

L'ACQUISITION DE LA MAJORITÉ MET LE JEUNE ADULTE, DÈS SES 18 ANS, FACE À DE NOUVEAUX DROITS, MAIS AUSSI FACE À DE NOUVELLES OBLIGATIONS.

PARTIR DE CHEZ SES PARENTS, GAGNER ET GÉRER SON ARGENT, CHOISIR SA FORMATION, VIVRE AU MIEUX SA SEXUALITÉ, APPRENDRE LES OBLIGATIONS ADMINISTRATIVES, TROUVER UN LOGEMENT, DÉCROCHER UN EMPLOI SONT AUTANT D'ÉTAPES IMPORTANTES MENANT À L'AUTONOMIE, MAIS POUVANT AUSSI ENGENDRER QUELQUES BOUFFÉES D'ANGOISSE ET REMISES EN QUESTION.

RICHES DES SOLlicitATIONS DES JEUNES ADULTES, DES RÉPONSES TROUVÉES ENSEMBLE ET AVEC NOS PARTENAIRES, NOUS AVONS EU ENVIE D'ÉCRIRE UN GUIDE SPÉCIALEMENT CIBLÉ POUR LES 18-25 ANS, AFIN DE LEUR DONNER UN OUTIL DE BASE REMPLI D'INFORMATIONS UTILES, DE TUYAUX PRATIQUES ET DE PISTES À CREUSER.

CE TRAVAIL A ÉTÉ GRANDEMENT FACILITÉ PAR L'APPORT DE LA VERSION ORIGINALE DU «COUP DE POUCE POUR MAJEUR» ÉDITÉ PAR INFOR JEUNES À GENÈVE.

POUR SE PROCURER

COUP DE POUCE POUR MAJEUR-E

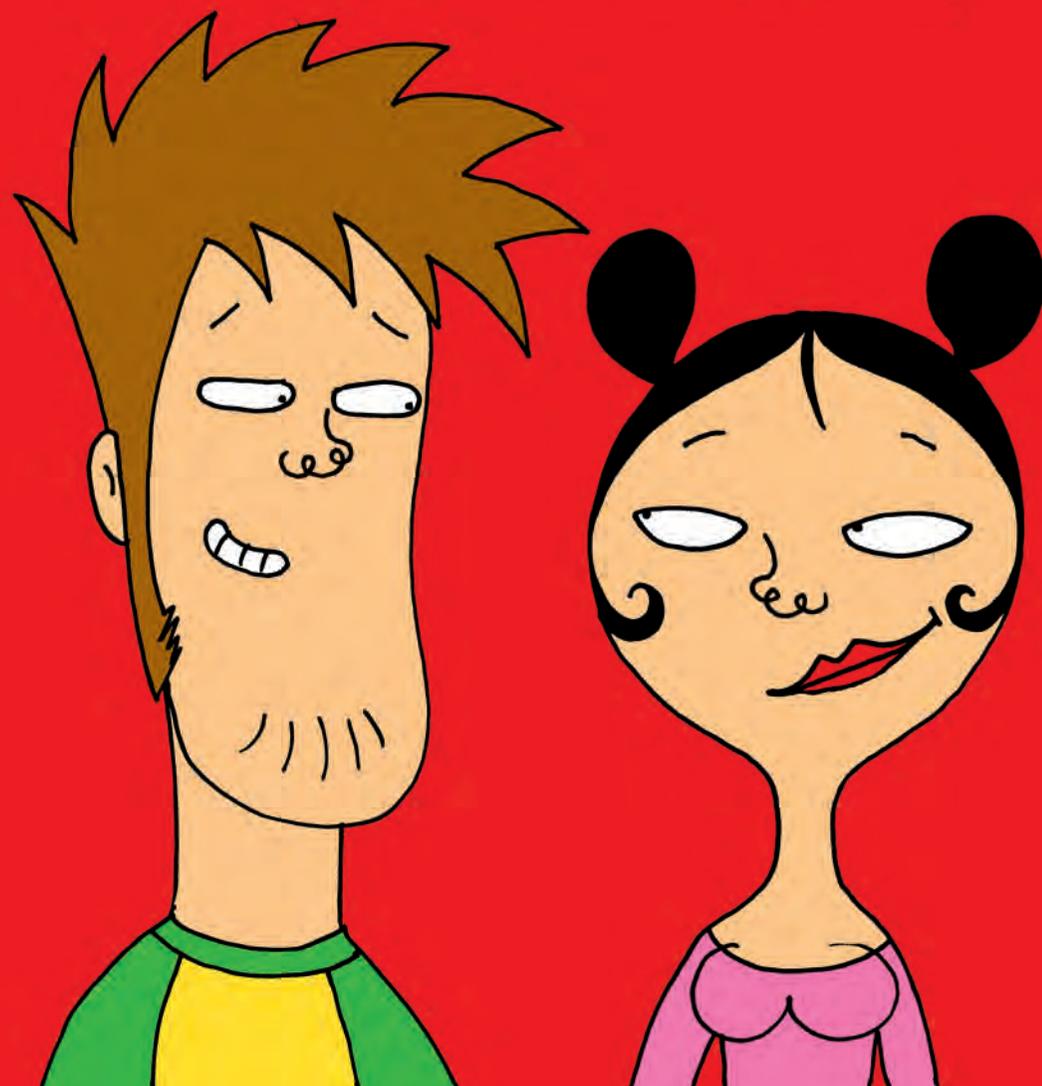
DÉPARTEMENT DE L'ÉDUCATION ET DE LA FAMILLE
SERVICE DE PROTECTION DE L'ADULTE ET DE LA JEUNESSE
QUAI PHILIPPE-GODET 5
2000 NEUCHÂTEL
WWW.NE.CH/DELEGUEJEUNESSE



COUP DE POUCE POUR MAJEUR-E

COUP DE POUCE POUR MAJEUR-E

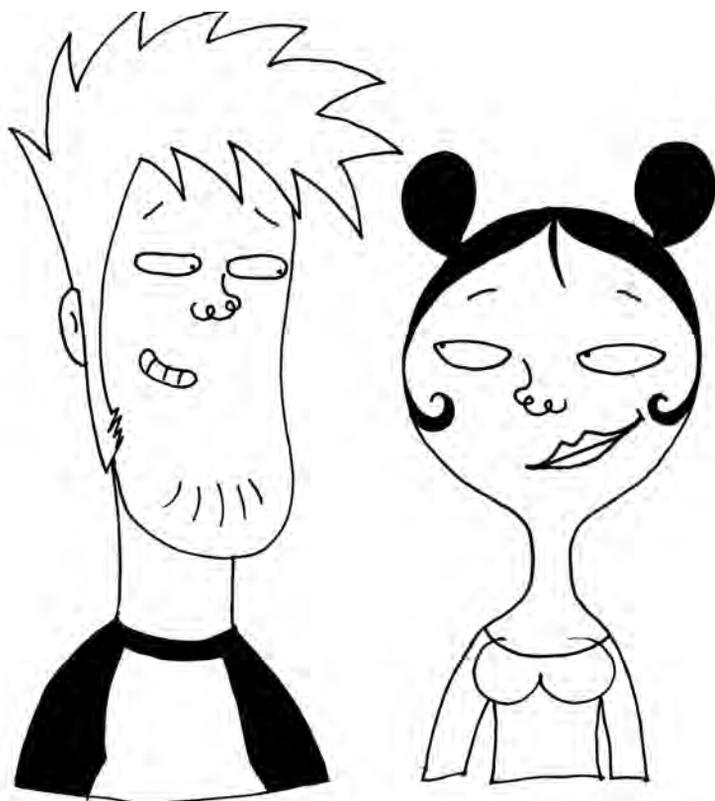
GUIDE DE RENSEIGNEMENTS PRATIQUES À L'INTENTION
DES JEUNES ADULTES DU CANTON DE NEUCHÂTEL



COUP DE POUCE
POUR MAJEUR-E

COUP DE POUCE POUR MAJEUR-E

GUIDE DE RENSEIGNEMENTS PRATIQUES
À L'INTENTION DES JEUNES ADULTES
DU CANTON DE NEUCHÂTEL



18 ans ! Un âge rêvé par les enfants et ados, un âge de rêve pour celles et ceux qui enfin y touchent, un âge qui fait rêver... les parents !

18 ans. L'âge de la majorité, selon les termes de la loi, solennels et quelque peu arides : en devenant majeure, la personne devient pleinement sujet de droits et d'obligations. Dans le fond, rien de nouveau. En tant que mineur-e, on exerce déjà plein de droits et on accomplit toute sorte de devoirs.

18 ans ? Que se passe-t-il donc d'aussi important ? On devient autonome ? Rarement aussi rapidement. On s'affranchit de ses parents ? Pas si vite non plus. On n'a plus besoin d'aide ou de protection ? Loin de là.

Par contre, à partir de 18 ans on est autrement responsable. Autrement, car c'est désormais nous qui décidons, seul-e. Responsables de nos choix, face aux autres. Les ami-e-s, la famille, les parents, les camarades, tout ce monde contribue à nous entourer mais au final s'ils peuvent nous conseiller ou partager des avis, ils ne peuvent plus « décider à notre place ».

À 18 ans, nous avons le droit de décider et le devoir de prendre notre vie entre nos mains. A nous de construire notre chemin de vie, à nous de l'assumer et à nous aussi d'assurer notre propre protection. Quelle aventure !

Le livre que vous tenez entre vos mains se veut utile, pratique et pas barbant. Un outil pour vous aider à franchir quelques premiers pas dans la vie adulte d'une manière plus conviviale, même si des termes tels que primes de caisse maladie, impôts, contrat de bail, assurances, franchises, emprunts, leasings, contrôle des habitants, état civil, taxes, démarches administratives ... sont aussi sexy que les maillots de bain tricotés par nos aïeux !

Coup de pouce pour Majeur-e vise à vous accompagner dans vos premières démarches, à détricoter ce monde des « adultes », complexe et multiforme.

Un coup de pouce plutôt qu'un lever de majeur : avouez que c'est plus sympa pour vous soutenir et vous mettre en garde contre les risques qui se cachent derrière certaines démarches avec des tiers, soient-ils privés ou publics, et du danger que cela représente lorsque vous êtes justement seul-e-s à assumer les conséquences de vos actes.

Par son Département de l'éducation et de la famille, le Canton de Neuchâtel souhaite que ce petit livre, qui en est à sa 5ème édition, aide les jeunes majeur-e-s de notre collectivité, à entrer dans le monde des adultes de la manière la plus fluide qui soit, sans trébucher, et en pleine maîtrise de leurs moyens et leurs limites. En d'autres termes, nous vous souhaitons de devenir pleinement des citoyen-ne-s responsables, consciencieux et consciencieuses et audacieux et audacieuses ; en un mot, heureux et heureuses !

La Conseillère d'État
Cheffe du département de l'éducation et de la famille
Monika Maire-Hefti

SOMMAIRE

DEVENIR ADULTE : TOUT UN PROGRAMME !.....	7
QUI EST LE OU LA DÉLÉGUÉ-E À LA JEUNESSE ?	9
DROITS & OBLIGATIONS	11
ASSURANCES	30
ARGENT	47
FORMATION	56
TRAVAIL.....	66
LOGEMENT.....	78
SANTÉ	84
ÉTRANGÈRES OU ÉTRANGERS EN SUISSE & NATURALISATION.....	96
POLICE & JUSTICE	107
TEMPS LIBRE	115
TABLE DES MATIÈRES	128

**Service de Protection de l'Adulte et de la Jeunesse
Délégué-e à la Jeunesse du Canton de Neuchâtel**

Assisté de M. Dobrivoje Baljzović et Mme Chantal Fehlbaum

Le "Coup de Pouce pour majeur-e" est une publication originale d'Infor Jeunes,
(Infor Jeunes - 13, Rue Verdaine - 1204 Genève - 022 420 55 55 - www.inforjeunes.ch)
Service de Prévention de l'Hospice Général - Institution Genevoise d'Action Sociale
Illustrations originales de Mme Hélène Bruller.

Nous tenons à remercier chaleureusement les nombreux ami-e-s, collègues et expert-e-s
pour leur supervision et leurs conseils avisés.

Cette publication a été rendue possible grâce au Service de Protection de l'Adulte et de
la Jeunesse - Délégué-e à la jeunesse et Infor Jeunes Genève.

5^{ème} édition - 2018

Imprimé par IDM S.A. La Chaux-de-Fonds

Diffusé par le Service de Protection de l'Adulte et de la Jeunesse -
Délégué-e à la Jeunesse - 5, Quai Philippe-Godet - 2000 Neuchâtel

DEVENIR ADULTE : TOUT UN PROGRAMME !



"Lorsque tu auras 18 ans, tu pourras choisir, mais pour l'instant, c'est moi qui décide". Cette phrase vous rappelle peut-être quelque chose et maintenant que vous avez atteint votre majorité, vous voilà enfin libre de décider !

Il est vrai que cet anniversaire est important car, face à la loi, vous devenez majeur-e et vous entrez dans l'âge dit "adulte"... Mais le serez-vous pour autant ? Vous le savez bien, les choses ne sont pas aussi simples que cela ! La vie pousse certain-e-s à devenir adulte et responsable bien avant leur majorité, alors que d'autres le deviendront beaucoup plus tard. À chacun-e son histoire, son rythme, sa réalité.

Devenir adulte, c'est partir vers l'autonomie ! Pour cela, il faut prendre le risque de quitter un chemin balisé pour aller à la découverte de sentiers parfois inconnus. Apprendre à voler de ses propres ailes est une aventure passionnante mais pas toujours facile car il faut faire face aux situations de la vie en se débrouillant plus ou moins seul-e, prendre des décisions importantes pour la suite, faire des choix en apprenant à en mesurer les conséquences. En bref, s'assumer !

Partir de chez ses parents pour créer son nouveau lieu ("*Mon Dieu, mon petit coeur, tu veux partir ?*"), gagner et gérer son argent, choisir sa formation, découvrir ou perfectionner les relations sexuelles, arriver dans le monde du travail, apprendre les obligations administratives ("*Si je comprends bien, je dois d'abord envoyer la feuille rose au guichet B qui, sur présentation de mon passeport, me donnera -contre paiement- le formulaire Z à faire signer ensuite au guichet X*"), faire sa lessive tout-e seul-e, vivre l'aventure du couple, sont autant d'étapes géniales mais qui peuvent aussi engendrer quelques grandes bouffées d'angoisse et de remises en question.

Rassurez-vous, c'est plus que normal !

Dans cette période où tout se bouscule, il se peut qu'il manque parfois le renseignement utile, la bonne adresse, l'oreille attentive ou le conseil glissé au bon moment. Le ou la délégué-e à la jeunesse, ainsi que les services communaux de la jeunesse, rencontrent beaucoup "d'adultes en devenir" qui viennent les solliciter sur différents thèmes afin d'essayer d'y voir plus clair.

Alors, riches des réponses que nous avons trouvées ensemble depuis de nombreuses années, et grâce au travail remarquable des rédactrices et rédacteurs de la version genevoise, nous avons eu envie d'écrire ce guide spécialement ciblé pour les jeunes adultes que vous êtes, afin de vous donner un outil de base rempli d'informations utiles, de tuyaux pratiques et de pistes à creuser.

Mais avant d'entrer dans le vif du sujet, permettez-nous de nous présenter.

QUI EST LE OU LA DÉLÉGUÉ-E À LA JEUNESSE ?

Le ou la délégué-e à la jeunesse du canton de Neuchâtel travaille au Service de protection de l'adulte et de la jeunesse (SPAJ). Il ou elle œuvre à la promotion de l'enfance et de la jeunesse du canton en s'engageant régulièrement dans des actions, des projets et des programmes encourageant les activités de jeunesse extrascolaires.

Il ou elle favorise notamment la participation des enfants et des jeunes à la vie sociale et politique (par exemple en coordonnant l'Action 72 heures et la Campagne "j'ai voté"). En effet, ces derniers doivent concrètement pouvoir bénéficier d'un accompagnement et d'opportunités complémentaires à l'école qui leur permettent de développer leur créativité, d'acquérir des compétences sociales, de renforcer leur autonomie, ou encore d'assumer des responsabilités. Le manuel "Coup de pouce pour majeur-e" s'inscrit parfaitement dans cet esprit !

Le ou la délégué-e à la jeunesse informe et sensibilise aussi le public en matière de droit des enfants. Il ou elle organise ainsi de façon ponctuelle des manifestations liées à la jeunesse en partenariat avec des organes et des institutions spécialisés du domaine. Tel fut le cas en 2017 avec la **campagne cantonale de sensibilisation aux droits de l'enfant "10 mois 10 droits"**. Cet événement -qui s'est déroulé de janvier à novembre 2017- était structuré autour des 10 droits de l'enfant, chacun d'eux faisant l'objet d'activités spécifiques (cafés, centres, journal et ciné) sur un mois.

Dès le mois de septembre 2017, il ou elle -en association avec le ou la délégué-e cantonal-e interjurassien-ne à la jeunesse et le Service de l'intégration et des infrastructures culturelles de la Ville de Neuchâtel (SIIC)- propose **aux jeunes de moins de 30 ans** des cantons du Jura, de Neuchâtel, ainsi que du Jura bernois, la **Carte Avantages Jeunes BEJUNE**, valable aussi en France voisine. Celle-ci permet de bénéficier de gratuités et de réductions dans les domaines du sport, des loisirs, de la culture, des sorties et dans certaines boutiques sur l'ensemble du territoire concerné (www.avantagesjeunes.com).

NOS COORDONNÉES :

SPAJ - Délégué-e à la jeunesse : 5, Quai Philippe-Godet /
2000 Neuchâtel / 032 889 85 41.

QUELQUES CLÉS AVANT D'ABORDER LA LECTURE DE CE GUIDE

- Le "Coup de pouce pour majeur-e" a été écrit dans l'idée que chaque chapitre se suffit à lui-même. Nul besoin de le lire de A à Z. Vous pouvez ainsi sélectionner les thèmes qui vous intéressent, et passer ceux qui vous semblent peu utiles pour le moment, quitte à y revenir quand vous en aurez plus spécifiquement besoin !
- D'autre part, il est important de vous préciser que nous avons opté pour un survol des thèmes en ne donnant que les informations incontournables et générales. Peut-être que, dans votre situation, certains sujets auraient mérité un approfondissement plus en lien avec vos besoins personnels. Nous avons essayé, la plupart du temps, de vous donner les adresses faîtières afin que vous puissiez continuer, par vos propres moyens, vos démarches personnelles.

Cela dit, n'oubliez pas qu'à tout moment, nous restons disponibles pour chercher avec vous les pistes qui vous aideraient à avancer dans votre recherche. N'hésitez donc pas à nous utiliser !

- Ce guide sera réactualisé environ tous les 5 ans. Cette 5^{ème} édition nous a donné l'occasion de mettre à jour certaines informations (adresses, téléphones, courriels), d'en ajouter de nouvelles en considérant également un certain nombre de vos demandes.

En attendant, bonne lecture !

AVOIR 18 ANS : NOUVEAUX DROITS



Hé oui, vous voilà majeur-e ! Adulte comme on dit. Plus besoin de l'accord légal de vos parents. C'est dorénavant vous qui choisissez, et cela change pas mal les choses ! Cela vous donne clairement de **nouveaux droits** (par exemple, créer vous-même une association ou une entreprise, signer un contrat), cela vous met aussi face à de **nouvelles obligations morales** (se mettre d'accord sur les règles de vie d'un logement commun avec vos parents, ami-e-s ou partenaires) et **administratives** (remplir une déclaration d'impôts, armée).

VOS NOUVEAUX DROITS

Être majeur-e fait de vous une **personne pleinement responsable de ses actes aux yeux de la société et de la loi**. Si vous êtes originaire d'un pays qui reconnaît la majorité avant ou après 18 ans et que vous résidez en Suisse, c'est le droit suisse qui prime.

Désormais :

- Vous **possédez la majorité civique**. Elle vous permet ainsi de voter et de vous présenter à une élection. Voter, être élu-e ? C'est la façon la plus directe de participer à la vie politique de votre commune, votre canton ou votre pays. Vous devenez potentiellement une citoyenne-actrice ou un citoyen-acteur, capable d'influencer les décisions politiques.

"Se mouiller", prendre position, dire ce qui vous semble injuste, proposer des pistes de réflexion ou d'action sont des gestes importants. En participant aux débats de la société (emploi, logement, écologie, économie, armée), vous vous formerez ainsi une conscience politique. À vous de jouer et de voter !

- Vous **atteignez la majorité civile**. Dorénavant, vous assumez pleinement vos décisions et vos choix (oraux et écrits). **Votre signature et votre accord vous engagent légalement**. Vos parents ne sont plus tenus de réparer vos bourdes (comme celles d'assumer un contrat de prêt avec une banque) ou de modifier un "deal" passé avec un opérateur de téléphonie. Donc, prudence et méfiance : **prenez le temps de mesurer les enjeux de vos décisions avant d'apposer votre signature sur un papier car désormais, vous serez seul-e à en assumer les conséquences**.
- Bénéficiaire de la **majorité matrimoniale**, vous pouvez donc vous marier ;
- La **majorité sexuelle**, quant à elle, n'attend pas les 18 ans. Elle est déjà acquise à 16 ans. Sachez que les relations sexuelles avec des mineur-e-s de moins de 16 ans sont possibles, pour autant que la **différence d'âge des 2 partenaires ne dépasse pas 3 ans**, et qu'il ou elle soit, bien évidemment, consentant-e !



- En ce qui concerne **vosre formation** ou **vosre travail**, vous devenez l'interlocutrice ou l'interlocuteur direct-e de vos enseignant-e-s ou employeurs. Aucune information concernant vos études ou votre travail ne pourra parvenir à vos parents sans votre consentement ! **Vous pouvez ainsi signer vous-même vos bulletins scolaires, et c'est à vous aussi de justifier vos absences.**

Cette nouvelle liberté ne devrait évidemment pas vous priver de cultiver le dialogue avec vos parents : nourrir une relation basée sur la confiance et la transparence avec ses proches permet souvent de dénouer les difficultés.

- À propos d'argent, vous avez l'opportunité et le devoir suprême de gérer vous-même vos ressources (revenus, fortune, rente) et de régler vos paiements. Malgré votre majorité, vos parents conservent un devoir d'entretien financier à votre égard (jusqu'à votre 25^{ème} année), pour autant que vous n'ayez pas encore terminé une formation appropriée, et que celle-ci se déroule à un rythme normal. Notez qu'un échec scolaire n'empêche pas la continuation de cette aide.

En cas d'un refus de vos parents d'assumer cette tâche, renseignez-vous auprès de l'assistant-e social-e de votre école. Un-e juge pourra organiser une conciliation avec vos parents afin de fixer le montant qui devrait vous revenir de droit.



AVOIR 18 ANS : NOUVELLES OBLIGATIONS FUIR NE SERT À RIEN, LA TERRE EST RONDE !



Désormais citoyen-ne à part entière, vous devez faire face à certaines obligations que jusque-là vos parents avaient assumées pour vous. Que vous le vouliez ou non, vous allez devoir apprendre un nouveau rôle, celui d'administré-e ! Et il n'est pas toujours facile de s'y retrouver.

Trimbalé-e de bureaux en guichets, de couloirs en services (vous allez le découvrir non sans une certaine émotion !), essayez de garder le sourire et, si nécessaire, rappelez à qui de droit que l'une des tâches des services publics est justement d'être à votre service. Il ne faut donc pas hésiter à poser vos questions.

Mais tout d'abord, un conseil : avant de vous rendre dans n'importe quel service administratif, renseignez-vous sur les documents dont vous aurez besoin pour obtenir ce que vous désirez.

En effet, rien de plus frustrant que de faire la queue pendant des heures pour finalement s'entendre dire au guichet qu'il vous faut revenir un autre jour avec le papier que vous avez oublié à la maison au fond d'un tiroir !

LE PARCOURS DU COMBATTANT DE LA OU DU JEUNE ADMINISTRÉ-E

Pour atteindre les administrations des communes du canton de Neuchâtel, il vous suffit de taper sur Internet le nom de votre commune suivi du "@ne.ch".

Pour les Villes de Neuchâtel, La Chaux-de-Fonds et du Locle, il vous faudra utiliser les différents annuaires, ainsi que les sites officiels pour atteindre directement les services recherchés.

Un autre outil très utile est le site du canton de Neuchâtel (www.ne.ch). Il donne accès aux ressources disponibles sur Internet pour la plupart des démarches administratives et autres informations pratiques.

Voici quelques documents qui pourront être exigés dans vos rapports avec l'administration :

- La **carte d'identité** (CHF 70.-, validité 10 ans) vous permet de voyager partout en Europe. Les ambassades des pays concernés ou votre agence de voyage vous fourniront des informations sur les dispositions d'entrée dans d'autres pays. Pour obtenir ou prolonger une carte d'identité, il faut vous adresser auprès du contrôle des habitants de votre commune de domicile.
- Le **passport biométrique** (CHF 145.-, validité 10 ans), quant à lui, il permet de voyager dans le monde entier.
- Le **combi - passeport biométrique et carte d'identité** (CHF 158.-, validité 10 ans) -, peut être commandé simultanément.

Pour certains pays, il vous faut en plus obtenir un **visa**. Pour l'établissement d'un passeport biométrique, vous devez vous rendre au :

Service de la Justice - Secteur documents d'identité :
22, Rue de Tivoli / 2000 Neuchâtel / 032 889 08 89 /
www.passeportsuisse.ch / www.ne.ch/passeport.

- L'**attestation de domicile** pour les Confédéré-e-s ou le **permis de séjour** pour les personnes d'origine étrangère certifie votre lieu d'habitation.

