

Guide de projet de mobilité

Mobilité sortante étudiante
Pour l'année académique 2017-2018

Mis à jour mars 2017

Table des matières

Mobilité sortante étudiante	1
INTRODUCTION	3
Frais de scolarité et statut de l'étudiant.....	4
Guide de projet de mobilité.....	4
TYPES DE MOBILITÉ ÉTUDIANTE	4
Échange en entente bilatérale.....	4
Double diplôme.....	4
Stage hors Québec.....	4
PERSONNE-RESSOURCE	4
DÉMARCHES À EFFECTUER.....	5
Étape 1 Information sur les possibilités de projets de mobilité	5
Séance d'information sur les projets de mobilité.....	5
Étape 2 Inscription et admissibilité du projet de mobilité	6
2.1 Critères d'admissibilité :	6
2.2 Spécifications.....	6
Étape 3 Préparation du dossier de candidature UQAC.....	7
3.1 La remise du dossier de candidature :	7
3.2 Rencontre avec la direction du programme d'études à l'UQAC :	8
Étape 4 Constitution du dossier d'admission à l'université d'accueil et demande de financement.....	8
Étape 5 Préparation du projet de mobilité.....	9
5.1 Rencontre pré départ	9
5.2 Obtention des autorisations finales pour votre dossier étudiant	10
5.3 Préparation académique	10
5.4 Financement	10
Bourse d'études à l'extérieur du Québec	10
LOJIQ: Les offices jeunesse internationaux du Québec www.lojiq.org	11
5.5 Formalités d'entrée du pays hôte	11
5.6 Transport	11
Quoi apporter dans l'avion ?.....	11
5.7 Hébergement.....	12
5.8 Budget	12

5.9 Santé et assurance	12
5.10 Préparation culturelle	13
Symptômes.....	15
Les compétences interculturelles	15
La communication interculturelle	16
5.11 Votre rôle d’ambassadeur	18
Connaissez-vous votre Université ?.....	18
L’UQAC c’est :.....	18
L’UQAC sur la scène internationale.....	18
Les créneaux de recherche	18
5.12. L’aspect sécuritaire.....	19
Étape 6 Réalisation du projet de mobilité.....	23
6.1 Arrivée et installation.....	23
6.2 Signature et envoi du formulaire AEHE à l’UQAC (sauf pour les stages) :	24
6.3 Versements de la bourse	24
6.4 Obtention du relevé de notes officiel	24
6.5 Réussite du projet d’études	25
Étape 7 Retour à l’UQAC	25
Astuces du voyageur.....	26
<i>Budget – Mobilité internationale</i>	<i>27</i>

INTRODUCTION

Tout le monde a déjà entendu l’adage: les voyages forment la jeunesse. Ainsi, le fait de vivre une expérience à l’étranger permet d’acquérir une ouverture d’esprit et d’améliorer la connaissance de soi. En plus de créer des liens avec des gens de cultures différentes, les jeunes voyageurs développent un sens d’adaptabilité et augmentent leurs connaissances générales.

Grâce à des partenariats avec plus de 200 universités, les étudiants de l’Université du Québec à Chicoutimi bénéficient d’un large éventail de destinations pour la réalisation de leur séjour d’études à l’extérieur du Québec, et ce, quel que soit leur programme.

Des bourses d’études pouvant varier entre 1000 \$ et 1 500\$ par mois pour un maximum de huit mois sont d’ailleurs offertes. De plus, afin de faciliter la réalisation de leur séjour

d'études, un accompagnement dans les diverses étapes de leur projet est proposé aux étudiants, avant leur départ, pendant leur séjour ainsi qu'à leur retour.

Frais de scolarité et statut de l'étudiant

Les frais de scolarité pour les trimestres réalisés à l'extérieur du Québec sont, pour la plupart, payables à l'UQAC. Ainsi, les étudiants conservent leur statut d'étudiant de l'UQAC et, par conséquent, leur aide financière aux études, s'il y a lieu.

Guide de projet de mobilité

À juste titre, ce document a pour but de faciliter la réalisation de votre projet de mobilité étudiante. Vous y trouverez les démarches à suivre, les notions importantes, le calendrier à respecter, des conseils pratiques ainsi que les coordonnées des personnes-ressources à consulter.

TYPES DE MOBILITÉ ÉTUDIANTE

Échange en entente bilatérale

Ce type d'échange est régi par un protocole d'entente signé entre l'UQAC et un établissement partenaire. Les conditions de participation ainsi que les modalités sont établies par ledit protocole.

Double diplôme

Certains protocoles d'entente permettent aux étudiants de suivre un double cursus et, par conséquent, d'obtenir deux diplômes (celui de l'Université du Québec à Chicoutimi et de l'établissement partenaire).

Stage hors Québec

Il s'agit d'une activité pédagogique créditée, structurée et supervisée d'une durée minimale de deux mois, à réaliser dans un milieu de pratique ou dans un centre de recherche. L'étudiant doit réaliser des activités selon les méthodes d'intervention proposées. Le choix de destination est illimité pourvu que votre responsable de programme approuve votre projet.

PERSONNE-RESSOURCE

Dominic Vézina

Bureau de l'international

Local P1-4020-1

418 545-5011 poste 5228

mobilite_internationale@uqac.ca

<http://www.uqac.ca/etudier-a-letranger/>

DÉMARCHES À EFFECTUER

Étape 1	Information sur les possibilités de projets de mobilité
Étape 2	Inscription et admissibilité à un projet de mobilité
Étape 3	Préparation du dossier de candidature UQAC
Étape 4	Constitution du dossier (Université d'accueil) et demande de financement
Étape 5	Préparation du projet de mobilité
Étape 6	Réalisation du projet de mobilité
Étape 7	Retour à l'UQAC

Étape 1 Information sur les possibilités de projets de mobilité

Visitez notre site <http://www.uqac.ca/etudier-a-letranger/>

Pour fixer un rendez-vous ou si vous avez des questions, présentez-vous au Bureau de l'international, au local P1-4020-1; ou écrivez à mobilite.internationale@uqac.ca

La clé du succès d'un projet de mobilité étudiante réside dans la qualité de sa préparation. Afin de développer un projet réaliste, il est essentiel de vous renseigner sur la démarche requise et sur l'échéancier à respecter dès les premiers balbutiements du projet. C'est le temps de s'informer, notamment sur la disposition de l'université d'accueil à vous accueillir, car les ententes bilatérales évoluent et les universités peuvent exiger une parité des échanges.

À ce stade-ci, plusieurs sources d'information peuvent vous aider à vous faire une idée sur le type de projet de mobilité que vous pourriez réaliser : les étudiants ayant déjà effectué un projet d'études hors Québec, des collègues, les étudiants internationaux, vos professeurs et/ou directeurs de programme, les sites Internet...

