

Guide étudiant Campus Rouen

Année Académique
2023/2024



GUIDE ETUDIANT 2023-2024

Table des matières

Mot de bienvenue	3
Présentation d'UniLaSalle	4
Comment venir à UniLaSalle Campus de Rouen	5
Campus de Rouen.....	5
Logement.....	6
Procédures administratives.....	8
Avant de quitter votre pays.....	8
A votre arrivée en France	9
Pendant votre séjour	11
Avant votre départ d'UniLaSalle et/ou de France.....	12
Etudes.....	12
Contacts à UniLaSalle	12
Vie de campus	15
Tout le monde peut agir pour la planète	18
Moyens de transport.....	21
Finances.....	22
Comment trouver un emploi ?.....	23
Vie quotidienne en France et conseils pratiques	25
Sécurité.....	26
Check-list et documents à emporter dans votre valise.....	28
Numéros d'urgence	29
Rouen	30
Profite de ton temps libre à Rouen	33
La Normandie	34
France	34
Europe	36

Mot de bienvenue

Cher.e.s Étudiant.e.s,

Au nom de l'Institut Polytechnique UniLaSalle, j'aimerais vous adresser un chaleureux accueil : nous sommes ravis que vous veniez étudier dans un de nos 4 campus UniLaSalle ! Les étudiants internationaux sont essentiels et font partie du réseau Lasallien.

Nous mettrons tout en œuvre pour que votre séjour à UniLaSalle et en France soit une expérience aussi exaltante que profitable car nous sommes convaincus que vivre entourés de représentants de différentes cultures ouvre de nouvelles perspectives très enrichissantes.

Étudier à UniLaSalle sera l'opportunité d'éprouver un enseignement de qualité, d'apprécier un large éventail d'équipements et de services dédiés aux étudiants, et de profiter d'événements organisés par les associations estudiantines.

Nous sommes convaincus que vous apprécierez votre nouvel environnement ainsi que la découverte de la culture et des traditions françaises.

Nous espérons que vous profiterez pleinement de cette expérience d'étudier à l'international, que ce soit en classe ou sur le terrain, afin de découvrir la gastronomie française et d'admirer les paysages magnifiques.

Toute l'équipe d'UniLaSalle – Relations Internationales, enseignants, administratifs – ainsi que votre "buddy" et tous les étudiants Français seront à votre écoute et source d'informations : n'hésitez pas à les rencontrer !

Ce document rassemble les informations pratiques pour vous servir de guide dans votre vie étudiante et quotidienne à Rouen, incluant les règles qui s'imposent.

Vous espérant déjà prêt.e pour un nouveau départ, nous vous souhaitons bonne chance pour vos études !



Christophe BOSTVIRONNOIS

Directeur du campus UniLaSalle Rouen

Présentation d'UniLaSalle

- Présentation

Cette école supérieure privée, appelée ISAB (Institut Supérieur Agricole de Beauvais), a été créée en 1854 par les Frères des Écoles Chrésiennes avec une spécialité en agriculture.

En 2006, plus de 150 ans plus tard, l'école a fusionné avec l'Institut Géologique, IGAL, et a été appelée Institut Polytechnique LaSalle Beauvais jusqu'en 2016. En 2016, l'Institut Polytechnique LaSalle Beauvais a fusionné avec l'école Esitpa Rouen, puis en 2018 avec l'EME Rennes, puis en 2020 avec l'ESIEE Amiens. Bienvenue à l'Institut Polytechnique UniLaSalle !

UniLaSalle est un centre d'enseignement supérieur en sciences de la terre, de la vie et de l'environnement reconnu pour son excellence en France et dans le monde. Sous l'égide du ministère de l'agriculture et du ministère de l'éducation, UniLaSalle est membre de la Conférence des Grandes Ecoles, de la FESIC et de l'Institut Catholique de Paris.

L'Association La Salle a été chargée par la Congrégation des Frères des Écoles chrétiennes de superviser notre institution en termes de programmes et de méthodes d'enseignement, d'activités pastorales et de liens avec d'autres écoles. Elle veille à ce que l'engagement dans la mission lasallienne soit maintenu.

Informations mondiales, voir : www.lasalle.org ; pour la France, voir : www.lasalle-fec.org

L'école souhaite encourager des valeurs telles que le respect, le sens de l'engagement et du bénévolat, la croyance en l'égalité et l'égalité des chances pour les pauvres et les défavorisés. La preuve de cet engagement se trouve dans l'encadrement personnel que les étudiants reçoivent des membres du corps enseignant, dans la promotion d'activités extrascolaires dans le programme académique et dans l'enseignement complet offert par la vie du campus et sa vie communautaire dynamique.

En effet, la vie sur le campus offre une expérience exceptionnelle de vie collective faisant appel au sens des responsabilités pour servir les autres et débouchant sur des amitiés durables.

Tout ce qui précède constitue le fondement de l'esprit et de la force de l'école, qui est partagée par les centaines de milliers de personnes qui suivent chaque année un enseignement dans les établissements laSalliens du monde entier.

UniLaSalle compte plus de 4 050 étudiants dont environ 500 obtiennent leur diplôme chaque année, 509 employés dont des professeurs, professeurs assistants et plus de 300 professeurs à temps partiel issus d'entreprises et d'universités Partenaires, sans oublier 22 000 Alumni.

En janvier 2020, UniLaSalle a été classée 3e parmi 200 écoles d'ingénieurs où les étudiants se sentent heureux par un classement HappyAtSchool®. Parmi les critères de satisfaction des étudiants, on peut souligner : l'engagement de l'école dans une démarche environnementale responsable pour 84,5% des étudiants, les équipements / l'environnement pour 86,1% d'entre eux, la vie étudiante pour 92,3% des étudiants et l'enseignement pour 81,4%.

- Localisation des 4 campus UniLaSalle



Comment venir à UniLaSalle Campus de Rouen

Si vous arrivez par avion à l'aéroport Roissy-Charles de Gaulle, la navette de Roissy s'arrête près de la gare de l'Opéra à Paris, à proximité de la gare Saint-Lazare.

Le métro parisien peut être utilisé pour se rendre à la Gare Saint-Lazare. Plusieurs lignes s'y arrêtent (3, 9, 12, 13 et 14).

Les trains pour Rouen partent de la gare Saint-Lazare à Paris : <https://www.sncf-connect.com>

Pour aller de la gare de Rouen au Campus UniLaSalle, prenez le bus F2 et descendez à l'arrêt "UniLaSalle/INSPE". Il faut compter environ 15 minutes pour rejoindre le campus depuis la gare ferroviaire. Le campus UniLaSalle de Rouen est desservi par les lignes de bus F2 et T1.

Bon à savoir : Chaque fois que vous descendez dans le bus, n'oubliez pas de scanner votre ticket/carte, sinon vous risquez une amende. Votre ticket de voyage est valable 1 heure, mais vous devez le valider à chaque montée.

Campus de Rouen

Notre institution est située dans le quartier de Mont-Saint-Aignan, à 15 minutes en bus du centre historique de Rouen, ville de Jeanne d'Arc, sur les bords de la Seine et au sein de domaines forestiers, Mont-Saint-Aignan offre un cadre de vie de grande qualité.

Notre situation stratégique à 1h30 de Paris, 45 minutes de la mer, et 3 heures de Londres ou de Bruxelles, fait d'UniLaSalle un lieu de vie et d'études exceptionnel.

Rouen, chef-lieu du département de Seine-Maritime, un des 5 départements de la Région Normandie dont Rouen est la capitale : 110.000 habitants dont 45.000 étudiants dont 10.000 étudiants internationaux.