- Dès la majorité, un **acte d'origine** doit être commandé auprès de la commune d'origine, et déposé auprès du **Contrôle des habitants** de votre commune de domicile. En principe, ce dernier vous convoque automatiquement pour vous expliquer les démarches à effectuer.
- Le **certificat de bonnes mœurs** peut vous être demandé pour un dossier de logement dans une régie, ou pour postuler à certains emplois. Celui-ci s'obtient à l'administration communale, sur présentation d'un extrait du casier judiciaire.
- Un **extrait du casier judiciaire** (document fédéral) s'obtient en ligne sur le site www.casier.admin.ch ou directement auprès des offices de poste qui sont reliés au casier judiciaire suisse.

CHANGEMENT D'ADRESSE

Selon la loi, vous avez **14 jours** pour le faire ! Changer d'adresse implique la mise à jour d'une foule de documents officiels (attestation de domicile, permis de séjour pour les personnes d'origine étrangère, permis de conduire, livret militaire, etc.).

Vous devez faire des démarches pour :

- Attestation de domicile & Permis de séjour :

vous devez vous adresser à l'office d'état civil de l'arrondissement dont fait partie votre commune.
www.ne.ch/autorites/DJSC/JUST/etat-civil

- Permis de conduire :

SCAN Malvilliers : Champs-Corbet 1 / 2043 Boudevilliers / www.scan-ne.ch / scan@ne.ch ;

- Livret militaire :

Service de la sécurité civile et militaire / route de l'Arsenal
2 / 2013 Colombier - tél. 032 889 53 93 - www.ne.ch/SSCM

N'oubliez pas aussi d'avertir :

- La Poste pour que votre courrier arrive à votre nouvelle adresse ;
- Votre fournisseur en eau ;
- Votre fournisseur en électricité ;
- Votre opérateur TV-Internet ;
- Votre opérateur de téléphonie.

LES IMPÔTS

AÏE, AÏE, AÏE...!



Payer ses impôts n'est pas forcément agréable, mais il s'agit d'un acte civique fondamental. Les impôts servent en effet à financer des prestations indispensables à une collectivité (école, hôpitaux, culture, transports publics, justice, solidarité, etc.). Ils sont donc un véritable trait d'union entre chacun-e de nous.

DÉCLARATION D'IMPÔTS

Dès l'année qui suit votre 18^{ème} anniversaire, que vous gagniez ou non votre vie, **vous avez l'obligation de remplir une déclaration d'impôt**. Celle-ci déterminera ce que vous devrez payer à votre commune, au canton, sans oublier à la Confédération !

Vous recevrez par courrier la déclaration au mois de janvier et vous aurez jusqu'à la fin du mois de février pour la renvoyer. Il ne sert à rien de l'oublier au fond d'un tiroir car l'administration fiscale possède une excellente mémoire !

Il est en revanche possible d'obtenir un délai supplémentaire pour remplir ces documents -s'il est demandé par écrit- avant la date figurant sur la déclaration. Adressez-vous au service suivant :

La Chaux-de-Fonds - Service des Contributions & Office de Taxation : 5, Rue du Docteur Coullery / 032 889 64 20 ;

ou sur le Guichet unique / site www.guichetunique.ch.

Une fois ce délai passé, l'administration vous enverra un rappel payant et, sans réponse de votre part, elle procédera automatiquement à une taxation d'office en vous infligeant en plus une petite amende... C'est pour ces raisons purement pécuniaires que nous vous conseillons de rendre votre taxation dans les temps !

COMMENT LA REMPLIR ?

En administration comme en amour, la première déclaration impressionne toujours ! Pourtant, remplir ce document se révèle être en général un exercice plus facile que prévu. Cela est d'autant plus vrai lorsque l'on a de petits ou faibles revenus !

Vous avez 2 possibilités pour remplir votre déclaration :

1. Vous pouvez faire cela de manière standard sur papier. Il est important de la remplir au départ au crayon afin de pouvoir modifier certains chiffres si vous deviez vous tromper ;
2. Vous pouvez la remplir de manière informatique, en utilisant le logiciel **Clic & Tax** que vous pouvez **télécharger gratuitement** sous www.ne.ch [sous la rubrique "**Finances et Impôts**"].

Il vous permet de remplir votre déclaration sans papperasse et de la renvoyer sans frais de port, *via* le guichet unique (informations sur le site www.guichetunique.ch).

TRUCS & ASTUCES

Triez déjà les pages de la déclaration qui vous concernent directement, laissez les autres de côté. Votre document se réduira comme peau de chagrin. Suivez ensuite, pas à pas, les instructions et les explications du petit guide fourni par l'administration fiscale. C'est certes fastidieux mais super pratique !

Travaillez au départ au crayon de papier, vous réécrirez plus tard la version définitive au stylo. Commencez par remplir les feuilles annexes, puis reportez les totaux sur la feuille principale.

En gros, voici ce qui doit être déclaré : tous vos **revenus**, votre **fortune**, vos **charges** (frais de déplacement, nourriture, habits) et vos **dettes** éventuelles. Pour vous aider, vous pouvez utiliser la brochure "*Directives sur la manière de remplir les impôts des personnes physiques*" jointe à la déclaration et qui vous donnera toutes les informations nécessaires. Si cela peut vous aider, il existe aussi un site Internet spécifique www.ne.ch [rubrique "*Finances et Impôts*"].

Il est important de conserver précieusement tous vos certificats de salaire, relevés bancaires, documents attestant le paiement des cotisations aux caisses d'assurance (maladie, accident, 3^{ème} pilier), factures de dentiste, pharmacie et médecin que vous pourrez faire valoir à titre de déduction (pour un montant qui dépasse 5 % du revenu net, s'il est supporté par le contribuable).

Une fois votre déclaration faite, n'oubliez pas de la **dater** et **signer** avant de l'envoyer à l'administration fiscale par courrier postal ou *via* le guichet unique. Et surtout, pensez à garder une **photocopie** qui vous servira d'aide-mémoire pour l'année suivante.

COMMENT ON PAIE ?

Chaque année, l'administration fiscale vous fera parvenir **10 bulletins** de versements qui serviront à payer les impôts de l'année en cours, plus **1 bulletin** pour l'impôt fédéral. C'est ce qu'on appelle les **acomptes provisionnels**. Ces acomptes, au montant fixé (selon une estimation de ce que vous devrez au fisc), sont payables le 30 de chaque mois (de février à décembre). Réglez-les rapidement car chaque retard de paiement entraîne un intérêt moratoire de 8 % !

Dès votre premier salaire ou lors de tout changement de situation financière, il est recommandé d'avertir l'**Office de perception** afin qu'il puisse adapter vos bulletins en fonction de votre situation réelle. C'est une manière d'éviter des mauvaises surprises, quelques mois plus tard, en devant déboursier de l'argent parfois déjà dépensé.

Pour toute information pratique, n'hésitez pas à contacter :

La Chaux-de-Fonds - Service des Contributions & Office de Taxation : 5, Rue du Docteur Coullery / 032 889 64 20.

Si vous rencontrez des problèmes financiers pour régler vos impôts, l'expérience révèle que l'administration se montre... plus "souple" et "compréhensive" à l'égard de celles et ceux qui se manifestent auprès d'elle. Encore une fois, gérer, c'est anticiper !

COMBIEN ON PAIE ?

Notification de taxation & Décompte final

Une fois votre déclaration étudiée par l'administration fiscale, vous recevez en cours d'année un **avis de taxation** qui vous donnera de manière précise les éléments imposables et le montant total des impôts.

Un décompte final vous sera ensuite notifié indiquant le montant des impôts dus, diminués des acomptes provisionnels versés l'année précédente. Parfois, le résultat est en votre faveur et le fisc vous remboursera ce qu'il vous doit ; parfois (et c'est souvent le cas...) c'est en faveur du fisc, et vous aurez 30 jours pour vous acquitter du montant.

Gardez précieusement votre notification de taxation et votre décompte final car ces derniers peuvent être exigés pour d'autres démarches (allocation d'études, demande de logement social, etc.).

Le principe du calcul des impôts est *grosso modo* le suivant : plus vous gagnez d'argent ou avez de richesse, plus le taux d'imposition est élevé, et donc la somme annuelle des impôts auxquels vous êtes astreint-e est importante.

L'impôt direct sur le revenu et la fortune est déterminé selon un système progressif par catégories. Le revenu minimum imposable est de CHF 5'001.- pour les personnes célibataires.

PASSER SON PERMIS DE CONDUIRE OU LA LONGUE MARCHÉ VERS L'AUTO

LES ADRESSES INDISPENSABLES

Le Service Cantonal des Automobiles et de la Navigation (SCAN) :

SCAN Malvilliers : Champs-Corbet 1 / 2043 Boudevilliers /
032 889 13 99 / www.scan-ne.ch / scan@ne.ch.

Sachez que vous pouvez effectuer plus de 85 % des démarches administratives en vous connectant simplement sur le site www.scan-ne.ch ou par le guichet unique (www.guichetunique.ch).

COMBIEN ÇA COÛTE ?

Obtenir un permis de conduire coûte en temps et en argent, et cela sans compter les frais d'assurance-voiture, d'essence et d'entretien qui s'ajouteront bien évidemment par la suite ! Vous trouvez tous les tarifs sur le site www.scan-ne.ch/taxes.

Dans l'ordre et à titre d'exemple, il faut tout d'abord compter :

- CHF 30.- pour l'étude du dossier ;
- CHF 50.- pour l'examen théorique de base (à repayer lors de chaque nouvel essai) ;
- CHF 40.- pour le permis d'élève provisoire ;
- CHF 120.- pour examen pratique (mieux vaut se présenter bien préparé-e sinon il faudra aussi repayer) ;
- Une fois que vous aurez tout réussi, il vous restera encore à payer CHF 55.- pour l'établissement de votre permis de conduire (format carte de crédit).

Il est impératif de prévoir également les cours de "*premiers secours*" (environ CHF 150.-) et "*Théorie de la circulation routière*" (environ CHF 200.-), ainsi que les leçons avec une monitrice ou un moniteur de conduite qui ne sont pas obligatoires mais chaudement recommandées !

Pour obtenir un permis de conduire, il vous faut directement télécharger sur le site www.scan-ne.ch/route/permis-conduire le formulaire intitulé "*Demande de permis d'élève pour la catégorie XX*", et ensuite le renvoyer, **rempli et signé**, avec les documents suivants :

- 1 photo format passeport couleur ;
- 1 photocopie d'une pièce d'identité avec photo ;
- Attestation du cours de premiers secours (original) ;
- Attestation d'un examen de la vue chez un-e opticien-ne agréé-e.

POUR VOUS PRÉSENTER À L'EXAMEN THÉORIQUE

Vous voici maintenant au stade d'élève conductrice ou conducteur, il vous reste désormais à apprendre les subtilités du code de la route. Dès que vous vous sentez prêt-e vous pouvez, sans rendez-vous, vous présenter à Malvilliers soit :

les mercredis, entre 13h00 et 16h00

les jeudis, entre 11h00 et 13h00

Une navette gratuite est à votre disposition, tous les mercredis après-midi entre le bâtiment du SCAN de Malvilliers et la gare des Hauts-Geneveys.

Une fois l'examen réussi, un permis d'élève catégorie B (voiture automobile) vous sera délivré pour une période de 2 ans. Sachez qu'il n'y a pas de prolongation possible. Vous allez enfin pouvoir suivre le cours de pratique de la circulation routière.

POUR VOUS FORMER À LA CONDUITE D'UN VÉHICULE

Les cours d'auto-école ne sont pas obligatoires mais nous vous conseillons vivement d'en prendre, histoire d'acquérir les bons réflexes de conduite dès le début !

Vous trouverez sur le site www.scan-ne.ch les adresses des monitrices ou des moniteurs. Une leçon d'auto-école coûte *grosso modo* CHF 100.- pour 50 minutes.

Pour vous inscrire à l'examen pratique, il vous faut nécessairement être en possession d'un permis d'élève et avoir suivi le cours de théorie de la circulation routière.

Le rendez-vous d'examen peut être obtenu soit par la monitrice ou le moniteur d'auto-école, soit vous pouvez le demander vous-même en retournant le bulletin "*Inscription à l'examen pratique*" par le guichet unique.

Pour être admis-e à l'examen, le timbre vert "CTC" (*théorie de la circulation routière*), apposé par la monitrice ou le moniteur, doit absolument figurer sur votre permis d'élève.

Une fois votre permis en poche, la démarche n'est pas encore tout à fait terminée... Durant 3 ans, votre permis reste "à l'essai" et il vous faudra effectuer 16 heures de formation sur 2 journées pour pouvoir obtenir, au terme des années probatoires, un permis de conduire définitif. Les formations ont bien évidemment un coût que vous pouvez estimer à une dizaine d'heures d'auto-école.

Si durant cette période vous avez malheureusement un retrait de permis, votre période probatoire sera prolongée d'une année ; en cas de 2^{ème} retrait, c'est l'ensemble du permis qui sera annulé, et vous devrez alors recommencer toute la procédure.

PERMIS MOTO

Pour la moto, les prix et les démarches sont sensiblement les mêmes que celles pour la voiture, avec toutefois une obligation de suivre une "*formation pratique de base*" qui vous coûtera environ CHF 350.- et qui dure 8 heures pour la catégorie A1 (motocycles jusqu'à 125 cm³ et 11kW) et 12 heures pour la catégorie A (motocycles).

Afin de connaître les différentes possibilités pour obtenir un permis de conduire pour motocycles, le mieux est de vous renseigner directement sur le site www.scan-ne.ch/35kw

SERVICE MILITAIRE

ALORS, HEUREUX D'ÊTRE NÉ GARÇON ?

Tout suisse de sexe masculin se trouve, dès sa 18^{ème} année, astreint au service militaire, pour autant qu'il soit jugé apte à le faire. Cette décision sera prise lors du recrutement.

Même si les filles n'y sont pas astreintes pour l'instant, le débat existe et il se pourrait que, comme en Norvège, elles y soient un jour contraintes. D'ici-là, elles ont aujourd'hui la possibilité d'effectuer un service militaire [voir le chapitre "*service féminin volontaire de l'armée*"]

RECRUTEMENT

Que vous vouliez ou non accomplir votre service, votre présence à ce rendez-vous est obligatoire. Cela sera pour vous l'occasion de faire connaître vos positions (port d'arme ou pas ? service civil ?) et d'essayer de négocier votre incorporation. Si vous désirez exprimer vos choix, soyez super bien préparé et maîtrisez votre sujet car vous devrez clairement motiver vos décisions auprès des recruteurs !

La brochure intitulée "*Le recrutement*", que vous recevrez avec la formule d'invitation, ainsi que la journée d'orientation cantonale (Payerne) à laquelle vous serez convoqué dans l'année de vos 18 ans, vous donneront les informations essentielles de base.

SI VOUS ÊTES JUGÉ APTE

Vous devrez accomplir, sauf exception, 18 semaines d'école de recrues et devront être faites en entier avant la fin de l'année de vos 24 ans. Vous aurez ensuite 10 ans pour accomplir les jours complémentaires pour arriver aux 245 dus.

Si vous gradez (et oui, la législation peut parfois vous y forcer...), vous devrez alors effectuer des services de formation et d'instruction supplémentaires (440 jours au total pour un sergent, par ex.).

Convoqué par voie d'affiche, vous devrez aussi -dès l'année qui suit l'accomplissement de votre école de recrues- effectuer à rythme annuel des tirs obligatoires dans les stands de tirs locaux, jusqu'à libération de vos obligations militaires...

SI VOUS ÊTES JUGÉ INAPTE

2 issues sont encore différenciées :

1. Si votre santé le permet, vous serez incorporé à la Protection civile jusqu'à votre 40ème année. Vous devrez quand même payer une taxe militaire égale aux 3 % de votre impôt fédéral direct et ce, jusqu'à vos 34 ans. Cependant, selon le nombre de jour effectués à la Protection civile, une déduction sera faite sur cette taxe.
2. En revanche, si votre état de santé est jugé précaire, vous serez déclaré inapte à tout service et devrez vous acquitter de l'intégralité de la taxe d'exemption de l'obligation de servir, sans possibilité de déduction.



SERVICE SANS ARME

Vous pouvez soit en parler le jour du recrutement, soit envoyer **par écrit** votre demande (**3 mois avant le début de l'école de recrue**) à l'administration militaire.

Sachez que votre requête doit être accompagnée d'une lettre écrite par **une personne de référence** (psychologue, pasteur, etc.), d'un **curriculum vitae**, ainsi que d'un **extrait de casier judiciaire**.

RENOI DE SERVICE, DISPENSE & CONGÉ MILITAIRE

Pour toute modification, report ou demande de congé, il faut que vous écriviez au plus vite, en indiquant quand vous serez en mesure de rattraper vos jours de service, au :

**Service de la Sécurité Civile et Militaire : 2, Route de
l'Arsenal / 2013 Colombier / 032 889 53 93
www.ne.ch/SSCM**

Les étudiants s'adresseront au secrétariat de leur école ou faculté, et devront prendre rendez-vous avec un officier de liaison. Il est possible de fractionner l'école de recrues et d'obtenir des arrangements pour un service d'avancement.

Si vous séjournez au minimum 1 année à l'étranger, vous serez dispensé du service actif, pour autant que vous ayez fait **-avant votre départ-** une demande de congé militaire auprès de la même administration. Vous payerez quand même une taxe militaire les 3 premières années de votre séjour hors de la Suisse, à titre de prestation de compensation.

Si vous vous rendez à l'étranger pour moins de 12 mois, contactez l'administration militaire **avant votre départ**, vous obtiendrez ainsi toutes les indications nécessaires pour ne pas avoir d'ennuis à votre retour (cours de répétition, tirs obligatoires manqués).

Pour toutes vos démarches, vous aurez besoin de votre livret de service. Pas besoin de l'afficher dans votre chambre mais ne le perdez pas car l'établissement d'un duplicata vous sera facturé !

SERVICE FÉMININ VOLONTAIRE DE L'ARMÉE (SFA)

Les femmes ont elles aussi la possibilité de servir leur patrie. Pour tout renseignement complémentaire, adressez-vous au :

- Commandement du recrutement (Bern) : 031 324 32 74 ;
- Service de la Sécurité Civile et Militaire de Neuchâtel : commandant.arrondissement@ne.ch.

SERVICE CIVIL & OBJECTION DE CONSCIENCE

Ceux dont la conscience interdit de participer à un service militaire peuvent demander d'effectuer **-en acte d'objection-** un service civil (travail en hôpital, en institution, pour des organisations internationales ou caritatives, etc.).

Sachez que la durée de ce service est une fois et demie supérieure à celle du service militaire non-réalisé, soit 368 jours si aucun jour de service militaire n'a été accompli.

Pour être admis au service civil, il vous faudra commander le formulaire de demande d'admission directement auprès de l'organe d'exécution du service civil. Celui-ci vous l'enverra de manière individualisée en vous indiquant précisément les modalités complémentaires à honorer.

Vous devrez notamment y expliquer les motifs pour lesquels le service militaire est totalement incompatible avec vos convictions et vos valeurs profondes. Cette demande doit être déposée au minimum **3 mois avant** votre recrutement.

Voici quelques références de contact pour commander le formulaire :

- www.zivi.admin.ch ;
- Organe d'exécution du Service civil ZIVI / Centre régional de Lausanne, Route de Chavannes 31, CP, 1001 Lausanne tél. 058 465 41 11.

Enfin, d'autres personnes choisissent la voie de l'**objection totale** en refusant également la voie du service civil. Les implications légales sont une peine de prison ferme dont la durée est proportionnelle à celle du service évité (8 mois maximum pour ceux qui n'ont pas fait d'armée du tout).

Des permanences "Service civil" gratuites sont à votre disposition. Des volontaires répondront à toutes vos interrogations et vous soutiendront et accompagneront dans vos démarches. Prenez notamment contact avec :

- **Centre pour l'Action Non-Violente (anciennement Centre Martin Luther King) : 52, Rue de Genève / 1004 Lausanne / 021 661 24 34 / www.non-violence.ch / info@non-violence.ch ;**
- **Permanence Service Civil du Groupe Suisse sans Armée (GSsA) - www.infodroit.ch**

BESOIN D'AIDE

Si durant votre service militaire vous êtes confronté à des difficultés d'ordre personnel, professionnel, familial ou financières, le **service social de l'armée** peut vous aider sous forme d'information, de conseils, d'assistance, de médiation et de prestations financières. Appel au numéro gratuit **0800 855 844**.

ASSURANCES

DROITS &
OBLIGATIONS

ASSURANCES

ARGENT

FORMATION

TRAVAIL

LOGEMENT

SANTÉ

ÉTRANGERS

POLICE &
JUSTICE

TEMPS LIBRE



Les assurances... voilà un sujet pas très marrant, voire carrément rébarbatif, et pourtant incontournable. Alors accrochez-vous, préparez-vous un grand thermos de café pour ne pas vous endormir... On va essayer de simplifier !

ASSURANCES OBLIGATOIRES

ASSURANCE-MALADIE

Faire le meilleur choix

L'assurance-maladie et accident est **obligatoire** pour toute personne domiciliée en Suisse. Dès votre majorité, **vous en êtes responsable**, et ceci dès le 1^{er} janvier qui suit l'année de vos 18 ans.

Si vos parents s'en chargent quelque temps encore, tant mieux. Si ce n'est pas le cas, vous devez maintenant vous en préoccuper !

Pour plus d'informations, adressez-vous directement à l'**Office Cantonal de l'Assurance Maladie (OCAM)** :

Office Cantonal de l'Assurance Maladie : 2, Espace de l'Europe / Case Postale 716 / 2002 Neuchâtel / 032 889 66 30 / office.assurancemaladie@ne.ch.

Le choix de la caisse maladie est libre. Les différences de primes d'une caisse à l'autre sont parfois surprenantes (une **prime**, c'est le coût mensuel de votre assurance). Il est donc dans votre intérêt de faire jouer au mieux la concurrence !

L'**Office Cantonal de l'Assurance Maladie** tient à votre disposition toutes les adresses des assureurs reconnus, ainsi que les primes pratiquées par ces derniers.

Le site www.comparis.ch peut vous être utile car il propose une étude comparative des assurances selon votre situation et vos besoins. Chaque caisse maladie offre de nombreuses possibilités d'assurance (de la base à toutes les autres sortes d'assurances complémentaires) mais l'**obligation de s'assurer** ne concerne que l'**assurance de base** (LAMaL = Loi sur l'Assurance MaLadie).

ASSURANCE DE BASE

Toute caisse a l'obligation de vous accepter comme assuré-e en ce qui concerne les soins de base (médecin, hospitalisation commune, prise en charge des médicaments). C'est ce que l'on nomme "**l'assurance de base**" et aucune réserve ne peut être imposée à l'adhésion. Les prestations de l'assurance de base sont les mêmes pour chaque caisse.

ASSURANCES COMPLÉMENTAIRES

Les nombreuses assurances complémentaires sont totalement facultatives et couvrent tout ce que l'assurance de base ne prend pas en charge (hospitalisation en privé, médecines douces). À chacun-e de trouver le meilleur équilibre entre ses besoins et ses finances. Attention toutefois, l'assurance a le droit d'émettre des réserves à votre candidature ou de refuser votre affiliation selon votre état de santé (non mais allô quoi, pas fous ces assureurs !).

SIGNATURE DE CONTRAT & RÉSILIATION

Avant de signer votre contrat d'assurance, nous vous invitons à **relire attentivement toutes les conditions générales de votre assurance**. C'est là, notamment, que seront stipulées les conditions de résiliation (délai, motifs, etc.).

Dans la plupart des cas, la résiliation de l'assurance de base doit être faite au plus tard **3 mois avant la fin de l'année civile**. À noter qu'il est possible de résilier son assurance de base pour la fin de l'année civile avec un délai reporté au 30 novembre, pour autant que l'assurance ait communiqué une augmentation de prime.

En effet, dès le mois d'octobre, les médias se chargent de nous rappeler le montant des primes pour l'année suivante et les délais de résiliation. C'est donc une période favorable pour changer de caisse. Faites attention, il faut que la lettre de résiliation (**en courrier recommandé**) parvienne à la caisse d'ici le **30 novembre** afin que la résiliation soit valable, et que vous ne comptiez aucun arriéré de paiement auprès de la caisse maladie ! Si vous êtes assuré-e par le même assureur pour l'assurance de base et une ou plusieurs assurances complémentaires et que vous souhaitez uniquement résilier l'assurance de base, précisez-le bien dans votre courrier !

COMMENT RÉDUIRE SES PRIMES MENSUELLES ?

Économiser intelligemment !

- **Réduction entre 18 et 25 ans :**
Les caisses maladie offrent une réduction pour tous les adultes de 18 à 25 ans ;
- **Choisir sa franchise :**
Qu'est-ce qu'une franchise ? C'est la somme annuelle des frais médicaux que vous devrez assumer pleinement de votre poche. La caisse n'interviendra dans ces remboursements qu'une fois le montant de votre franchise atteint ! Actuellement, la franchise minimale obligatoire est de CHF 300.-.

Si, de votre côté, vous êtes d'accord d'augmenter le montant de votre franchise, les caisses maladie sont alors prêtes à diminuer vos primes mensuelles. Vous pouvez ainsi obtenir une réduction de votre mensualité si vous acceptez de payer une franchise élevée (CHF 2500.- pour la plus haute). Évidemment, cette possibilité, *a priori* séduisante, possède ses revers : en cas de pépin, il vous faudra rapidement déboursier le montant de la franchise choisie (par exemple CHF 2500.-) et payer les 10 % de participation aux frais médicaux supérieurs à CHF 2500.- ! ;

- **Assurance avec choix limité des fournisseurs de soins :**
Certaines caisses proposent des réseaux de santé (système HMO - Health Maintenance Organisation qui est un collectif médical). Ce système limite votre choix en ce qui concerne les médecins que vous avez le droit de consulter. En acceptant ces conditions, vous pouvez voir vos primes diminuer de 20 % ;
- **Les subsides LAMaL du canton de Neuchâtel :**
Le canton de Neuchâtel aide les personnes qui n'ont pas, ou un faible revenu, à payer leur assurance maladie. Pour pouvoir bénéficier du subside, vous devez **obligatoirement passer à l'un des guichets sociaux régionaux** [adresses en page 65] de votre commune et faire une **demande de prestations sociales (DPS)**.