Devenez membre de notre groupe

<https://www.facebook.com/groups/etudiantsuqacaetranger/>
En vous connectant avec : Mobilité Internationale UQAC

Séance d'information sur les projets de mobilité

Vous devez préparer votre projet d'études hors établissement près d'un an avant sa réalisation. Des séances d'information ont lieu sur les projets de mobilité. Ces rencontres, normalement tenues à l'automne, vous permettront de planifier votre cheminement universitaire, obtenir de l'information sur les conditions nécessaires à remplir et connaître les critères d'admissibilité à la bourse d'études à l'extérieur du Québec; comprendre les démarches à réaliser en fonction du type de mobilité choisi et connaître l'ensemble des dates limites à respecter.

La date de la rencontre d'information vous sera communiquée en temps et lieu, surveillez les babillards, les timbres sur le site web de l'UQAC, etc.

Étape 2 Inscription et admissibilité du projet de mobilité

2.1 Critères d'admissibilité :

<http://www.uqac.ca/international/etudier-a-letranger/criteres.php>

- Être étudiant québécois et cheminer à **temps complet** dans un programme de grade de l'UQAC;
- Effectuer un projet de mobilité étudiante hors Québec d'**un** (1) ou **deux** (2) trimestres ou un stage dans le cadre de votre programme d'études d'une durée minimum **deux** (2) mois et l'équivalent de 6 crédits;
- Posséder une moyenne cumulative minimale de **2,8** /4,3 au 1er cycle et de **3.0** /4,3 au 2^e cycle, au moment du dépôt du dossier de candidature;
- Maîtriser la langue de l'université ou du lieu de stage d'accueil;
- Être recommandé par votre directeur de programme à l'UQAC;
- Obtenir l'approbation de votre choix de cours à l'université d'accueil ou votre choix de milieu de stage par la direction de votre programme à l'UQAC;
- Répondre aux exigences particulières imposées par l'université d'accueil;
- Demeurer inscrit à l'UQAC et y payer vos frais de scolarité durant la réalisation de votre projet de mobilité;
- Être inscrit à temps complet à l'université d'accueil;
- Suivre des cours crédités dans votre programme d'études à l'UQAC qui mèneront à l'obtention de votre diplôme;

2.2 Spécifications

Études de baccalauréat

- Avoir réussi au moins vingt-quatre (24) crédits de votre programme au moment du départ (équivalent à environ une année d'études)

Études de maîtrise / doctorat

- Avoir réussi au moins neuf (9) crédits de votre programme au moment du départ;
- Les activités académiques réalisées hors Québec doivent représenter des crédits universitaires et figurer sur le relevé de notes du trimestre effectué.

Stages

- Le stage fait l'objet d'une évaluation / supervision dans l'environnement d'accueil;
- Le formulaire d'évaluation / supervision doit être remis au responsable de la mobilité internationale à l'UQAC à votre retour;

Étape 3 Préparation du dossier de candidature UQAC

3.1 La remise du dossier de candidature :

Celle-ci se fait via le site

<https://mobetu-form.uqac.ca/locallogin/54e5ec2f9c7006685f000000/fra>

UQAC Université du Québec à Chicoutimi

pre de voir plus loin

Authentification

Connexion

* Email

* Mot de passe

* Veuillez saisir les caractères affichés dans l'image

AKe8ggG

[Afficher une autre image](#)
[Ecouter le code](#)

Inscription

* Prénom

* Nom

* Email

Vous devez créer un compte et suivre les indications. Une copie des documents suivants est nécessaire. :

- [Formulaire d'inscription à un projet de mobilité](#)
- Lettre de recommandation du directeur de programme de l'UQAC dans la langue d'enseignement de l'établissement d'accueil, si autre que le français.
- [Formulaire de choix de cours provisoires](#) signé par la direction de votre programme d'études ou [Formulaire d'autorisation stage à l'extérieur du Québec](#) signé par la direction de votre programme d'études.
- Lettre de motivation rédigée dans la langue d'enseignement de l'établissement d'accueil.
- Un relevé de notes officiel de l'UQAC, traduit dans la langue d'enseignement de l'établissement d'accueil, si autre que le français.
- Attestation de vos compétences linguistiques si la langue d'enseignement de l'université d'accueil est autre que le français.
- Photocopie de votre certificat de naissance / passeport
- Curriculum vitae dans la langue d'enseignement de l'établissement d'accueil.
- Pour les programmes en arts, portfolio de travaux personnels.

Il est important de préciser que vous partant pour un programme **NON-DIPLÔMANT** (sauf si c'est le cas).

Le Bureau de l'international accusera réception du dossier complet en ligne et vous contactera si ce dernier est incomplet.

3.2 Rencontre avec la direction du programme d'études à l'UQAC :

- Présentation par l'étudiant de son projet de mobilité et évaluation par la direction du réalisme du projet, de son impact sur le cheminement universitaire de l'étudiant et sur la durée des études;
- Analyse par la direction des listes de cours fournies par l'étudiant pour déterminer les équivalences et signature du formulaire *Choix de cours provisoire* (formulaire B);
- La direction rédige une lettre de recommandation pour l'étudiant.

Si votre projet de mobilité est réalisé dans une université anglophone, veuillez vérifier les exigences langagières (TOEFL, TOEIC, etc.) de l'université d'accueil choisie. Pour plus d'information sur les tests d'anglais :

- www.ets.org (pour obtenir les lieux et dates de passation, cliquez sur « Register for the test »).
- Il est également possible de faire évaluer votre niveau de langue par le département des Arts et lettres, mais c'est à l'Université d'attache de déterminer et d'imposer ses propres exigences linguistiques, et à vous de vous assurer d'avoir réussi le test requis.

Pour un départ dans l'année académique 2017-2018, les dates limites pour dépôt de dossier seront

- **Trimestre d'automne 2017 : 30 janvier 2017**
- **Trimestre d'hiver 2018 : 30 avril 2017**

Aucun dossier ne sera accepté après la date limite et les dossiers incomplets ne seront pas analysés.

Pour les stages et les projets spéciaux, nous acceptons les demandes en tout temps, à condition que les dossiers soient complets.

Étape 4 Constitution du dossier d'admission à l'université d'accueil et demande de financement

<http://www.uqac.ca/international/etudier-a-letranger/financement.php>

- Cette étape varie d'une université à une autre. L'information devrait vous être fournie sur le site Internet de l'université d'accueil.
- Les dates limites de dépôt du dossier complet varient selon les universités. Vérifiez sur le site Internet de votre université d'accueil.
- N'oubliez pas de valider avec le responsable de la mobilité étudiante que votre dossier soit complet afin de le soumettre au comité de sélection des bourses de mobilité hors Québec.

Vous ne devez en aucun cas transmettre votre dossier directement à l'université d'accueil. Le Bureau de l'International de l'UQAC s'en chargera.

La réponse à votre demande de bourse vous est communiquée par courriel avec la réception d'une lettre officielle du bureau de l'international.

Félicitations! Votre projet de mobilité étudiante prend forme.

