

Ton budget étudiant réaliste

Le vrai coût de ta vie étudiante en Suisse —
et ce qu'il te reste vraiment à dépenser



01



Déjà réservé

Les dépenses incontournables

02



Pour vivre

Tout ce dont tu as besoin au quotidien



À choisir

Tes envies, tes projets, tes expériences

*Mieux comprendre.
Mieux décider. Mieux vivre.*

INTRODUCTION

QUAND TOUT EST NOUVEAU, DONNE AUSSI DES REPÈRES À TON BUDGET

Nouvelle ville, nouveau campus, nouveaux horaires, parfois nouveau pays : au début des études, beaucoup de choses changent en même temps.

Pendant ce temps, ton compte bancaire affiche un chiffre.

TON COMPTE TE DIT COMBIEN TU AS. IL NE TE DIT PAS COMBIEN TU PEUX DÉPENSER.

Ce guide va t'aider à distinguer quatre choses :

1. ce que tu as ;
2. ce qui est déjà réservé ;
3. ce qu'il te faut pour vivre ;
4. ce qu'il te reste à choisir en conscience.

Pas besoin de devenir expert en finances ni de construire immédiatement un budget parfait pour une vie que tu ne connais pas encore. Ton premier objectif est d'obtenir des repères, puis de les ajuster à ta réalité.

Il n'existe pas un budget étudiant unique en Suisse. Deux étudiants de la même école peuvent avoir des loyers, assurances, transports et soutiens familiaux complètement différents.

Lausanne et l'EPFL servent ici de terrain concret pour disposer de chiffres vérifiables. La méthode reste valable ailleurs : remplace les tarifs locaux par ceux de ta ville, de ton école et de ta situation.

Le principe sera toujours :

REPÈRE INDICATIF → TON MONTANT → TON ÉCART.

Et garde une idée en tête :

BUDGET MINIMUM THÉORIQUE ≠ BUDGET RÉELLEMENT VIVABLE.

Un bon budget n'est pas seulement possible sur le papier. Il doit pouvoir être vécu.



1

COMBIEN TE COÛTE VRAIMENT TA VIE ÉTUDIANTE ?

Avant de décider combien tu peux dépenser, il faut savoir ce que ta vie coûte réellement.

L'EPFL recommande actuellement de prévoir environ CHF 29'000 par an pour les frais de vie, soit près de CHF 2'420 par mois ou CHF 79 par jour en moyenne, en plus des taxes d'études. Cette moyenne comprend notamment le logement et les charges fixes : CHF 79 par jour ne représente donc pas une somme librement disponible. Son budget indicatif utilise notamment :

- logement : CHF 900/mois ;
- alimentation : CHF 600/mois, env. CHF 20/jour ;
- matériel et fournitures d'études : environ CHF 100/mois en moyenne ;
- transports : CHF 60/mois ;
- responsabilité civile : CHF 10/mois ;
- autres dépenses : CHF 250/mois.

Ce sont des REPÈRES, pas des normes.

Si ton loyer est CHF 650, ton budget contient CHF 650. Si tes parents paient encore ton assurance, ne la compte pas comme si elle sortait de ton propre argent. Et si tu n'as pas encore ton vrai chiffre, écris simplement « ? » plutôt que d'inventer une précision.

NE GARDE JAMAIS UN CHIFFRE MOYEN SI TU CONNAIS TON CHIFFRE RÉEL.

Le logement mérite une attention particulière : loyer, charges, transport, équipement et cuisine peuvent modifier plusieurs postes à la fois. Le moins cher n'est donc pas toujours le meilleur choix si d'autres coûts apparaissent ailleurs.

EXERCICE — TA PREMIÈRE ESTIMATION

Liste : logement, assurance, transport, téléphone, taxes d'études, matériel et fournitures d'études, alimentation, abonnements et autres charges connues.

Pour chaque ligne :

REPÈRE ÉVENTUEL → TON MONTANT → À VÉRIFIER ?

Ton budget devient utile dès que tu distingues ce qui est connu de ce qui reste à observer.

BUDGET MINIMUM THÉORIQUE ≠ BUDGET RÉELLEMENT VIVABLE

La bonne question n'est pas seulement « avec combien peut-on survivre ? ». C'est : quel budget te permet de vivre, d'étudier, de manger correctement, de te déplacer et de garder une marge minimale sans improviser chaque fin de mois ?