Les montants maximaux alloués par mois (allant de CHF 65.- à CHF 459.-) dépendent du revenu effectif déclaré par chacun-e à l'administration fiscale. Attention, les montants précités sont fixés en fonction de la franchise minimale (soit CHF 300.-). En cas de franchise plus élevée, le montant du subside sera diminué proportionnellement à celle-ci.

Les jeunes adultes en formation initiale âgé-e-s de 19 à 25 ans ne peuvent obtenir un subside **que sur demande** auprès du **guichet social régional** de leur commune. Celle-ci doit être déposée **jusqu'au 31 décembre** de chaque année et accompagnée de **justificatifs** établissant leur situation financière (ou celle de leurs parents) et d'une attestation de formation reconnue.

Selon les éléments de la déclaration d'impôts, l'**Office Cantonal de l'Assurance Maladie** enverra à votre caisse un avis de subside qui sera directement déduit de votre prime mensuelle.

Si votre situation financière le justifie, nous vous conseillons de déposer une demande de subside auprès de l'un des GSR **avant d'avoir été taxé-e**, cela vous permettra ainsi de bénéficier du subside plus rapidement.

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter l'**Office Cantonal de l'Assurance Maladie - OCAM / 032 889 66 30**).
www.ne.ch/OCAM.

ASSURANCE ACCIDENT

Tout comme l'assurance maladie, l'assurance accident est **obligatoire** et complète avantageusement votre assurance maladie.



Si vous exercez une activité professionnelle (plus de 8 heures par semaine), vous êtes automatiquement couvert-e par votre employeur pour les accidents professionnels et non-professionnels. Celui-ci doit vous fournir un certificat d'assurance accident afin que vous puissiez en informer votre caisse maladie et réduire ainsi le montant de vos primes (car la part de votre assurance liée aux accidents tombera).

En quittant votre employeur, vous restez encore assuré-e pendant 30 jours. L'assureur accident offre aussi, par convention spéciale, la possibilité de prolonger cette couverture à 180 jours. Solution assez sympa surtout si vous attendez une réponse pour un nouveau job !

Si vous êtes au chômage, vous serez directement assuré-e par la **Caisse Nationale Suisse**.

N'oubliez surtout pas d'aviser votre assureur de réactiver le risque accident lorsque vous cessez d'être salarié-e, ou de percevoir des indemnités journalières de l'assurance-chômage !

DERNIERS DÉTAILS UTILES

REMBOURSEMENT & PAIEMENT DES FACTURES MÉDICALES

Envoyez toutes vos factures médicales à votre assurance maladie, même celles que vous devez assumer de votre poche. En effet, les premières factures (médecins, pharmacie, analyses médicales) seront à votre charge, et ceci jusqu'à ce que le total de vos frais atteignent un montant équivalent à celui de votre franchise.

Cette limite atteinte, c'est votre assurance maladie qui assumera le paiement mais... seulement le 90 % des sommes dépensées. Eh oui, vous devrez encore assumer le 10 % de chacune de vos factures ! Toutefois, l'addition de ces 10 % payés sur chaque facture ne pourra dépasser CHF 700.- par année civile. Au-delà de cette limite, votre assurance payera tout.

Enfin, n'oubliez pas qu'en cas d'hospitalisation, un montant forfaitaire journalier ("*frais hôteliers*") de CHF 15.- vous sera facturé. L'assurance de base n'interviendra pas sur cette somme.

2 exceptions sont néanmoins prévues : les jeunes en formation jusqu'à 25 ans et les femmes hospitalisées pour raison de maternité ne doivent pas s'acquitter de ce montant.

MILITAIRE

Les personnes prises en charge par l'assurance militaire durant plus de 60 jours consécutifs sont libérées pour cette période de l'obligation d'assurance maladie et accidents.

LITIGE

En cas de difficulté ou de litige avec votre caisse maladie, une permanence juridique spécialisée peut vous informer, conseiller et soutenir dans vos démarches :

**OMBUDSMAN : 9, MorgartenStrasse / 6003 Lucerne /
041 226 10 110 / info@om-am.ch / www.om-kv.ch www.zivi.**



ASSURANCES SOCIALES OBLIGATOIRES : AVS - AI - LPP - MATERNITÉ

ASSURANCES VIEILLESSE & INVALIDITÉ

Les conditions de votre retraite et les conséquences d'une situation d'invalidité ne font certes pas encore partie de vos préoccupations actuelles, c'est bien normal. Mais l'État, et c'est bien l'un de ses rôles, vous demande de préparer ces événements. C'est ainsi qu'il vous oblige à prévoir votre retraite par le biais d'une épargne.

Dans ces conditions, autant comprendre comment et pourquoi on cotise. Savez-vous, par exemple, que la différence entre un salaire "brut" et un salaire "net" est constituée par la participation aux assurances sociales ? Voici donc un chapitre certes un peu austère, et pourtant incontournable.

LES 3 PILIERS

Rentes AVS et AI, Retraite... Que recouvrent ces mots ? Notre système de prévoyance vieillesse et invalidité est constitué par 3 niveaux d'assurances distincts. C'est pourquoi que l'on parle de politique ou principe des "**3 piliers**". Selon la loi fédérale, ces 3 piliers doivent assurer à chaque citoyen-ne (et donc à chaque famille) des revenus suffisants au moment du passage à la retraite, en cas d'invalidité ou de décès.

Cette couverture s'organise de 3 façons :

- Le **1^{er} pilier (obligatoire)** pour toutes les personnes domiciliées en Suisse) est destiné à assurer les besoins vitaux ;
- Le **2^{ème} pilier** (lui aussi **obligatoire** pour les revenus de plus de CHF 20'880.- par an ; facultatif pour les indépendant-e-s) vise à maintenir de façon appropriée -au moment de la retraite ou en cas d'invalidité- le niveau de vie que la personne avait lorsqu'elle était active. En principe, si toutes les conditions sont remplies, les rentes des 2 premiers piliers représentent à eux-seuls le 60 % du dernier salaire brut ;
- Le **3^{ème} pilier (facultatif)** est une épargne personnelle qui peut compléter les 1^{er} et 2^{ème} piliers, si ceux-ci sont jugés insuffisants et surtout si on en a les moyens !

LE 1^{ER} PILIER (AVS - AI - APG) : PRÉVOYANCE PUBLIQUE

L'Assurance Vieillesse et Survivants (**AVS**), l'Assurance Invalidité (**AI**) et l'Assurance Perte de Gain (**APG**) constituent le 1^{er} pilier de notre sécurité sociale.

Ce pilier fonctionne selon :

- **Le principe de répartition** : par exemple, pour l'AVS, l'argent de celles et ceux qui cotisent aujourd'hui sert à payer les rentes AVS actuelles des personnes retraitées. Ne reste donc qu'à espérer pour qu'il y ait encore suffisamment de jeunes travailleuses ou travailleurs quand vous serez à la retraite ! ;
- **Le principe de solidarité** : celles et ceux qui gagnent le plus aident celles et ceux qui gagnent le moins. Pour l'AVS, un gros salaire dégage plus d'argent qu'un petit revenu, mais il ne donne toutefois pas droit à une AVS "pour riche" : les prestations reçues sont plafonnées ! ;
- L'AVS verse des rentes vieillesse aux personnes qui atteignent l'âge de la retraite, ainsi que des rentes à celles et ceux qui survivent à un décès (veuf ou veuve, enfants, partenaire) ;

- L'AI alloue une rente à une personne devenue partiellement ou totalement invalide suite à une maladie ou un accident, mais aussi à ses enfants. Elle vise à favoriser la réinsertion professionnelle des personnes par des mesures de réadaptation ;
- L'APG verse une allocation de compensation pour "perte de gain" aux personnes qui effectuent, par exemple, leur service militaire, des cours de la protection civile ou sont monitrice ou moniteur de Jeunesse et Sport en formation. Elle verse aussi des allocations maternité aux femmes professionnellement actives qui ont été soumises à l'assurance obligatoire pendant au moins 9 mois.

COTISER AU 1^{ER} PILIER

Cotiser à l'AVS-AI-APG est **obligatoire** (cotisation des 3 assurances regroupées) pour toute personne domiciliée ou exerçant une activité lucrative en Suisse, quelle que soit sa nationalité.

Différents cas de figure se présentent :

- **Situation de travail :**
Toute personne salariée doit cotiser à l'AVS dès sa 18^{ème} année (ou à partir du 1^{er} janvier qui suit le 17^{ème} anniversaire). Les cotisations sont prélevées sur le salaire et représentent environ 14 % des gains (les cotisations LPP ne sont pas prises en compte).

La moitié de cette participation est prise en charge par l'employeur, l'autre par l'employé-e. L'obligation prend fin lorsque la personne atteint l'âge de la retraite (actuellement 65 ans pour les hommes, 64 ans pour les femmes) ;

- **Situation d'études :**
Les étudiant-e-s non-salarié-e-s doivent payer une cotisation annuelle de CHF 489.25 (frais administratifs compris) à l'AVS-AI-APG dès le 1^{er} janvier de l'année qui suit leur 20^{ème} anniversaire.

La **Caisse Cantonale Neuchâteloise de Compensation** envoie automatiquement les cotisations à régler. À vous de faire le nécessaire ou de trouver un arrangement !

Les étudiant-e-s qui travaillent et qui peuvent justifier d'avoir payé des cotisations pour l'année en cours se voient ainsi dispensé-e-s de régler cette contribution, voire même de diminuer le montant de celle-ci. Pour plus d'informations, consultez le site www.caisseavsne.ch ;

- **Situation sans études et sans travail :**
Les personnes sans activité lucrative et ne suivant pas une filière d'études doivent s'annoncer spontanément dès le 1^{er} janvier qui suit leur 20^{ème} anniversaire à la Caisse Cantonale Neuchâteloise de Compensation ;
- **Situation de travail indépendant :**
Travaillant à votre propre compte, c'est à vous maintenant d'effectuer les démarches pour vous affilier à une caisse de compensation ;
- **Partir de Suisse :**
Si vous décidez de quitter la Suisse pour plus d'une année, sachez que vous ne serez plus formellement assuré-e à l'AVS.



Dans ce cas, prenez contact avec la **Caisse Suisse de Compensation**. Vous pourrez y obtenir des informations sur les démarches à suivre auprès des consulats suisses à l'étranger :

Caisse Suisse de Compensation : 18, Avenue Edmond-Vaucher / Case Postale 3100 / 1211 Genève 2 / 058 461 91 11.

- **Mise en garde générale :**

Dans la mesure du possible, il semble plus prudent de maintenir son affiliation à l'AVS car toutes les années manquantes de cotisation réduisent forcément les rentes auxquelles vous et votre famille auriez droit (vos 65 ou 64 ans vous paraissent peut-être loin et pourtant plus de 90 % de la population atteint cet âge !).

LES CAISSES DE COMPENSATION

Chaque personne est affiliée, dès sa 20^{ème} année, à une caisse de compensation. Les étudiant-e-s et les personnes sans activité sont automatiquement affilié-e-s à la **Caisse Cantonale Neuchâteloise de Compensation (CCNC)** :

Caisse Cantonale Neuchâteloise de Compensation : 28, Faubourg de l'Hôpital / 2000 Neuchâtel / 032 889 65 01 / ccnc@ne.ch.

Les personnes salariées dépendent de la caisse de leur employeur, les personnes indépendantes s'affilient, quant à elles, à la caisse correspondant à leur profession.

LE CERTIFICAT D'ASSURANCE

C'est lors de votre premier emploi que vous recevrez votre certificat d'assurance. Un numéro d'assuré-e vous sera attribué et restera le même toute votre vie. S'il y a modification du prénom, nom, sexe ou de la nationalité, elle doit être obligatoirement annoncée à l'employeur, à la caisse de compensation ou encore à l'agence AVS la plus proche.

Pour en savoir plus, contactez la **Caisse Cantonale Neuchâteloise de Compensation (CCNC)** ou allez le site www.avs-ai.ch.

LE 2^{ÈME} PILIER (LPP) : PRÉVOYANCE PROFESSIONNELLE

La prévoyance professionnelle est un système de couverture des risques vieillesse, invalidité et décès pour les personnes salariées. Elle complète l'AVS et l'AI afin de garantir un meilleur niveau de vie. Elle est **obligatoire** pour toute personne exerçant une activité salariale et gagnant plus de CHF 20'880.- par an. Cela signifie qu'une personne dont le revenu annuel est inférieur à ce montant n'a pas l'obligation de cotiser !

Le 2^{ème} pilier est essentiellement régi par la **Loi fédérale sur la Prévoyance Professionnelle vieillesse, survivants et invalidité (LPP)** et est géré par quelques caisses de prévoyance.



La différence entre le 1^{er} et le 2^{ème} pilier est que ce dernier est fondé sur le principe de la capitalisation : chaque personne affiliée à une caisse de prévoyance constitue son propre capital de retraite. Le montant de la rente vieillesse du 2^{ème} pilier dépendra donc du capital accumulé durant la vie active.

COTISATION

La cotisation au 2^{ème} pilier est prélevée sur le salaire. L'employeur a l'obligation de participer à cette assurance pour une part égale à celle de la ou du salarié-e. Votre caisse de prévoyance doit vous remettre son règlement et un certificat annuel d'assurance où figurent toutes les données sur votre situation individuelle.

Si vous n'êtes pas affilié-e à une institution de prévoyance, l'**Office de Surveillance des Institutions de Prévoyance des Fondations** peut vous indiquer la procédure à suivre :

Office de Surveillance des Institutions de Prévoyance des Fondations : 119, Rue du Parc / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 889 68 10 / office.surveillance@ne.ch.

3^{ÈME} PILIER : PRÉVOYANCE INDIVIDUELLE

La seule chose à retenir ici est que le 3^{ème} pilier n'est pas obligatoire. Il s'agit simplement d'une épargne à un taux préférentiel en prévision de la retraite, moyennant quelques limitations (notamment une interdiction de toucher à cet argent avant l'âge de la retraite). De plus, il bénéficie d'avantages fiscaux intéressants.

ASSURANCE MATERNITÉ

Madame, Mademoiselle, vous voilà enceinte ! Quelques semaines à la maison ne seront pas de trop pour vous habituer à votre nouvelle vie.

Bien qu'inscrite dans la Constitution fédérale depuis plus d'un demi-siècle, l'assurance maternité n'est entrée en vigueur dans notre pays que depuis le 1^{er} juillet 2005 ! Pour y avoir droit, vous devez avoir cotisé pendant 9 mois et travaillé au moins 5 mois avant la naissance.

Cette assurance prévoit qu'une allocation se montant à 80 % de votre salaire (mais au maximum à CHF 196.- par jour) vous sera versée en qualité d'indemnité journalière durant **98 jours** (soit 14 semaines) après la naissance de votre enfant. Pour tout complément d'information, adressez-vous à votre **Caisse de compensation AVS**, ou à la **Caisse Cantonale de Compensation (CCNC)** :

CCNC - Allocations Familiales : 28, Faubourg de l'Hôpital / 2000 Neuchâtel / 032 889 65 01 / www.caisseavsne.ch.

ASSURANCE CHÔMAGE

Nous aborderons plus en profondeur le thème du chômage (page 71). Nous nous permettons juste de souligner quelques points sur cette assurance, elle aussi obligatoire pour toute personne salariée.

La LACI (Loi sur l'Assurance Chômage) est prévue pour compenser le manque à gagner provoqué par la perte du salaire de l'assuré-e.

Selon les cas, cette compensation représente le **80 %** (pour les familles) ou le **70 %** (pour les personnes célibataires) du dernier salaire. La cotisation de 2,2 % du salaire (jusqu'à une limite de CHF 126'000.-) est payée à moitié par l'employeur, l'autre par l'employé-e. Pour la part allant de CHF 126'001.- à CHF 315'000.-, une cotisation supplémentaire de 1 % est perçue.

Les cotisations sont touchées par les employeurs et versées aux caisses de compensation AVS en même temps que les cotisations AVS-AI-APG.



ASSURANCE MILITAIRE FÉDÉRALE (AMF)

L'assurance militaire couvre les accidents et maladies survenus pendant le service, mais aussi les troubles ressentis après une période de service militaire. Dans ce cas, c'est votre médecin traitant qui est habilité à les signaler à l'assurance militaire. L'assurance militaire ne prélève aucune cotisation, ses charges étant couvertes par la Confédération. Elle est prévue pour les militaires en service, les participant-e-s à des activités de la protection civile et les professionnel-le-s en uniforme au service de la Confédération.

DÉFENSE DES USAGERS & ASSURANCES SOCIALES

L'**Association Suisse des Assurés** est à votre disposition pour vous aider à démêler vos problèmes en lien avec toutes les assurances sociales :

Association Suisse des Assurés : 17, Chemin des Planches / 2016 Cortaillod / 032 842 25 53 / www.assuas.ch.

Vous pouvez également vous adresser au **Centre Social Protestant** :

CSP - Neuchâtel : 11, Rue des Parcs / 032 722 19 60 / csp.neuchatel@ne.ch ;

CSP - La Chaux-de-Fonds : 23, Rue du Temple-Allemand / 032 967 99 70 / cspcdf@ne.ch.

ASSURANCES NON-OBLIGATOIRES

ÊTRE ASSURÉ-E EST INDISPENSABLE ; ÊTRE TROP ASSURÉ-E EST RUINEUX ET INUTILE !

Le marché des assurances est comme un supermarché : les offres y sont nombreuses et il n'est pas toujours facile de s'y retrouver, de faire la différence entre l'utile et le superflu. Parmi toutes les assurances facultatives proposées en Suisse, nous avons fait un choix, en songeant aux nombreuses situations dans lesquelles un ou plusieurs compléments d'assurance pourraient vous être utiles.

ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE PRIVÉE (RC)

La RC privée est une assurance qui rembourse les dommages causés à des tiers (à d'autres) ou à leurs biens. Elle n'est pas obligatoire mais nous vous la conseillons vivement ! En effet, imaginez que la plante que vous cultivez avec amour sur votre fenêtre tombe malencontreusement dans la rue et blesse quelqu'un... Qui va payer les frais ?

Jusqu'à vos 25 ans, l'assurance familiale que vos parents payent vous couvre, pour autant que vous viviez toujours sous leur toit et soyez encore en études.

Ayant désormais votre propre logement, c'est à votre nom que l'assurance devra être contractée. La plupart des régies exigent d'ailleurs une RC comme condition de location d'un logement. Cette assurance couvrira les dommages que vous pourriez provoquer dans l'appartement que vous avez décidé de louer. Elle ne prendra cependant pas en charge les dégâts qui résulteraient de négligences évidentes de votre part.

Étudiez bien les conditions d'assurance avant de signer un contrat. Attention, la franchise (la somme que vous devez payer avant que l'assurance n'entre en matière) varie, selon les assureurs, entre CHF 100.- et 200.- et est systématiquement imposée en cas de sinistre.

ASSURANCE MÉNAGE

L'assurance ménage est fortement recommandée lorsque vous devenez locataire ou propriétaire d'un appartement. Vous pouvez compléter votre assurance RC privée par une assurance ménage, pour les risques comme le vol, l'incendie, les dégâts d'eau ou les bris de glace. Il s'agit de protéger vos biens mobiliers à l'intérieur comme à l'extérieur de votre appartement.

COMPLÉMENT POUR INDEMNITÉS JOURNALIÈRES

L'assurance d'indemnités journalières remplacera votre salaire en cas d'absence prolongée pour maladie. Elle vous permettra d'attendre, sans souci financier, la fin de votre incapacité de travail. Cette assurance est particulièrement importante si vous êtes salarié-e et que votre employeur ne vous a pas assuré contre la perte de salaire.

En clair, l'entreprise qui vous emploie n'est légalement pas tenue de continuer à vous verser un salaire si une maladie se prolonge. Cette assurance se contracte avec une assurance-maladie (la vôtre ou une autre).

ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE (RC) POUR VÉHICULE À MOTEUR

Cette assurance est **exigée par le Service des Automobiles et de la Navigation (SCAN)** pour l'obtention du permis de circulation et des plaques de votre véhicule. Elle couvre les frais des dommages que vous pourriez causer à autrui lors d'un accident (voiture pliée, personnes blessées, autres dégâts).

S'il y a faute grave de votre part (ivresse au volant, excès de vitesse, véhicule mal entretenu, etc.), votre RC peut légalement vous réclamer le remboursement d'une partie des frais !

Sachez que la RC impose aux conductrices et conducteurs de moins de 25 ans une franchise spéciale. Cette assurance ne prend pas en charge vos propres soins médicaux (couverts par votre assurance accidents), ni les réparations de votre véhicule (sauf si vous possédez une clause "casco totale").

ENCORE DES ASSURANCES

- **L'assurance voyage** complète la couverture de l'assurance maladie pour les frais d'hospitalisation à l'étranger ou de rapatriement vers la Suisse ;
- **L'assurance juridique** qui vous couvrira partiellement en cas de frais de justice ;
- **L'assurance bagages** si vous vous faites voler votre valise ;
- **L'assurance-vie (3^{ème} pilier)**, qui est un système d'épargne en prévision de votre retraite ou pour votre famille si vous décédez.

Quoi qu'il en soit, ne signez rien à la légère ! Pour éviter de foncer tête baissée, demandez conseil autour de vous, renseignez-vous pour savoir comment les personnes de votre entourage sont assurées et enfin comparez les différentes offres écrites des assureurs.

GÉRER SON ARGENT

COMME LE DIT LE PROVERBE "L'ARGENT NE FAIT PAS LE BONHEUR" MAIS NE PAS EN AVOIR ASSEZ NON PLUS !



Richissime ou en pleine galère financière, il est toujours utile de savoir d'où vient et où part votre argent ! Cela vous aidera à équilibrer vos gains et vos dépenses : une démarche quasi incontournable si vous envisagez de voler de vos propres ailes. En cas de coup dur, il vous sera aussi plus facile d'obtenir une aide si vous êtes capable de savoir où en sont vos comptes.

UN BON BUDGET VAUT DE L'OR

Pour savoir si la gestion de votre argent tient la route, élaborer, même très simplement, un budget mensuel. Rien de plus facile : sur une feuille, dessinez 2 colonnes :

- l'une pour vos dépenses ;
- l'autre pour vos revenus.

CÔTÉ DÉPENSES

- Prenez tout d'abord en compte vos **frais incompressibles** (loyer, assurance maladie, taxe d'écolage, impôts, etc.) ;
- Considérez ensuite vos **frais incontournables**. Sont-ils susceptibles d'être revus à la baisse : nourriture (caviar ou spaghettis ?), moyen de transport (bus ou hélicoptère ?), téléphone, électricité, fringues (connaissez-vous les boutiques super *trendy* de la Croix-Rouge et du CSP ?) ;
- Puis vos **frais secondaires** : loisirs, vacances, voiture, petits restos, etc. ;
- Enfin, n'oubliez pas de laisser une place libre pour une réserve. Celle-ci sera consacrée aux **frais occasionnels** pour faire face aux imprévus de la vie (dentiste, meubles, accident, etc.).

CÔTÉ REVENUS

- Commencez évidemment par noter votre **salaire** ou vos **gains** ;
- Ajoutez-y, si vous en bénéficiez, votre **bourse d'études** ou **d'apprentissage**, ainsi que vos **allocations familiales** [voir le paragraphe "*Aides et Allocations durant la formation*", page 62 ;
- Rajoutez encore les différentes **subventions** ou **rentes** auxquelles vous avez droit : rente AI, rente d'orphelin-e, bourse complémentaire d'orphelin-e de Pro Juventute, subside pour l'assurance-maladie [voir chapitre "*Assurances*", page 30] ;
- Reste enfin à tenir compte d'une éventuelle **aide financière de vos parents**.

Nous vous rappelons que si vous êtes en formation, vos parents sont tenus par la loi -sous certaines conditions précises- de vous aider même si vous n'habitez plus chez eux.

Pour plus de précisions, référez-vous au paragraphe "*Aides & Allocations durant la formation*" (page 62).

BALANCE DES 2 COLONNES

À ce stade, observez la différence entre ce qui rentre et ce qui sort de vos poches, vous aurez ainsi une photo plus précise de la réalité de vos finances.

3 cas de figure sont possibles :

1. Vos revenus sont plus élevés que vos dépenses...
La vie est belle !
2. Vos dépenses s'équilibrent avec vos revenus...
Tant mieux pour vous !
3. Vos dépenses sont supérieures à vos revenus...
Aïe, aïe, aïe !

Consultez les sites www.ciao.ch, www.caritas-dettesconseil.ch et www.dettes.ch. Ils peuvent vous donner quelques astuces bien pratiques pour l'aide à la gestion de votre budget.

Être fauché-e un moment n'est pas forcément désagréable et pousse à la débrouillardise, mais tirer le diable par la queue trop longtemps finit souvent par provoquer des difficultés.

Si vous êtes dans notre 3^{ème} scénario, ne cédez pas à la panique, il existe sûrement des possibilités pour parvenir à rééquilibrer vos revenus. Tout d'abord, regardez bien s'il n'y a pas de petits sacrifices à faire sur votre mode de vie. Si cela n'est pas possible, essayez de dégouter un petit boulot qui mettrait un peu de beurre dans vos épinards, ou regardez l'éventualité d'un coup de pouce financier d'un-e proche ou de votre famille.

Contactez aussi les **services de l'action sociale** de votre commune qui pourront éventuellement ouvrir un dossier d'aide sociale, voire de contacter -selon votre situation- un service social privé.

Si vous êtes en situation d'études, nous vous proposons de vous référer au chapitre sur la formation où nous présentons les différentes possibilités d'aide financière durant cette période (page 62 et suivantes).

LE MONDE DE LA CONSOMMATION

Comment ne pas se faire rouler...