Vous avez choisi de donner une dimension internationale à votre programme d'études, maintenant que les assises de votre projet sont bien établies, il est temps de penser aux préparatifs de votre séjour. À ce stade, dépendamment du type d'échange visé, vous devriez être dans l'attente de la lettre d'admission de votre université d'accueil ou de votre milieu de stage. Comme les démarches d'obtention des titres de séjour peuvent requérir plusieurs documents et impliquer de longs délais, vous devez amorcer ces dernières sans tarder.

Cet outil a pour but de vous accompagner dans la préparation de votre séjour en vous informant sur quelques-uns des aspects à ne pas oublier, dont:

- La gestion de votre dossier académique
- Le financement
- Visa, permis d'études, passeport
- Assurances et santé
- Transport, hébergement
- Préparation culturelle
- Préparation pédagogique
- Trucs et astuces du voyageur

Étape 5 Préparation du projet de mobilité

5.1 Rencontre pré départ

À cette étape, vous aurez obtenu une réponse de l'université d'accueil ou serez sur le point de la recevoir. Vous assisterez à une rencontre pré-départ portant sur tous les aspects nécessaires au bon déroulement d'un projet de mobilité. Des thèmes tels que les formalités d'entrée au pays d'accueil, le logement, l'aspect financier, la santé en voyage et, surtout, la préparation culturelle y seront abordés.

La date de la rencontre vous sera communiquée en temps et lieu, surveillez les babillards, les timbres sur le site web de l'UQAC, etc.

5.2 Obtention des autorisations finales pour votre dossier étudiant

5.2.1 Si vous effectuez un stage ou une activité professionnelle à l'étranger :

- Assurez-vous d'avoir procédé à votre inscription officielle au bureau du registraire de l'UQAC
- Vous devez fournir une lettre officielle d'acceptation à votre milieu de stage à l'étranger afin de compléter votre dossier de mobilité.
- Assurez-vous également d'avoir rempli et fourni le [Formulaire dépôt direct - étudiant](#) si vous avez obtenu une bourse de mobilité.
- Si des conditions particulières ont été émises pour l'obtention de la bourse d'études à l'extérieur du Québec, vous devez faire la preuve qu'elles ont été répondues avant votre départ.

5.2.2 Si vous suivez des cours dans une université d'accueil :

- Lorsque vous recevrez la lettre officielle de réponse de l'Université d'accueil, veuillez faire parvenir une copie au responsable de la mobilité étudiante afin de l'ajouter à votre dossier.
- Avant votre départ, vous devez apporter avec vous à l'étranger le [Formulaire de demande d'autorisation d'études hors établissement à l'extérieur du Québec « Formulaire AEHE »](#) à faire signer par le directeur de votre module ou de l'unité d'enseignement, une fois inscrit à temps plein à l'Université d'accueil.

5.3 Préparation académique

- Une préparation académique est nécessaire pour favoriser les chances de réussite de votre projet d'études.
- Informez-vous sur le système universitaire de votre pays d'accueil (niveau, appellation, crédits, équivalences) sur les modalités d'évaluation à l'université d'accueil et échangez avec vos collègues étudiants sur le contenu des cours. Surtout, n'hésitez pas à demander de l'aide. Notre groupe Facebook est une bonne façon de contacter d'autres étudiants en mobilité hors Québec.
- Créer un dossier sur votre ordinateur à l'aide de quelques notes de vos cours précédents et documents pertinents dans votre discipline.
- Informez-vous avant le départ, sur la pratique de votre future profession dans le pays d'accueil.

5.4 Financement

Bourse d'études à l'extérieur du Québec

Pendant votre séjour, vous recevrez votre facture comme à l'habitude. Il est important de payer vos frais de scolarité avant la date limite de paiement inscrite dans le calendrier universitaire. Si vous êtes inscrit à plus de 12 crédits universitaires lors de votre séjour de mobilité, la charge des crédits supplémentaires à 12 s'ajoutera à votre facture environ 6 mois plus tard. Les dates de versement des montants sont indiquées sur notre site Internet onglet « démarches ».

LOJIQ: Les offices jeunesse internationaux du Québec www.lojiq.org

Si vous préparez une session d'études ou un stage sur l'un des cinq continents, sachez que vous pourriez recevoir un soutien financier de la part de LOJIQ. Pour les sessions d'études, la mobilité internationale de votre université d'attache fait parvenir une liste en guise de préinscription. Par la suite, vous pourrez vous inscrire directement sur le site Internet de LOJIQ. Surveillez les dates limites puisque les premiers arrivés seront les premiers servis.

Impôts

Lors de votre séjour, vous recevrez par la poste une lettre indiquant les codes nécessaires pour accéder à votre compte via l'Intranet UQAC. Ce compte vous permettra de récupérer votre T4A nécessaire à la complétion de votre rapport d'impôt. Veuillez contacter : stephane.lavoie@uqac.ca , si vous avez égaré ces coordonnées.

5.5 Formalités d'entrée du pays hôte

- Assurez-vous d'avoir un passeport valide pour toute la durée de votre séjour à l'étranger.
- Vérifiez sur le site de l'ambassade du pays où vous étudierez si vous devez vous procurer un visa d'études. S'il est requis, effectuez la demande en prenant soin de joindre tous les documents demandés auprès de l'ambassade ou du consulat. Les formulaires se trouvent généralement sur le site Internet du pays où vous désirez étudier. Il faut généralement effectuer la demande environ 3 mois avant le début de vos études.
- Faites des photocopies des documents importants telle la page d'identification du passeport, du visa d'études et de la lettre d'admission de votre université d'accueil, que vous placerez à un endroit différent des originaux lors de vos déplacements. Il est préférable de toujours avoir des copies dans sa boîte de courriel comme mesure de sécurité en cas de vol ou autre besoin.
- Informez-vous de la date de début et de fin des cours de votre université d'accueil afin d'arriver au bon moment.

5.6 Transport

- Informez-vous des moyens de transport possibles pour vous rendre à votre université d'accueil. Tracez votre itinéraire en fonction des moyens de transport que vous utiliserez.
- Achetez vos billets d'avion dès que vous êtes certain de la réalisation de votre projet d'études et de la date de votre départ.

Quoi apporter dans l'avion ?

- Votre billet d'avion
- Votre passeport et votre visa étudiant
- La lettre d'admission de votre université d'accueil
- L'adresse de l'endroit où vous logerez en arrivant
- Des devises du pays d'accueil (facultatif)

- Sélectionnez les articles importants dont vous auriez besoin en cas de perte de bagages: des médicaments et articles de base pour être fonctionnel pendant quelques jours.