2

TON SOLDE BANCAIRE N'EST PAS TON BUDGET

Imagine que ton compte affiche CHF 2'400. Ton cerveau peut traduire : « J'ai CHF 2'400. » Pourtant, une partie est déjà destinée au loyer, à l'assurance, aux taxes futures — et tu dois encore vivre jusqu'à la fin du mois.

Le calcul se fait en quatre étapes :

1

CE QUE TU AS

L'argent disponible pour la période.

2

CE QUI EST DÉJÀ RÉSERVÉ

Loyer, assurances, abonnements, factures et provisions connues.

3

CE QU'IL TE FAUT POUR VIVRE

Alimentation, hygiène, fournitures d'études courantes et dépenses quotidiennes nécessaires.

4

CE QU'IL TE RESTE À DÉCIDER

Ta marge de choix.

CE QUE TU AS – DÉJÀ RÉSERVÉ – POUR VIVRE = CE QU'IL TE RESTE À DÉCIDER

EXEMPLE ILLUSTRATIF — PAS UN « BUDGET OFFICIEL EPFL »

Ressources : CHF 2'400/mois.

- chambre FMEL Ochettes, tarif vérifié : CHF 510 ;
- assurance maladie, repère EPFL, scénario suisse : CHF 400 ;
- provision personnelle pour taxes EPFL : CHF 130 ;
- téléphone, hypothèse : CHF 20 ;
- transport, hypothèse : CHF 55 ;
- responsabilité civile, repère EPFL : CHF 10 ;
- alimentation, repère EPFL : CHF 600 ;
- matériel et fournitures d'études, repère EPFL : environ CHF 100/mois en moyenne ;
- hygiène, hypothèse : CHF 60 ;
- réserve irrégulière, hypothèse : CHF 100.

Total : CHF 1'985. Reste à décider : CHF 415.

Ces CHF 415 peuvent être dépensés, épargnés ou gardés comme sécurité.

CHANGEONS UNE SEULE CHOSE

Même budget, mais chambre à CHF 850. Total : CHF 2'325. Reste : CHF 75.

CHF 340 de logement supplémentaire ont presque supprimé la marge de choix. Le problème n'est donc pas automatiquement « trop de cafés » : il peut être structurel.

EXERCICE — CE QU'IL ME RESTE VRAIMENT

1. Ce que j'ai : CHF
2. Déjà réservé : CHF
3. Pour vivre : CHF
4. Reste à décider : CHF

Si le résultat est négatif, cherche d'abord quel poste crée l'écart avant de supprimer au hasard ce qui te fait plaisir.

Tu peux aussi faire cet exercice gratuitement en ligne, sans compte ni e-mail. Tes montants restent sur ton appareil et ne sont jamais envoyés à SEEC.

Ouvrir la feuille gratuite sur SEEC.ch — la remplir en ligne, puis la télécharger ou l'imprimer.

OUVRIR LE LIEN



Lien à copier :

<https://seec.ch/feuille>



3

DÉJÀ RÉSERVÉ / POUR VIVRE / À CHOISIR

Le chapitre précédent calcule ce qu'il te reste. Celui-ci te donne trois zones pour décider où va ton argent.

1

DÉJÀ RÉSERVÉ

L'argent qui a déjà une mission : loyer, assurance, téléphone, transport, taxe universitaire, abonnement déjà signé, facture annuelle provisionnée.

Si tu dois le payer, ne le considère plus comme libre.

2

POUR VIVRE

Ce dont tu as besoin pour traverser le mois : alimentation, hygiène, fournitures d'études courantes, déplacements non couverts et petites nécessités du quotidien.

La nourriture n'est pas dépensée le premier jour du mois, mais elle n'est pas facultative pour autant.

3

À CHOISIR — TES PLAISIRS EN CONSCIENCE

C'est ici que tu choisis tes plaisirs en conscience. Pas pour les supprimer, mais pour savoir ce que tu peux réellement t'offrir aujourd'hui sans avoir peur de manquer demain.

Cinéma, restaurant, sport, voyage, hobby, projet, achat personnel — ou simplement une somme que tu décides de garder.

« À choisir » signifie marge de décision, pas somme à dépenser.

UNE DÉPENSE PEUT CHANGER DE ZONE

Un abonnement sportif est « à choisir » tant que tu hésites à le prendre. Une fois le contrat signé, son paiement devient « déjà réservé ».