Logement

Le plus important est de s'occuper de votre logement le plus tôt possible, avant votre arrivée. Nous aidons tous les étudiants internationaux qui viennent étudier à UniLaSalle, et nous espérons que vous trouverez le type de logement qui vous convient le mieux : à Rouen, il existe de nombreuses solutions pour trouver un logement : soit le Crous qui se loge dans des résidences situées à quelques pas de notre campus, soit des résidences étudiantes privées, soit des logements chez des particuliers, grâce à notre partenariat de logement Studapart.

Lorsque vous louez un logement, un garant est obligatoire : Dans le cas où vous n'avez pas de "garant" européen, UniLaSalle vous conseille – si vous avez moins de 29 ans – de vous inscrire à Visale qui est gratuit et vous obtiendrez un garant dans les 72 heures (30 ans maximum) plus d'infos via <https://www.visale.fr/visale-pour-les-locataires/avantages/>

Parmi quelques autres, vous êtes libre de sélectionner Studely via <https://www.studely.com/article/logement-en-france-tout-savoir-sur-le-bail-etudiant/> ou Garantme via <https://garantme.fr/fr> (non valable pour location Crous)

Ils offrent un processus simple et sans heurts, de sorte que vous pouvez obtenir un garant en quelques heures et serez accepté dans la plupart des processus de location en France.

Résidences universitaires Crous

En tant qu'étudiant international, vous pouvez demander un logement dans les résidences du Crous (service public) par l'intermédiaire d'UniLaSalle grâce à une convention avec le Crous (chambre ou appartement ou colocation). Ces résidences sont situées à proximité de l'école, vous permettent de rencontrer d'autres étudiants et de vous faire de nouveaux amis plus facilement et le coût du loyer est moins élevé. Dès que vos frais de scolarité sont réglés, la procédure de logement du Crous vous est envoyée par le service de la Vie Etudiante.

Pour équiper ton logement [UniLaSalleRouenxMondoPal>10%REDUCTION](#)

Si ce type de logement ne vous convient pas, vous êtes libre de trouver un appartement par vous-même ; il existe de nombreuses solutions pour vous :

Résidences estudiantines ou parc locatif privé

Si vous préférez trouver et réserver votre propre logement, **Studapart**, le partenaire d'UniLaSalle en matière de logement, vous aidera dans votre recherche. Bon à savoir : de nombreux logements uniquement à destination des étudiants UniLaSalle Rouen.

Plus d'informations via <https://unilasalle.studapart.com/fr/> avec le code partenaire HOUSINGUNI

Familles d'accueil

Vivre dans une famille d'accueil est une excellente occasion d'améliorer vos compétences en langue française, et d'avoir un regard privilégié sur la culture française en partageant la vie quotidienne d'une famille française. Certaines familles vivant à Mont-Saint-Aignan et dans les environs de Rouen proposent différentes options de logement, allant du service "complet" (hébergement + petit-déjeuner + dîner) au simple logement. Les prix varient de 450 à 600 € par mois. Contactez : www.accueilalacarte.com

Et aussi, pour quelques nuits, deux auberges peuvent vous accueillir à des prix imbattables et où vous pourrez discuter, partager et créer des souvenirs incroyables en rencontrant les voyageurs du monde entier :

- Auberge de jeunesse de Rouen: www.hihostels.com

- **Info resto U (horaires, tarifs) et autres possibilités de restauration sur place**

Avec votre carte d'étudiant, vous pouvez avoir accès à tous les restaurants universitaires du Crous à des prix imbattables. Plus d'infos via www.crous-rouen.fr/restauration/izly

Liste des restaurants universitaires (resto U) sur le campus de Mont-Saint-Aignan :

Resto'U Panorama - Boulevard Siegfried
Brasserie la Boiserie - 33 rue du Maréchal Juin
Cafétéria CESI - 1 rue Marconi
Cafétéria L'Express Cafet' - Rue Lavoisier
Cafétéria du Panoramapide - Boulevard Siegfried
Brasserie et cafeteria Lavoisier/ take away - Rue Lavoisier
Brasserie de l'INSPE - 2, Rue du Tronquet

Et bien sûr, vous pouvez aussi profiter de tous les restaurants et brasseries de votre choix à Rouen et à Mont-Saint-Aignan. La Normandie, terre de gastronomie, se découvre aussi en mangeant !

- **Calendrier des vacances**

Spécifiquement pour les étudiants du campus d'UniLaSalle Rouen :

Du 30 octobre au 6 novembre (vacances de Toussaint) – mardi 1^{er} novembre est un jour férié

Du 23 décembre au 8 janvier (vacances de Noël)

Du 31 mars au 1^{er} avril (Lundi de Pâques)

Du 20 au 28 avril (vacances de printemps)

Plusieurs jours fériés en mai : 1^{er} mai (Fête du travail) ; 8 mai (Victoire 1945) ; 20 mai (Ascension)
De mi-juin à fin août : vacances d'été (en fonction de chaque programme)
Bon à savoir : la plupart du temps, pendant les vacances d'été, les étudiants ont un stage à effectuer.

- **Buddy**

Afin de faciliter votre installation à Rouen, vous bénéficierez du soutien d'un étudiant !
En tant qu'étudiant international, un lien privilégié sera créé entre un étudiant UniLaSalle qui pourra vous aider dès votre arrivée dans toutes vos démarches liées à votre installation et qui facilitera votre intégration. Vous recevrez un courriel de International Rouen <international.rouen@asso.unilasalle.fr> afin d'être présenté à votre buddy.

Procédures administratives

Avant de quitter votre pays

- **Visa étudiant « long séjour » non-Européen**

Pour étudier en France, selon votre nationalité, vous devez demander un visa étudiant dans votre pays de résidence. Ce visa permet aux étudiants de séjourner en France de quatre mois à un an afin de poursuivre des études supérieures. [Vérifier si vous avez besoin d'un visa et les procédures en France- website officiel Visa pour la France](#)

Le visa donne le droit de :

- Voyager librement dans tous les pays de l'espace Schengen
- Travailler 964 heures par an, ou 20 heures par semaine, pour compléter ses ressources
- Bénéficier de VISALE, la caution gratuite pour les étudiants
- Recevoir une allocation de logement par la Caisse d'Assurance Familiale (Caf)
- Prolonger votre séjour au-delà de la durée de validité du titre de séjour délivré

À une exception près, le nouveau visa VLS-TS (VLS-TS = Visa Long Séjour - Titre de Séjour) s'applique à tous les étudiants internationaux qui souhaitent s'inscrire dans un établissement d'enseignement supérieur français. L'exception concerne les ressortissants algériens, qui sont soumis à d'autres dispositions.

Dans la plupart des cas, le visa de long séjour avec titre de séjour (VLS-TS) est valable 1 an, "sauf dans les cas nécessitant la délivrance d'un visa d'une durée de validité plus courte, comme dans le cas (...) de certains étudiants".

- **Formalités du visa via la plateforme ANEF**

Dans les 3 mois suivant votre arrivée en France, vous devez faire valider votre visa ! Si vous n'effectuez pas cette procédure, vous ne pourrez plus séjourner légalement en France ni dans l'espace Schengen. Le processus est dématérialisé via le lien suivant :

<https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr/particuliers/#/>

Données requises pour l'enregistrement/le téléchargement :

- Votre visa

- Votre date d'entrée en France
- Votre adresse de résidence en France
- Votre Relevé d'Identité Bancaire pour payer en ligne les frais (50 € en 2023) de délivrance d'un permis de séjour

Ainsi vous obtenez votre "Confirmation de la validation de l'enregistrement de votre visa long séjour valant titre de séjour".

Bon à savoir : la visite médicale mentionnée en page 2 sera programmée par le Service de la vie étudiante d'UniLaSalle et vous en serez informé en temps utile.