5.7 Hébergement

- Pensez tôt à prévoir votre logement pour votre séjour à l'étranger. Certaines universités offrent des services d'aide au logement. Utilisez également vos contacts sur place.
- Si le logement que vous avez réservé pour votre séjour n'est pas disponible dès votre arrivée dans votre ville d'accueil, prévoyez un endroit temporaire pour quelques nuitées.
 - Guide du routard ▪ www.leroutard.com
 - Hosteling international ▪ www.hihostels.com
 - Hostel World ▪ www.hostelworld.com

5.8 Budget

- Évaluez les ressources financières qui vous seront nécessaires pour votre séjour à l'étranger (votre budget¹).
- Informez-vous des guichets que vous pourrez utiliser dans votre pays d'accueil. Il est toujours préférable d'amener deux cartes de guichet avec soi si possible. Vous devrez rechercher le sigle inscrit à l'endos de votre carte de débit sur les guichets à l'étranger pour retirer de l'argent. Les frais de transactions sont parfois très élevés pour effectuer des retraits dans les guichets automatiques à l'étranger.
- Avant votre départ, si cela est possible, procurez-vous un montant en espèce de la devise locale de votre pays d'accueil que vous aurez sur vous. Informez-vous de la devise locale et le taux de change en vigueur au :
 - <http://www.banqueducanada.ca/taux/taux-de-change/convertisseur-de-devises-taux-du-jour/>
 - <http://www.desjardins.com/fr/taux/change/convertisseur.jsp>

5.9 Santé et Assurance

- Prenez un rendez-vous avec un médecin ou une clinique de santé voyage afin que les vaccins requis pour votre protection aient le temps d'agir ainsi que pour recevoir des prescriptions de médicaments, si nécessaire.
- Chaque voyageur devrait avoir au minimum, en plus du calendrier de vaccination régulier, les vaccins suivants:
 - Hépatite A et B (Twinrix)
 - Rappel tétanos, polio, si dernière dose reçue il y a plus de 10 ans
 - Site internet disponible : www.santepublique.gc.ca
- Assurez-vous d'être couvert d'une assurance maladie-hospitalisation à l'étranger. Vous avez l'obligation d'être couvert par une assurance-maladie complète comptant des clauses d'hospitalisation et de rapatriement. Informez-vous auprès de vos parents au sujet de la couverture de leur assurance collective ou habitation.
- De plus, plusieurs pays exigent d'être couverts par une assurance responsabilité civile (résidence, accident).

¹ Voir budget à la fin du document

- Pour ceux dont la destination est la France, la Belgique, le Danemark, la Finlande, la France, la Grèce, le Luxembourg, la Norvège, le Portugal et Suède), des ententes de réciprocité ont été signées, ce qui signifie que votre couverture sera reconnue lors de votre séjour. En plus d'aviser la RAMQ de votre départ temporaire, vous devrez communiquer avec la RAMQ afin d'obtenir et de compléter le formulaire SE-401-Q-104(stage) et SE-401-Q-106(programme d'échange d'études). Pour ceux dont la destination n'est pas la France, vous devez téléphoner à la RAMQ et demander un formulaire de départ temporaire. Voir ce lien pour plus d'informations :

<http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/inscription/Pages/ententes-autres-pays.aspx>

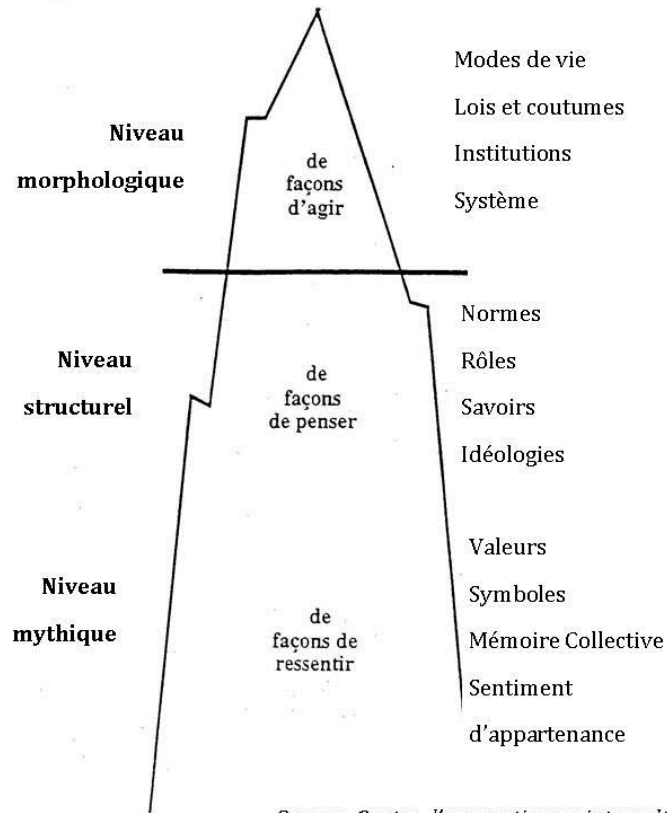
<http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/sejours-hors-quebec/assurance-maladie/Pages/admissibilite-lors-sejour.aspx>

- Apportez vos médicaments prescrits, ceux-ci doivent se trouver dans leur contenant original étiqueté, accompagnés de l'ordonnance du médecin. Si vous avez des lunettes, apportez une seconde paire.
 - Agence de Santé publique du Canada : www.phac-aspc.gc.ca
 - Doctissimo (santé en voyage) : www.doctissimo.fr/html/sante/voyageurs
 - Régie d'assurance maladie du Québec - 1 800 561-9749 : www.ramq.gouv.qc.ca

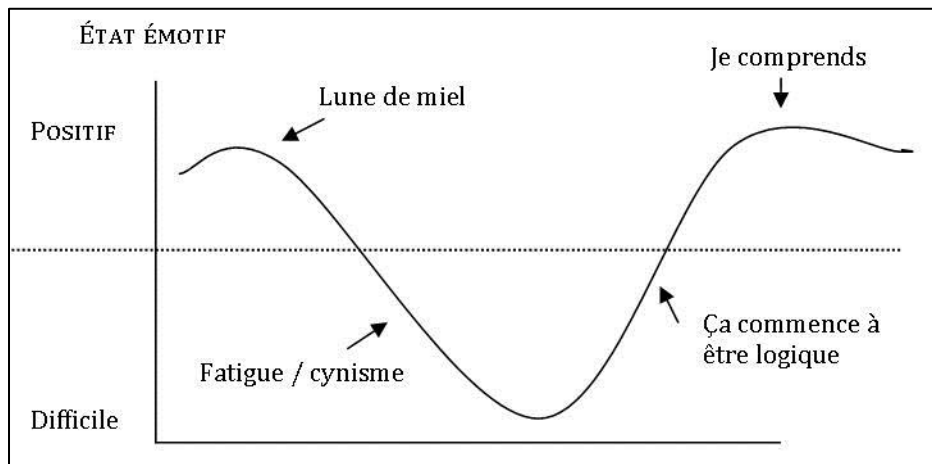
5.10 Préparation culturelle

5.9.1 Informez-vous sur le concept de culture et sur le processus de l'adaptation culturelle afin de mieux comprendre ce que vous vous apprêtez à vivre comme expérience.