Le rapport à l'argent est quelque chose de très personnel. Il n'est pas toujours facile de résister à ses envies dans un monde placé sous le signe de la consommation ! Alors quelques petits rappels, juste histoire de vous empêcher de dire que vous ne le saviez pas !

ACHATS & LOCATIONS

Étant désormais majeur-e, n'oubliez pas que votre signature vous engage pleinement. **Ne signez donc jamais un contrat d'achat ou de location sans l'avoir lu attentivement** (surtout les lignes en petits caractères) et pris le temps nécessaire de réfléchir.

Si vous n'êtes pas d'accord avec les dispositions du contrat, demandez à ce qu'elles soient clairement modifiées avant de signer. Cela vous épargnera bien des soucis pour la suite.

La Fédération Romande des Consommateurs (FRC) - Section Neuchâtel vous conseille en vue d'achats ou en cas de litige. Une permanence a lieu chaque mardi de 14^h00 à 17^h00 (informations sur www.frc.ch/budget) :

**Fédération Romande des Consommateurs - Neuchâtel : 1,
Rue Louis-Favre / 2000 Neuchâtel / 032 724 40 55 /
www.frc.ch / neuchatel@frc.ch.**

La FRC organise également des consultations "budget" : des spécialistes vous aideront en toute discrétion à établir le budget qui vous correspond de façon efficace et durable. Cette prestation comprend une consultation, l'élaboration du budget et des conseils, et coûte la modique somme de CHF 10.-.

La FRC propose, en outre, une permanence téléphoniques (CHF 2.85 la minute) au **0900 575 105**. Vous pouvez téléphoner chaque matin de 9^h00 à 13^h00, sauf le jeudi de 13^h00 à 17^h00, et obtenir de précieuses informations.

VENTE AU COMPTANT (PAIEMENT EN CASH)

Une vente au comptant n'est jamais résiliable. Il existe pourtant un délai d'annulation de 7 jours pour les ventes (pour un montant supérieur à CHF 100.-) conclues à domicile ou hors des lieux d'achats usuels. Attention toutefois, la vente n'est pas résiliable dans les foires et les comptoirs !

VENTE PAR ACOMPTES

Ce type de vente est réglementé dans la Loi fédérale sur le crédit à la consommation. Elle ne peut se faire qu'avec un **contrat écrit** précisant le coût total du crédit (somme des acomptes, intérêts et autres coûts), le prix au comptant, les conséquences d'un remboursement anticipé, les conditions de remboursement et le droit de l'acheteur ou de l'acheteur de révoquer sans frais le contrat dans les 7 jours.

ACHATS SUR CATALOGUE

Si la livraison n'est pas conforme à la commande, vous pouvez simplement la retourner dans les délais impartis et renoncer à l'achat.

MARCHANDISES NON COMMANDÉES

Des marchandises non-commandées peuvent arriver par colis postal à votre nom et avec facture. Légalement, vous n'êtes pas obligé-e de les renvoyer, c'est à l'entreprise expéditrice de venir les récupérer.



PAYER SES FACTURES

La plupart des factures sont réglables dans les 30 jours. Vous avez cependant la possibilité d'effectuer vos paiements jusqu'au 10 du mois en cours. Faites le maximum pour les régler dans ce délai et ainsi éviter des frais supplémentaires qu'entraînent les rappels.

Mettre à jour régulièrement l'administratif vous permet d'y voir plus clair. Offrez-vous un livret de récépissés de la poste (CHF 5.-) ou un classeur "paiements" où vous rangerez toutes vos factures par thème, avec les preuves de vos paiements (quittances). Cela simplifiera clairement vos démarches financières.

La poste et la banque peuvent aussi servir d'intermédiaires dans le règlement de vos paiements. Vous pouvez, par exemple, leur demander d'effectuer des "**ordres permanents**" : à chaque fin de mois, les sommes mensuelles fixées (loyer, assurance-maladie, RC) seront automatiquement versées à qui de droit. Cette formule possède un gros avantage, elle vous évite de dépenser autrement cet argent.

POURSUITES

Il se peut que, malgré nos conseils, des rappels de factures finissent par vous rattraper. Avant que vous ne soyez mis-e en poursuite, vous avez encore un peu de temps pour rebondir !

NÉGOCIER !

Essayez de négocier des arrangements de paiement réalistes avec vos différents créanciers. Il est clair que pour une dette de CHF 10'000.-, un remboursement mensuel de CHF 10.- ne suffira pas !

Sachez que les créanciers préfèrent souvent un remboursement progressif plutôt qu'une mise en poursuite qui a le désavantage d'être longue et coûteuse. Il ne sert donc à rien de laisser traîner les choses car le **Service des Poursuites et Faillites** veille fermement au grain et n'aura aucune peine à vous retrouver !

Le plus simple, c'est de le contacter au plus vite pour trouver un arrangement à l'amiable :

- **Service des Poursuites et Faillites : 032 889 39 00**

- **Office des Poursuites (office.poursuites@ne.ch) :**

**Bureau de La Chaux-de-Fonds : 63, Avenue Léopold-Robert /
Case Postale 1204 / 032 889 61 16 ;**

Bureau de Neuchâtel : 5, Rue de Tivoli / 032 889 61 16.
- **Office des Faillites : 4, Rue de l'Epervier / 2053 Cernier /
032 889 82 20 / office.faillites@ne.ch.**

En cas de poursuites, vous devrez payer -en plus de votre dette- des **frais de procédure**. Il faut savoir que le Service des Poursuites et Faillites a pour seule mission d'appliquer la loi fédérale permettant aux créanciers d'être payés. Il n'entre pas dans son pouvoir de se prononcer sur le bien-fondé ou non d'une poursuite, ni d'accorder des délais (ceux-ci se négocient directement avec les créanciers).

COMMANDEMENT DE PAYER

Si vous recevez un **commandement de payer** de l'Office des Poursuites, vous avez **20 jours** pour vous exécuter. Cela vous évitera de devoir participer à un marathon administratif d'où vous sortirez de toute façon perdant-e. En effet, une procédure de poursuite peut aboutir à la saisie d'une partie de vos biens et une retenue de votre salaire directement auprès de votre employeur !

Si pour des motifs justes et valables vous entendez contester la dette exigée (si elle est déjà payée ou si elle ne vous concerne pas), vous pouvez faire opposition dans les **10 jours ouvrables** qui suivent la notification.

Concrètement, l'opposition doit être faite **soit** immédiatement sur le commandement de payer lorsque l'agent-e de notification vous le remet, **soit** en écrivant à l'Office des poursuites (n'oubliez surtout pas de l'envoyer **sous pli recommandé** et dans le délai imparti), **soit** encore en vous y rendant directement. L'opposition peut être totale ou partielle, vous devez alors clairement indiquer le montant contesté.

AIDE

Pour tous les cas un peu plus compliqués, il existe des services qui peuvent vous aider à établir un plan de désendettement :

- Centre Social Protestant (www.csp.ch) :

Bureau de La Chaux-de-Fonds : 23, Rue du Temple-Allemand / 032 967 99 70 / csp.cdf@ne.ch ;

Bureau de Neuchâtel : 11, Rue des Parcs / 032 722 19 60 / csp.neuchatel@ne.ch.

- Caritas Neuchâtel - "Conseils Dettes" : 4, Rue du Vieux-Châtel / 032 886 80 70 / caritas.neuchatel@ne.ch / www.caritas-neuchâtel.ch/contact.

- Services de l'Action Sociale & Guichets Sociaux Régionaux :

La Chaux-de-Fonds : 9, Rue du Collège / 032 967 67 43 ;

Le Locle : 11, Grande-Rue / 032 933 84 90 ;

Neuchâtel : 4, Rue de Saint-Maurice / 032 717 74 10 ;

Val-de-Ruz : Cernier, 4, Rue de l'Épervier / 032 889 57 01 ;

Val-de-Travers : Couvet, 2, Rue des Collèges / 032 866 44 00 ;

Milvignes : Colombier, 20, Rue Haute / 032 886 50 70 ;

La Côte : Peseux, 2, Rue Ernest-Roulet / 032 886 59 20 ;

Entre-Deux-Lacs : St-Blaise, Grand'Rue 35 / 032 886 49 95.

La Fédération Romande des Consommateurs (FRC) peut vous aider dans vos démarches et vous donner de précieux conseils financiers. Sur son site (www.frc.ch/budget), vous trouverez, entre autres, des exemples de budget :

Fédération Romande des Consommateurs Neuchâtel : 1, Rue Louis-Favre / 2000 Neuchâtel / 032 724 40 55 / www.frc.ch / neuchâtel@frc.ch / Le bureau conseil est ouvert le mardi de 14h à 17h.

Elle vous propose également des consultations "budget" : des spécialistes vous aideront en toute discrétion à établir le budget qui vous correspond de façon efficace et durable.

Cette prestation réservée aux membres -qui comprend la consultation, l'élaboration du budget et les conseils- coûte la modique somme de CHF 10.-.

En outre, si vous avez besoin d'aide, vous pouvez contacter la **FRC** de 9h à 13h, sauf jeudi, de 13h à 17h au 0848 575 105 (tarif normal).

Vous trouverez aussi de précieuses informations sur la gestion de l'argent, les dettes et l'assainissement sur les sites :

- www.dettes.ch ;
- www.caritas-dettesconseil.ch ;
- www.regles-dor.ch.

L'association romande **CIAO** a créé un site www.ciao.ch où il est possible d'adresser toutes vos questions à des professionnel-le-s du domaine sur ce sujet. Il existe aussi sous forme d'applications mobiles (iOS et Android).

C'est l'un des sites de référence en Suisse romande : chaque demande est traitée avec sérieux et si vous ne trouvez pas LA solution dans celles proposées sur le site, une réponse personnalisée vous sera donnée au plus tard dans les 2 jours qui suivent.

Dernier point : faites attention aux institutions de désendettement de type commercial qui proposent une aide à l'assainissement de votre situation financière mais à un coût très, voire carrément super méga onéreux !

FORMATION : UN CHEMIN TOUJOURS OUVERT



Vous n'avez pas besoin de nous pour savoir qu'il est plus simple de se débrouiller sur le marché du travail avec une formation dans les mains que sans aucun diplôme ni expérience... même si parfois des exceptions confirment cette règle !

Choix et avenir professionnel ? Certain-e-s savent déjà depuis longtemps où aller, d'autres pas encore ou hésitent. Retenez simplement ceci : lorsqu'il est question de formation, tout (ou presque) est possible !

Il faut simplement ne pas se mentir et savoir que la solution choisie aura forcément un coût (et pas seulement en argent !).

Dans tout établissement scolaire public, des spécialistes en orientation professionnelle sont à votre disposition pour vous aider à voir plus clair sur votre avenir professionnel. Alors profitez-en et consultez-les !

Mais si votre adolescence est déjà derrière vous et que vous n'arrivez toujours pas à vous déterminer pour une formation ou un métier, ou que le choix que vous avez fait ne vous convient plus, il est toujours temps de définir un nouveau cap.

OFFICE CANTONAL D'ORIENTATION SCOLAIRE ET PROFESSIONNELLE

À quoi sert-il ?

Ce service a pour mission non seulement d'aider les élèves, les jeunes et les adultes à faire le point sur leur situation scolaire ou professionnelle, les aider à trouver leur voie professionnelle ou de formation, mais aussi à élaborer, construire et réaliser leurs projets. Nous vous le présentons dans ses grandes lignes. Pour plus de détails, consultez les pages www.orientation.ch et www.ne.ch/ocosp, ainsi que leur site Facebook www.facebook.com/ocosp.ne.

S'INFORMER, VISITER & FAIRE LE POINT À L'ORIENTATION

- L'**OCOSP** dispose d'une importante documentation sur plus de 600 professions, formations universitaires, cours de perfectionnement et autres. Des dossiers, des magazines et des fiches peuvent être consultés sur place ou empruntés. Prenez le temps de flâner entre les rayons et adressez-vous aux professionnel-le-s de ce centre qui se feront un plaisir de discuter avec vous ;
- L'**OCOSP** vous offre la possibilité de prendre rendez-vous avec une conseillère ou un conseiller en orientation qui vous aidera à définir et affiner votre projet d'études ou de formation. Les consultations sont confidentielles et gratuites jusqu'à 25 ans ;
- L'**OCOSP** peut également vous accompagner dans l'organisation de stages en entreprise.

Si vous êtes en âge de scolarité obligatoire, contactez la personne responsable de l'OCOSP de votre centre scolaire. Si vous avez quitté la scolarité obligatoire, contactez l'OCOSP de votre région.

Pour information, l'**OCOSP de La Chaux-de-Fonds** accueille les personnes des districts de La Chaux-de-Fonds et du Locle ; l'**OCOSP de Neuchâtel** celles de Boudry, Neuchâtel, Val-de-Travers et Val-de-Ruz :

OCOSP - La Chaux-de-Fonds : 53, Rue du Parc / 032 889 69 63
OCOSP.secretariatCDF@ne.ch / www.ne.ch/ocosp ;

OCOSP - Neuchâtel : 8, Place des Halles / 032 889 69 61
OCOSP.secretariatNE@ne.ch / www.ne.ch/ocosp.

L'OCOSP vous aide également à préciser vos intérêts, vos valeurs, vos qualités et vos compétences. Vous pouvez poser toutes vos questions en téléphonant à l'Infoline (032 889 20 20) ou en vous rendant sur place de 9h à 11h et de 14h à 17.

RECHERCHER SON APPRENTISSAGE

L'OCOSP met à disposition une liste des places d'apprentissage disponibles. Vous pouvez la consulter sur www.orientation.ch. La Confédération offre aussi des places d'apprentissage, n'hésitez pas à aller sur leur site www.epa.admin.ch.

Notez que le suivi de toute la partie administrative de l'apprentissage (contrat, gestion de conflit, choix de la conseillère ou du conseiller en formation professionnelle) passe par le **Service des formations post-obligatoires et de l'orientation (SFPO)**, dont l'OCOSP est membre :

Service des Formations Post-obligatoires & de l'Orientation :
1 Espacité / 2302 La Chaux-de-Fonds / 032 889 69 40 /
www.ne.ch/apprentissage.

ENTRE 15 & 25 ANS : UN LIEU COUP DE POUCE

Vous avez moins de 25 ans, vous avez quitté l'école, votre apprentissage ou votre formation et vous ne savez pas trop quoi faire de votre vie ? **Job Service** (www.job-service.ch) vous propose de vous accompagner dans vos démarches par :

- La mise sur pied d'un programme modulable en fonction de vos acquis et de vos attentes ;
- Des cours de mise à niveau (français, maths) si nécessaire ;
- Un bilan et la mise sur pied d'un projet professionnel ;
- Un travail individuel et collectif d'évaluation et de mise en commun des expériences ;
- La préparation d'un dossier de candidature ;
- Des stages en entreprise.

Job Service a 2 bureaux dans le canton. N'hésitez pas à téléphoner pour prendre un rendez-vous ou obtenir un renseignement :

Job Service - La Chaux-de-Fonds : 157, Rue Jardinière / 032 968 08 68 / info2300@job-service.ch ;

Job Service - Neuchâtel : 18, Quai Philippe-Godet / 032 725 35 55 / info2000@job-service.ch.

REPRENDRE LE CHEMIN DE L'ÉCOLE

Un vrai pari !

Vous avez l'intention de reprendre des études, un apprentissage ? Votre âge n'est pas un obstacle en soi, il existe des possibilités de soutien financier pour vous aider à assumer votre choix.

Une seule mise en garde : la décision de reprendre des études, soit par le biais de cours du soir, soit par correspondance, exige une motivation, une volonté et une organisation personnelle bien plus élevées que celles nécessaires pour suivre des études dans des conditions dites "normales".

Cela dit, reprendre des études vaut toujours la peine et nous ne pouvons que vous y encourager !

OÙ S'ADRESSER ?

Comme vous l'aurez compris, l'**OCOSP** est l'organisme public neuchâtelois spécialisé en matière d'orientation et d'information sur les études et formations.

Voici quelques exemples possibles de formation pour adultes :

- **Centre de Formation Neuchâtelois pour Adultes (CEFNA) : 032 886 31 00 / info@cefna.ch / www.cefna.ch.**
- **Service de l'emploi - Cours pour chômeurs : 119, Rue du Parc / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 889 68 12 / service.emploi@ne.ch / www.ne.ch/emploi ;**

- École Club Migros :

Neuchâtel : 3, Rue du Musée / 058 568 83 50 ;

La Chaux-de-Fonds : 12, Rue Jaquet-Droz / 058 568 84 00 ;

Val-de-Ruz & Val-de-Travers : 058 568 84 75.

Pour toutes informations pratiques quant à la formation des adultes, consultez le site www.orientation.ch/perfectionnement.

ÉCOLES PRIVÉES

Si l'OCOSP renseigne principalement sur les filières publiques, vous y trouverez aussi des informations sur les écoles privées. Pour plus de détails, jetez un coup d'oeil au site de la **Fédération suisse des écoles privées - Service scolaire Berne** (www.swiss-schools.ch / info@swiss-schools.ch).

N'oubliez pas que dans une école privée, vous ne pourrez bénéficier d'aucune aide financière de l'État, sauf quelques rares cas bien particuliers (notamment s'il n'existe pas dans l'enseignement public une école qui aborde le domaine d'études que vous désirez explorer).

PLUS DE 20 ANS !

La nouvelle loi fédérale sur la formation professionnelle permet à des adultes qui justifient d'**au moins 5 ans d'expérience professionnelle** d'obtenir un titre fédéral de formation professionnelle. Ainsi, vous pouvez passer les examens selon l'article 32, ou vous engager dans une démarche de validation des acquis. L'OCOSP est le portail d'entrée du canton de ces 2 façons d'obtenir un CFC.

ACQUÉRIR D'AUTRES EXPÉRIENCES

Les papiers, c'est bien, mais les employeurs à la recherche de nouvelles collaboratrices ou de nouveaux collaborateurs ne demandent pas seulement des certificats et diplômes. Ils s'intéressent aussi à tout ce qui peut enrichir votre parcours personnel (stages, cours annexes, expériences de toutes sortes).

Voici quelques pistes à creuser :

- Engagement auprès d'une association (sportive, culturelle, sociale, de quartier, etc.) ;
- Engagement auprès du Parlement des Jeunes, constitué de jeunes gens âgés entre 16 et 25 ans, et qui représentent les écoles, les différentes associations et les clubs sportifs, ainsi que les sections "jeunesse" de partis politiques ;
- Voyages à but humanitaire ;
- Stages en entreprise ;
- Expériences et formations, en tant que monitrice ou moniteur dans des camps de vacances, des centres de loisirs, etc. ;
- Séjours linguistiques (cours de langues, séjours au pair).

L'**Association neuchâteloise de services bénévoles (ANSB)** se fera une joie de répondre à vos questions, de vous renseigner sur les formations en lien avec le bénévolat et de vous proposer des idées d'activités :

Association Neuchâteloise de Services Bénévoles : Les Rochettes - Hôtel des associations / 1, Rue Louis-Favre / 2000 Neuchâtel / 032 886 89 00 / ansb@ne.ch / www.benevolat-ne.ch.

AIDES & ALLOCATIONS DURANT LA FORMATION

Dès 18 ans, les jeunes qui poursuivent une formation peuvent bénéficier d'un soutien financier. Voici quelques pistes à explorer et voir celles qui conviennent le mieux à votre situation.

Sachez que toutes les demandes de bourses doivent être déposées au **guichet social régional** (www.ne.ch/sasa/gsr) de votre commune de domicile, qui est le point d'accès à toutes les prestations sociales du canton.

CONTRIBUTION D'ENTRETIEN

Bien qu'en principe l'obligation d'entretien des parents dure jusqu'à la majorité, une exception est pourtant prescrite par l'article 277 du Code Civil : *"Si, à sa majorité, l'enfant n'a pas encore de formation appropriée, les parents doivent -dans la mesure où les circonstances permettent de l'exiger d'eux- subvenir à son entretien jusqu'à ce qu'il ait acquis une telle formation, pour autant qu'elle soit achevée dans les délais normaux"*.

Cette contribution d'entretien ne signifie néanmoins pas que vos parents sont censés assumer toutes vos charges ! Selon l'article 285 du Code civil : *"La contribution d'entretien doit correspondre aux besoins de l'enfant, ainsi qu'à la situation et aux ressources des parents, compte tenu de la fortune et des revenus de l'enfant"*.



RECOURS

Il arrive parfois que, malgré leurs devoirs financiers envers leur enfant, certains parents ne veulent ou ne peuvent pas mettre la main à la poche. La solution idéale consiste alors à négocier avec eux un arrangement financier qui convienne aux deux parties.

Toutefois, la négociation ne suffit pas toujours. Dans ce cas, les jeunes sans ressources devront donc faire un choix et décider s'ils veulent ou non déposer une demande de fixation de contribution d'entretien auprès de l'un des **Tribunaux de District (Hôtel Judiciaire)** :

Tribunal régional des Montagnes et du Val-de-Ruz :
10, Avenue Léopold-Robert / 2300 La Chaux-de-Fonds /
032 889 61 81 / trmv@ne.ch ;

Tribunal régional du Littoral & du Val-de-Travers :
2, Rue de l'Hôtel-de-Ville / 2000 Neuchâtel / 032 889 61 80 /
trlv-neuchâtel@ne.ch ;

Tribunal régional du Littoral & du Val-de-Travers :
39, Rue Louis-Favre / 2017 Boudry / 032 889 61 83 / trlv-
boudry@ne.ch.

Bien que cette démarche puisse faire peur, elle reste légitime, surtout si le refus de vos parents vous place dans une situation délicate. Différentes permanences juridiques peuvent aussi vous conseiller, notamment celle du **Centre Social Protestant (CSP)** :

CSP - La Chaux-de-Fonds : 23, Rue du Temple-Allemand /
032 967 99 70 / csp.cdf@ne.ch ;

CSP - Neuchâtel : 11, Rue des Parcs / 032 722 19 60 /
csp.neuchatel@ne.ch.

ALLOCATIONS D'ÉTUDES & D'APPRENTISSAGE

Pour obtenir une bourse d'études ou de formation, il faut remplir certaines conditions. Vous trouvez toutes les informations indispensables sur le site de l'**Office Cantonal des Bourses** :

- **Office Cantonal des Bourses :** 2, Espace de l'Europe
2000 Neuchâtel / 032 889 69 02 / office.bourses@ne.ch.

Pour faire la demande de bourse, vous devez vous rendre au **guichet social régional** (www.ne.ch/sasa/gsr) de votre commune. Vous y remplirez un dossier (**Demande Prestations Sociales**). Le dépôt de cette **DPS** induit une orientation potentielle vers toutes les **prestations sociales cantonales auxquelles vous pouvez avoir droit**. Ainsi, par une demande unique, vous verrez votre dossier examiné en vue de l'octroi d'un subside d'assurance maladie ou d'une bourse d'études.

Pour déposer votre demande, vous devez disposer de tous les documents nécessaires (confirmation d'inscription, attestation d'immatriculation) et la remettre **jusqu'au 31 décembre de l'année scolaire en cours**. Passé ce délai, la demande ne sera plus valable !

Si vous entrez dans les critères d'attribution, vous aurez alors droit à une aide financière dont le montant dépendra du revenu de vos parents ou du vôtre.

La décision d'octroi de bourse est valable en principe pour 1 année. Elle est versée en 2 tranches (au moment de la décision et après la réception d'un rapport semestriel). Si les études se poursuivent, la bourse est reconduite pour chaque année.



La demande de renouvellement se fait au moyen du rapport de fin d'année délivré avec la décision d'octroi. Les formations constituées de 2 éléments consécutifs (bachelor, master, CFC, maturité) ne font l'objet que d'une prolongation unique.

GUICHETS SOCIAUX RÉGIONAUX (GSR)

Si vous suivez un apprentissage, le GSR est disposé à examiner votre situation et, le cas échéant, à vous proposer une aide complémentaire. Le recours à l'aide sociale se présente comme "le dernier filet du système de sécurité sociale". Basée sur le principe fondamental de la subsidiarité, elle intervient après que toute autre ressource a été épuisée.

Adressez-vous alors au **Guichet Social Régional** de votre commune :

La Chaux-de-Fonds : 9, Rue du Collège / 032 967 67 43 ;

Le Locle : 11, Grande-Rue / 032 933 84 90 ;

Neuchâtel : 4, Rue de Saint-Maurice / 032 717 74 10 ;

Val-de-Ruz (Cernier) : 4, Rue de l'Épervier / 032 889 57 01 ;

Val-de-Travers (Couvét) : 2, Rue des Collèges / 032 866 44 00 ;

Colombier (Milvignes) : 20, Rue Haute / 032 886 50 70 ;

La Côte (Peseux) : 2, Rue Ernest-Roulet / 032 886 59 20 ;

Entre-Deux-Lacs (Saint-Blaise) : 35, Grand'Rue / 032 886 49 95.

PRÊTS

Un conseil très sérieux !

Dans tous les cas, évitez de jouer la carte du petit crédit auprès des banques (à moins que vous ne vouliez faire leur bonheur... et votre malheur).

Les taux d'intérêt sont élevés et vous risquez d'être entraîné-e dans un cercle infernal de recouvrements non-remboursables, de poursuites, voire de la perte totale de l'argent emprunté pour rembourser le tout !

À LA RECHERCHE D'UN TRAVAIL



La crise du travail est toujours d'actualité et rares sont les boulots qui se présentent sur un plateau d'argent ! Inutile de paniquer et d'imaginer que le marché vous est forcément fermé. Trouver un travail est en soi... un travail astreignant et difficile, mais en définitive, les efforts consentis finissent en général par payer !

Pour trouver "chaussure à son pied", mieux vaut commencer par examiner honnêtement le jeu que l'on a en mains : on ne devient pas pilote de ligne sans suivre une formation spécifique ; on ne travaille pas dans une banque si l'on ne supporte pas les mathématiques.

Il s'agit donc de définir une stratégie d'action en rapport avec vos envies et vos compétences. Bien se connaître et comprendre sa situation permet de mieux cibler ses recherches et d'augmenter ses chances de trouver le boulot qui convient.