La bonne question n'est donc pas seulement « est-ce essentiel ? », mais aussi : « quelle liberté de décision me reste-t-il aujourd'hui ? »

Et si une dépense semble appartenir à deux zones, ne cherche pas la catégorie parfaite. Rends-la visible. Une dépense visible peut être décidée ; une dépense invisible te surprend.

EXERCICE — MON BUDGET EN TROIS ZONES

Crée trois colonnes :

DÉJÀ RÉSERVÉ | POUR VIVRE | À CHOISIR

Place chaque dépense connue quelque part. Puis regarde la troisième colonne. Si elle est minuscule ou négative, retourne aux deux premières : le déséquilibre est peut-être structurel.

Faire cet exercice gratuitement sur la feuille SEEC.ch .

OUVRIR LE LIEN

Lien à copier :

<https://seec.ch/feuille>



4

COMBIEN TE COÛTE UNE JOURNÉE NORMALE ?

Un budget mensuel est utile. Mais il reste abstrait tant que tu ne vois pas à quoi ressemble une vraie journée.

Au début des études, c'est particulièrement important : tes horaires, tes trajets et tes habitudes alimentaires ne sont pas encore stabilisés. Ton premier mois sert donc d'abord à observer ce que ta vraie vie te coûte.

PETIT COURS DE FRANÇAIS DE SUISSE ROMANDE AVANT DE MANGER

En Suisse romande, tu peux entendre :

- déjeuner = repas du matin ;
- dîner = repas de midi ;
- souper = repas du soir.

Si quelqu'un te propose de « dîner ensemble » à midi, il ne s'est pas trompé de fuseau horaire. Et si on t'invite à « souper », aucune soupe n'est obligatoire.

Dans un environnement international, petit-déjeuner, repas de midi et repas du soir sont également courants.

COMMENCE PAR DEUX COLONNES

Pour éviter de mélanger les choses, observe séparément :

A. ALIMENTATION

- déjeuner ;
- dîner ;

- souper ;
- café, boisson ou snack.

B. AUTRES DÉPENSES VARIABLES DU QUOTIDIEN

- transport ponctuel ;
- petite course non alimentaire ;
- activité ;
- sortie ;
- achat personnel.

Cette séparation est importante. Le repère EPFL de CHF 600 par mois — environ CHF 20 par jour — concerne l'alimentation. Il ne doit pas être comparé à un total qui inclut cinéma, train et achats personnels.

LE REPÈRE EPFL : ENVIRON CHF 20 PAR JOUR POUR MANGER

L'EPFL utilise actuellement CHF 600 par mois pour l'alimentation dans son budget indicatif.

C'est un point de départ, pas une cible quotidienne. Certains jours, tu cuisineras à moindre coût. D'autres jours, tu mangeras sur le campus ou à l'extérieur. Les prix des repas sur les campus varient eux aussi : certaines options étudiantes sont accessibles, d'autres dépassent nettement CHF 10.

La bonne question est donc :

« Sur plusieurs semaines, combien me coûte réellement mon alimentation ? »

TROIS TYPES DE JOURNÉES

Tu peux reconnaître trois rythmes :

1

JOURNÉE ÉCONOMIQUE

Tu cuisines ou emportes ton repas et dépenses peu dehors.

2

JOURNÉE HABITUELLE

Tu prends peut-être un repas sur le campus, un café, quelques courses et tu manges le reste à la maison.

3**JOURNÉE AVEC PLAISIR OU SORTIE**

Restaurant, verre, cinéma, repas avec des amis ou autre plaisir choisi.

Aucune n'est « mauvaise ». Le problème apparaît seulement si ton budget suppose cinq journées économiques alors que ta vraie semaine en contient une ou deux.

DU JOUR À LA SEMAINE, PUIS AU MOIS

Pendant une semaine, note séparément ton alimentation et tes autres dépenses variables.

Exemple alimentaire :

- lundi : CHF 14 ;
- mardi : CHF 19 ;
- mercredi : CHF 17 ;
- jeudi : CHF 21 ;
- vendredi : CHF 25 ;
- samedi : CHF 24 ;
- dimanche : CHF 15.

Total alimentation de la semaine : CHF 135.

Pour obtenir un ordre de grandeur mensuel, $\text{CHF } 135 \times 4,3 \approx \text{CHF } 580$.

Mais attention : UNE SEMAINE EST UN ÉCHANTILLON, PAS UNE VÉRITÉ.