La culture : « *C'est un ensemble lié de manières de penser, de sentir et d'agir plus ou moins formalisé qui, étant apprises et partagées par une pluralité de personnes, servent d'une manière à la fois objective et symbolique à constituer ces personnes en une collectivité particulière et distincte* » (Rocher, 1969 : 88.)



Éléments de l'ajustement interculturel



Symptômes			
Arrivée	Quelques jours / Quelques mois	Chacun le vit différemment	Chacun le vit différemment
Attitude positive	Déprimé / fatigué	« Ça va mieux » « Ça va, je vais survivre »	Éventuellement, on assimile les changements
Beaucoup d'énergie	Peur	Interroge plus, juge moins	On accepte ce qu'on ne peut pas changer
Excitation	« J'aimerais être chez moi »	« Ils ne sont pas si terribles que ça »	On se sent plus motivé
Fascination	Critique	On retrouve son sens de l'humour	On cherche d'autres gens, d'autres situations d'apprentissage
	Confus / ennuyé	L'énergie revient	On explore de nouveau
	Replié sur soi		
	Colère		
	Maladie		

Choisissez parmi les caractéristiques de la page suivante celles qui sont vos forces et celles qui sont vos objectifs. Ce sera votre portrait personnel et vos buts à atteindre. Vous pourrez le consulter quand bon vous semblera.

Les compétences interculturelles

Voici quelques caractéristiques qui font qu'une personne s'adapte bien à son milieu :

Caractéristiques		Forces	Objectifs
Tolérance à l'ambiguïté	Je peux fonctionner même si je ne comprends pas complètement la situation.		
Objectifs flexibles	Mes objectifs changent en fonction des circonstances ou lorsque des occasions intéressantes se présentent.		
Ouverture d'esprit	Il existe différentes façons d'envisager une situation.		

Empathie	Je ne suis pas de cet avis, mais je comprends que les choses puissent se passer ainsi.		
Capacité à communiquer	J'essaie de m'exprimer clairement, de m'affirmer et d'écouter les autres.		
Souplesse / Capacité d'adaptation	Si les choses ne se passent pas comme je l'avais prévu, je me laisse porter par la vague et je profite de l'expérience.		
Cordialité	J'aime interagir avec d'autres personnes et nouer des relations avec elles.		
Motivation	Je suis ici, parce que j'ai choisi d'y être. Je veux faire le meilleur travail possible.		
Curiosité	J'essaie de comprendre le « pourquoi » des différences culturelles.		
Confiance en soi	Je peux le faire et je peux tirer des leçons de mon expérience.		
Bonne estime de soi	Les nouvelles idées ne sont pas menaçantes.		
Tolérance	Je comprends que les différentes façons d'agir et de penser sont aussi valables les unes que les autres.		
Perspicacité	Je sais lire entre les lignes.		
Sens de l'humour	Je peux rire de moi-même. Je ne me prends pas trop au sérieux, je dédramatise les situations.		
Actif plutôt que passif	J'ai choisi de venir ici. Je ferai tout pour atteindre mes buts et combler mes attentes, plutôt que d'attendre qu'on me dise quoi faire.		

La communication interculturelle

Les mimiques faciales, les codes de politesse, les gestes, les sujets tabous, les modes de communication sont autant d'aspects qui peuvent varier d'un pays à l'autre.

En arrivant dans le pays qui vous accueillera, essayez de prendre du recul face à certains de vos comportements ou de vos paroles.

Prenez le temps d'observer les gens à votre arrivée pour bien comprendre leurs comportements et ainsi mieux vous intégrer. Vous pourrez même demander conseil à vos nouveaux collègues et amis sur la signification de certains comportements chez eux. Faites attention aux expressions à double sens et à l'utilisation de certains mots.

Voici quelques valeurs culturelles des pays étrangers (ACDI)

- Les idées sur l'importance de la famille (cellule familiale)

- La primauté de l'individu sur la communauté
- L'importance de l'intimité
- L'importance du changement, de la croissance et de l'avancement
- L'importance des réalisations qualitatives
- L'espace vital
- L'importance du temps et des dates
- Le matérialisme et le profit financier
- L'autonomie
- L'éducation institutionnalisée
- La valeur du travail à l'extérieur de la maison
- L'égalité
- La concurrence et la libre entreprise
- Le rôle des femmes
- Les stratégies de communication qui privilégient la franchise, l'identité, l'honnêteté et l'affrontement
- Les gestes et le langage non verbal utilisés chaque jour
- Les perceptions de la culture d'accueil (ex. culture monolithique, idées fausses véhiculées par les médias)

D'autres conseils pour vous aider à vivre un agréable séjour à l'étranger:

- Informez-vous sur la culture, le climat, la situation politique, économique et géographique du pays et de la région où vous poursuivrez vos études.
- Informez-vous sur le système d'éducation du pays où vous poursuivrez vos études.
- Intéressez-vous à la culture locale aussi souvent que possible.
- Exprimez-vous. Aidez les gens à comprendre ce que vous vivez au lieu de refouler vos sentiments.
- Dites-vous que vivre un choc culturel ne constitue pas un échec personnel ou professionnel.
- Faites-vous de nouveaux amis et gardez le contact avec votre famille et vos amis dans votre pays d'origine.
- Transformez les obstacles en aventures. Dans une nouvelle culture, même les tâches simples, comme faire le marché, peuvent se comparer à l'ascension de l'Everest.
- Ne craignez pas de faire des erreurs, des essais.
- Soyez observateur. Remarquez comment les gens réagissent lors de situations similaires.
- Apprenez à connaître votre nouvelle communauté. Sortez, promenez-vous, lisez le journal, regardez la télévision locale.
- Apprenez la langue du pays et pratiquez-la.
- Profitez de tous les services qui vous sont offerts, notamment ceux de votre université d'accueil.
- Soyez positif.
- Occupez-vous et résistez à l'envie de vous retirer dans le confort de votre appartement ou de votre chambre.
- Fixez-vous des objectifs réalistes et soyez persévérant.

- Essayez d'éviter les stéréotypes. Abordez la culture d'accueil avec un esprit ouvert.
- Évitez de considérer les différences culturelles de manière négative ou critique.
- Soyez souple et réceptif aux changements.
- Limitez vos attentes. Le travail, les études et la vie à l'étranger ne comportent aucune certitude.
- Utilisez les stratégies d'adaptation qui ont réussi dans le passé.
- Amusez-vous! Vous vivrez une expérience unique!

Source : Agence canadienne de développement international

5.11 Votre rôle d'ambassadeur

Sans vous mettre trop de pression, ayez toujours en tête que vous êtes des ambassadeurs et que vous représentez non seulement votre Université, mais aussi votre région, voire même votre pays. Votre entourage dans le pays d'accueil vous questionnera sur votre coin de pays. Nous vous fournissons quelques informations sur votre Université pour vous permettre de mieux la connaître et de mieux répondre à ces questions.

