028.



Parfois ce qu'on me propose à la cantine ne correspond pas au menu Pourquoi ?

C'est normal, toutes ces équipes qui travaillent pour bien vous nourrir peuvent rencontrer des imprévus : trop de soleil ou trop de pluie ont perturbé la récolte des produits frais, un frigo ou un four est tombé en panne, des collégiens plus nombreux que prévus, etc. Dans ce cas, le plat est alors remplacé !

Mémo Tous les contacts utiles pour ma vie de collégien

DÉPARTEMENT DE L'HÉRAULT

Hôtel du Département

Mas d'Alco
1977 avenue des Moulins
34087 Montpellier cedex 4

► 04 67 67 67 67
► www.herault.fr

Aide à la restauration des collégiens

► 04 67 67 81 93
► restaurationscolaire@herault.fr

Pour trouver un stage et postuler

► stagesde3eme.herault.fr

Espace jeunes citoyens

Pierresvives à Montpellier
► 04 67 67 30 86
► www.crij.org/herault/fr

Hérault Sport

► 04 67 67 38 00
► www.sport.herault.fr

Scène de Bayssan

Béziers
► 04 67 28 37 32
► www.scenedebayssan.fr

Domaines départemental

Pierresvives à Montpellier
► 04 67 67 30 00
► www.pierresvives.herault.fr

Maison départementale de l'environnement

Domaine de Restinclières,
à Prades-le-lez
► 04 67 67 82 20
► domainederestinclieres@herault.fr

ÉDUCATION

Académie de Montpellier

► www.ac-montpellier.fr

Ministère éducation nationale

► www.education.gouv.fr

SANTÉ

Centres de santé sexuelle

► herault.fr/1142-sante-et-sexualite.htm

Centre Gratuit d'information de Dépistage et de Diagnostic (CeGIDD)

► 04 67 33 69 50 (Montpellier)
► 04 67 35 73 84 (Béziers)
► 04 67 46 58 87 (Sète)

Fil santé jeunes (Pour les 12-25 ans)

► 0800 235 236 (appel gratuit)
► www.filsantejeunes.com

Maison des adolescents

► www.mda34.org
► 04 67 92 99 18 (Montpellier)
► 04 67 76 94 85 (Béziers)

Allo Enfance en Danger

► 119 N° vert (gratuit)

Pour signaler des sites ou des contenus choquants ou illégaux

► www.pointdecontact.net/

Pour demander conseil et aide en cas de violences numériques

Cyber harcèlement, chantage à la webcam, exposition à des contenus violents...

► 3018 N° national (gratuit, anonyme et confidentiel)
► <https://e-enfance.org/app3018/>

SERVICES D'URGENCE

112 N° urgence européen

15 Samu

17 Police Secours

18 Pompiers

114 N° urgence pour les personnes sourdes et malentendantes