Bon à savoir : Si vous avez moins de 18 ans lorsque vous obtenez votre visa, NE validez PAS votre visa via la plateforme ANEF, vous devez faire votre demande dans les 2 mois suivant votre 18ème anniversaire.

○ **Contribution Vie Etudiante et de Campus (CVEC)**

Selon la loi française "orientation et réussite des étudiants", une cotisation obligatoire annuelle doit être versée (100€ pour l'année universitaire 2023-24) : la CVEC est la contribution à la vie étudiante et à la vie sur le campus. Chaque étudiant inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur doit s'inscrire en ligne via <https://cvec.etudiant.gouv.fr/>.

L'objectif du CVEC est d'améliorer les conditions de vie des étudiants sur les campus (accès aux soins de santé, développement des installations sportives, financement des associations étudiantes, etc.)

Bon à savoir : Cette contribution ne s'applique pas aux étudiants sous statut "Mobilité en échange".

A votre arrivée en France

○ **Carte étudiante**

A ton arrive sur le campus, votre Léo carte "multipass" vous sera attribuée. Elle sert à :

- Carte étudiant
- Carte photocopies
- Carte de paiement au "Restaurant Universitaire" ou "RU"
- Carte de bibliothèque
- Carte d'accès au bâtiment UniLaSalle

N'oubliez pas que votre carte d'étudiant est aussi une carte de réduction pour le shopping, le musée, le cinéma, les restaurants, les voyages, etc... Elle peut être chargée par carte de crédit via www.lzly.fr

○ **Adresse e-mail**

Adresse électronique et accès gratuit à Internet : Tous les étudiants inscrits à UniLaSalle obtiendront une adresse électronique : Prenom.Nom@etu.unilasalle.fr avec un identifiant et un mot de passe qui vous permettent d'accéder aux plateformes académiques.

○ **Assurance Maladie + assurance complémentaire (mutuelle santé)**

La sécurité sociale française est obligatoire et s'appelle l'Assurance Maladie

<https://etudiant-etranger.ameli.fr/#>

Votre inscription à la sécurité sociale française permet de rembourser une partie des frais médicaux : 70% des consultations médicales, l'obtention de médicaments prescrits, et les séjours à l'hôpital. À titre d'exemple, une consultation standard chez un médecin généraliste coûte 25 €. Vous devez demander à ce médecin d'être votre "médecin traitant" en remplissant un formulaire.

Informations détaillées via [Protection sociale sur Ameli.fr](#)

La consultation d'un spécialiste (dentiste, gynécologue, ophtalmologue...) sera de 30€ mais il est à noter que de nombreux spécialistes pratiquent le dépassement d'honoraires.

- **Médecine Préventive**

Pour tous les étudiants inscrits à UniLaSalle, une équipe médicale pluridisciplinaire est disponible à la Maison de l'Université, Médecine Préventive ou SUMPPS (Services Universitaires de médecine préventive et de promotion de la santé des étudiants) : ce service est GRATUIT, vous devez donc vous munir de votre carte d'étudiant à chaque rendez-vous. Vous y trouverez des consultations médicales, des cas d'urgence, des vaccinations, des conseils nutritionnels, un soutien en matière de contraception, d'addiction, etc... Les locaux de la <http://sante-social.univ-rouen.fr> sont situés à la Maison de l'Université (1er étage), rue Lavoisier à Mont-Saint-Aignan, à quelques minutes à pieds d'UniLaSalle (02 32 76 92 92).

- **Responsabilité civile**

Le droit de la responsabilité civile vous oblige à réparer les dommages que vous causez à une autre personne, que ce soit par négligence ou par infraction à la loi. Votre responsabilité peut également être engagée pour des dommages causés par des personnes, des animaux ou des objets dont vous êtes responsable. Afin d'éviter le paiement direct de l'indemnisation aux victimes elles-mêmes, vous devez avoir souscrit une garantie responsabilité civile auprès d'une compagnie d'assurance. NB : cette responsabilité civile est comprise dans l'assurance habitation. Si vous décidez de vivre hors campus, vous devez souscrire votre propre assurance logement et responsabilité civile, car elle est obligatoire en France !

- **Assurance logement**

L'assurance logement est obligatoire et couvre votre maison contre les risques multiples et les sinistres auxquels une location peut être soumise (inondation, incendie, dégâts électriques). Cette assurance couvre l'immeuble et l'appartement lui-même mais aussi le mobilier, les occupants au moment du sinistre, et leur responsabilité civile. Le locataire est tenu pour responsable, selon la loi, de tout dommage qu'il pourrait causer à la propriété, ainsi qu'à celles des voisins. C'est pourquoi le locataire doit souscrire une assurance logement pour s'assurer que le propriétaire et lui-même bénéficient d'une protection juridique en cas d'incident. Tout d'abord, elle couvre à nouveau l'immeuble lui-même : incendie, dégâts des eaux, tremblements de terre (tout sinistre d'origine naturelle). S'il arrive quelque chose à la location, vous serez responsable de la propriété et votre assurance logement couvrira les dommages. Si un dommage a été causé à un tiers, votre assurance logement agira comme votre responsabilité légale et couvrira une partie des coûts ; la loi française stipule également que

tout dommage causé involontairement à d'autres personnes doit être indemnisé par celui qui l'a commis.

Vous êtes libre de choisir n'importe quelle compagnie d'assurance logement mais nous vous recommandons particulièrement nos partenaires :

SMENO www.smeno.fr ou HEYME www.heyime.care/fr code 76ULS-10

- **Allocation logement (APL/APS) CAF de Rouen**

Si votre logement est situé dans la résidence du Crous, tous les étudiants étrangers ont droit à une allocation de logement (APL/ALS) du gouvernement français via la Caisse d'Allocations Familiales - sauf le visa étudiant avec dispense de titre de séjour. Le montant de l'allocation varie en fonction du loyer payé. Vous vous inscrirez en ligne dans les semaines qui suivent votre arrivée : un rendez-vous collectif sera organisé pour vous aider. Avant de commencer à bénéficier de la dispense de titre de séjour, un compte bancaire français est nécessaire.

- **Ouverture d'un compte bancaire domicilié en France**

Gratuit et obligatoire pour les étudiants non européens et fortement recommandé pour les étudiants européens. Il vous aidera à faire payer votre carte d'étudiant, à recevoir vos remboursements de votre assurance médicale, à obtenir des réductions pour les étudiants.

Documents à fournir :

- Certificat d'inscription / Lettre d'admission / Certificat de scolarité
- Photocopie du passeport et du visa
- Attestation de résidence (certificat de résidence ou quittance de loyer)

Bon à savoir : Les étudiants sont libres de choisir leur banque, mais nous sommes partenaires avec la banque SG (Société Générale), pour bénéficier de nombreux avantages :

- Rendez-vous personnalisé dès votre arrivée à Rouen
- 80 € offerts à l'ouverture du compte bancaire
- Services bancaires à 1 € par an (carte de paiement, frais de gestion ...)

Pendant votre séjour

- **Renouvellement du visa étudiant "long séjour" pour les étudiants inscrits à UniLaSalle campus Rouen**

Pour séjourner régulièrement en France, en tant qu'étudiant international inscrit à UniLaSalle Rouen Campus, vous ferez votre demande de renouvellement de titre de séjour en ligne via le lien <https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr/particuliers/#/>

Cette demande doit être déposée sur l'ANEF (Administration Numérique des Etrangers en France) dans le 3ème mois avant l'expiration du titre de séjour. *Exemple : si expiration du titre de séjour le 13/09/2023 => dépôt entre le 16/05/2023 et le 15/07/2023 !!*

Si vous manquez le délai de la procédure de renouvellement, vous devrez payer 180€.

Bon à savoir : vous ne devrez pas faire la queue à la préfecture pour retirer votre titre de séjour, mais seulement et toujours prendre rendez-vous sur la plateforme de la préfecture.