Connaissez-vous votre Université ?

L'UQAC a vu le jour en 1969. Elle fait partie du réseau d'établissement d'enseignement supérieur de l'Université du Québec, qui est d'ailleurs la plus grande université en Amérique du Nord (85 000 étudiants). L'UQAC est passée de 2 200 étudiants en 1969 à 6 500 en 2013.

L'UQAC c'est :

- Plus de 180 programmes de formation de 1^{er}, 2^e et 3^e cycles
- 1 000 employés, dont 220 professeurs
- Un campus de 19 pavillons
- 7 000 étudiants annuellement
- Des professeurs accessibles
- Des chaires de recherche du Canada, des laboratoires, des groupes et centres de recherche

L'UQAC sur la scène internationale

- Près de 1000 étudiants, provenant de plus de 60 pays différents, étudient à l'UQAC
- Nous avons une école de langue française qui accueille des non-francophones de partout, dans des programmes d'immersion en français.
- Chaque année, nous réalisons des missions de recrutement à l'international
- Des centaines d'étudiants obtiendront un diplôme de l'UQAC, en étudiant à l'étranger, via ses programmes de formation transfrontalière en partenariat avec des universités au Maroc, en Chine, en Colombie, au Sénégal et en Tunisie.

Les créneaux de recherche

Société et culture

- Art comme vecteur de transmission

- Arts numériques
- Pratiques créatives interdisciplinaires
- Écriture des femmes
- Formes narratives modernes et contemporaines
- Littérature et enjeux identitaires
- Didactique des langues
- Usage et aspects sociaux du langage
- Études des pratiques éducatives
- Fonctionnement biopsychosocial
- Comportement des individus au sein des organisations
- Développement des connaissances
- Environnement interne des organisations
- Macro environnement des organisations
- Développement, territorialité, communauté
- Éthique et praxéologie
- Études des populations
- Pratiques et innovations sociales
- Santé, mieux-être et sécurité
- Démocratie et gouvernance
- Nature, technologies et santé
- Modélisation et infographie
- Intelligence artificielle et habitats intelligents
- Complexité, ordonnancement et informatique industrielle
- Aluminium – (production, métallurgie)
- Électronique (système en temps réel, conception des circuits)
- Givrage atmosphérique - infrastructure de transport d'énergie, produits antigivrants)
- Ressources minérales – (exploration minérale, hydrogéologie, métallogénie)
- Éco-conseil
- Forêt boréale - (écologie forestière, écologie aquatique, écologie de la faune, chimie des produits naturels bioactifs, thermo transformation du bois)
- Génomique et protéomique

L'UQAC a maintenu une position de leadership au niveau de la moyenne de subventions par professeur, de sorte qu'elle occupe les premiers rangs parmi les institutions à vocation générale du réseau UQ. Vous pouvez être fier d'étudier à l'UQAC !

5.12. L'aspect sécuritaire

Lors de votre séjour à l'étranger, il est possible que vous fassiez face à une situation hors du commun. Bien que vous puissiez compter sur le soutien de l'UQAC et de l'université d'accueil, il est de la responsabilité de chaque individu de s'informer sur le pays en question avant son départ et de prendre les mesures nécessaires en cas d'urgence une fois sur place. Ce sujet sera abordé lors de votre rencontre pré-départ, en voici un résumé :

- **Situation d'urgence** : c'est une situation actuelle ou imminente qui met ou pourrait mettre en danger la vie et/ou des biens, y compris l'environnement, l'infrastructure sociale et l'économie. Elle comporte différents niveaux d'urgence allant de mineure à majeure selon le cas (ex : un étudiant gravement blessé).
- **Situation dite extraordinaire** : c'est une situation qui se produit très rarement, imprévisible, souvent accidentelle et incontrôlable (ex : le décès d'un proche).
- **Situation de force majeure** : c'est un évènement imprévisible et irrésistible, ce qui comprend, sans toutefois s'y limiter, tout sinistre provoqué par la nature, épidémie, incendie, accident, guerre, insurrection, émeute, acte de terrorisme, panne de lignes de télécommunication ou d'électricité, acte politique ou contractuel de gouvernement ou ordonnance d'un tribunal ou d'une autorité publique, les grèves et les conflits ou manifestations étudiantes (ex : un tremblement de terre) .

Avant de partir

1. Assurez-vous d'obtenir les vaccinations et visas requis pour entrer dans le pays, d'avoir un passeport valide pour au moins six (6) mois et d'avoir une copie papier et/ou électronique de tous vos documents personnels importants que vous pourrez utiliser en cas de perte ou de vol.
2. Le site Assistance Voyage du Gouvernement du Canada est un outil essentiel à tout voyageur canadien : <http://voyage.gc.ca/assistance>. On y retrouve les coordonnées des ambassades et des consulats du Canada à l'étranger, des conseils, une marche à suivre pour obtenir de l'aide en cas d'urgence dans un pays étranger ainsi que la démarche pour envoyer des questions et des commentaires.
3. Lire la Section *Conseils et Avertissements* sur le pays concerné (<http://voyage.gc.ca/voyager/avertissements>) afin de bien suivre l'évolution de l'actualité et des risques potentiels auxquels un ressortissant étranger pourrait être exposé (ex : catastrophe naturelle, troubles civils, décès, arrestation, etc.).

Certains évènements peuvent évoluer très rapidement, bien s'informer pourrait vous éviter de mauvaises surprises.

4. Tous les Canadiens qui voyagent ou qui vivent à l'étranger devraient également s'inscrire au service [d'Inscription des Canadiens à l'étranger](http://voyage.gc.ca/voyager/inscription), un service gratuit qui permet aux représentants du gouvernement canadien de communiquer avec eux et de les aider en cas d'urgence à l'étranger, comme lors d'une catastrophe naturelle ou de troubles civils, ou de les informer d'une urgence à la maison. <http://voyage.gc.ca/voyager/inscription>

Nous vous recommandons de vous inscrire avant de quitter le Canada, mais vous pouvez également vous inscrire en personne dans la représentation canadienne une fois arrivé à l'étranger.

5. Assurez-vous d'avoir communiqué votre lieu de résidence (hôtel, appartement) à un ou plusieurs membres du Bureau de l'international de l'UQAC et à au moins un de vos proches.

Une fois arrivé dans le pays

1. Urgence consulaire, médicale et/ou environnementale

Le service d'urgence du Gouvernement du Canada est destiné uniquement aux citoyens canadiens à l'étranger qui ont besoin d'assistance consulaire d'urgence. Les renseignements et les ressources qui y sont répertoriés peuvent vous aider à gérer les situations d'urgence ou de crise qui pourraient se produire à l'étranger.

<http://voyage.gc.ca/assistance/assistance-d-urgence>

La représentation du Gouvernement du Canada reste la première instance à contacter en cas d'urgence.