Une semaine d'intégration, d'examens, de vacances ou de sorties particulières peut être atypique. Observe idéalement deux à quatre semaines avant de considérer un montant comme ton rythme de référence.

EXERCICE — SEPT JOURS D'OBSERVATION

Pendant sept jours, utilise deux colonnes :

ALIMENTATION | AUTRES DÉPENSES VARIABLES

À la fin de la semaine :

1. additionne séparément les deux colonnes ;
2. repère ce qui se répète ;
3. identifie les journées atypiques ;
4. demande-toi si cette semaine ressemble déjà à ton futur rythme.

Tu ne construis pas encore ton budget définitif. Tu récoltes des données sur toi.

Faire cet exercice gratuitement sur la feuille SEEC.ch .

OUVRIR LE LIEN



Lien à copier :

<https://seec.ch/feuille>

5

CE QUI NE TOMBE PAS TOUS LES MOIS

Un budget mensuel peut sembler équilibré et pourtant exploser lorsqu'arrivent une taxe semestrielle, une caution, un abonnement annuel ou une facture médicale.

UNE DÉPENSE RARE N'EST PAS FORCÉMENT UN IMPRÉVU.

Sépare deux familles.

1

COÛTS DE DÉMARRAGE

Caution, premier loyer, permis ou visa, équipement initial, carte de transport, matériel d'études de départ.

2

COÛTS PÉRIODIQUES

Taxes universitaires, abonnement annuel, assurance, matériel et fournitures d'études, voyage prévu ou renouvellement d'un service.

TRANSFORME L'ANNUEL EN MENSUEL

Une dépense annuelle de CHF 120 représente CHF 10 par mois si tu choisis de la provisionner progressivement.

À l'EPFL, la facture semestrielle standard est actuellement de CHF 780. Pour constituer deux factures sur douze mois : $\text{CHF } 780 \times 2 \div 12 = \text{CHF } 130/\text{mois}$.

Ce CHF 130 n'est pas une mensualité EPFL : c'est une méthode personnelle de provision. Dans certains formulaires sociaux, l'EPFL répartit la facture sur cinq mois, soit CHF 156/mois pendant la période considérée.

Pour certains étudiants étrangers concernés par la majoration, une facture peut atteindre CHF 2'240. La même provision annuelle donne environ CHF 373/mois ; sur cinq mois, CHF 448.

BUDGET MENSUEL ≠ TRÉSORERIE DE DÉPART

Un étudiant peut avoir un budget mensuel viable et pourtant devoir avancer beaucoup d'argent au départ.

Scénario de démonstration : étudiant nouvellement arrivé, logé à Ochettes et soumis à la taxe EPFL majorée :

- dépôt FMEL : CHF 1'200 ;
- premier loyer : CHF 510 ;
- facture semestrielle : CHF 2'240 ;
- visa / permis / biométrie : env. CHF 225.

Total avant alimentation et équipement : env. CHF 4'175.

Ce n'est pas un tarif d'arrivée universel. Il montre seulement qu'il faut poser deux questions :

TU PRÉPARES TON ARRIVÉE EN SUISSE ?

Ton premier mois peut coûter beaucoup plus cher qu'un mois normal. Garantie de loyer, premier loyer, taxes d'études, permis, visa, équipement de départ... certaines dépenses arrivent une seule fois ou immobilisent de l'argent sans revenir tous les mois.

Avant de partir, calcule aussi ton budget d'installation.

SEEC.ch/budget-arrivee — Préparer mon arrivée et mon premier mois

OUVRIR LE LIEN



Lien à copier :

<https://seec.ch/budget-arrivee>

1. De combien ai-je besoin pour vivre un mois ?
2. De combien ai-je besoin pour démarrer ?

SANTÉ : CONNAIS TON EXPOSITION

Avec la franchise ordinaire actuelle de CHF 300 et une quote-part de 10 % plafonnée à CHF 700, franchise + quote-part peuvent représenter jusqu'à environ CHF 1'000 sur une année civile pour les soins couverts. Des prestations non couvertes peuvent s'ajouter.

Le message n'est pas « garde absolument CHF 1'000 ». Il est : connais ta franchise, ce que tu as déjà payé et ce qu'une facture importante pourrait te demander.

PETITS CHOCS / GROS CHOCS

Une petite réserve peut absorber un trajet imprévu, un médicament, une réparation ou une dépense administrative oubliée.