En pratique, chercher un travail peut se faire de 1000 façons différentes. Il nous est donc impossible de vous donner LA recette miracle !

Rappelons tout de même quelques évidences :

PAR OÙ COMMENCER ? INTERNET

Internet est le nouvel outil indispensable pour votre recherche d'emploi, de formation ou d'apprentissage. Il est bien évidemment impossible d'établir une liste exhaustive de tous les sites.

Nous vous proposons ici LE site lié à la recherche d'un emploi en Suisse romande : **www.portail-emploi.ch**. Il répertorie plus de 500 sites, les commente et vous propose des liens. Il vous permet d'avoir accès à des milliers d'offres, d'excellents conseils en matière de recherche d'emploi et de nombreuses adresses utiles (administration, syndicats, etc.).

Nous vous signalons également le site **www.telejob.ethz.ch**, qui est géré par l'association des assistant-e-s de l'EPF de Zürich et Lausanne. Il propose une bourse électronique d'emplois issus du monde académique et du secteur privé, et s'adresse avant tout aux jeunes diplômé-e-s.

Le site du **Secrétariat d'État à l'économie (www.seco.admin.ch)** offre une banque de données des emplois vacants, une bourse de places d'apprentissage et de perfectionnement, ainsi que d'autres informations relatives au chômage et à l'emploi. Voir aussi sous **www.espace-emploi.ch** et **www.ne.ch**.

Le site **www.admin.ch** met en ligne un bulletin des places vacantes à la Confédération.

Le site **www.rpn.ch/emploi** publie les postes disponibles dans l'enseignement.

Par ailleurs, n'hésitez pas à consulter les sites des cantons et des communes qui publient régulièrement les places vacantes et d'apprentissage disponibles.

Pour faciliter vos recherches, nous vous signalons une plate-forme électronique d'orientation **www.ch.ch** qui vous guide vers toutes les administrations suisses (Confédération, cantons, communes) et vous donne diverses informations quant aux démarches administratives courantes à faire.

Pour obtenir des informations sur les possibilités d'emplois et de stages à l'étranger, ainsi que sur les conditions liées à la circulation des personnes suisses à l'étranger, vous pouvez consulter le site de l'Office fédéral de l'immigration, de l'intégration et de l'émigration (www.auslaender.ch).

ANNONCES DANS LES JOURNAUX

Ne débutez pas vos recherches à 10 heures du matin car les places de travail proposées dans les journaux (Arcinfo, etc.) sont vite lues et souvent prises d'assaut. Pour maximiser vos chances de décrocher un poste, mieux vaut être prêt-e à se présenter tôt le matin, surtout pour les places ne demandant pas ou peu de formation !

OFFRES SPONTANÉES

Pour des offres spontanées, choisissez bien les entreprises qui pourraient vous convenir et auprès desquelles vous allez postuler. Inutile d'envoyer 3'856 lettres dans toutes les directions : déjà cela coûte cher et votre candidature risque vraisemblablement de finir sous une pile d'autres dossiers en attente de réponse ou, pire encore, de passer directement à la poubelle !

En revanche, nombre de boîtes temporaires (dans l'annuaire sous "*travail temporaire*") sont prêtes à étudier et conserver votre dossier. Allez-y avec un dossier bien préparé (permis de travail, CV, attestations, certificats) et relancez-les régulièrement, de façon à ce qu'elles connaissent votre détermination.

LE RÉSEAU PERSONNEL

N'oubliez surtout pas que votre réseau personnel de relations est probablement beaucoup plus riche que ce que vous l'imaginez. Utilisez-le car être pistonné-e facilite les choses. Avec ou sans piston, parlez ouvertement à votre entourage de votre envie de travailler, échangez vos coordonnées de façon à être bien positionné-e au cas où une place viendrait à se libérer ou se créer.

Si nécessaire, faites carrément du porte-à-porte : allez proposer vos services en précédant la demande des employeurs potentiels, il se peut que votre offre tombe pile-poil au bon moment !

JOB SERVICE

Enfin, sachez que dans le canton de Neuchâtel, **Job Service** (service public gratuit d'insertion et de réinsertion professionnelle des jeunes de 15 à 25 ans) dispose d'une bourse de l'emploi qui peut vous aider à vous mettre en contact avec des entreprises de la région. De plus, les prestations de ce service sont liées à la consultation et l'aide à l'emploi : par exemple des cours sur les techniques de recherche d'emploi sont régulièrement organisés. Téléphonez-leur pour obtenir un rendez-vous :

**Bureau de La Chaux-de-Fonds : 157, Rue Jardinière /
032 968 08 68 / info2300@job-service.ch ;**

**Bureau de Neuchâtel : 18, Quai Philippe-Godet /
032 725 35 55 / info2000@job-service.ch.**

CURRICULUM VITAE & LETTRE DE MOTIVATION

Ou l'art de se vendre !

Il est évidemment dans votre intérêt de vous constituer un dossier bien ficelé. Prenez le temps de rédiger un bon *curriculum vitae* et de plancher à fond sur vos lettres de motivation.



LE CV : LA FORME...

Un bon *curriculum vitae* ne se rédige pas vite fait bien fait ! Soignez tout particulièrement sa forme : pas de faute d'orthographe (faites-le lire et relire par plusieurs personnes) et une mise en page impeccable !

...ET LE FOND

Quant au contenu de votre CV, tout le monde y va de son conseil "*Surtout, raconte un maximum de choses*", "*Essaie de cacher les périodes où tu n'as rien fait*", "*Ne dis pas que tu as un autre job*". Pour simplifier le tout, les livres sur le sujet s'y mettent aussi en donnant 1'458 pistes pour le CV idéal. Vous y trouverez surtout 1'458 versions contradictoires ! Bonne chance pour la rédaction...

Pour nous, la règle d'or est simple : soyez totalement à l'aise avec ce que vous allez présenter. Tenez compte de nos conseils ou de ceux de votre entourage mais **uniquement** si ces avis ont un réel intérêt pour vous ! Selon votre parcours de vie et votre âge, vous aurez ainsi beaucoup ou peu d'informations à donner. À vous de trouver le juste milieu entre tout étaler ou simplement dire le minimum ! Une page A4 nous semble constituer une bonne mesure.

Un dernier petit conseil pratique : faites relire et "tester" votre CV par des personnes habituées à la lecture de ce type de documents (employeur-se, employé-e d'une agence de travail temporaire).

LETTRE DE MOTIVATION

Pour ce qui est de la lettre de motivation qui accompagne votre CV, expliquez à l'entreprise choisie l'intérêt que vous lui portez (renseignez-vous un maximum à son sujet, sur ses activités, ses valeurs). Décrivez aussi vos motivations et dites clairement ce que vous pensez pouvoir apporter à votre futur patron.

N'hésitez pas à contacter **Job Service** qui a réalisé un livre regorgeant de trucs et astuces pour accéder au monde du travail. Ce service est aussi à votre disposition pour vous aider à définir votre stratégie, rédiger votre CV et vos lettres de motivation, vous accompagner et conseiller dans vos démarches et même, si nécessaire, à vous "consoler" des déceptions qui peuvent survenir !

LE CHÔMAGE

LE CHÔMAGE EST UN DROIT !



Certain-e-s éprouvent de la honte à se retrouver au chômage, d'autres s'y installeraient bien à vie, d'autres encore ne savent même pas que cela existe et à quoi cela sert !

Le chômage est un droit, il n'y a donc pas de honte, ni de scrupule à avoir. Mais comme tout droit, il y a des critères à respecter pour pouvoir en bénéficier. Voici un petit résumé susceptible de vous intéresser.

LE CHÔMAGE, POUR QUI ?

Dans la majorité des cas, le droit de toucher des indemnités de chômage dépend directement du travail accompli auparavant !

En effet, pour pouvoir en bénéficier, il faut avoir été salarié-e de manière déclarée **au minimum 12 mois** (d'un bloc ou par périodes morcelées) durant les **2 dernières années** qui précèdent le jour de l'inscription au chômage.

LIBÉRATION DE L'OBLIGATION D'AVOIR COTISÉ

- Les personnes qui ont été en formation durant plus d'une année, dans les 2 ans précédant leur inscription à l'ORP, peuvent bénéficier d'un droit au chômage après un délai d'attente de 120 jours (6 mois) prévu dans la loi. Leur droit n'atteindra que **90 indemnités**, soit environ 4 mois.

Les apprenti-e-s salarié-e-s ayant cotisé ne sont cependant pas soumis-e-s au délai d'attente et obtiennent, en général, un droit à **200 indemnités** ;

- Pour les personnes qui ont achevé leur formation, elles pourront participer -durant les 120 jours d'attente- à un stage professionnel en entreprise ou dans l'administration.

Cette possibilité n'est toutefois offerte que si le taux de chômage moyen des 6 derniers mois dépasse 3.3 % sur le plan national. Durant le stage, une indemnité d'environ CHF 2'220.- par mois est versée à la personne en stage (pour un plein temps)

- Celles et ceux qui quittent volontairement leur place de travail auront droit aux indemnités de chômage mais une pénalité financière leur sera imposée pour chômage "fautif" ;
- Pour les jeunes qui n'ont obtenu ni diplôme professionnel, ni maturité fédérale, la participation à un semestre de motivation est possible dès l'inscription à l'ORP et ce, même s'ils n'ont pas droit aux indemnités de chômage. Une contribution mensuelle de CHF 450.- leur est versée.

2 programmes sont à disposition :

- **Semestre de Motivation Cantonal (SEMO)**
Mod'Emploi a 2 antennes :

**Bureau de Neuchâtel : 28, Rue de Tivoli / 032 717 73 90 /
semo.neuchatel@ne.ch ;**

**Bureau de La Chaux-de-Fonds : 152, Rue de la Paix /
032 913 55 50 / semo.chx@ne.ch.**

- Village d'Artisans - Job Service (www.job-service.ch)

Bureau de La Chaux-de-Fonds : 157, Rue Jardinière /
032 968 08 68 / info2300@job-service.ch ;

Bureau de Neuchâtel : 18, Quai Philippe-Godet /
032 725 35 55 / info2000@job-service.ch.

S'INSCRIRE TOUT DE MÊME !

Si vous ne réunissez pas les conditions nécessaires pour toucher des indemnités de chômage, vous devez quand même vous inscrire.

Vous bénéficierez quasiment des mêmes prestations qu'une personne au chômage (appui d'une conseillère ou d'un conseiller en personnel, mesures cantonales de formation ou de stage, cours de perfectionnement) et devrez faire des recherches d'emploi mais sans aucune contrepartie financière !

OUVERTURE D'UN DOSSIER À L'OFFICE RÉGIONAL DE PLACEMENT *À vos papiers !*

L'annonce et l'inscription à l'assurance-chômage s'effectuent directement au guichet de l'Office régional de placement (ORP) selon la région de votre domicile :

ORP Littoral Neuchâtelois : 20, Avenue Edouard-Dubois /
2000 Neuchâtel / 032 889 68 18 / orpln@ne.ch ;

ORP des Montagnes Neuchâteloises : 119, Rue du Parc / 2300
La Chaux-de-Fonds / 032 889 68 13 / orpmn@ne.ch ;

ORP Val-de-Travers : 13, Rue de l'Horlogerie / 2114 Fleurier
/ 032 889 61 50 / orpvdt@ne.ch.

Munissez-vous des documents suivants en vue de votre inscription :

- Pièce d'identité officielle avec photo pour les suissesses et les suisses ;
- Permis de séjour pour les personnes de nationalité étrangère ;

- Carte AVS ;
- Certificats d'études, d'apprentissage ou de travail ;
- *Curriculum Vitae* (CV) ;
- Lettre de licenciement (si existant) ;
- Dernier contrat de travail (si existant) ;
- Preuves de recherches d'emploi effectuées avant votre inscription.

Suite à votre inscription, vous serez convoqué-e à une séance d'information durant laquelle vos droits et vos obligations vous seront exposés. Vous rencontrerez ensuite une conseillère ou un conseiller en personnel de l'ORP qui vous suivra durant tout votre délai-cadre.

Votre dossier étant ouvert, il s'agira de remplir vos obligations afin de toucher vos indemnités. Tout bénéficiaire de l'assurance chômage doit remettre à la fin de chaque mois le document "*Indication de la Personne Assurée*" (IPA) dûment rempli à sa caisse de chômage.

Toute personne inscrite à l'ORP doit prouver les efforts faits pour rechercher un emploi en remettant la feuille de résumé de celle-ci à l'ORP, au plus tard le 5^{ème} jour du mois suivant la période.

LES INDEMNITÉS

La caisse de chômage est responsable de déterminer votre droit aux indemnités de chômage et de verser les prestations. Si celui-ci vous est refusé, vous avez le droit d'exiger une décision écrite qui vous indiquera les voies de recours vous permettant de la contester formellement.

Si le droit est reconnu, le calcul de votre gain assuré se base sur la moyenne de vos 6 ou 12 derniers mois de salaire brut.

Pour les personnes sortant de formation, le gain assuré est déterminé sur la base d'un montant forfaitaire dépendant du niveau de formation atteint.

Pour les célibataires, l'indemnité mensuelle correspond au **70 %** du gain assuré. Celles et ceux qui ont un enfant de moins de 25 ans à charge ou un gain assuré inférieur à CHF 3'797.- recevront une indemnité égale à **80 %** du gain assuré. Les éventuelles allocations pour enfant(s) à charge sont bien évidemment versées en plus.

LA CAISSE DE CHÔMAGE

Pour demander les indemnités auxquelles vous avez droit, vous devez choisir une caisse de chômage. Vous avez le choix entre une caisse publique ou les caisses syndicales. L'ORP vous remettra la liste des caisses au moment de votre annonce. En principe, vous ne pouvez pas changer de caisse de chômage en cours d'indemnisation.

RECOURS

En cas de litige ou de désaccord avec des décisions vous concernant, n'oubliez pas qu'il est toujours possible de faire recours. Dans un premier temps, vous devez faire opposition auprès du **Service de l'emploi** qui rendra une décision sur opposition :

Service de l'Emploi (direction générale) : 119, Rue du Parc / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 889 68 12 / service.emploi@ne.ch.

En cas de désaccord, il est encore possible de faire recours **dans les 30 jours** auprès de :

Office Juridique et de Surveillance (OJSU) : 90, Avenue Léopold-Robert / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 889 68 14 / ojsu@ne.ch.

Si vous n'êtes toujours pas d'accord avec les conclusions, vous devrez faire recours **dans les 30 jours** au :

Département de l'économie et de l'action sociale : Château 12, Rue de la Collégiale / 2000 Neuchâtel / 032 889 68 00 secretariatDEAS@ne.ch.

Vous pouvez aussi contacter les **Associations de Défense des Chômeurs (ADC)** qui vous aideront dans vos démarches.

SOUTIEN & CONSEILS JURIDIQUES

L'Association de Défense des Chômeurs (ADC) est une association privée, politiquement indépendante, vivant des cotisations de ses membres et des subventions cantonales et communales. Elle offre les prestations suivantes :

- Mise à disposition d'un lieu d'accueil, de rencontres et d'échanges ;
- Mise à disposition d'ordinateurs, de journaux et d'informations pour rechercher un emploi ;
- Aide, information, conseil et accompagnement dans les différentes démarches liées au chômage ;
- Aide dans la rédaction de dossiers de postulations et de CV.

Une permanence juridique y est également proposée. Si vous avez des soucis avec l'ORP (pénalités, explications sur un licenciement, etc.), l'ADC vous donne des conseils juridiques et vous soutient grâce à son réseau de bénévoles (avocat-e-s, travailleuses sociales ou travailleurs sociaux, médecins) :

Association de Défense des Chômeurs (ADC) :

Bureau de La Chaux-de-Fonds : 15, Rue du 1^{er} Mars / Case Postale 2362 / 032 913 96 33 / info@adc-ne.ch ;

Bureau de Neuchâtel : 1, Rue Louis-Favre / 032 725 99 89 / info@adcn.ch.

L'ADC propose également des débats publics sur différents thèmes d'actualité (conflits au travail, assurances sociales), des cours de français et d'informatique et propose une aide à la recherche d'emploi (rédaction de CV et de lettres de motivation).

FORMATION & RECYCLAGE

Si vous êtes bénéficiaire de l'assurance chômage, l'ORP offre des possibilités de stage et de formation. Ces mesures doivent nécessairement améliorer vos opportunités de retrouver un emploi.

Renseignez-vous directement auprès de votre conseillère ou conseiller sur les différentes possibilités offertes, il y en a beaucoup.

Pour toutes questions d'ordre général, vous pouvez aussi consulter les sites Internet www.ne.ch/emploi et www.espace-emploi.

SE LOGER DANS LE CANTON DE NEUCHÂTEL OU COMMENT TROUVER QUELQUES AIGUILLES DANS UNE BOTTE DE FOIN...



Partir de chez ses parents pour aller s'installer ailleurs, voilà une étape importante dans la vie ! Cependant, il n'est pas toujours facile de composer avec la réalité du marché de l'immobilier. En effet, il est rare de trouver en 2 jours la solution de ses rêves... Nous essaierons, dans ce chapitre, de vous aider à y voir plus clair et peut-être à réaliser qu'il y a d'autres pistes possibles que celle, plus classique, de l'appartement avec un bail à loyer à son nom.

HÉBERGEMENT POUR JEUNES

Ou comment loger sans bail

Ce que nous entendons par "hébergement" représente les diverses solutions de logement où vous n'êtes pas en possession d'un bail, c'est-à-dire d'un contrat de location à durée indéterminée. Mais ne vous fiez pas aux seules dénominations : celles-ci peuvent être trompeuses et vous éloigner du bon plan sur lequel vous comptiez.

LOGEMENTS UNIVERSITAIRES

Si vous êtes étudiant-e à Neuchâtel, il y a de nombreuses possibilités de se loger. La **Gérance Alfen SA** est une société anonyme à but non lucratif fondée par la Fédération des étudiant-e-s neuchâtelois-e-s (**FEN**). Elle a pour dessein de fournir aux étudiant-e-s des logements aux meilleures conditions possibles. Elle gère notamment la **Cité des étudiants** (10, Avenue Clos-Brochet), le **Foyer des Sablons** (46, Rue des Sablons), de la **Favarge** (107, Rue de la Favarge), du **Seyon** (26, Rue du Seyon) et **La Tour des Cadolles** (21, Rue des Cadolles) :

**Gérance Alfen SA : 10, Avenue Clos-Brochet / 2000 Neuchâtel
032 727 68 50 / info@citeu.ch.**

Pour plus d'infos sur ces lieux d'hébergement, vous pouvez aussi naviguer sur le site de l'Université www.unine.ch.

PETITES ANNONCES

Pour trouver une chambre, une sous-location ou toute autre solution de logement, les petites annonces des journaux locaux sont précieuses. Dépêchez-vous de les lire car elles sont très courues ! Jetez aussi un coup d'œil sur les offres épinglées gratuitement dans les grandes surfaces et profitez-en pour placarder votre annonce.

On trouve parfois de bons plans sur les panneaux d'affichage des écoles supérieures ou sur le forum des étudiant-e-s de l'Université de Neuchâtel www.unine.ch/forum. Consultez aussi le site www.immastreet.ch, ainsi que ceux des gérances immobilières du canton.



LIEU D'URGENCE

Le Service de la jeunesse de la Ville de La Chaux-de-Fonds et le Service de l'intégration et des infrastructures culturelles de la Ville de Neuchâtel peuvent également vous aider dans vos recherches d'hébergement :

- **Service de l'intégration et des infrastructures culturelles :**
28, Rue de Tivoli / Case Postale 38 / 2003 Neuchâtel /
032 717 73 80 / siic.vdn@ne.ch ;
- **Service de la Jeunesse :** 12, Rue de la Serre / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 967 64 90 /service.jeunesse.vch@ne.ch.

À LA RECHERCHE D'UN APPARTEMENT

"Étudiant-e cherche 6 pièces"

Qui n'a pas rêvé de trouver rapidement un appartement confortable et pas cher ? Le problème est qu'entre rêve et réalité, il y a souvent un fossé. Mais rien n'est impossible, surtout pour celle et celui qui a des pistons : il suffit parfois d'avoir un oncle directeur de gérance, une copine en partance pour l'étranger et prête à sous-louer son 3 pièces et le tour est joué ! Seulement voilà, tout le monde ne possède pas ce genre de cartes en main.

COMMENT S'Y PRENDRE ?

- **Premier cas de figure :** vous avez un revenu confortable et/ou des parents prêts à vous aider financièrement pour votre logement : courez vous inscrire dans les gérances immobilières et armez-vous d'une bonne dose de patience pour décrocher l'appartement de votre choix ! Prévoyez aussi de pouvoir déposer **3 loyers d'avance** (caution exigée par les régies) auprès d'une banque [voir le chapitre page 82 "*le casse-tête de la caution*"].
- **Deuxième cas de figure :** vous ramez financièrement... Il vous sera donc plus difficile d'assumer un appartement à loyer libre et vous devrez certainement chercher un logement subventionné.

Voici quelques adresses utiles :

Service des Bâtiments & Logements - Ville de Neuchâtel : 3, Faubourg du Lac / 032 717 76 60 / urbanisme.neuchâtel@ne.ch ;

Gérance des Immeubles Communaux - Ville de La Chaux-de-Fonds : 23, Rue de la Serre / Case Postale 370 / 032 967 62 61 / batimentslogement.vch@ne.ch ;

Gérance des Bâtiments - Ville du Locle : 1, Rue de l'Hôtel-de- Ville / 032 933 84 16 / gerance.lelocle@ne.ch.

SIGNER UN CONTRAT DE BAIL

Si vous vous lancez dans l'aventure de la location, faites attention à un certain nombre de points, notamment au fait que **le bail est un contrat d'une durée minimale d'1 année**, et donc que **vous avez des obligations à respecter !**

Une location peut parfois se décider oralement mais sachez que dans ce cas, vous ne pourrez compter sur aucune garantie ! **Il est donc plus qu'indispensable d'obtenir une confirmation par écrit.**

Avant de signer un bail, prenez le temps de le lire soigneusement et n'oubliez pas de vérifier :

- Le prix du loyer (les charges y sont-elles comprises ?) ;
- La durée, le renouvellement et le délai de résiliation du bail ;
- Le montant de la garantie (caution) à verser avant la signature (3 mois de loyer qu'il faut déposer sur un compte bancaire bloqué jusqu'à la fin du bail. Le bon côté, c'est que vous disposerez des intérêts !) ;
- Les devoirs de la personne qui loue (paiement régulier du loyer, entretien du logement, etc).
- Exigez un état des lieux très détaillé à votre arrivée et complétez-le au besoin avant de signer ;
- Les règlements d'immeuble (animaux tolérés ou non, horaire et frais de buanderie, etc.).

Enfin, conservez précieusement tous les documents de location (bail, correspondances, assurances, etc.) au cas où vous en auriez besoin pour faire valoir vos droits.

LE CASSE-TÊTE DE LA CAUTION

Lorsque la régie exige une caution, il est toujours préférable de trouver par ses propres moyens la somme nécessaire. Cependant, rassembler un montant équivalent à 3 mois de loyer nécessite parfois de longs mois d'épargne !

Pour information, il existe des **sociétés de cautionnement** qui avancent le montant de la garantie demandée par la régie. En contrepartie, la personne qui loue devra verser pour ce service 4 % par année du total de la somme garantie. Des frais d'inscription et des frais administratifs seront aussi perçus.

Vérifiez au préalable si votre régie accepte de travailler avec une société de cautionnement.

Faites aussi attention aux clauses du contrat passé avec la société de cautionnement. Il est évident que l'on ne vous propose pas ce genre de contrat uniquement pour vos beaux yeux !

2 adresses utiles pour demander une caution de loyer :

- **SwissCaution SA : 1, Route de Renens / 1030 Bussigny / 0848 001 848 / info@swisscaution.ch / www.swisscaution.ch.**

Vous trouverez des formulaires d'inscription dans tous les bureaux de poste.

- **FirstCaution SA : 4, Avenue Edouard-Rod / Case Postale 1155 / 0840 78 78 78 / info@firstcaution.ch / www.firstcaution.ch.**

Sachez aussi que parfois votre compagnie d'assurance (celle de votre RC-ménage) peut également vous proposer une garantie de caution.

N'hésitez donc pas à en discuter avec elle, peut-être en tirerez-vous quelques avantages !

LITIGE

En cas de litige important avec votre gérance, l'**Association Suisse de Défense des Locataires (ASLOCA)** saura vous soutenir et faire respecter vos droits :

Association Suisse de Défense des Locataires (ASLOCA) :

**Bureau de La Chaux-de-Fonds : 71, Rue Jardinière /
032 913 46 86 / asloca_cdf@bluewin.ch /
www.asloca.ch/neuchatel;**

**Bureau de Neuchâtel : 1, Rue des Terreaux / Case Postale
1673 / 032 724 54 24 / aslocane@bluewin.ch.**

Pour CHF 90.- de cotisation par année civile (soit une cotisation annuelle de CHF 54.- et la finance d'inscription de CHF 36.-), vous pourrez ainsi bénéficier des consultations juridiques gratuites en matière de bail à loyer et rencontrer un-e avocat-e qui vous conseillera, soutiendra et accompagnera dans toutes vos démarches.

LA SANTÉ D'ABORD

GUÉRIR, C'EST BIEN ; PRÉVENIR, C'EST MIEUX !



Vous le savez déjà, le sucre fait des trous dans les dents, trop de nuits blanches finissent par déteindre sur l'humeur, la cigarette n'est pas top pour les poumons... Bref, nous n'allons pas vous faire la morale.

Il se peut cependant que d'autres questions concernant votre santé vous démangent. Si c'est le cas, n'attendez pas que vos petits doutes se transforment en gros problèmes, il est important de pouvoir s'informer et agir. Prendre soin de sa qualité de vie est le meilleur moyen de préserver sa santé et son bien-être !