Assurez-vous d'avoir sous la main les coordonnées de votre compagnie d'assurance qui saura vous aiguiller sur les mesures à prendre en cas d'urgence médicale (frais couverts, papiers à remplir, etc.). Il est de la responsabilité de chacun de souscrire à une assurance pour couvrir son séjour à l'étranger (sauf si vous êtes couvert par la sécurité sociale du pays hôte suite à une entente avec la RAMQ).

Il est fortement conseillé d'identifier à l'avance un hôpital local et/ou des cliniques spécialisées qui offrent des services médicaux à l'étranger. La plupart des grandes villes où se trouvent les partenaires universitaires de l'UQAC en possèdent.

Terrorisme, danger immédiat

Dans un contexte global où la menace terroriste prend une dimension de plus en plus importante et est de plus en plus médiatisée, tout voyageur doit être au courant des risques sécuritaires qui existent à l'endroit de nos collectivités, et savoir comment les identifier.

Que ce soit un appel à la bombe, un colis suspect, un kamikaze ou un tireur actif, il existe des pratiques exemplaires à suivre pour assurer votre sécurité personnelle avant que la situation ne soit maîtrisée par les forces de l'ordre :

- Assurez-vous de bien connaître votre environnement et les dangers possibles (campus, bâtiments, résidence);
- Prenez note des sorties les plus près dans tout endroit que vous visitez;
- Si, lors d'une attaque ou d'un événement terroriste, vous êtes dans un bureau, restez-y et verrouillez la porte;
- Composez le 911 ou le numéro de la police locale lorsqu'il est sécuritaire de le faire : signaler le lieu de l'événement, le nombre et malfaiteurs/terroristes et sa description physique, le nombre de victimes possibles, le nombre et types d'armes utilisées;
- En dernier recours, si vous êtes en présence d'un tireur et qu'il est près de vous et que vous ne pouvez pas vous enfuir, vous avez beaucoup plus de chance de survivre si vous tentez de l'attaquer (en agissant de façon aussi agressive que possible, en improvisant des armes, en assumant vos actes).

Face à une situation de terreur, la première chose à faire est de déterminer la façon la plus raisonnable de vous protéger. Rappelez-vous que la foule présente (clients d'un magasin, étudiants dans une école) suivra probablement l'exemple des employés / professeurs en présence d'un terroriste.

1. Évacuer

- S'il y a une voie d'évacuation accessible, tentez d'évacuer les lieux peu importe si les autres acceptent de suivre ou non. ;
- avoir un trajet et un plan d'évacuation en tête;
- ne pas emporter d'effets personnels car cela pourrait vous retarder;
- aider les autres à évacuer les lieux, dans la mesure du possible;
- garder les mains visibles en tout temps;
- ne pas essayer de déplacer une personne blessée;
- à l'arrivée des autorités :
 - gardez votre calme et suivez les instructions des policiers
 - évitez de faire des mouvements brusques
 - dirigez-vous vers la sortie indiquée par les policiers
 - évitez de pointer et de crier

2. Se cacher

Si l'évacuation n'est pas possible, trouvez un endroit où vous cacher ou le tireur /terroriste a peu de chances de vous trouver.

Cet endroit devrait être hors de vue du malfaiteur, vous protéger en cas de coups de feu, ne pas vous prendre au piège ou restreindre vos options de déplacement. Toujours barrer la porte et barricader la porte de meubles lourds.

- Mettez votre téléphone cellulaire en mode silencieux;
- Éteignez toute source de bruit (radio, télé);
- Cachez-vous derrière de gros meubles;
- Restez calme.

Comment repérer une personne suspecte

Un terroriste ou un tireur actif peut être un employé, collègue actuel ou ancien. Alerte la sécurité ou une personne ressource de votre établissement d'accueil si vous croyez qu'une personne fait preuve d'un comportement suspect et potentiellement violent. Les indicateurs suivants (non-exhaustifs) peuvent vous aider à cet égard :

- Consommation accrue d'alcool ou de drogue;
- Augmentation du taux d'absence inexplicé ou plaintes physiques vagues;
- Dépression ou retrait;
- Augmentation de la fréquence des sautes d'humeur graves et réactions instables ou émotionnelles importantes;
- Mentions accrues de problèmes à la maison;
- Augmentation de commentaires non sollicités à propos de la violence, des armes à feu et crimes violents.

Il est important de vous distancer physiquement de toute menace ou perception de menace et de rapporter toute activité suspecte aux autorités compétentes. La plupart des pays ou vous irez maintiennent des protocoles de sécurité approfondis et sauront réagir rapidement (ex : France, États-Unis, Europe occidentale).

Étape 6 Réalisation du projet de mobilité

6.1 Arrivée et installation

À votre arrivée dans votre nouveau milieu de vie, vous devez prendre le temps nécessaire pour vous installer adéquatement avant de commencer vos études. Vous pouvez vous adresser au bureau d'accueil des étudiants étrangers de l'université qui vous reçoit pour être guidé dans les premières démarches et recevoir toute l'information nécessaire.

6.2 Signature et envoi du formulaire AEHE à l'UQAC (sauf pour les stages) :

Dès votre arrivée à l'université d'accueil, faites signer votre [Formulaire de demande d'autorisation d'études hors établissement à l'extérieur du Québec« Formulaire AEHE»](#) par le responsable de votre programme d'études et postez-le à :

Dominic Vézina

Université du Québec à Chicoutimi
Bureau de l'international (P1-4020-1)
555, boul. de l'Université
Chicoutimi (Québec) G7H 2B1, CANADA

Si votre projet de mobilité s'échelonne sur deux trimestres, vous devrez refaire cette étape avec votre second formulaire AEHE au début du deuxième trimestre.

Si vous constatez lors de votre inscription à l'université d'accueil que les cours suivis diffèrent des cours apparaissant sur votre Formulaire AEHE, il est essentiel que vous communiquiez le plus rapidement possible par courriel avec la direction de votre programme d'études à l'UQAC en ajoutant mobilite_internationale@uqac.ca en copie conforme (CC). Il est impératif d'obtenir l'aval de votre direction de programme le plus tôt possible afin de vous assurer que les crédits réalisés à l'étranger seront reconnus dans votre formation. L'omission de cette démarche pourrait entraîner un retard de votre cheminement académique et le versement de votre bourse pourrait être affecté.

6.3 Versements de la bourse

- Le premier versement de votre bourse d'études à l'extérieur du Québec sera déposé dans votre compte bancaire une dizaine de jours ouvrables après la date limite pour les modifications d'inscription sans mention d'échec et avec remboursement ou après la date limite pour l'abandon de cours sans mention d'échec et sans remboursement, dépendamment de votre date de départ. Veuillez consulter [Calendriers universitaires UQAC](#).
- Le deuxième versement de votre bourse d'études à l'extérieur du Québec sera déposé dans votre compte bancaire une dizaine de jours ouvrables après la date limite pour l'abandon de cours sans mention d'échec et sans remboursement, à la condition que votre formulaire AEHE soit parvenu au service de mobilité étudiante sortante de l'UQAC.