Pour un gros choc, vérifie d'abord les protections existantes.

En Suisse, une personne salariée est assurée contre les accidents professionnels. À partir de huit heures par semaine chez le même employeur, cette assurance couvre aussi les accidents non professionnels. Sinon, l'étudiant doit conserver le risque accident dans son assurance-maladie obligatoire.

Un accident sérieux peut aussi perturber les études. L'EPFL prévoit des aménagements d'urgence et des dispositifs d'aide financière pour certaines difficultés exceptionnelles ; l'UNIL dispose également d'un accompagnement social.

UNE RÉSERVE ABSORBE LES PETITS CHOCS. POUR LES GROS CHOCS, VÉRIFIE TES ASSURANCES, TES DROITS ET LES AIDES DISPONIBLES.

EXERCICE — CE QUI NE TOMBE PAS TOUS LES MOIS

Liste les dépenses qui n'arrivent pas tous les mois : montant, date, fréquence et provision possible. Cherche d'abord à ne plus appeler « imprévu » ce qui était déjà prévisible.



6

FAIS VIVRE TON BUDGET SANS PASSER TA VIE À FAIRE TES COMPTES

Un budget ne doit pas prédire parfaitement le mois. Il doit te montrer assez tôt quand la réalité s'éloigne du plan.

TON RENDEZ-VOUS DE 10 MINUTES

Une fois par semaine, demande-toi :

1. Combien ai-je dépensé ?
2. Qu'est-ce qui m'a surpris ?
3. Qu'est-ce qui doit encore être payé ?
4. Mon rythme actuel est-il compatible avec la fin du mois ?

Puis choisis le bon diagnostic.

1

MA VIE NE RESSEMBLE PAS À MON PLAN

Tu pensais cuisiner davantage, marcher plus souvent ou rentrer chaque week-end. Ta vraie vie dit autre chose. Ajuste le budget : il vient simplement d'obtenir de meilleures informations.

2

J'AVAIS OUBLIÉ UNE DÉPENSE

Ajoute-la, puis demande-toi si elle est ponctuelle ou si elle doit être provisionnée.

3

LES CHIFFRES NE PASSENT PAS

Si tes ressources sont CHF 2'000 et que les dépenses réellement nécessaires atteignent CHF 2'200, ce n'est plus d'abord un problème de petits plaisirs. Tu as un écart structurel de CHF 200.

Regarde alors le logement, les assurances, les transports, les taxes, les ressources disponibles et les aides possibles. Si ta marge « à choisir » est déjà presque nulle, supprimer une sortie ne suffira pas.

QUAND DEMANDER DE L'AIDE ?

Dès que tu vois que les chiffres ne peuvent pas fonctionner durablement — pas seulement quand le compte atteint zéro.

Une aide peut être une information, une bourse, un fonds social, une aide d'urgence ou simplement l'orientation vers le bon service. Tu n'as pas besoin de connaître le nom exact du dispositif avant de demander.

DEMANDER DE L'AIDE N'ENLÈVE PAS LA PART DE PRÉPARATION QUI T'APPARTIENT.

Certains dispositifs examinent la cause de la difficulté, les ressources disponibles et les autres solutions déjà recherchées. À l'EPFL, une mauvaise planification du budget n'est notamment pas un motif suffisant pour obtenir une bourse sociale : le financement des études doit en principe avoir été préparé, et cette aide intervient en dernier recours lorsqu'un changement imprévu et soudain crée une vraie difficulté.

Le bon réflexe est donc double : anticipe et tiens tes chiffres à jour ; puis, si malgré cela un problème réel survient, demande de l'aide assez tôt.

Le but du budget tient finalement en trois phrases :

« Ça, c'est déjà réservé. » « Ça, c'est ce qu'il me faut pour vivre. » « Et ça, je peux le choisir. »

Quand elles deviennent claires, l'argent prend moins de place dans ta tête.

CONCLUSION

TON BUDGET N'A PAS BESOIN D'ÊTRE PARFAIT

Tu n'auras probablement pas ton vrai budget le jour de ton arrivée.

Et c'est normal.

Tes horaires vont changer. Tes habitudes vont se construire. Tu vas découvrir les cafétérias, les magasins, les trajets et ton rythme réel.

Ton budget doit donc évoluer avec toi.

La bonne nouvelle, c'est que tu n'as pas besoin d'attendre trois mois pour comprendre ce qui se passe.