Avant votre départ d'UniLaSalle et/ou de France

Procédure obligatoire : terminez toutes vos formalités administratives avant de partir :

- Au département des affaires internationales : demandez un rendez-vous avec le coordinateur des étudiants entrants pour tout vérifier et obtenir les certificats dont vous pourriez avoir besoin.
- En dehors d'UniLaSalle : fermer votre compte bancaire mais pas avant d'avoir reçu les dernières mensualités Caf et remboursement dépôt de garantie Crous , annuler votre contrat de téléphone portable, assurance maladie, ...

Etudes

Contacts à UniLaSalle

Les heures d'ouverture d'UniLaSalle : Lundi-Vendredi 07h45 – 21h00.

L'accueil est ouvert de 07h45 – 17h00.

Ligne standard 02.32.82.92.00

- [Admission, inscription](#)

Caroline Guerbois, Chargée d'orientation et admissions international

Caroline.Guerbois@unilasalle.fr

- [Relations Internationales](#)

Natalia NEAU, Responsable des relations internationales

Natalia.Neau@unilasalle.fr

- [Programmes académiques](#)

Marc Legras, Directeur des études et des formations

Marc.Legras@unilasalle.fr

Christophe Gangneux (programme H2020), Directeur des études

Christophe.Gangneux@unilasalle.fr

Paula Joyce (i-SAFE), Coordinatrice pédagogique du programme

Marjorie.Bazin@unilasalle.fr

Jérôme Dantan (MSc Agricultural & Food Data Management), Responsable du programme

Jerome.Dantan@unilasalle.fr

Marie Asma Ben Othmen (MSc Urban Agriculture & Green Cities), Responsable du programme

Marie-Asma.BenOthmen@unilasalle.fr

Tarek Abid (Master Mcipa, Marketing, Communication and Agrifood Engineering),

Responsable du programme Tarek.Abid@unilasalle.fr

Richard Gattin (MSc Ecobiovalo), Responsable du programme

Richard.Gattin@unilasalle.fr

- **Vie Etudiante**

La vie étudiante vous conseille et vous aide pour toutes vos démarches liées au logement, au visa, au compte bancaire, à la santé, au transport...

Emmanuelle GALENNE-MILHOUD, Assistante Vie Etudiante

Emmanuelle.Galenne-Milhoud@unilasalle.fr

Grégoire BOCA, Responsable Vie Etudiante

Gregoire.Boca@unilasalle.fr

- **Enseignements**

<https://www.unilasalle.fr/decouvrez-nos-formations>

- **Emploi du temps, évaluations, crédits ECTS**

Le règlement d'études sera donné au début de l'année universitaire par la Direction des études. Tous les cours comportent des examens écrits et oraux, des tests, des travaux personnels et de groupe.

Pour obtenir des crédits ECTS / crédits US, vous devez les compléter avec succès avec un résultat minimum de 10/20 ou une note entre A et E.

Si le résultat est inférieur à 10 points sur 20, cela signifie que l'examen est raté (note F) et qu'aucun crédit ne sera obtenu.

Absences : Si vous êtes malade ou si vous ne pouvez pas suivre les cours en raison d'un rendez-vous important (examen médical ou préfecture par exemple), vous devez justifier votre absence par un document officiel à présenter au bureau administratif des étudiants 48h maximum après l'absence.

Absence justifiée lors d'un examen : un examen de rattrapage est prévu.

A la fin du trimestre, la commission académique vérifie et valide vos résultats selon le système de notation pour une période d'études avec un diplôme reconnu (diplôme d'ingénieur français ou double diplôme) comme suit :

Grade A Parmi les premiers 10 % de la classe de fin d'études

Grade B De 25% à 25% suivants

Grade C De 30% à 30% suivants

Grade D A partir des 25 % suivants

Grade E Des derniers 10%

Résultat de la note F (échec) < 10 - pas de validation

Répétition des examens

- Pour les étudiants en quête d'un diplôme : obligatoire, vérifiez auprès du doyen de l'université.

- Pour les étudiants non demandeurs de diplôme : en fonction de votre date de départ et des modalités de l'enseignant concerné.

Le français langue étrangère (FLE) : Afin de vous faciliter la vie, et selon votre demande, vous pouvez suivre des cours de français à UniLaSalle.

Événements extra-académiques / parascolaires : comme l'apprentissage peut également se faire en dehors du contexte académique, les trois campus proposent différents types d'événements extra-académiques tels que TEDx, séminaires, conférences. Vous n'obtiendrez pas d'ECTS supplémentaires, mais cela vous permettra d'améliorer vos connaissances personnelles. Vous recevrez les informations (date et sujet) par courrier électronique. Exemple d'événement : Séminaire bihebdomadaire organisé par les étudiants du programme i-SAFE présentant divers sujets tels que "Connect. Nourish. Grow", "La durabilité dans l'agriculture et le système alimentaire, une solution à une crise mondiale", "Le réseau lasallien, un potentiel collectif", etc.

- **Zones de travail**

- Centre de documentation L-M-J 8h30-19h00 / Me 8h30-12h30/13h30-19h00 / V 8h30-1700
- 5 IT classrooms (1^{er} étage E1-014, E1-015, E1-016, E1-017 et E1-018) accès de 8h00 à 19h00 et selon le planning prévu par la direction académique.

- **Contacts**

Pour toute information complémentaire, les horaires d'ouverture sont du lundi au vendredi de 8h00 à 12h00 / 13h00 à 21h00. Pour tout autre problème grave (personnel, psychologique, scolaire), veuillez contacter le Bureau des relations internationales et les coordinateurs de la vie étudiante pour vous aider à faire face à votre problème.

UniLaSalle campus de Rouen 02.32.82.92.00

Natalia NEAU, Responsable du Département des Relations Internationales 07.62.46.22.91

Grégoire BOCA, Responsable du Département de la Vie Etudiante 06.99.83.81.02

- **Logiciels (Moodle, Caroline...)**

Vous pouvez consulter votre planning hebdomadaire via WebAurion pour connaître votre Emploi du Temps (EdT)

Moodle est la plate-forme d'études pour tous les étudiants d'UniLaSalle.

Vie de campus

○ **Associations estudiantines, Sports**

Les associations estudiantines sont gérées par les étudiants. Plus d'informations sur le Forum BDE Bureau des Etudiants UniLaSalle Campus de Rouen

sur <https://www.facebook.com/BDEunilasalle> ou Instagram @bde_unilasalle_rouen

Et vous découvrirez le BDS (Bureau des Sports) grâce auquel vous pourrez vous inscrire pour tous les sports que vous aimez : rugby, crossfit, escalade, kickboxing, yoga, cheerleading, équitation, handball, football, ...

Et aussi de nombreux clubs : TechAgriVert, UmaNI'Terre, Musik, Bricolage, Club international, Uni'Vert , Dégustation de fromages, Dégustation de vins, Fabrication et dégustation de bières, Apiculture, Point Ravito, Make It Green, Uni'Agri, Zoom, ...

Vous participerez à des événements spéciaux tels que les Unilympiades, le dîner de Noël, le voyage au ski, le voyage dans une capitale européenne, la journée des anciens, ...

Alumni UniLaSalle [Association des Anciens élèves](#): réseau de 22 000 étudiants diplômés.

○ **Vie Etudiante**

Tous les étudiants inscrits à UniLaSalle peuvent bénéficier d'une écoute attentive et attentive de la part de l'équipe du département de la Vie Etudiante. De plus, une équipe médicale pluridisciplinaire est disponible à la Maison de l'Université, Médecine Préventive (Services Universitaires de médecine préventive et de promotion de la santé des étudiants) : ce service est gratuit où vous trouverez des consultations médicales, des cas d'urgence, des vaccinations, des conseils nutritionnels, un soutien à la contraception, à la dépendance, etc... Les locaux de la Médecine Préventive sont situés à la Maison de l'Université (1er étage) - 02 32 76 92 92 - Rue Lavoisier à Mont-Saint-Aignan à quelques minutes à pied d'UniLaSalle.