6.4 Obtention du relevé de notes officiel

À la fin de votre séjour et avant votre départ de l'université d'accueil, faites les démarches requises afin que cette université fasse parvenir au Bureau du registraire de l'UQAC un relevé de notes officiel des cours que vous y avez suivis. Si cela n'est pas possible, veuillez récupérer vous-même ledit relevé.

6.5 Réussite du projet d'études

Pendant votre séjour, vous devrez vous référer à votre université d'accueil à l'étranger pour toute question relative à vos études sur place. Dans presque chacune des universités, une personne-ressource est attitrée aux étudiants étrangers, vous pouvez vous y référer. Vous pouvez également contacter les personnes responsables de la mobilité à l'UQAC. Quoi qu'il en soit, vous recevrez, pendant votre séjour, des correspondances courriel de leur part. Restez branchés sur notre groupe Facebook <https://www.facebook.com/groups/etudiantsuqacaetranger/>

Étape 7 Retour à l'UQAC

Dès votre retour, vous devrez présenter au Bureau du registraire de l'UQAC un relevé de notes officiel de l'université d'accueil (ou du moins, confirmer l'envoi du relevé directement par l'université d'accueil) afin de procéder à l'informatisation et, donc, à la reconnaissance des cours réalisés à l'étranger.

À votre retour, vous serez possiblement invité à vous impliquer afin de partager votre expérience à l'étranger avec les éventuels candidats désirant partir dans le cadre d'un projet de mobilité.

Astuces du voyageur

- Lors d'un long séjour à l'étranger, il est préférable de connaître le numéro et l'adresse de l'ambassade du Canada ou de la mission canadienne du pays qui vous accueillera. Vous pouvez les consulter à cette adresse : <https://www.canadainternational.gc.ca/>
- visitez le site Internet de l'aéroport où vous arriverez. Souvent, des services de navettes vous permettent de vous rendre au centre-ville à prix modiques.
- Les guides de voyage tels «Le Routard » et «Michelin » peuvent grandement vous aider dans la planification de votre voyage à l'étranger. Le logiciel « Google Earth » peut être d'une grande aide pour tracer des trajets très précis.
- Pour l'achat des billets d'avion, vous pouvez le faire directement sur le site Internet de la compagnie aérienne avec laquelle vous voyagerez ou via une agence de voyages. L'agence de voyages vous chargera un montant supplémentaire pour les frais de service, mais elle peut vous faire sauver beaucoup d'argent. Les agences peuvent vous conseiller quant à votre itinéraire et vous aider si vous avez des problèmes avec votre billet d'avion à l'étranger.
- Sachez qu'il est possible d'accumuler des points (Aéropian, fréquence plus...) lors de l'achat des billets d'avion. Informez-vous sur Internet ou au comptoir de votre compagnie aérienne.
- Informez-vous sur les règles en vigueur pour le passage aux douanes et pensez à vous départir de tout objet métallique ou coupant, de végétaux, de nourriture et de liquide qui risqueraient de compliquer votre passage aux douanes.
- Attention au poids des bagages enregistrés, s'il est supérieur à la norme de la compagnie aérienne, il peut y avoir des coûts pour le poids excédentaire. Consultez le site Internet de votre compagnie aérienne pour connaître le poids des bagages permis.
- Si vous avez à traverser quelques fuseaux horaires, vous aurez à vivre un décalage horaire. Quel que soit votre pays d'accueil, vous pourrez connaître l'heure en visitant le site Internet suivant : www.timeanddate.com/worldclock
- Pour diminuer les effets du décalage horaire, quelques trucs pratiques :
- Quelques jours avant votre départ ou dès votre montée dans l'avion, adapter votre rythme à l'heure du pays de destination;
- Il est déconseillé de trop manger ou de consommer des excitants comme l'alcool ou le café pendant le vol;
- Éviter, si possible, les somnifères et autres médicaments afin de suivre au mieux son rythme personnel;
- Le sommeil se compose de cycles d'environ 90 minutes, il n'est donc pas nécessaire de dormir huit heures pour être en forme. Dormir un nombre entier de périodes, même faible, sans réveil au milieu est toujours préférable que dormir beaucoup et se réveiller en cours de cycle;
- La carte d'identité internationale des étudiants peut vous permettre d'économiser. La carte ISIC est le document officiel mondial pour la mobilité de la jeunesse reconnue par l'UNESCO. Elle permet à tous les jeunes de moins de 25 ans de bénéficier d'avantages et de réductions pour leurs voyages. Cette carte permet de bénéficier, entre

autres, de services et de réductions sur les voyages à travers le monde, comme les transports aérien et ferroviaire, l'autobus ainsi que des réductions dans certaines boutiques et pour certaines activités touristiques. Pour plus de renseignements : www.isic.org

- Dans plusieurs pays, chaque appel local est facturé, alors attention. Bien souvent, des cartes d'appels sont disponibles sur place à des prix avantageux (surtout en Europe). Canada Direct est un service d'accès international automatisé qui permet de téléphoner à la maison sans passer par un intermédiaire local. Informez-vous à l'adresse suivante : www.infocanadadirect.com Il existe également un logiciel du nom de « Skype », qui vous permet de passer des appels partout dans le monde depuis votre ordinateur. Les appels entre utilisateurs Skype sont gratuits et la qualité audio est excellente. Skype, c'est aussi des appels dans le monde entier vers des téléphones ordinaires à prix modique. Il suffit de télécharger le logiciel et d'avoir des écouteurs. Pour informations : www.skype.com/intl/fr/

Budget – Mobilité internationale

Dépenses	Description	Montant
Frais de transport	<ul style="list-style-type: none"> • Frais de transport aérien • Transport pour se rendre à l'aéroport et à destination finale (autobus, trains, taxi...) • Transport pour se déplacer pendant le séjour (métro, autobus...) 	
Hébergement	<ul style="list-style-type: none"> • Hébergement pour la durée des études • Hébergement temporaire à l'arrivée (hôtel, auberge de Jeunesse...) 	
Nourriture	<ul style="list-style-type: none"> • Épicerie • Cafétéria universitaire • Restaurant 	
Assurances	<ul style="list-style-type: none"> • Assurance maladie (équivalent de la RAMQ) • Assurance voyage complémentaire • Assurance responsabilité civile 	
Vaccins et médicaments	<ul style="list-style-type: none"> • Frais de vaccins et de consultation (avant le départ si nécessaire) • Prescription de médicaments 	
Communication	<ul style="list-style-type: none"> • Cartes d'appel, téléphone cellulaire • Internet 	
Loisirs	<ul style="list-style-type: none"> • Voyages et tourisme • Sports • Sorties 	

Total (pour la durée du séjour)		
--	--	--