Quelques repères suffisent :

- ce que tu as ;
- ce qui est déjà réservé ;
- ce qu'il te faut pour vivre ;
- ce qu'il te reste à choisir ;
- les dépenses qui arriveront plus tard ;
- les risques pour lesquels une aide ou une assurance existe.

Ton premier budget n'a pas besoin d'être juste. Il a besoin de devenir plus juste chaque semaine.

TON PREMIER MOIS FINANCIER

10 MINUTES × 4

10 minutes. Une fois par semaine. Pendant quatre semaines.

Pas davantage.

SEMAINE 1 — OBSERVE

Cette semaine, tu n'as rien à optimiser.

Regarde simplement :

- ce que tu dépenses ;
- ce qui est déjà réservé ;
- ce qui te surprend ;
- ce que tu ne sais pas encore estimer.

Ton objectif : récolter des repères.

SEMAINE 2 — REPÈRE

Regarde ce qui commence à se répéter.

Quels jours manges-tu sur le campus ? Combien de fois cuisines-tu vraiment ? Quels transports utilises-tu ? Quelles petites dépenses reviennent ?

Ton objectif : découvrir ton rythme réel.

SEMAINE 3 — AJUSTE

Transforme tes observations en budget.

Répartis :

- Déjà réservé ;
- Pour vivre ;
- À choisir.

Ajoute aussi les dépenses qui ne tombent pas tous les mois.

Ton objectif : avoir un budget qui ressemble à ta vraie vie.

SEMAINE 4 — DÉCIDE

Regarde ton premier mois.

Qu'est-ce qui t'a coûté plus cher que prévu ? Qu'est-ce qui a coûté moins cher ? Quelle marge te reste réellement ? Qu'est-ce que tu veux modifier pour le mois suivant ?

Ton objectif : construire ton premier vrai budget à partir de données réelles.

ET APRÈS ?

Tu peux garder exactement le même rituel : dix minutes une fois par semaine.

Ou l'espacer une fois que ton budget devient stable.

Le but n'est jamais de passer ta vie à faire tes comptes.

Le but est de savoir où tu en es suffisamment tôt pour pouvoir choisir.

Tu peux aussi formaliser ce rendez-vous avec « Mon engagement de 10 minutes — 4 semaines pour commencer à prendre tes repères ». La démarche est volontaire. Tu peux garder cette feuille pour toi ; tu n'as aucune obligation de la partager et elle n'est pas transmise à SEEC.

Je m'engage à regarder, comprendre et ajuster. Mon budget n'a pas besoin d'être parfait : il peut évoluer avec ce que j'apprends.

SOURCES PRINCIPALES ET MISES À JOUR

SOURCES PRINCIPALES ET MISES À JOUR

Les principaux repères de ce guide proviennent de sources institutionnelles : EPFL, OFSP, FMEL, UNIL Student Support et État de Vaud.

Les tarifs et conditions peuvent changer. Consultez SEEC.ch pour retrouver les sources complètes, leur date de vérification et les liens à jour.

Sources principales :

- EPFL — financement des études ;
- EPFL — taxes d'études et immigration ;
- EPFL — assurances et aides ;
- OFSP — assurance maladie et assurance accidents ;
- FMEL — logements étudiants ;
- UNIL Student Support — aides sociales et financières ;
- État de Vaud — aides à la formation.

LIENS UTILES À RETROUVER SUR SEEC.CH

- Feuille de budget gratuite — en ligne, à télécharger ou à imprimer
- Préparer son arrivée et son premier mois
- Sources, aides, contacts officiels et mises à jour

À propos de cette édition

VERSION	V09
DATE	2026-09-06
ÉDITION	Axel Reymond — SEEC

Cette première édition numérique est diffusée gratuitement. Les repères et ressources susceptibles d'évoluer sont tenus à jour sur seec.ch.

Transparence sur la création

Ce guide a été réalisé avec l'aide de systèmes d'intelligence artificielle, sous direction et responsabilité éditoriales humaines, avec vérification humaine.

seec.ch

bonjour@seec.ch

Droits et réutilisation

© 2026 Axel Reymond — SEEC. Téléchargement et usage personnel autorisés. Toute redistribution, adaptation ou exploitation commerciale nécessite une autorisation. Les marques, logos et contenus appartenant à des tiers restent soumis aux droits de leurs titulaires.