Le Service cantonal de la santé publique (SCSP) peut vous renseigner sur différents sujets :

Service cantonal de la Santé Publique : 2, Rue Jacques-Louis de Pourtalès / 2000 Neuchâtel / 032 889 62 00 / service.santepublique@ne.ch

VOTRE PARTENAIRE SANTÉ

Mettez un docteur de confiance dans votre moteur !

Depuis votre enfance, vous avez probablement une ou un médecin de famille qui vous suit, ou -dans les institutions scolaires que vous avez fréquentées- du personnel infirmier qui a un dossier médical vous concernant. N'hésitez donc pas à exploiter ces services !

Devenu-e majeur-e, il reste important de garder ou de trouver un partenaire santé (médecin généraliste, gynécologue, psychologue) à qui l'on peut parler en toute confiance.

Il vaut donc la peine de se donner le temps de trouver la bonne personne pour établir le lien précieux qui sera utile en cas d'ennui. N'attendez pas l'urgence pour vous en préoccuper car, dans ces moments-là, on a besoin d'être accueilli plutôt que de remplir des formulaires !

EN PLEIN DANS LES DENTS

Les soins de vos canines

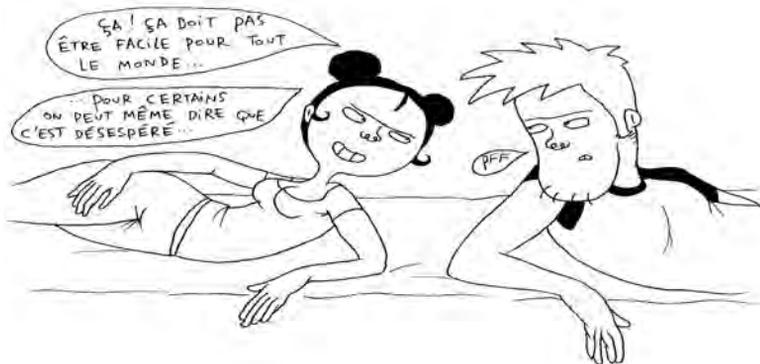
Bruits de fraise et odeur de girofle... Comme vous pouvez l'imaginer, le passage qui suit n'est pas des plus amusants. Pourtant, mieux vaut s'y confronter régulièrement, ce qui vous évitera sans aucun doute de mauvaises surprises, des abcès ou des frais douloureux !



En Suisse, les frais de dentiste ne sont pas pris en charge par les caisses maladie, **sauf si les soins sont liés à un accident ou une maladie**. Aussi, si vous allez consulter un-e dentiste privé-e, demandez lui **avant** le début des soins un **devis**. Vous pourrez ainsi comparer son offre avec les prix pratiqués par d'autres dentistes, avec parfois de bonnes surprises à la clef !

SEXUALITÉ

Peut-on parler de sexualité sans parler d'amour ? Peut-on parler d'amour sans parler de sexualité ? Chacun-e a ses propres conceptions de la sexualité : découverte de son corps, émotions partagées, échange de tendresse, recherche de territoires inconnus, etc.



Le sujet est vaste et nous n'avons pas la prétention de donner ici des réponses toutes faites. Beaucoup de choses ont déjà été écrites sur la sexualité mais nous aimerions tout de même évoquer ici quelques thèmes importants.

FAIRE L'AMOUR

Une belle histoire... mais pas toujours facile !

La sexualité est un domaine où la tendresse, la relation à l'autre, le désir et le plaisir ont leur place. **Une sexualité respectueuse de l'autre passe par le dialogue**, il n'est pas toujours évident d'évoquer des choses intimes sans ressentir de la gêne ou être en proie à la peur du jugement ou du ridicule. Pourtant, vous avez vraiment tout à y gagner !

Essayez simplement de placer des mots sur ce que vous ressentez au fond de votre cœur ou de votre corps car l'autre ne peut pas tout deviner... Découvrez à deux ce qui vous donne du plaisir : parlez de ce qui vous plaît, de ce que vous aimez moins, ou pas du tout.

Cela dit, n'oubliez pas que la vie est courte. Alors vive l'amour, vive la vie !

SEXUALITÉ : S'INFORMER, PARLER, ÊTRE ÉCOUTÉ-E

Si vous avez des questions sur tout ce qui peut toucher à la sexualité et que vous n'avez pas pu résoudre avec votre partenaire ou vos ami-e-s proches ce qui vous préoccupait, vous pouvez rencontrer, seul-e ou en couple, une personne compétente en passant au **Centre de santé sexuelle - planning familial** :

**La Chaux-de-Fonds & Val-de-Ruz : 31, Rue Sophie-Mairet
/ 032 967 20 91 / sante.sexuelle.vch@ne.ch ;**

**Neuchâtel & Val-de-Travers : 4, Rue de Saint-
Maurice / 032 717 74 35 / sante.sexuelle.ne@ne.ch .**

Ces lieux confidentiels et gratuits vous permettront d'aborder une multitude de thèmes, notamment la contraception, les relations sexuelles, le désir d'enfant, la poursuite ou non d'une grossesse, ainsi que les problèmes d'identité sexuelle et les difficultés relationnelles.

L'association **CIAO** a créé le site www.ciao.ch où il vous est possible d'adresser toutes les questions que vous vous posez à des professionnel-le-s compétent-e-s sur ce sujet. **C'est l'un des sites de référence en Suisse romande, n'hésitez donc pas à le consulter !**

Chaque demande est traitée avec sérieux et si vous ne trouvez pas LA solution dans celles proposées sur le site, une réponse personnalisée vous sera donnée au plus tard dans les 2 jours qui suivent. Le site existe aussi sous forme d'applications mobiles (iOS et Android).

HOMOSEXUALITÉ, BISEXUALITÉ & TRANSGENRE

Si vous vous sentez concerné-e par l'homosexualité, la bisexualité ou les questions de genres, l'**Association Togayther** est à votre disposition pour toutes les questions que vous pourriez vous poser :

Togayther : 48, Rue des Sablons / Case Postale / 2000 Neuchâtel / 078 862 41 20 / info.togayther@gmail.com / info@togayther.ch.

Il existe aussi une permanence téléphonique qui répondra à toutes vos questions : **Rainbow Line 0848 80 50 80** du lundi au vendredi de 19^h00 à 22^h00.

S'il vous semble trop difficile d'aborder des questions intimes au téléphone, ou que l'idée d'un entretien vous bloque, commencez déjà par naviguer sur les sites **www.happygays.net** et **info@happygays.net**.

CONTRACEPTION

Nous vous rappelons :

- Qu'un préservatif fiable porte le label "OK" ou "CE" ;
- Qu'il est inutile d'en mettre 2, déchirure garantie ;
- Qu'il ne faut utiliser que du lubrifiant soluble à l'eau ou au silicone, les produits gras risquent d'endommager les préservatifs en latex ;
- Qu'il existe des préservatifs de différentes tailles pour que vous soyez totalement à l'aise (une capote trop large risque de glisser, une capote trop étroite peut se déchirer, faire mal et décourager vos ardeurs !) ;
- Que la pilule ne s'obtient que sur ordonnance ;
- Que la pilule d'urgence ne s'utilise pas comme un moyen de contraception. Elle se prend au plus tard 72 heures après le rapport non-protégé ou lorsque le préservatif s'est déchiré afin d'éviter une éventuelle grossesse. Elle peut provoquer des effets secondaires importants (nausées, vertiges) et s'obtient sans ordonnance en pharmacie ou dans les centres de santé sexuelle - planning familial de Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds.

SIDA & IST

"*Syndrome d'ImmunoDéficiency Acquis*" & "*Infection Sexuellement Transmissible*" pour celles et ceux qui ne le savaient pas.

Vous avez sûrement déjà été bombardé-e de messages préventifs et vous saturez d'entendre qu'il vous faut absolument mettre ce petit bout de latex lors de relations sexuelles avec votre partenaire...

Hélas, en pleine action amoureuse, et même lorsque l'on connaît par cœur le message de prévention, les choses peuvent parfois paraître nettement moins simples : peur de casser la magie de l'instant en mettant un préservatif, baisse de vigilance parce qu'on est déjà parti-e au 7^{ème} ciel, gêne, flemme...

Bref, il arrive que certain-e-s oublient de se protéger, et ce n'est seulement que quelques heures plus tard que s'installe le malaise et la peur car le petit geste qui fait toute la différence n'a pas été fait. Culpabiliser ne sert à rien, le plus important, c'est de prendre ses responsabilités pour les prochaines fois.

Après une situation à risque (relation non-protégée, déchirure du préservatif), il est conseillé de faire un test de dépistage VIH-Sida. Pour que le résultat du test soit réellement fiable, il faut attendre **3 mois après la prise de risque.**

Vous pouvez faire un test de dépistage anonyme et sans rendez-vous auprès du **Groupe Sida Neuchâtel (GSN)** - www.info-sida.ch ou du **Centre de santé sexuelle - planning familial** de Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds - www.sante-sexuelle-ne.ch :

- **Groupe Sida - Neuchâtel : Grand-Rue 18 / 2034 Peseux / 032 737 73 37 / gsn@ne.ch ;**
- **Centre de santé sexuelle - planning familial :
Rue Sophie-Mairet 39, 2300 La Chaux-de-Fonds /
032 967 90 21 ;
Rue Saint-Maurice 4, 2000 Neuchâtel / 032 717 74 35**

Sachez que si vous êtes préoccupé-e, ou que vous vous posez des questions au sujet du Sida, ces trois sites peuvent vous accueillir du lundi au vendredi et apporter des réponses à vos interrogations. Consultez aussi les sites www.lovelife.ch et www.infotestvih.ch.

Les maladies sexuellement transmissibles (hépatite, herpès génital, chlamydia, etc.) sont malheureusement encore courantes, elles peuvent pourtant être évitées en se protégeant, notamment avec des préservatifs. Si vous êtes alerté-e par un signe inhabituel (douleurs, rougeurs, boutons, odeurs), consultez au plus vite un-e gynécologue ou un-e dermatologue. Plus le traitement est administré rapidement, plus il est efficace !

INTERRUPTION DE GROSSESSE

Il se peut que vous vous retrouviez enceinte alors que cela n'était pas du tout votre intention. La décision d'interrompre ou non une grossesse peut être très difficile à prendre. Souvent, des arguments contradictoires se bousculent et il est essentiel de se laisser aider par quelqu'un de proche ou par un-e professionnel-le afin d'y voir plus clair et de trouver votre solution. Les **centres de santé sexuelle de Neuchâtel** et de **La Chaux-de-Fonds** sont là pour vous conseiller et vous orienter vers les partenaires médicaux adéquats.

En Suisse, depuis juin 2002, l'avortement n'est plus un délit et est autorisé jusqu'à la 12^{ème} semaine de grossesse. La femme qui choisit d'avorter reste seule maîtresse de sa décision. Elle est néanmoins tenue de rencontrer un-e gynécologue pour lui faire part de son choix ou pour se faire aider en cas d'hésitation.



Selon l'âge du fœtus, plusieurs techniques sont proposées : interruption de grossesse médicamenteuse (uniquement au début de la grossesse), sous anesthésie locale ou complète. L'intervention sous anesthésie aura lieu à l'hôpital ou dans une clinique privée.

Il est important de préciser que l'assurance de base de votre assurance maladie prend en charge les frais d'interruption de grossesse. Pour une intervention en clinique privée, vérifiez quand même si votre contrat d'assurance vous couvre !

GROSSESSE

Si vous choisissez de poursuivre votre grossesse, l'arrivée de votre bébé illuminera votre vie mais elle risque aussi de bousculer votre organisation générale. De nouvelles questions (matérielles, relationnelles, administratives) peuvent surgir et vous surprendre.

BROCHURES D'INFORMATION SEXUELLE

Les brochures "*Ho les filles !*" et "*Hé les garçons !*" de l'**Office Fédéral de la Santé Publique** (info@bag.admin.ch) ont été écrites pour des personnes plus jeunes que vous. Il n'empêche que ces ouvrages restent encore d'actualité pour les plus âgé-e-s. Vous pouvez les consulter ou en obtenir un exemplaire dans les centres de santé sexuelle de Neuchâtel ou de La Chaux-de-Fonds.

COUPS DE BLUES

Avant de tomber dans la dépression

Parfois, un coup de blues ne dure que quelques jours et la pente est vite remontée. Dans d'autres cas, une déprime peut annoncer le début d'une longue galère et il est alors primordial de s'en occuper au plus vite !

Nous pouvons toutes et tous être concerné-e-s par un passage à vide. Quelle que soit sa durée, il ne faut pas hésiter à en parler autour de soi, même si ce geste d'ouverture n'est pas toujours évident à faire. Il permet pourtant de garder un lien avec les gens qui nous entourent, de trouver une écoute, un soutien pour ne pas se laisser englober dans une solitude ou un malaise plus grand encore.

Il est souvent difficile de parler à sa propre famille. Le plus simple est de prendre conseil et appui auprès d'une personne capable d'écoute et en qui vous avez une totale confiance (ami-e, oncle, tante, prof, travailleuse ou travailleur social, psychologue, médecin généraliste).

Nous vous rappelons aussi que dans tous les établissements scolaires, une conseillère ou un conseiller social est là pour vous. Le seul critère valable pour choisir la bonne personne est que vous vous sentiez parfaitement à l'aise avec elle.

La Main Tendue - Tél 143 (www.143.ch) propose une écoute téléphonique à toute heure du jour et de la nuit et accueille les petits comme les gros soucis. Vous pouvez aussi obtenir une aide en envoyant un courriel. Ce service est gratuit et évidemment anonyme.

Votre médecin traitant, si vous en avez un, peut aussi vous orienter.

Vous pouvez également contacter le **Centre Neuchâtelois de Psychiatrie (CNP)** pour obtenir une **consultation ambulatoire** :

CNP - Littoral neuchâtelois : 18-20, Rue du Vieux-Châtel / 2000 Neuchâtel / 032 755 24 11 ;

CNP - Montagnes neuchâteloises : 29, Rue Sophie-Mairet / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 967 20 61.

En cas d'urgence, téléphonez au **Centre d'Urgences Psychiatriques (CUP)** :

CUP - Littoral Neuchâtelois : 45, Rue de la Maladière / 2000 Neuchâtel / 032 755 15 15 - 24 s/24 / 7j s/7;

CUP - Montagnes neuchâteloises : 20, Rue du Chasseral / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 755 25 25 du lundi au vendredi.

Consultez également le site d'information sur la santé psychique (www.santepsy.ch) qui répertorie toutes les adresses utiles dans le canton de Neuchâtel et en Suisse romande, ainsi que celui de l'Association neuchâteloise de prévention du suicide "**Parlons-en**" www.suicide-parlons-en.ch.

Malatavie Prévention (unité de crise pour jeunes et adolescent-e-s des hôpitaux universitaires genevois) peut vous aider en cas d'idées noires, ou simplement vous donner des conseils ou des informations sur la problématique suicidaire. N'hésitez donc pas à prendre contact par téléphone (24h/24), par mail, ou pour fixer un rendez-vous :

Malatavie - Prévention & Unité de Crise (HUG) : 20, Avenue Beau-Séjour / 1206 Genève / 022 372 42 42 / preventionsuicide@hcuge.ch.

TABAC

Les cigarettiers font beaucoup d'efforts pour donner une image "jeune" et "branchée" à leur produit. Il ne faut pas oublier que le tabagisme est responsable chaque année du décès prématuré de milliers de personnes en Suisse. Aussi, si vous avez besoin d'aide pour arrêter de fumer, adressez-vous à :

Vivre Sans Fumer - CIPRET : 17, Faubourg du Lac / 2000 Neuchâtel / 032 724 12 06 (73) / www.vivre-sans-fumer.ch.

DÉPENDANCES

Dans la légalité ou non, nous consommons toutes et tous de temps à autre des produits de manière peu compatible avec notre santé psychique et physique.

Au sujet des dépendances **avec** ou **sans** substance (tels les jeux d'argent, jeux vidéos), des images toutes faites influencent nos réactions et éveillent en nous des peurs inutiles. Les gens ont souvent tendance à se "bloquer" plus sur le produit (ou l'activité) que sur la manière de le consommer. S'affoler car une personne consomme telle substance (alcool, cannabis) ou pratique telle activité (jeux vidéo, casino) peut donc être une erreur. Il se peut, en effet, que la personne en question ait appris à gérer sa consommation.

Cependant, lorsqu'il devient difficile de faire face aux multiples exigences de la vie en société (études, travail, relations, etc.), la tentation peut devenir grande d'utiliser les produits à disposition pour adoucir la réalité ou justement y faire face !

Dans ce cas, la consommation ne répondra pas à la question de base qui est : comment allez-vous modifier votre situation de vie que vous jugez insatisfaisante ? Ne pas pouvoir répondre à cette interrogation, c'est laisser la consommation d'un produit, ou la pratique répétée d'une activité, prendre le dessus. L'usage devient habitude, la dépendance s'installe, et bonjour la galère !

Si l'un-e de vos proches ou vous-même avez des questions ou des problèmes liés aux dépendances, vous pouvez vous adresser à **Addictions Neuchâtel (032 886 86 00)**.

Citons aussi :

- **Addiction Suisse (www.addictionsuisse.ch)** est un organisme qui pourra vous documenter largement sur le sujet ;
- L'association romande **CIAO** a créé un site **www.ciao.ch** où il est possible d'adresser toutes vos questions au sujet des produits et des dépendances diverses à des professionnel-le-s compétent-e-s. C'est l'un des sites de référence en Suisse romande. Chaque demande est traitée avec sérieux et si vous ne trouvez pas LA solution dans celles proposées sur le site, une réponse personnalisée vous sera donnée au plus tard dans les 2 jours qui suivent. Le site existe aussi sous forme d'applications mobiles (iOS et Android).

Pour les dépendances liées à l'alcool :

- **Centres Neuchâtelois d'Alcoologie (CENEA) - www.cenea.ch :**
CENEA - Neuchâtel : 137, Rue des Poudrières / Case Postale 174 / 032 889 62 10 / ceneane@ne.ch ;
CENEA - La Chaux-de-Fonds : 117, Rue du Parc / 032 889 62 11 / ceneacf@ne.ch ;
CENEA - Le Locle : 14, Rue de France / 032 889 60 18 / ceneall@ne.ch.

Autres substances & Sans substances :

- DROP - IN : 5, Rue des Fausses-Brayes / 2000 Neuchâtel / 032 886 86 10 / www.drop-in.ch / info@drop-in.ch.
- Le Râteau (espace d'accueil et de promotion de la santé du Drop-In réservé aux jeunes de 12 à 18 ans) : 15a, Rue des Fausses-Brayes / 2000 Neuchâtel / 032 725 26 65.
- Centre d'Aide et de Prévention et de Traitement de la Toxicomanie (CAPTT) : 8, Ruelle du Guilleri / 2114 Fleurier / 032 886 86 50 / captt@ne.ch / www.captt.ch.
- Centre d'aide de Prévention et de Traitement de la Toxicomanie (CPTT) :
 La Cluse - Antenne de Traitement : 27, Rue de l'Hôtel-de-Ville / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 967 86 00 / cptt@ne.ch ;
 La Balise - Antenne de Prévention et d'Intervention : 5, Rue Daniel-Jeanrichard / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 520 02 52 ;
 Le Seuil - Antenne de Rue : 22-24, Rue Jacquet-Droz / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 968 52 42.
- Association Boulimie - Anorexie : 19, Avenue de Villamont / 1005 Lausanne / 021 329 04 39 / www.boulimie-anorexie.ch / info@boulimie-anorexie.ch.

Dépendance au jeu pathologique :

- La Balise - Antenne de Prévention et d'Intervention : 5, Rue Daniel-Jeanrichard / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 520 02 52 ;
- DROP - IN : 5, Rue des Fausses-Brayes / 2000 Neuchâtel / 032 886 86 10 / www.drop-in.ch / info@drop-in.ch.

ÉTRANGÈRES OU ÉTRANGERS

ÉTRANGÈRES OU ÉTRANGERS EN SUISSE & NATURALISATION

S'ENRICHIR DE NOS DIFFÉRENCES



Neuchâtel est un canton privilégié par la diversité de cultures et de nationalités différentes. Savez-vous qu'il y a plus de 145 nationalités représentées dans le canton ? Vive l'interculturalité !

Pourtant, venir en Suisse et vouloir y séjourner autrement qu'en touriste est vraiment super compliqué ! La politique migratoire suisse a adopté un système binaire d'admission : **d'un côté**, l'accord sur la libre circulation des ressortissant-e-s de l'Union Européenne (UE) et des pays membres de l'AELE (Liechtenstein, Norvège, Islande) régit leur séjour en Suisse et en fixe les modalités légales. **De l'autre**, la Loi sur les étrangers (**LEtr**) du 16 décembre 2005 -entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2008- fixe l'admission des ressortissant-e-s des autres pays (États tiers) et règle les modalités de séjour.

Diversité d'accords et donc diversité de situations !!

Avant de délivrer une quelconque autorisation de séjour, le **Service des migrations** (qui est l'autorité cantonale compétente en matière de séjour et d'établissement) doit déjà prendre en compte plusieurs paramètres : quota d'autorisations délivrées pour les non-membres de l'UE/AELE, motifs de la demande, pays d'origine de la personne requérante, liens familiaux en Suisse, etc.

L'accord sur la libre circulation des personnes en Suisse a été introduit en 2014. Pour plus d'informations sur ce sujet, et comme tout cela évolue rapidement, prenez le temps de visiter le site www.ne.ch [thème "*Migrations et Intégration*"].

ÊTRE ÉTRANGÈRE OU ÉTRANGER EN SUISSE

Toute personne d'origine étrangère qui n'exerce pas d'activité rémunérée peut séjourner en Suisse en tant que touriste (2 fois par année civile et par période de 3 mois non-consécutifs). Elle doit cependant témoigner de moyens financiers "suffisants" ou demander aux hôtes (personnes physiques ou morales solvables) qui l'hébergent de se porter garants financièrement (caution d'environ CHF 50'000.-) durant son séjour.

Pour celles et ceux qui sont arrivé-e-s en Suisse avec un visa et qui souhaiteraient prolonger leur séjour, il leur faut se présenter **10 jours avant l'expiration du visa**, muni-e-s de leur passeport et d'une demande écrite explicative au :

Service des Migrations (SMIG) : 28, Rue de Tivoli / Case Postale 1 / 2002 Neuchâtel / 032 889 63 10 / smig@ne.ch.

La prolongation ne peut être obtenue que dans les cas de force majeure (maladie, accouchement par exemple).

Enfin, si une personne d'origine étrangère désire s'installer dans le canton de Neuchâtel, elle devra aussi s'adresser au **Service des migrations**. Celui-ci la rendra attentive aux dispositions légales qui régissent son séjour en Suisse (possibilité ou non de résider dans un autre canton, de travailler ou de changer de place de travail, conditions de renouvellement de son permis).

Toutefois, l'article 37 de la nouvelle loi sur les étrangers (**LEtr**) stipule que *"si le titulaire d'une autorisation de courte durée ou de séjour veut déplacer son lieu de résidence dans un autre canton, il doit solliciter au préalable une autorisation de ce dernier"*.

L'alinéa 2 précise que *"Le titulaire d'une autorisation de séjour a droit au changement de canton s'il n'est pas au chômage et qu'il n'existe aucun motif de révocation au sens de l'article 62"*.

Vous trouverez toutes les informations utiles à ce sujet sur le site de la Confédération www.sem.admin.ch.

APERÇU DES DIFFÉRENTS PERMIS DE SÉJOUR

LIVRET B - UE/AELE - AUTORISATION DE SÉJOUR

- Les titulaires d'une autorisation de séjour sont des personnes d'origine étrangère, exerçant ou non une activité lucrative, qui résident durablement en Suisse dans un but précis.

L'autorisation de séjour des ressortissant-e-s des États membres de la UE/AELE a une durée de validité de 5 ans. Elle est octroyée aux citoyen-ne-s UE/AELE qui peuvent prouver un engagement pour une durée indéterminée ou une durée déterminée d'au moins 1 année (365 jours).

L'autorisation de séjour peut être prolongée de 5 ans, sans autre formalité, si les titulaires remplissent les conditions requises. La 1^{ère} prolongation peut toutefois être limitée à une année si la personne se trouve dans une situation de chômage involontaire durant plus de 12 mois consécutifs.

Les ressortissant-e-s d'un État de la UE/AELE qui n'exercent pas d'activité lucrative ont droit à une autorisation de type B UE/AELE destinée aux personnes non-actives, à condition qu'elles puissent prouver qu'elles disposent de moyens financiers suffisants, d'une assurance maladie et accidents couvrant tous les risques.

Le regroupement familial est autorisé sous certaines conditions (revenu suffisant, logement adéquat, absence de poursuites ou de dettes, casier judiciaire vierge, etc).

LIVRET C - UE/AELE - AUTORISATION D'ÉTABLISSEMENT

- Le permis C s'obtient après 5 années consécutives de résidence (permis B) pour les ressortissant-e-s de l'UE/AELE, des États-Unis et pour les épouses étrangères ou époux étrangers de ressortissant-e-s suisses et réfugié-e-s reconnu-e-s.

Les ressortissant-e-s des autres pays (États tiers) doivent, pour leur part, attendre 10 ans après l'obtention d'un permis B. Néanmoins, après 5 ans sans interruption d'une autorisation de séjour durable, les titulaires peuvent faire la demande d'une autorisation d'établissement anticipée au Service des migrations. Le **Secrétariat d'État aux Migrations (SEM)** à Berne fixe la date à partir de laquelle le SMIG peut délivrer l'autorisation d'établissement :

Secrétariat d'État aux Migrations (SEM) : Quellenweg 6 / 3003 Berne Wabern / 058 465 11 11.

La validité du permis C est permanente, mais il peut être contrôlé tous les 3 ans sur simple demande. Notez qu'une absence de plus de 6 mois hors de Suisse peut mettre la validité de ce permis en péril.