○ **Événements importants**

Forum International

En novembre, le Département des Relations Internationales vous invite à la " Semaine Internationale " : vous présenterez votre Université et répondrez aux étudiants d'UniLaSalle qui souhaitent étudier à l'étranger, vous pourrez également faire découvrir votre pays et ses traditions aux étudiants et personnels français.

Forum des Associations et des clubs

En septembre, la Vie Etudiante et les associations et clubs du campus de Rouen vous présentent les activités proposées à tous les étudiants.

JPO = Journées Portes Ouvertes

De janvier à mars, 3 journées porte ouverte (JPO) : vous pouvez passer une de ces journées pour présenter votre université, votre pays et vos traditions !

Nuit des Etudiants du Monde

Vous serez invité à assister à cet événement national organisé par la Mairie en octobre, dédié aux étudiants internationaux de Rouen, pour vous rencontrer et recevoir des informations utiles pour passer un semestre/une année universitaire et touristique inoubliable en Normandie ! (selon les conditions sanitaires)

Normandy Welcome Day (NWD) est organisé par la Région Normandie, le CESAR et les établissements d'enseignement supérieur pour tous les étudiants internationaux en février.

Le *Kick Off* est un tournoi annuel de football avec des équipes masculines ET féminines.

"*Les Zazimuts*" est un programme d'animations culturelles et sportives gratuites, le meilleur moyen de découvrir la ville de Rouen <https://www.facebook.com/zazimuts>

○ **Situation de handicap**

À UniLaSalle, le service de la vie étudiante, Grégoire Boca, vous aidera à trouver une solution et vous soutiendra pour organiser tout ce dont vous avez besoin pour vos études et vos examens. Vous pouvez également contacter le département spécial [Espace-handicap](#) situé à la Maison de l'Université au Campus de Mont-Saint-Aignan, Espace Michel Serres (B4), 1er étage.

Le service de la vie étudiante du Crous aidera tous les étudiants handicapés (même en situation temporaire) : aide à l'organisation des études, conseils personnalisés et logement adapté. Partenariat avec l'Université, Médecine Préventive, structures spécialisées. Voir www.crous-rouen.fr/ rubrique " logement " ou " aides sociales".

Le CRIJ Normandie Rouen est un autre centre de ressources où les étudiants handicapés seront informés sur de nombreux sujets liés à leur cursus de formation, notamment les stages <http://www.crijnormandie.fr/index.php/-Stages-et-handicap.html>

HANDISUP conseille les étudiants et les anciens élèves pendant et après leur cursus de formation pour une pleine réussite de leurs recherches en fonction de leurs compétences.

La MDPH (Maison d'Accueil pour les Personnes Handicapées) et l'ONISEP sont des centres de ressources concernant le système d'enseignement supérieur français à adapter aux étudiants handicapés.

Accès aux transports publics au sein de la Métropole Rouen Normandie, grâce à Handistuce :
Bus : sur demande à l'entrée du bus (bouton spécial), une plateforme pourra permettre de lever un fauteuil roulant.

Le métro : 31 stations adaptées aux personnes handicapées (ascenseurs, quais, infos pour les handicapés visuels et auditifs).

TEOR (bus à itinéraire unique) : tous les bus disposent de quais spéciaux pour les fauteuils roulants.

Téléchargez le « Guide de l'accessibilité pour tous »

<https://reseau-astuce.fr/fr/accessibilite-du-reseau/93/guide-de-laccessibilite/185>

Sport et handicap

Le centre de ressources de Normandie "Sport & Handicap" du Ministère de la Jeunesse et des Sports a pour but de :

- Favoriser l'accès au sport des personnes handicapées
- Promouvoir les lieux dédiés aux personnes handicapées

Voir le site du Ministère de la Jeunesse et des Sports

<http://normandie.drjcs.gouv.fr/spip.php?rubrique488>

<https://www.handiguide.sports.gouv.fr/recherche-structure>

Culture et handicap

ARTEOZ est une association qui propose un agenda culturel pour le public qui recherche des sorties adaptées www.artez.net/ ou www.facebook.com/artezcontact/?ref=site

○ Développement Durable : un état d'esprit

Plusieurs associations d'étudiants sont engagées sur les questions de développement durable et de transition écologique au sein du groupe UniLaSalle.

A Rouen, l'association *Make it Green* vise à sensibiliser l'ensemble des étudiants aux enjeux du développement durable et de la transition écologique:

- Organisation du mois du développement durable en mars : conférence, stands d'acteurs locaux, ateliers "zéro déchet" et "Do It Yourself", vente de plantes, cours de yoga, venue d'un foodtruck pour des plats issus de produits locaux et végétaliens
- Ramassage des ordures lors de raids en forêt
- Co-organisation d'une fresque climatique
- Actions autour du tri sélectif
- Distribution de produits écologiques lors de manifestations étudiantes
- Organisation de visites de terrain sur des sites remarquables ayant mis en œuvre des principes contribuant au développement durable en Normandie

Make It Green communique via sa page Facebook :

<https://www.facebook.com/pages/category/Environmental-Conservation-Organization/Unidurable-2402440726468476/>

L'engagement associatif et citoyen est valorisé et encadré par le programme ESS (Engagement de Solidarité et de Service) qui fait partie de la formation intégrale du projet éducatif lasallien. Chaque étudiant de la 1^{ère} à la 4^{ème} année doit consacrer 20 heures minimum au service d'une association ou d'une cause civique. En réalité, le nombre d'heures effectuées est généralement beaucoup plus élevé que les 20 heures minimales requises par la loi. Ces 20 heures peuvent être effectuées au sein d'une association d'étudiants sur le campus ou au sein d'une association ou organisation externe (par exemple, Secours Populaire, Croix Rouge, Ordre de Malte, scoutisme...).

Tout le monde peut agir pour la planète

○ **Déchets ménagers**

Le SMEDAR collecte, sépare, traite et recycle les déchets ménagers des habitants de Rouen. Calendrier des journées de collecte et informations sur les points de collecte sur www.smedar.fr

○ **Objets encombrants**

Vous déménagez ? Comment se débarrasser d'objets ou d'appareils électroniques ou ménagers ? Voir www.smedar.fr Infos pratiques pour les lieux et les heures de travail. Si vous ne pouvez pas apporter le lot là-bas, appelez 0800 021 021 (collecte gratuite).

Autre contact : l'association solidaire "Résistes" <http://resistes.org/>

○ **Se débarrasser de ce qui est devenu inutile**

- Donnons.org
- Recupe.net/rubrique 76
- Secours populaire 76
- Armée du Salut 76
- Emmaüs/réseau Envie
- www.ecosystemes.fr

○ **Tri sélectif** des piles, ampoules, conserves, couvercles et bouchons, etc.

Vous trouverez des containers à UniLaSalle - Contacter the Bureau des Etudiants (BDE) ainsi que les mairies, magasins, sites internet tels que :

- Bouchons 276 <http://www.bouchons276.com/>
- Passe ta canette <https://fr-fr.facebook.com/passetacanette>

○ **Recyclez vos vêtements**

De nombreuses opérateurs: Le Relais, Conteneurs de la Métropole, Croix-Rouge Française, Solidarité textiles. Points de collecte www.lafibredutri.fr/

○ **Eco-responsabilité lors de vos événements**

La Métropole Rouen Normandie promeut les comportements écologiques ! Des conseils simples et pratiques vous aideront à contribuer à une planète plus verte, consultez le lien www.metropole-rouen-normandie.fr/ecomanifestations

○ **Transports urbains**

Soit grâce à la politique des établissements d'enseignement supérieur visant à partager les déplacements entre le domicile et le lieu de travail, appelée "Plans de Déplacements Inter-Entreprises" (PDIE) ou "Plans de déplacement campus" (PDC).

Or encore :

Aide à l'achat de vélos à assistance électrique <http://www.metropole-rouen-normandie.fr> section " Au service des habitants " et " Les modes de transport alternatifs ".

Location (Cy'clic) voir rubrique " Se déplacer dans Rouen " à la page précédente

Covoiturage voir la section " Se déplacer à Rouen " à la page précédente

Santé

○ Conseils

[Information sur le site Cleiss](#)

Aucune vaccination n'est requise pour se rendre en France, mais l'Organisation mondiale de la santé (OMS) recommande que tous les voyageurs soient couverts contre la diphtérie, le tétanos, la rougeole, les oreillons, la rubéole et la polio, quelle que soit leur destination.

Consultez <https://www.who.int/> avant votre départ pour vérifier s'il existe une recommandation spéciale.

Apportez vos médicaments dans leur emballage d'origine, clairement étiqueté. Une lettre signée et datée de votre médecin décrivant votre état de santé et vos médicaments, y compris les noms génériques (les noms des médicaments français sont souvent complètement différents de ceux des autres pays), est également une bonne idée.

- En France, les soins dentaires sont généralement bons, mais il est conseillé de se faire examiner par un dentiste avant un long voyage.
- Attention, dans certaines régions, il est assez difficile d'obtenir un rendez-vous, n'attendez pas pour vous occuper d'un problème médical. Pour certains médecins, vous pouvez utiliser [Doctolib](#) ou application pour fixer un rendez-vous.
- Vous disposerez d'une liste de médecins partenaires. Certains d'entre eux ne parlent pas couramment l'anglais ; dans ce cas, soyez prêt à pouvoir vous expliquer en français.

○ Contact médical

Si vous êtes confronté à un problème de santé, vous pouvez également prendre rendez-vous avec un médecin généraliste. La consultation coûte 25 € et ce montant doit être payé directement lors de votre visite médicale. Ces 2 généralistes parlent anglais :

Doctor Caroline SENAN - 2 parc Varenne - 76130 Mont-Saint-Aignan - 02 35 74 09 24

Doctor Yogya BAHADUR - 52 avenue du Mont aux Malades in Mt-St-Aignan - 02 35 75 09 57

En France, tous les étudiants étrangers bénéficient d'une assurance maladie en s'inscrivant sur <https://etudiantetranger.ameli.fr/#/> Cette **assurance maladie est gratuite et obligatoire**. Néanmoins, la sécurité sociale ne rembourse pas la totalité des frais de santé en cas de maladie ou d'hospitalisation. Pour une simple consultation avec un médecin, elle rembourse environ 70 % de vos frais.

En outre, un médecin est à la disposition de tous les étudiants inscrits à UniLaSalle sur notre campus (à la Maison de l'Université : Médecine Préventive - Place Emile Blondel - Mont-Saint-Aignan). Ce service est GRATUIT, vous devez donc avoir votre carte d'étudiant sur vous à chaque rendez-vous. Vous y trouverez des consultations médicales, des cas d'urgence, des vaccinations, des conseils en nutrition, un soutien à la contraception, des addictions, etc.

En cas d'urgence, rendez-vous à l'hôpital le plus proche, le CHU Charles Nicolle, ou composez le 15 (l'équivalent du 911) si vous ne pouvez pas vous déplacer de là où vous êtes. Centre hospitalier universitaire de Rouen (CHU) - 37 Boulevard Gambetta, 76000 Rouen
02 32 88 89 30

○ **Mutuelles étudiantes**

L'assurance maladie ne rembourse pas la totalité des frais de santé en cas de maladie ou d'hospitalisation, nous vous recommandons vivement de souscrire à une mutuelle de santé, notamment pour les consultations spécialisées (dentiste, opticien, gynécologue...). En effet, la mutuelle de santé, appelée aussi assurance maladie complémentaire, est un contrat d'assurance qui complétera les remboursements de l'Assurance maladie afin de réduire le reste à charge de l'assuré (en cas de dépassement d'honoraires, de frais dentaires ou d'optique, etc.)

Pour obtenir un taux de remboursement plus élevé, vous pouvez souscrire une assurance complémentaire auprès d'une des compagnies d'assurance maladie étudiante. Cette assurance n'est pas obligatoire, mais elle est fortement recommandée car elle comble la différence entre les montants facturés par l'État pour le traitement et le montant remboursé par la Sécurité sociale (assurance maladie).

Vous pouvez demander [CPAM Complémentaire Santé Solidaire](#) : en fonction de votre statut, vous recevrez un formulaire à remplir et à soumettre en ligne, puis la CPAM vous contactera pour un entretien, puis vous serez inscrit.

Vous êtes libre de choisir votre mutuelle étudiante. Nous vous recommandons particulièrement nos partenaires :

- SMENO : Smeno vous propose de nombreuses solutions qui vous permettent d'adapter votre complémentaire à vos besoins (par exemple, prise en compte des frais d'optique ou de dentiste...). Il vous propose également de nombreux contrats d'assurance adaptés aux budgets des étudiants (logement, voiture...). Plus d'infos sur www.smeno.fr

Vous pouvez également les rencontrer dans leurs bureaux situés au 123 rue du Général Leclerc à Rouen, Gare : Théâtre des Arts (Métro, bus ou TEOR T1, T2, T3)

- HEYME : Heyme vous propose des solutions pour assurer votre santé et votre vie quotidienne, adaptées à vos besoins et à votre mode de vie. Numérique, intuitive, connectée et simplifiée, son offre tout-terrain répond aux nouveaux usages et aux nouveaux codes. HEYME est également un acteur incontournable dans le domaine de la prévention et de la promotion de la santé. C'est un éclairer actif qui accompagne et conseille les étudiants dans leur parcours de vie www.heyme.care/fr

○ **Pharmacies**

En France, si votre médecin vous a prescrit un médicament, vous l'achèterez dans une pharmacie. Plusieurs pharmacies sont disponibles à Mont-Saint-Aignan :

- Pharmacie Kervella - 52 Avenue du Mont aux Malades (au carrefour près de l'école).
Heures d'ouverture :
Lundi – Vendredi : 9h00-12h30 / 14h30-19h30
Samedi : 9h00-12h30 / 14h30-18h00
Dimanche : fermée

- Pharmacie des Coquets - Centre Commercial des Coquets - Place des Coquets - Heures d'ouverture :
Lundi : 9h00-12h15 / 14h00-19h00
Mardi – Vendredi : 9h00-12h30 / 14h00-19h30
Samedi : 9h15-12h30 / 14h30-18h30
Dimanche : fermée
- Pharmacie Guy Taurin, Place Colbert - Heures d'ouverture :
Lundi – Vendredi : 9h15-12h30 / 14h30-19h30
Samedi : 9h15-12h30 / 14h30-18h30
Dimanche : fermée
- Pharmacie dans le centre commercial "La Vatine"
Heures d'ouverture : Lundi – Samedi : 9h30-20h30, Dimanche : fermée

Info Pharma est un service d'urgence <https://www.ouipharma.fr/pharmacie-de-garde>
Une pharmacie de garde fournit un service lié à un besoin urgent en dehors des heures d'ouverture.

En cas d'urgence, vous pouvez vous rendre à l'hôpital ou appeler le 15.