Les titulaires peuvent changer d'emploi, se mettre à leur compte et presque "ressembler" aux personnes de nationalité suisse (sauf pour le droit de vote sur le plan fédéral ! Pour le canton de Neuchâtel, les personnes étrangères peuvent voter sur le plan communal et cantonal... mais elles ne sont toujours pas, encore aujourd'hui, éligibles au niveau cantonal). Le droit au regroupement familial est possible sous certaines conditions.

LIVRET Ci - UE/AELE - AUTORISATION DE SÉJOUR AVEC ACTIVITÉ LUCRATIVE

- L'autorisation de séjour avec activité lucrative est exclusivement destinée aux membres de la famille de fonctionnaires des organisations intergouvernementales ou des membres des représentations étrangères (diplomates). Il s'agit donc des conjoint-e-s et enfants jusqu'à l'âge de 25 ans. La validité est limitée à la durée de la fonction de la personne titulaire principale.

LIVRET G - UE/AELE - AUTORISATION FRONTALIÈRE

- Les frontalières ou frontaliers sont des étrangères ou étrangers qui séjournent sur le territoire d'un État membre de l'UE/AELE et prennent un emploi salarié en Suisse, tout en retournant au moins 1 fois par semaine à leur domicile principal à l'étranger.

Les frontalières ou frontaliers ressortissant-e-s des États membres de l'UE/AELE jouissent ainsi de la mobilité géographique et professionnelle sur tout le territoire suisse. Depuis le 1^{er} juin 2007, Les zones frontalières ont été supprimées. Ces personnes peuvent résider dans n'importe quelle région de l'UE/AELE que ce soit et travailler sur le territoire suisse, à condition qu'elles retournent au moins 1 fois par semaine à leur domicile à l'étranger.

L'autorisation frontalière a une durée de validité de 5 ans sous réserve de l'existence d'un contrat de travail d'une durée indéterminée ou supérieure à 1 an. Si le contrat de travail a été conclu pour une durée inférieure à 1 an et supérieure à 3 mois, la durée de validité de l'autorisation frontalière correspond à celle du contrat de travail.

LIVRET L - UE/AELE - AUTORISATION DE COURTE DURÉE

- Les titulaires d'une autorisation de séjour de courte durée sont des étrangères ou étrangers qui séjournent temporairement en Suisse dans un but précis, en règle générale pour une durée de moins d'un an, exerçant ou non une activité lucrative. Sur présentation d'un contrat de travail d'une durée de 3 mois à une année, les ressortissant-e-s ont droit à une telle autorisation. Celle-ci peut être prolongée jusqu'à 12 mois au total, mais elle ne donne pas droit aux prestations d'une assurance sociale.

Sont également considérés comme séjour de courte durée les **stages de formation et de perfectionnement** en Suisse.

- Pour les **étudiant-e-s UE/AELE**, les conditions pour obtenir une telle autorisation sont strictes : fournir une attestation d'immatriculation de l'école ou de l'Université, des justificatifs sur leur situation financière, attestant qu'elles ou qu'ils disposent de

moyens financiers "suffisants" pour couvrir les frais de séjour, ou d'une attestation de prise en charge financière signée par un-e garant-e (personne physique ou morale solvable) démontrant que les moyens financiers sont assurés de manière durable, ou une décision officielle d'octroi d'une bourse d'étude et, finalement, une copie de leur passeport ou carte d'identité valable.

Si les conditions sont remplies, l'étudiant-e peut obtenir -selon la durée de ses études- une **autorisation de séjour de courte durée L** (formation de moins d'une année) ou une **autorisation B** (étude supérieure à une année). L'immatriculation au sein de l'établissement de formation (école, Université, etc.) et les garanties financières sont vérifiées avant chaque prolongation.

- Pour les **étudiant-e-s des États tiers**, les conditions financières restent les mêmes, avec toutefois un dépôt de garantie exigé de CHF 20'000.-.

S'y ajoutent d'autres plus spécifiques : fournir un plan d'études détaillé, y compris la durée (crédit) ; le diplôme qu'elles ou qu'ils souhaitent obtenir ; un CV ; un engagement formel écrit de quitter la Suisse au terme du séjour ; une lettre de motivation indiquant les motifs du choix des études en Suisse et des projets d'avenir au terme de la formation et, finalement, une demande de visa "Schengen".

Le but du séjour étant la poursuite des études, l'exercice d'une activité lucrative à titre accessoire est admis à hauteur de 15 heures maximum par semaine pour les permis L et B "étudiant".

LIVRET N - POUR REQUÉRANTS D'ASILE

- Le livret N est le titre de séjour accordé aux personnes ayant déposé une demande d'asile en Suisse et qui font l'objet d'une "procédure d'asile". Les requérant-e-s d'asile disposent en principe d'un droit de résidence en Suisse.

Selon l'article 43 LAsi, ces personnes sont habilitées, dans certaines circonstances, à exercer une activité lucrative. Le changement de canton n'est pas autorisé et toute prise d'emploi ou changement d'employeur est soumis à autorisation.

Au terme de la procédure d'asile, la demande de la personne fait l'objet d'une décision (positive avec accord d'asile et remise d'un permis B ; ou négative avec renvoi).

Pour prétendre à une autorisation du type N, la personne doit déposer une demande d'asile auprès des autorités compétentes, à savoir le **Secrétariat d'État aux Migrations** à Berne. Ce service en fixe également la durée de validité.

LIVRET F - POUR LES PERSONNES ADMISES PROVISOIREMENT

- Le livret F est une autorisation à titre provisoire. Il s'agit de personnes qui, après avoir obtenu une réponse négative à leur demande d'asile, font l'objet d'une décision de renvoi de Suisse mais pour lesquelles l'exécution du renvoi se révélerait illicite (violation du droit international public), inexigible (mise en danger concrète de l'étranger) ou matériellement impossible (pour des motifs techniques d'exécution).

Pour obtenir le livret F, le ou la ressortissant-e doit s'adresser au **Secrétariat d'État aux Migrations** à Berne, lequel fixe la durée de validité d'une telle autorisation.

L'admission provisoire peut être prononcée pour une durée de 12 mois. Le canton de séjour peut aussi en prolonger la durée, à chaque fois pour 12 mois. Cette autorisation constitue une mesure de substitution. Indépendamment de la situation sur le marché du travail et des conditions économiques, les autorités cantonales peuvent autoriser les personnes admises provisoirement à exercer une activité lucrative. L'octroi ultérieur d'une autorisation de séjour est régi par les dispositions de la LEtr (article 84, alinéa 5).

Le changement de canton peut être autorisé sous certaines conditions : la personne doit faire une demande écrite (en expliquant clairement les motifs du changement) au nouveau canton d'accueil, ce dernier ne peut -sauf cas exceptionnel- la refuser. En parallèle, il faut également avertir par courrier le **Secrétariat d'État aux Migrations**, qui rendra une décision en principe favorable.

CLANDESTIN-E-S & SANS-PAPIERS

Dans le canton de Neuchâtel, de nombreuses personnes se trouvent dans une situation de clandestinité, ce qui est loin d'être facile à vivre. Le permis pour clandestin-e-s n'a pas encore été inventé. Et pourtant, les "sans-papiers" qui travaillent dans notre canton ou dans notre pays sont susceptibles de payer des assurances sociales et des impôts mais... ne peuvent bénéficier des prestations sociales garanties aux autres citoyen-ne-s par le canton ou la Confédération !

C'est le **Service des Migrations** qui est habilité à organiser le retour des personnes étrangères travaillant au noir. Des permanences juridiques gratuites existent auprès de la plupart des syndicats ou des consulats.

Si vous recherchez des informations au sujet de la scolarisation des enfants clandestins, des assurances maladie (ces dernières n'ont d'ailleurs pas le droit de refuser d'affilier une personne clandestine), des démarches à suivre pour tenter de modifier ce statut précaire, vous pouvez vous adresser aux services suivants :

- **Service de la Cohésion Multiculturelle (COSM) :**

COSM - La Chaux-de-Fonds : 90, Avenue Léopold-Robert / 032 889 74 42 / cosm.cf@ne.ch / www.ne.ch/cosm ;

COSM - Neuchâtel (accueil) : 13, Rue des Beaux-Arts / 032 889 48 50 / cosm.ne@ne.ch.

- **Centre Social Protestant (CSP - Permanence) :**

Bureau de La Chaux-de-Fonds : 23, Rue du Temple-Allemand / 032 967 99 70 / csp.cdf@ne.ch ;

Bureau de Neuchâtel : 11, Rue des Parcs / 032 722 19 60 / csp.neuchatel@ne.ch.

- **Caritas Neuchâtel - Service Migration : 4, Rue du Vieux-Châtel / 032 886 80 70 / caritas.neuchatel@ne.ch.**

- **Fédération Neuchâteloise des Communautés Immigrées : Rue du Tertre 32 / 2000 Neuchâtel / 079 418 81 40.**

LA NATURALISATION

Ou le parcours vita de l'apprenti-e suisse !

Devenir suisse ou suisseesse est compliqué et peut prendre un certain temps ! La demande de naturalisation doit être acceptée par le **Secrétariat d'État aux Migrations (SEM)**, qui octroie une autorisation fédérale de naturalisation après une durée de 2 à 4 ans de procédure :

**Secrétariat d'État aux Migrations (SEM) : Quellenweg 6 / 3003
Berne Wabern / 058 465 11 11.**

L'examen des conditions nécessaires pour la naturalisation (délai de résidence, intégration, accoutumance au mode de vie et usages suisses, respect des obligations dans le domaine des poursuites et faillites) est laissée à l'appréciation du canton et de la commune de résidence.

Des cours d'intégration et de connaissances civiques sont dispensés par le service de la cohésion multiculturelle (COSM). Le cours «Vivre en Suisse et à Neuchâtel : programme pour candidats à la naturalisation » est vivement conseillé. www.ne.ch/cosm.

Toute personne étrangère bénéficiaire d'une autorisation de séjour du type C, en cours de validité, peut directement déposer une demande de naturalisation s'il totalise une durée de résidence de 10 ans en Suisse dont 3 ans (y compris dans le canton de Neuchâtel) au cours des 5 dernières années précédant sa requête. Sont pris en compte lors du calcul de la durée de séjour en Suisse, tout séjour effectué au bénéfice d'une autorisation de séjour (permis B), d'une autorisation d'établissement (permis C) et la moitié du séjour au titre d'admission provisoire (permis F). Les années passées en Suisse entre l'âge de 8 et 18 ans révolus comptent double. Le séjour effectif doit cependant avoir duré 6 ans au moins.

Dans le canton de Neuchâtel, la personne étrangère doit y être domiciliée depuis 2 ans dans l'année qui précède le dépôt de la demande. Il en est de même pour la 2ème génération ainsi que les partenaires enregistrés.

Pour déposer une demande de naturalisation, il faut commander le

formulaire ou vous rendre auprès du :

- **Service de la Justice - Secteur des Naturalisations : 22, Rue de Tivoli / 2000 Neuchâtel / 032 889 41 41 / naturalisation@ne.ch. www.ne.ch/naturalisation**

La procédure de naturalisation se déroule en 3 étapes : autorisation fédérale, autorisation cantonale et autorisation communale.

Un dossier sera constitué et une enquête sera effectuée auprès des différents services de l'État : Office des poursuites (ce qui ne signifie pas que le fait d'avoir des dettes mette forcément en jeu la demande), Services de police, Service de l'enseignement, casier judiciaire, etc.

Une aptitude d'intégration et d'adaptation aux us et coutumes de notre pays sera exigée. On vérifiera aussi si vous êtes apprécié-e de votre entourage (voisinage, employeur, enseignant-e), si vous avez des connaissances suffisantes en français, si vous vous conformez à l'ordre juridique suisse et finalement, si vous ne compromettez pas la sûreté intérieure ou extérieure de la Suisse.

Le montant des taxes de naturalisation varie selon les catégories de personne (1^{ère} ou 2^{ème} génération, âgée de moins ou plus de 18 ans, célibataire avec ou sans enfant, couple marié avec ou sans enfant). L'émolument administratif cantonal coûte CHF 650.- pour les personnes âgées de moins de 18 ans et CHF 1'500.- pour les personnes âgées de plus de 18 ans ; l'émolument communal CHF 150.-, sans compter les frais annexes (changement à l'état civil, pièces d'identité, etc.). L'émolument fédéral de CHF 50.- à CHF 150.- est perçu par le **Secrétariat d'État aux Migrations (SEM)** lorsqu'il délivre l'autorisation.

La durée totale entre le dépôt de la demande et l'obtention de la naturalisation est de 2 à 3 ans. Si vous avez l'intention de demander la naturalisation, faites le rapidement ! Plus vous attendez et plus la procédure risque de vous coûter chère ! Dernier détail important : la naturalisation d'un père ou d'une mère de famille entraîne de fait celle des enfants mineurs compris dans la demande.

DOUBLE NATIONALITÉ

Avoir 2 nationalités comporte certains avantages (par exemple pour la formation), mais aussi parfois des complications, notamment pour le service militaire ! À ce propos, renseignez-vous auprès du :

Service de la Sécurité Civile et Militaire : 2, Route de l' Arsenal / 2013 Colombier / 032 889 53 93.

Sachez aussi que si vous possédez plusieurs passeports, la Suisse ne prendra en compte que votre nationalité suisse.

Enfin, si vous êtes de nationalité étrangère et que vous épousez quelqu'un de nationalité suisse, vous n'acquierez pas forcément sa nationalité. Nombre de pays imposent en effet des conditions restrictives pour l'acquisition de la nationalité.

Au besoin, le consulat ou l'ambassade du pays concerné vous donneront toutes les informations nécessaires ainsi que le service d'état civil de :

Arrondissement de Neuchâtel : Hôtel-de-Ville 1 / 2000 Neuchâtel / 032 717 72 10 / ec.vdn@ne.ch ;

Arrondissement des Montagnes Neuchâteloises : Hôtel-de-Ville 1 / Case Postale 656 / 2400 Le Locle / 032 933 84 64 / ecmn@ne.ch ;

Arrondissement de Boudry : Louis-Favre 39 / 2017 Boudry / 032 886 47 40 / Etat-Civil.boudry@ne.ch ;

Arrondissement du Val-de-Travers : Grand-Bourgeau 61 / 2126 Les Verrières / 032 886 16 67 / Etat-Civil.VDT@ne.ch.

Arrondissement du Val-de-Ruz : 6, Epervier / 2053 Cernier / 032 886 56 83 / etat-civil.val-de-ruz@ne.ch

Arrondissement d'Hauterive : Rebatte 1 / 2068 Hauterive / 032 756 97 33 / Etat-Civil.Hauterive@ne.ch

Arrondissement de Cressier : Rue Vallier 4 / 2088 Cressier / 032 758 85 57 / Etat-Civil.Cressier@ne.ch

POLICE & JUSTICE



Avec un effectif d'environ 400 agent-e-s de police et assistant-e-s de sécurité publique, la police neuchâteloise est la seule force de police du canton au service de la population, des communes et de l'État.

Suite à l'acceptation par le Grand Conseil du projet de modification de la loi sur la police en 2009, elle a totalement été restructurée : elle abandonne son organisation et sa répartition géographique des services policiers par district (gendarmerie et police judiciaire) pour développer un tout nouveau modèle de conduite organisé autour d'un commandement unique : les tâches de police sont désormais accomplies par 4 unités opérationnelles sur tout le territoire cantonal.

Ces 4 unités sont :

- **Police secours (Tél 117)** : basée à La Chaux-de-Fonds, Fleurier et Neuchâtel, les patrouilles interviennent 24^h/24 sur l'ensemble du canton pour toutes les interventions urgentes ou prioritaires ;

- **Police de proximité** : répartie sur l'ensemble du canton et organisée par secteur, la police de proximité s'occupe de la résolution de différents problèmes : atteinte à la sécurité, médiation et lutte contre la petite délinquance, atteinte à l'ordre public, autorisation de parage, renseignements, etc. ;
- **Police de la circulation** : cette unité, basée à Neuchâtel, est constituée de plusieurs groupes (prévention et éducation routière, techniques accidents et véhicules, gestion du trafic mobile). Elle a pour principales missions de mener des actions de surveillance et de prévention à la sécurité des usagers et des usagers de la route, de sensibiliser et éduquer les enfants aux risques de la circulation, d'analyser et comprendre les causes d'accidents afin de mieux cibler les campagnes de prévention, d'assurer le déplacement de convois spéciaux et, finalement, de développer et mener une politique de sécurité routière cantonale ;
- **Police judiciaire** : elle est spécialisée dans la lutte contre la criminalité et est principalement chargée de mener des enquêtes pénales. Cette division compte 5 commissaires spécialisés à Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds : service forensique (les "Experts") ; répression des infractions au patrimoine ; répression du trafic de stupéfiants ; criminalité économique et crime organisé ; intégrité corporelle et sexuelle.

Les adresses utiles :

Sécurité Urbaine - Ville de Neuchâtel : 6, Faubourg de l'Hôpital / Case Postale 2813 / 032 722 22 22 / securite-urbaine.neuchatel@ne.ch ;

Police de Proximité de La Chaux-de-Fonds : 1, Place de l'Hôtel-de-Ville / Case Postale 2155 / 032 889 00 00 ;

Police Neuchâteloise (BAP) : 14, Rue des Poudrières Case Postale 96 / 2006 Neuchâtel / 032 889 90 00 / police.neuchateloise@ne.ch ;

Police La Chaux-de-Fonds : 36, Passage de Bonne-Fontaines / 032 889 66 90.

VICTIME D'AGRESSION - AGRESSION SEXUELLE - VIOL

Tout acte de violence contre une personne est totalement inacceptable. Si vous, ou l'un-e de vos proches êtes victime d'agression, contactez immédiatement le **poste de police** le plus proche ou téléphonez au **117 (police secours)**. Vous obtiendrez une aide, pourrez faire constater officiellement l'agression et porter plainte.

Une agression sexuelle, qu'elle se termine ou non par un viol, demeure un crime. Si cela vous arrive, ne restez surtout pas seul-e, parlez-en à une personne de confiance ou un-e professionnel-le qui vous accompagnera dans vos démarches.

Dans la mesure du possible, allez rapidement consulter votre médecin ou prenez rendez-vous au **Centre de consultation pour victimes d'infractions (SAVI - www.savi-ne.ch)**.

Il est fortement conseillé de **ne pas se laver avant la consultation et de conserver dans un sac papier tous les vêtements qui portent d'éventuelles traces de l'agression**. En effet, ceci permettra de constituer des preuves importantes (empreintes, ADN) si vous décidez de déposer plainte ultérieurement.

Pour porter plainte, il faut impérativement le faire **dans les 3 mois**, ou mieux encore, immédiatement après l'agression. Plus l'attente est longue, plus les chances de retrouver l'auteur-e s'amenuisent !

Lors de votre déposition auprès de la police, songez à être accompagné-e par une personne de confiance. Vous pouvez aussi exiger d'être entendu-e par un-e agent-e de police du même sexe que vous.

Selon la Loi sur l'aide aux victimes, en cas d'atteinte à votre intégrité physique ou de violences diverses, **vous avez droit à une assistance (médicale, psychosociale, matérielle, juridique) immédiate et gratuite**. Prenez contact avec le **Centre SAVI** qui est à votre disposition pour ce type de situations.

Il se compose d'un bureau de consultation (soutien psychosocial, aide administrative et juridique, informations), d'un foyer d'hébergement sécurisé et vous propose gratuitement une écoute et un soutien.



L'anonymat est de rigueur :

Centre SAVI - Neuchâtel : 1, Rue Pourtalès /
032 889 66 49 / savi.ne@ne.ch ;

Centre SAVI - La Chaux-de-Fonds : 90, Avenue Léopold-
Robert / 032 889 66 52 / savi.cdf@ne.ch.

VOS DROITS FACE À LA POLICE

Nous vous en donnons les grandes lignes :

Dans tout endroit public ouvert, la police est autorisée à interpeller n'importe quelle personne pour lui demander de justifier son identité. Mieux vaut donc avoir des papiers d'identité sur soi afin d'éviter d'être emmené au poste pour vérification.

En revanche, la police n'a pas le droit d'intervenir à votre domicile privé sans mandat d'amener ou d'arrêt, sauf en cas d'urgence (violence, tapage nocturne, etc.). Le mandat d'amener ou d'arrêt est l'acte par lequel un-e magistrat-e, un-e fonctionnaire compétent-e ordonne d'appréhender la personne prévenue d'un crime ou d'un délit et de la faire détenir provisoirement en vue d'un interrogatoire.

La police peut vous emmener au poste pour 3 raisons :

- Vérification de votre identité si vous n'avez pas de justificatif sur vous ;

- Vous êtes sous mandat d’amener ou d’arrêt ;
- Vous êtes interpellé-e dans le cadre d’une infraction qui se poursuit d’office (vol, trouble à l’ordre public). Dans ce cas, vous êtes amené-e dans les locaux de la police en vue d’un interrogatoire. La police a le droit de vous questionner mais vous n’êtes pas obligé-e de répondre.

Cependant, il ne sert à rien de jouer les gros bras : la police doit faire son métier. Mieux vaut donc rester calme et faire face à ses responsabilités. N’hésitez pas à faire répéter les questions que vous ne comprenez pas, demandez des précisions et surtout lisez attentivement le procès-verbal d’audition que vous ferez corriger s’il ne correspond pas exactement à tout ce que vous avez dit.

À l’issue de cette procédure, vous pouvez être placé-e en garde-à-vue. L’officière ou l’officier de police délivre une ordonnance de garde-à-vue. La police dispose de 24 heures pour poursuivre ses investigations avant de vous remettre en liberté ou à la disposition du Ministère public.

La police peut, dans certains cas, recourir à des mesures complémentaires comme une prise de sang, d’urine, d’empreintes ou la réalisation de photos. Elle peut aussi procéder à une fouille corporelle. Exigez dans ce cas d’être fouillé-e par une personne de votre sexe, ou par un-e médecin s’il s’agit d’une fouille plus intime. Lors d’une procédure pénale, un-e avocat-e doit également vous assister durant l’interrogatoire de police.

VOS DROITS FACE AU MINISTÈRE PUBLIC & À SES PROCUREUR-E-S

Lorsque vous êtes interpellé-e par la police, cette dernière dispose de 24 heures pour procéder à des investigations. S’il lui apparaît que cela ne lui sera pas possible dans ce délai, elle doit automatiquement en aviser le Ministère public, celui-ci ayant également l’obligation de vous entendre durant ce même délai de 24 heures.

Si la ou le Procureur-e ne peut respecter ce délai pour divers motifs,

elle ou il peut officiellement prolonger votre garde-à-vue de 48 heures, voire même disposer d'un délai maximum de 72 heures depuis votre interpellation pour procéder à votre interrogatoire.

Au terme de cette audience, la ou le Procureur-e peut soit vous remettre en liberté provisoire, soit saisir le Tribunal des mesures de contraintes, lequel peut ordonner votre détention provisoire immédiate.

La détention provisoire est prononcée s'il existe un risque de fuite, de collusion ou de récidive. Le Ministère public représente l'autorité dont vous dépendez durant toute l'enquête. C'est à lui que vous devez adresser l'ensemble de vos requêtes. Le Ministère public délivre notamment les autorisations de visite, statue sur votre requête de mise en liberté provisoire (ou, à défaut, la transmet au Tribunal des mesures de contraintes) et peut vous refuser tout contact avec l'extérieur (mise au secret) pour les besoins de l'enquête.

Vous avez, en tout temps, la possibilité de demander au Ministère public d'être assisté-e de votre avocat-e ou d'un-e avocat-e commis-e d'office. Exigez que votre demande soit clairement notée dans le procès-verbal.

L'ASSISTANCE JUDICIAIRE

Si vous estimez que l'assistance d'un-e avocat-e est indispensable pour faire valoir vos droits, vous ne devez absolument pas y renoncer par crainte de ne pas pouvoir payer ses honoraires.

En effet, l'État -dans un souci de justice équitable- peut prendre à sa charge les honoraires de votre mandataire si vous remplissez les conditions d'octroi de l'assistance judiciaire !

Une assistance judiciaire est ainsi accordée aux personnes qui n'ont pas les moyens financiers suffisants de prendre conseil auprès d'un-e avocat-e dans le cadre d'une procédure civile, administrative ou pénale.

La ou le juge statue sur l'octroi de l'assistance judiciaire à la réception du formulaire *ad hoc*. Celui-ci est d'ailleurs disponible auprès de la **consultation juridique de l'ordre des avocats neuchâtelois** :

Consultation Juridique de l'Ordre des Avocats Neuchâtelois
(www.oan.ch) :

La Chaux-de-Fonds : Parc 65, / info@oan.ch ;

Neuchâtel : Beaux-Arts 11 / info@oan.ch.

Il est très important de déposer rapidement votre demande, si possible avant la première consultation accordée par l'avocat-e car si l'assistance est octroyée, elle n'a d'effet qu'au jour du dépôt.

PERMANENCES JURIDIQUES

En matière de droit, une orientation judicieuse demande souvent des compétences pointues. Pour les personnes à revenus modestes, des juristes répondent **gratuitement à vos questions par téléphone** dans tous les domaines du droit (administration, famille, contrats, assurances, etc.).

Vous les trouverez à ces différentes adresses :

- Centre Social Protestant (www.csp.ch) :

Permanence Juridique - Neuchâtel : 11, Rue des Parcs /
032 722 19 60 / csp.neuchatel@ne.ch ;

Permanence Juridique - La Chaux-de-Fonds : 2, Rue du
Temple-Allemand / 032 967 99 70 / cspcdf@ne.ch.

- Caritas Neuchâtel - Vieux-Châtel 4 / caritas.neuchatel@ne.ch
/ le mardi de 10h30 à 12h.