Moyens de transport

○ Les transports publics à Rouen

Le Réseau Astuce (TCAR = Transports en Commun de l'Agglomération de Rouen) Prix d'un ticket 1,80 € à acheter soit en ligne ou aux machines automatiques ou en agences. Vous pouvez voyager en bus et en métro avec le même ticket qui est disponible pendant 1 heure. Lorsque vous montez à bord, vous devez scanner votre billet sur le distributeur de billets (jaune). Des distributeurs automatiques de billets sont disponibles à proximité des stations de métro ou dans les agences ASTUCE situées dans la gare (Gare SNCF, Place Bernard Tissot, Station Gare/rue Verte (métro ou bus ligne 13) ou près de l'Opéra (Théâtre des Arts, 9 rue Jeanne d'Arc, Station Théâtre des Arts métro ou TEOR T1, T2 ou T3). Les étudiants de moins de 26 ans bénéficient d'un tarif réduit pour l'achat d'un abonnement mensuel/annuel. <https://www.facebook.com/ReseauAstuce>

○ Trajet à vélo

Si vous voulez être éco-responsable, vous pouvez louer un vélo à Rouen

<https://www.rouentourisme.com/velo/>

ou <http://cyclic.rouen.fr/Abonnement-et-ticket> pour avoir un aperçu général en temps réel.

Guidoline is an association (compulsory subscription) will help you to fix an old bike or to find yours at the cheapest price. This workshop for cycles is also a cultural café where you will be advised and provided with specialized tools for fixing your bike yourself.

○ Covoiturage

L'utilisation d'une seule voiture pour 4 ou 5 personnes qui partagent le même trajet, ce qui le rend moins cher et les embouteillages moins importants. Le covoiturage régional <http://www.covoiturage76.net> ou www.covoiturage27.net ou <https://www.blablacar.fr/> ou <https://www.klaxit.com/>

- **Taxi**

Les taxis français sont assez chers : demandez le prix avant de partir ! Exemple : du Campus UniLaSalle de Rouen à la gare du centre-ville = environ 11 € (15-20 minutes).

Cependant, vous avez à votre disposition :

Taxis Jaunes : 02 35 88 50 50 <https://taxisjaunes.fr/reservez-un-taxi/>

Uber, via son application, mettre les utilisateurs en contact avec les chauffeurs effectuant des services de transport <https://www.uber.com/fr/fr/ride/>

- **Cars**

<https://fr.ouibus.com/>

<https://www.flixbus.fr/>

- **Train**

De Paris à Rouen, la gare est située à Rouen Place Bernard Tissot - Arrêt "gare rue Verte" (bus et métro). Grâce au train régional (TER), vous pouvez voyager dans toute la Normandie, à des tarifs étudiants avantageux - voir l'abonnement annuel HN'GO

<https://www.ter.sncf.com/normandie>

- **Avion**

Aéroports de Paris [Aéroport d'Orly](#) ou [Aéroport Roissy-Charles-de-Gaulle \(CDG\)](#)

Vous pouvez prévoir votre trajet en bus, en metro autour de Paris <http://www.ratp.fr>

[Rouen-Vallée de Seine airport](#) est situé sur la commune de Boos, à 10 kilomètres à l'est de Rouen, et assure des liaisons saisonnières avec diverses villes européennes.

Beauvais est une base idéale pour explorer l'Europe grâce à l'aéroport international de Paris-Beauvais (5 minutes du campus UniLaSalle) à destination de 17 countries !

www.aeroportbeauvais.com et www.ryanair.com

Finances

- **Coût de la vie**

N'oubliez pas que les coûts mentionnés ci-dessous peuvent varier considérablement d'une ville à l'autre. De plus, le budget est personnel et adapté à chaque individu (en fonction du logement, des besoins et du mode de vie). Néanmoins, nous vous conseillons de disposer de 700 € par mois pour des conditions de vie correctes.

- Logement : si vous vivez dans une résidence estudiantine, vous paierez entre 150 et 350 € selon la surface et la localité. Si vous vivez dans un studio meublé, vous paierez entre 300 € et plus de 500 €. Dans certains cas, vous devrez payer des frais de services publics tels que l'électricité (environ 30 €), l'eau, l'accès à Internet...
- Nourriture et épicerie : En France, capitale mondiale de la gastronomie, la plupart des gens prennent trois repas par jour : le petit déjeuner le matin, le déjeuner vers 13 heures et le dîner vers 20 heures. Le déjeuner et le dîner sont des repas complets. Pour les repas quotidiens, vous pouvez manger au restaurant universitaire, situé à 10 minutes à pied d'UniLaSalle. Les prix au "resto-U" (restaurant universitaire) sont imbattables : un repas complet coûte environ 3 €.
- Toute personne titulaire d'une carte d'étudiant a accès gratuitement à l'ensemble du réseau de restaurants universitaires en France, parfois ouverts le soir et le week-end.

Bon à savoir : Soyez prêt à dépenser entre 200 et 300 € par mois pour vos repas.

- Transports publics : le Réseau Astuce est efficace et bien développé, est très étendu. De nombreuses lignes desservent les différents points de la ville de Rouen avec une fréquence régulière et des trajets variés. Il vous en coûtera 1,70 € pour un trajet simple et 20,87 € par mois grâce à l'abonnement annuel qui vous permet de vous déplacer sur l'ensemble du réseau.

Bon à savoir : en France le taxi est à éviter car il est très cher !

- Télécommunication (téléphones portables et service Internet) : un abonnement téléphonique et un accès à Internet coûtent environ 30 euros. Ils peuvent être plus élevés selon les services et l'entreprise que vous choisirez.
- Les coûts de la vie sociale : Il est également important d'inclure les coûts de votre vie sociale dans votre budget
<https://www.campusfrance.org/fr/preparer-budget-etudiant-France>

○ **Travailler en France pendant tes études**

Veillez noter que les étudiants inscrits à un diplôme ont un emploi du temps très chargé

Informations générales sur <http://travail-emploi.gouv.fr/>

Les étudiants étrangers ont le droit de travailler pendant leurs études en France à condition qu'ils soient inscrits dans un établissement qui participe au plan national de santé des étudiants.

Les étudiants qui ne sont pas ressortissants de pays membres de l'UE doivent également être titulaires d'un titre de séjour en cours de validité. Le droit au travail s'applique à tous les étudiants, y compris ceux qui sont en France pour la première fois, ceux qui sont inscrits en première année d'un programme universitaire et ceux qui sont inscrits à plein temps dans une école de langue.

La loi permet aux étudiants de travailler 964 heures au cours d'une année donnée, ce qui correspond à 60 % de l'emploi à temps plein de l'année. N'oubliez pas que vous ne pouvez pas espérer couvrir toutes vos dépenses en travaillant à temps partiel, vous devez donc disposer d'autres moyens de subsistance.

La France dispose d'un salaire horaire minimum national, appelé SMIC. Le SMIC s'élève actuellement à 11,65 € brut par heure travaillée, avant retenue obligatoire au titre des prestations sociales. Cette retenue réduit le salaire net du travailleur d'environ 20 %. Vous n'êtes plus tenu d'obtenir une autorisation provisoire de travail (APT) pour travailler à temps partiel pendant votre inscription. Exception : Les étudiants algériens sont toujours couverts par l'accord franco-algérien du 27 décembre 1968.

Comment trouver un emploi ?

Le Centre de carrière est à votre disposition dans le cadre de votre programme de formation à UniLaSalle : une équipe de soutien pour construire votre projet professionnel. Veuillez

contacter Mme Claire GABORIEAU Claire.Gaborieau@unilasalle.fr - ligne directe 02.32.82.33.87.

De plus, sur la plateforme JobTeaser, vous pouvez accéder à des offres d'emploi, des détails sur différentes entreprises, des postes, des vidéos, etc.

Groupe Facebook "Jobs Services - UniLaSalle" : offres d'emploi pour les étudiants d'UniLaSalle.