- Consultations Juridiques de l'Ordre des Avocats Neuchâtelois
(www.oan.ch / info@oan.ch) :

Permanence Neuchâtel : chaque mercredi de 16^h00 à 19^h00 ;

Permanence La Chaux-de-Fonds : chaque jeudi de 16^h00 à 19^h00.

Les permanences juridiques de l'OAN sont sans rendez-vous, et permettent à chacun-e d'avoir, pour un prix modeste de CHF 30.-, une consultation juridique de 15 minutes.

Elles permettent bien souvent de régler, sans autre forme de procès, des problèmes juridiques simples ou -le cas échéant- d'orienter les personnes sur la voie à suivre pour le règlement de leurs affaires.

VIVRE SON TEMPS LIBRE

LOISIRS, ENGAGEMENT, SORTIES, RENCONTRES & VACANCES



Pour finir notre guide, voici un chapitre où il n'y a pas d'article de loi, pas d'administratif, pas de conseil. Non, juste quelques lignes pour penser à vous, aménager votre temps libre et faire ce que vous avez envie et quand vous en avez envie !

QUELLES ACTIVITÉS CHOISIR ?

ASSOCIATIONS & GROUPEMENTS

Notre canton compte plusieurs groupements et associations proposant des activités aux jeunes (musique, théâtre, sport, art).

Ces mouvements sont animés bénévolement et la contribution financière est minime. Participer à ce type d'activités est un bon moyen de faire ce que l'on aime et aussi une occasion de créer des relations. Et, tant qu'à faire, autant commencer par les centres d'animation socioculturelle du canton :

LOISIRS - ASSOCIATIONS CULTURELLES - SPORTS

- **Bikini Test - Association Ka : Joux-Perret 3 / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 968 06 66 ;**
- **La Case à Chocs : 20, Quai Philippe Godet / 2000 Neuchâtel / 032 544 35 84 / info@case-a-chocs.ch / www.case-a-chocs.ch.**

Vous trouverez sur le site www.ne.ch [thème culture "*Agenda des manifestations*"] une liste des loisirs dans tout le canton de Neuchâtel. Consultez aussi le site Internet de Tourisme Neuchâtelois www.neuchateltourisme.ch.

Pour le sport, vous pouvez obtenir des indications en lien avec votre quartier auprès du **Service cantonal des sports** :

Service Cantonal des Sports : 13, Chemin des Longues Raies / 2013 Colombier / 032 889 69 11 / service.sports@ne.ch. www.ne.ch/sspo

Consultez aussi les sites des administrations communales. Le Service des Sports de la Ville de Neuchâtel offre en particulier une large palette d'activités sur www.lessports.ch.

Pour des cours avantageux et de qualité, des enseignant-e-s offrent bénévolement de leur temps à l'**Université Populaire Neuchâteloise** :

UPN - Section Littoral : 84, Rue de la Maladière / bâtiment A / 2002 Neuchâtel / Case Postale 795 / 032 725 50 40 / upn-littoral@rpn.ch / www.upn-ne.ch

UPN - Section des Montagnes : CIFOM / 62, Rue de la Serre / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 886 31 10 / upn-montagnes@rpn.ch.

BIBLIOTHÈQUES

Réseau des bibliothèques neuchâteloises et jurassiennes :
www.rbnj.unine.ch ;

Bibliothèque de La Ville de La Chaux-de-Fonds : 33, Rue
du Progrès / 2303 La Chaux-de-Fonds / 032 967 68 31 /
www.chaux-de-fonds.ch/biblio ;

Bibliothèque Publique & Universitaire : Place Numa-Droz 3
2000 Neuchâtel / 032 717 73 00 / www.bpun.unine.ch ;

Bibliobus Neuchâtelois - Centre Administratif : Pâquiers 22,
2072 St-Blaise / 032 886 51 50 / www.bibliobus-ne.ch ;

Bibliothèque de La Grande Béroche : 3, Rue des Prises / 2023
Gorgier / 032 835 23 32 ;

Bibliothèque de la Ville du Locle : 38, Rue Daniel
Jean-Richard / 2400 Le Locle / 032 933 89 89 / bvll@ne.ch ;

Bibliothèque Publique du Val-de-Ruz : 3, Rue de Bellevue /
2052 Fontainemelon / 032 853 33 61 ;

Bibliothèque Publique du Val-de-Ruz : 10, rue de La Rinche,
2208 Les Geneveys s/Coffrane / 032 857 19 78 ;

Bibliothèque du Val-de-Travers : 11, Rue du Pasquier /
2114 Fleurier / 032 861 30 78 ;

Bibliomonde : 5, Rue de la Treille / 2000 Neuchâtel /
032 721 34 40 / www.bibliomonde.ch.

ACTIVITÉS ENGAGÉES

Engagez-vous, qu'ils disaient !

DÉFENDRE UNE CAUSE

Une autre possibilité d'utiliser intelligemment votre temps libre et d'être en lien avec d'autres personnes est de vous engager pour défendre une cause qui vous paraît importante ! Création de votre propre association, mouvements tiers-mondistes, associations militantes : les possibilités ne manquent pas et plusieurs associations cherchent à recruter des bénévoles.

Si vous souhaitez partir à l'étranger pour offrir vos services durant quelques semaines ou quelques mois, le **Centre d'Information, de conseil et de formation pour les professions de la Coopération internationale (CINFO)** a constitué un dossier étayé sur les possibilités et les conditions d'engagement pour les jeunes, ainsi qu'une liste d'adresses des organisations :

**CINFO : 115 Rue Centrale (entrée ouest) / 2500 Bienne /
032 365 80 02 / info@cinfo.ch / www.cinfo.ch.**

LE PARLEMENT DES JEUNES

Il est possible d'entreprendre une démarche citoyenne plus soutenue en participant aux actions du Parlement des jeunes. Cela vous donne la possibilité de confronter vos opinions avec d'autres jeunes, d'investir un lieu de dialogue avec les autorités locales et de réaliser des projets concrets favorisant la vie pratique et culturelle de votre commune.

Il existe un Parlement des jeunes à Neuchâtel, La Chaux-de-Fonds et au Locle. Ils sont ouverts aux jeunes âgés de 16 à 25 ans et dès 14 ans pour Le Locle. Une séance générale se tient tous les mois. Pour plus d'informations, consultez les sites www.pj-cdf.ch, www.pjne.ch et pj.lelocle@gmail.com.

FINANCEMENT D'UN PROJET : FONDS JEUNESSE

Sachez enfin que si vous souhaitez, seul-e ou avec des ami-e-s réaliser un projet qui vous tient à cœur et que, malgré tous vos efforts, vous n'arrivez pas à réunir le matériel et l'argent nécessaire, il est possible de solliciter les services liés à la jeunesse qui examineront votre demande et vous donnerons le coup de pouce nécessaire pour la concrétiser :

- **Service de l'Intégration & des Infrastructures Culturelles (SIIC) : 28, Rue de Tivoli / 2000 Neuchâtel / 032 717 73 80 / siic.vdn@ne.ch / www.integration-infrastructures-culturelles-ne.ch ;**
- **Service de la Jeunesse : 12, Rue de la Serre / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 967 64 90 / service.jeunesse.vch@ne.ch.**

SORTIR DANS LE CANTON DE NEUCHÂTEL VIE CULTURELLE

Pour tout savoir sur la vie culturelle dans le canton de Neuchâtel, lisez les mémentos des journaux. Consultez aussi les sites des villes de La Chaux-de-Fonds (www.chaux-de-fonds.ch), Neuchâtel (www.neuchatelville.ch) et du Locle (www.lelocle.ch), ainsi que le site www.les-sortie.ch. Cela dit, rien ne vaut le bouche-à-oreille pour déguster le petit spectacle génial joué dans les bas-fonds sordides d'un immeuble...

Voici quelques idées de bistrots et de théâtres pour rencontrer d'autres jeunes dans des ambiances sympas :

LA CHAUX-DE-FONDS

- **Centre de culture ABC : 11, Rue du Coq / Case Postale 2355 / 032 967 90 41 / www.abc-culture.ch ;**
- **Bikini Test : 3, La Joux-Perret / 032 968 06 66 / www.bikinitest.ch ;**
- **L'Heure bleue : 27, Avenue Léopold-Robert / 032 912 57 50 ;**
- **Théâtre Populaire Romand : 30, Rue Beau-Site / 032 912 57 70 / www.tpr.ch ;**

- Zap Théâtre : 137, Rue Numa-Droz / 079 663 73 79 / www.zaptheatre.ch.

NEUCHÂTEL

- Théâtre du Passage : 4, Passage Maximilien-de-Meuron / 032 717 79 07 (billeterie) / www.theatredupassage.ch ;
- La Maison du Concert : 4, Rue de l'Hôtel-de-Ville / 032 724 21 22 / www.maisonduconcert.ch ;
- Centre Culturel Neuchâtelois - Théâtre du Pommier : 9, Rue du Pommier / 032 725 05 05 / www.ccn-pommier.ch ;
- Théâtre de la Poudrière: 22, Quai Philipp-Godet / 032 724 65 19 / www.theatre-poudriere.ch ;
- La Case à Chocs : 20, Quai Philippe Godet / 2000 Neuchâtel / 032 544 35 84 / www.case-a-chocs.ch.

LE LOCLE

- Casino Théâtre : 1, Avenue du Technicum / 032 931 56 73 / programme@grange-casino.ch ;
- La Grange café-Théâtre: 34, Avenue de l'Hôtel-de-Ville / 032 931 56 73 / www.grange-casino.ch.

COMMENT RENTRER TARD CHEZ SOI POUR PAS CHER !

Sortir le soir, c'est bien ; rentrer après minuit est souvent difficile si on n'a pas de voiture ou d'autres moyens de locomotion !

LE NOCTAMBUS (WWW.NOCTAMBUS-NE.CH)

Départ du Noctambus de la **Place Pury** chaque **vendredi** et **samedi soir**. La région du Val-de-Travers fait aussi partie du plan de déserte. Le prix du trajet est de CHF 10.- (CHF 7.- pour le Littoral et le Val-de-Ruz). Vous pouvez vous procurer auprès de l'administration communale de Val-de-Travers ou à la gare de Fleurier un carnet de 6 courses pour le prix de CHF 50.-. Pour plus de renseignements, contactez le **Service de l'Intégration et des Infrastructures Culturelles de la Ville de Neuchâtel (SIIC)** au **032 717 73 80**, sur le **site du Noctambus** ou acheter directement vos billets à Neuchâtel, au **guichet du TransN**, Place Pury.

LE MOBINIGHT

Les bus MobiNight circulent chaque **vendredi** et **samedi soir**, **sauf durant les vacances d'été**. Vous pouvez voyager, pour la modique somme de CHF 4.- le trajet, sur toutes les lignes de La Chaux-de-Fonds. Le billet se prend auprès de la conductrice ou du conducteur. Ils desservent aussi Sanceboz et le Vallon de Saint-Imier. Le trajet coûte CHF 7.- (courtes distances, soit 5 arrêts) ou CHF 10.- pour les longues distances. Consultez le site www.transn.ch pour connaître les horaires.

LE NOCTAMRUN (WWW.NOCTAMRUN.CH)

Le NoctamRun circule chaque **vendredi** et **samedi soir**, au départ du Locle, Neuchâtel et La Chaux-de-Fonds, il y a 3 liaisons entre 2^h00 et 4^h00 du matin. Tarif unique CHF 7.-.

LE SOMNAMBUS

Le SomnamBus est un service de transport gratuit partant de Fleurier et permet à toute personne de rentrer les **vendredis** et **samedis soirs** au Val-de-Travers. Il est assuré par des conductrices ou des conducteurs bénévoles qui officient de 0^h45 à 3^h45 chaque semaine.

OPÉRATION NEZ ROUGE & "BE MY ANGEL TONIGHT"

Encore un verre ?

15 jours par an, au moment des fêtes de fin d'année, si vous n'êtes plus en état de prendre le volant (pour cause d'alcool, de fatigue ou de médicaments), l'Association **Opération Nez Rouge (0800 802 208)** met à votre disposition une conductrice ou un conducteur qui vous ramènera, vous et votre véhicule, jusqu'à bon port et tout cela gratuitement ! www.nezrouge.ne.ch. (032 510 28 78).

Vous pouvez également participer aux actions "Be my angel tonight" afin de devenir, durant une soirée, "l'ange" de vos ami-e-s. Le principe est simple : rester sobre tout au long de la soirée afin de pouvoir ramener vos ami-e-s à la maison en toute sécurité. Tous les détails sur le site www.bemyangel.ch.



LE CANTON DE NEUCHÂTEL PRATIQUE & TOURISTIQUE

Et enfin, pour compléter cette partie, voici quelques sites donnant des informations sur la vie pratique et les événements touristiques dans le canton de Neuchâtel :

- www.neuchateltourisme.ch ;
- www.myswitzerland.com.

ORGANISER UNE FÊTE

L'idée est souvent sympa, mais la réalisation n'est pas toujours simple à mener par manque de locaux. Cependant, si vous ne vous y prenez pas la veille, il existe de nombreuses possibilités de location peu coûteuses, voire gratuites. Prenez contact avec les centres de loisirs, les clubs des aînés, les administrations communales, les associations en tous genres et les paroisses (dans l'annuaire sous "curés" pour les catholiques et sous "paroisses" chez les protestants).

Si vous cherchez des salles communales à louer, adressez-vous :

- **Ville de Neuchâtel** - www.neuchatelville.ch/fr/participer/organisation-devenement/location-de-salles ;
- **Ville de La Chaux-de-Fonds** - www.chaux-de-fonds.ch/vie-associative/salles-polyvalentes-a-louer ;
- **Ville du Locle** - www.lelocle.ch/qualitedevie/loisirs-et-sport/salles-a-disposition/.

Guide pratique pour vous aider dans le choix d'un lieu pour organiser vos fêtes et manifestations.

- **Refuges, cantines, salles, chalets, etc.** - www.refuges.ch/

Quel que soit le lieu de votre fête, pensez à avertir les voisins ou encore mieux, invitez-les !

PARTIR EN VACANCES

SÉJOURS LINGUISTIQUES

Il y a d'abord les personnes consciencieuses qui choisissent d'être studieuses le temps d'un été (pour rattraper par exemple les cours séchés durant l'année) et celles qui cherchent à allier vacances et perfectionnement d'une langue.

Si telle est votre envie et que vous ne savez pas comment vous y prendre ou quelle formule choisir, vous pouvez vous renseigner auprès des services liés à la jeunesse :

- Service de l'Intégration & des Infrastructures Culturelles (SIIC) : 28, Rue de Tivoli / 2003 Neuchâtel / 032 717 73 80 / siic.vdn@ne.ch ;
- Service de la Jeunesse : 12, Rue de la Serre / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 967 64 90 / service.jeunesse.vch@ne.ch.



SITE INTERNET "CIAO.CH"

Surfer jeune

Pour terminer, voici le site www.ciao.ch, LA référence en Suisse romande, que nous avons retenu parce qu'il est particulièrement ciblé pour les jeunes adultes. Vous vous baladerez entre 1000 et 1 sujets susceptibles de vous intéresser. Le site existe aussi sous forme d'applications mobiles (iOS et Android).

Ciao.ch ouvre le débat de manière interactive sur plein de sujets "jeunes" : formation, santé, sorties, sexualité. Chaque demande est traitée avec sérieux et si vous ne trouvez pas LA solution dans celles proposées sur le site, une réponse personnalisée vous sera donnée au plus tard dans les 2 jours qui suivent.



SERVICE DE LA JEUNESSE DE LA VILLE DE LA CHAUX-DE-FONDS & SERVICE DE L'INTÉGRATION ET DES INFRASTRUCTURES CULTU- RELLES DE LA VILLE DE NEUCHÂTEL

Ces services dépendent directement de leur Conseil communal respectif. Ils se tiennent à l'écoute des besoins, des revendications et des envies de la jeunesse et assurent les liens entre celle-ci et les autorités politiques dans le but, notamment, de faciliter la réalisation de projets qui lui sont destinés.

Ils ont pour mission de faciliter les relations entre les jeunes et les autres membres de la population, de soutenir des actions et d'assurer leur cohérence et leur concrétisation, de l'échelle communale à nationale.

Ils favorisent ainsi une prise en compte de l'expression des besoins et des attentes des jeunes dans l'ensemble des domaines d'action de la politique communale et assurent également le bon fonctionnement et la coordination des Parlements des Jeunes (chacun disposant d'un budget alloué par le Conseil communal). Leurs buts visent à réaliser et soutenir des projets concrets élaborés par et pour les jeunes, aider à la mise en œuvre de diverses manifestations touchant la jeunesse neuchâteloise, ainsi qu'à faciliter son intégration culturelle, professionnelle et citoyenne.

Bien que leur champ d'action se déroule principalement sur le territoire de leurs communes respectives, ils entretiennent des contacts avec des jeunes et des institutions partenaires établis sur l'ensemble du territoire cantonal.

PARTICULARITÉS DES ACTIONS JEUNESSE DE CES SERVICES

Les axes de travail de ces services se situent dans plusieurs champs de la politique d'intégration sociale : participation citoyenne, prévention et promotion de la santé sont autant d'instruments au service de leur politique d'animation socioculturelle.

POURQUOI CONTACTER CES SERVICES ?

- Vous avez un projet en tête et ne savez pas comment le réaliser ;
- Vous désirez un avis, un conseil personnalisé, une orientation précise ;
- Vous avez besoin d'un soutien ponctuel ou d'un coup de pouce ;
- Vous voulez confronter vos interrogations avec une personne compétente et disponible.

QUEIS SUJETS PEUVENT Y ÊTRE ABORDÉS ?

Tous les sujets sont les bienvenus. Ces services vous renseigneront sur tout ce qui peut vous intéresser et/ou vous préoccuper (logement, formation, emploi, santé, loisirs, difficultés relationnelles, dépendances, etc.) et vous aideront à trouver les réponses les plus adéquates à vos demandes.

Faut-il avoir des problèmes pour prendre contact avec ces services ?

Bien sûr que non ! Un besoin d'information, un souci à partager, un projet à faire avancer suffit pour les contacter en toute confidentialité et de manière gratuite. Éviter qu'une préoccupation se transforme en difficulté, puis en problème, voilà leur objectif ! Ils se tiennent à votre disposition du lundi au vendredi (heures de bureau) et vous accueillent, au besoin, sur rendez-vous. Vous pouvez aussi les contacter par courriel ou par téléphone.

- **Service de l'Intégration & des Infrastructures culturelles (SIIC) : 28, Rue de Tivoli / Case Postale 38 / 2003 Neuchâtel / 032 717 73 80 / siic.vdn@ne.ch ;**
- **Service de la Jeunesse : 12, Rue de la Serre / 2300 La Chaux-de-Fonds / 032 967 64 90 / service.jeunesse.vch@ne.ch.**

TABLE DES MATIÈRES

DEVENIR ADULTE : TOUT UN PROGRAMME !	7
Qui est la ou le Délégué-e à la Jeunesse	9
CLÉS DE LECTURE	10
DROITS & OBLIGATIONS	11
AVOIR 18 ANS : NOUVEAUX DROITS	11
Vos nouveaux droits	11
AVOIR 18 ANS : NOUVELLES OBLIGATIONS	14
Le parcours du combattant de la ou du jeune administré-e	15
Changement d'adresse	16
Les Impôts	18
Déclaration d'impôts	18
Comment la remplir ?	19
Trucs & Astuces	20
Comment on paie ?	20
Combien on paie ?	21
Passer son Permis de conduire	22
Les adresses indispensables	22
Combien ça coûte ?	22
Pour vous présenter à l'examen théorique	23
Pour vous former à la conduite d'un véhicule	23
Permis moto	24
Service militaire	25
Recrutement	25
Si vous êtes jugé apte	25
Si vous êtes jugé inapte	26
Service sans arme	27
Renvoi de service, Dispense & Congé militaire	27
Service féminin volontaire de l'armée (SFA)	28
Service civil & Objection de conscience	28
Besoin d'aide	29
LES ASSURANCES	30
ASSURANCES OBLIGATOIRES	30
Assurance maladie	30
Assurance de base	31
Assurances complémentaires	31
Signature de Contrat & Résiliation	31
Comment réduire ses primes mensuelles ?	32

Assurance Accident	34
Derniers détails utiles.....	35
Remboursement & Paiement des factures médicales	35
Militaire	35
Litiges.....	35
ASSURANCES SOCIALES OBLIGATOIRES : AVS - AI - LPP - MATERNITÉ.....	36
Assurances Vieillesse & Invalidité	36
Les 3 Piliers	36
Le 1 ^{er} Pilier (AVS, AI, APG) : prévoyance publique.....	37
Cotiser au 1 ^{er} pilier	38
Les Caisses de Compensation	40
Le Certificat d'assurance	40
Le 2 ^{ème} Pilier (LPP): prévoyance professionnelle.....	41
Cotisation	42
3 ^{ème} Pilier : prévoyance individuelle	42
Assurance Maternité.....	42
Assurance Chômage	43
Assurance militaire fédérale (AMF).....	43
Défense des Usagers & Assurances sociales.....	44
ASSURANCES NON-OBLIGATOIRES	44
Assurance Responsabilité Civile privée (RC)	45
Assurance Ménage	45
Complément pour Indemnités journalières.....	45
Assurance RC pour véhicule à moteur	46
Encore des Assurances	46
GÉRER SON ARGENT	47
Un bon budget vaut de l'or.....	47
Côté Dépenses.....	48
Côté Revenus	48
Balance des 2 colonnes	49
Le monde de la consommation.....	50
Achats & Locations	50
Vente au comptant (paiement en cash)	51
Vente par Acomptes	51

Achats sur Catalogue & Marchandises non commandées	51
Payer ses factures	52
Poursuites	52
Négociier !	52
Commandement de payer	53
Aide	53
FORMATION : UN CHEMIN TOUJOURS OUVERT	56
L'Office Cantonal d'Orientation Scolaire & Professionnelle	57
S'Informer, Visiter & Faire le point à l'orientation	57
Rechercher son apprentissage	58
Entre 15 & 25 ans : un lieu coup de pouce	58
Reprenre le chemin de l'école	59
Où s'adresser ?	59
Écoles privées	60
Plus de 20 ans !	60
Acquérir d'autres expériences.....	60
AIDES & ALLOCATIONS DURANT LA FORMATION	62
Contribution d'entretien	62
Recours	63
Allocations d'Études & d'Apprentissage	63
Guichets sociaux Régionaux	65
Prêts	65
À LA RECHERCHE D'UN TRAVAIL	66
Par où commencer ?	67
Annonce dans les journaux.....	68
Offres spontanées.....	68
Réseau personnel	68
Job Service.....	69
Curriculum Vitae & Lettre de motivation	69
Le CV : la forme.....	70
...et le fond	70
Lettre de motivation	70
LE CHÔMAGE	71
Le chômage, pour qui ?	71
Libération de l'obligation d'avoir cotisé	72
S'inscrire tout de même !	73
Ouverture d'un dossier à l'ORP	73

Les Indemnités	74
La Caisse de chômage	75
Recours	75
Soutien & Conseils juridiques	76
Formation & Recyclage	77
SE LOGER DANS LE CANTON DE NEUCHÂTEL.....	78
Hébergement pour jeunes	78
Logements universitaires	79
Petites annonces	79
Lieu d'urgence	80
À la recherche d'un appartement	80
Comment s'y prendre ?	80
Signer un Contrat de bail	81
Le casse-tête de la Caution	82
Litige	83
LA SANTÉ D'ABORD	84
Votre partenaire santé	85
En plein dans les dents	85
Sexualité	86
Faire l'amour	86
Sexualité : s'Informer, Parler, Être écouté-e	87
Homosexualité, Bisexualité & Transgenre	88
Contraception	88
SIDA & IST	89
Interruption de grossesse	90
Grossesse	91
Brochures d'information sexuelle	91
Coups de Blues	91
Tabac	93
Dépendances	93
ÉTRANGÈRES OU ÉTRANGERS EN SUISSE & NATURALISATION	96
Être étrangère ou étranger en Suisse	97

Aperçu des différents permis de séjour	98
Livret B - UE/AELE - Autorisation de séjour	98
Livret C - UE/AELE - Autorisation d'établissement	99
Livret Ci - UE/AELE - Autorisation de séjour avec activité lucrative	99
Livret G - UE/AELE - Autorisation frontalière	99
Livret L - UE/AELE - Autorisation de courte durée	100
Livret N - Pour requérants d'asile	101
Livret F - Pour les personnes admises provisoirement	102
Clandestins & Sans-papiers	103
La Naturalisation	104
Double nationalité	106
POLICE & JUSTICE	107
Adresse utiles.....	108
Victime d'agression	109
Aggression - agression sexuelle - viol	109
Vos droits face à la police	110
Vos droits face au Ministère public & à ses Procureur-e-s	111
L'assistance judiciaire	113
Permanences juridiques	113
VIVRE SON TEMPS LIBRE	115
Quelles activités choisir ?	115
Associations & Groupements	115
Loisirs - Associations Culturelles - Sports	116
Bibliothèques	117
Activités engagées	118
Défendre une cause	118
Le Parlement des Jeunes	118
Financement d'un projet : fonds jeunesse	119
Sortir dans le canton de Neuchâtel	119
Vie culturelle	119
La Chaux-de-Fonds.....	119
Neuchâtel	120
Le Locle	120
Comment rentrer tard chez soi pour pas cher !	121
Le NoctamBus	121
Le MobiNight	121
Le NoctamRun	121
Le SomnanBus	121

Opération Nez Rouge & "Be My Angel Tonight"	122
Le canton de Neuchâtel pratique et touristique	123
Organiser une Fête	123
Partir en Vacances	124
Séjours Linguistiques	124
Site Internet "CIAO.ch".....	125
Service de la Jeunesse de la Ville de La Chaux-de-Fonds & Service de l'Intégration & des Infrastructures Culturelles de la Ville de Neuchâtel..	126
Particularités des Actions Jeunesse de ces Services.....	126
Pourquoi contacter ces Services.....	127
Quels sujets peuvent y être abordés ?.....	127