CRIJ grâce auquel vous pouvez trouver n'importe quel emploi d'étudiant

www.facebook.com/crijnormandie

CAP EMPLOI pour tout soutien dont les personnes handicapées pourraient avoir besoin

www.capemploi.net

AGEFIPH pour le soutien financier au transport, au logement, aux stages à l'étranger pour les personnes handicapées <https://www.agefiph.fr/normandie>

Vie quotidienne en France et conseils pratiques

○ **Météo, gastronomie**

Il y a quatre saisons en France, mais le climat est différent selon les régions. Par exemple, le sud-est a un climat méditerranéen avec un été chaud, un hiver chaud et un temps sec.

Météo en ligne : www.meteofrance.com

- Heure : GMT/UTC + 1 heure = quand il est 14 h à Paris, il est 13 h à Londres et 7 h à New York
- Électricité : 220V, 50Hz / apportez votre adaptateur/convertisseur de prise
- Poids et mesures : Métrique

1 centimètre (cm) = 0,39 pouce et 1 pouce (in) = 2,54 cm

1 mètre (m) = 3,28 pieds et 1 pied (ft) = 30,48 cm

1 kilomètre (km) = 0,625 mile et 1 mile (mi) = 1,6 km

1 gramme (g) = 0,0353 once et 1 once (oz) = 28,349g

1 kilogramme (kg) = 2 204 livres et 1 livre (lb) = 0,453 kg

0 degré centigrade (0°C) = 32 degrés Fahrenheit et 50°F = 10°C

- Les Français conduisent à droite et les volants sont à gauche. Vous aurez besoin d'un permis de conduire européen international. La France est très stricte en ce qui concerne l'alcool (y compris les drogues) et la conduite automobile. La limite maximale d'alcoolémie est de 0,5g/L (2 verres) et si vous êtes impliqué dans un accident (même si ce n'est pas votre faute), vous pouvez perdre votre permis. En ce qui concerne les drogues, même les drogues "douces" ne sont pas tolérées et il est illégal de consommer des drogues et de conduire.

Les limitations de vitesse (par temps sec) en France sont les suivantes :

Autoroutes 130 km/heure ; Autoroutes/ voies express avec réservation centrale 110 km/heure ; Autres routes 80 km/heure ; Villes et agglomérations 50 km/heure

Il y a de plus en plus de contrôles de vitesse automatiques ainsi que des contrôles ponctuels (policiers dans des voitures banalisées avec des caméras et des radars).

- La religion principale est catholique mais la France est connue pour sa liberté d'expression religieuse.
- Les pays européens suivants ont adopté l'euro : Allemagne, Autriche, Belgique, Chypre, Espagne, France, Finlande, Grèce, Irlande, Italie, Luxembourg, Malte, Pays-Bas, Portugal, Slovaquie et Slovénie. Pour calculer le taux de conversion, vous pouvez consulter le site suivant <http://www.xe.com/ucc> Un euro est composé de 100 centimes. Il existe des pièces de 1, 2, 5, 10, 20 et 50 cents ainsi que des pièces de 1 et 2 euros. Les billets de banque existent en coupures de 5, 10, 20, 50, 100, 200 et 500 euros. Contrairement aux pièces, les billets de banque n'ont pas de motifs nationaux et sont communs à tous les pays.
- Les cartes de crédit MasterCard et Visa sont acceptées presque partout en France. Pour les autres cartes de crédit, veuillez vérifier auprès de votre banque.
- L'entreprise postale française s'appelle "La Poste". Pour envoyer des lettres ou des colis dans votre pays d'origine, vous avez différentes possibilités. Vous pouvez mettre des lettres avec des timbres dans les boîtes aux lettres jaunes dans la rue. Si vous n'avez pas de timbres, ou si vous ne savez pas combien vous devez payer pour le courrier ou si vous voulez envoyer des colis, vous pouvez vous rendre dans n'importe quel bureau de poste et demander de l'aide. Les bureaux de poste sont ouverts du lundi au samedi midi. Les horaires d'ouverture varient selon le bureau de poste.

○ **Mode de vie**

La plupart des bureaux sont ouverts du lundi au vendredi de 8h à 18h. Les bureaux gouvernementaux tels que la préfecture ou la sécurité sociale sont ouverts de 8h à 16h. Les magasins sont ouverts de 9h ou 10h à 19h ou 20h et ferment parfois entre midi et 14h. Veuillez noter que certains magasins sont fermés le lundi matin ou toute la journée et que les banques sont souvent fermées le samedi (ou le lundi).

En général, les magasins sont ouverts du lundi au samedi (parfois fermés le lundi matin) de 9 ou 10 heures à 19 ou 20 heures. Vous trouverez toutes sortes de magasins à Rouen.

Au centre ville, on trouve de nombreuses boutiques de vêtements et de chaussures, ainsi que des magasins spécialisés (librairies, musique). Egalement, des grands magasins et centres commerciaux.

Il est utile de savoir que vous pouvez acheter de nombreux articles utiles dans un "Bureau de Tabac". Outre les cigarettes et les magazines, vous pouvez acheter des timbres postaux et fiscaux, des tickets de bus.

Les Français sont réputés pour leur gastronomie et leurs restaurants. En général, il y a trois repas par jour : le petit déjeuner le matin, le déjeuner entre midi et 13 heures et le dîner le soir vers 20 heures.

En France, il est important de respecter l'ordre suivant : Date/mois/année : par exemple, le 20 août 2021 est le 20/08/21.

Dans le système français des nombres, une virgule remplace le point décimal. Par exemple : 3.5 s'écrit 3,5 en français.

En France, en général, les pourboires sont inclus dans le prix. Un pourboire peut être laissé, et serait un petit montant symbolique.

○ **Téléphones portables**

Des entreprises telles que SFR, BouyguesTelecom, Orange, Free Mobile, Lebara Mobile, Lyca Mobile, etc. fournissent des services de téléphonie mobile. Les tarifs varient considérablement en fonction de la manière dont vous utilisez votre smartphone ou votre téléphone portable et de la quantité que vous utilisez. Comparer et consulter leurs sites web pour plus de détails.

Sécurité

La criminalité reste relativement faible en France, mais vous devez prendre des précautions raisonnables :

- Ne gardez pas votre carte de crédit, vos billets de voyage et votre argent sur vous - laissez l'argent liquide et les objets de valeur en lieu sûr.
- Vous pouvez être soumis à des contrôles d'identité lorsque vous êtes en France. Vous devez avoir votre passeport/pièce d'identité (ou une photocopie) sur vous en permanence.
- Conservez des photocopies ou des copies numériques des documents suivants, en cas de perte ou de saisie : la page d'identification de votre passeport, votre certificat de

naissance, votre permis de conduire. Conservez les originaux et les copies dans des endroits sûrs et séparés.

- Ne laissez jamais vos bagages sans surveillance et surveillez de près vos effets personnels dans les lieux publics tels que les cybercafés, les aéroports ou les gares ferroviaires ou routières.
- Dans les musées, les monuments et les centres commerciaux, les sacs sont régulièrement contrôlés à l'entrée.
- Évitez de montrer de grosses sommes d'argent en public et n'utilisez pas les distributeurs automatiques après la tombée de la nuit, surtout si vous êtes seul. Vérifiez que personne ne vous a suivi après avoir effectué un retrait d'argent.
- Évitez les rues et les escaliers sombres et non éclairés, prévoyez la prise en charge ou la dépose le plus près possible de l'entrée de votre hôtel ou de votre appartement.
- Les grèves sporadiques des trains et des chauffeurs de taxi peuvent perturber les déplacements.
- Évitez les zones où se déroulent des manifestations et de grands rassemblements. Suivez les instructions des autorités locales et surveillez les médias locaux pour obtenir les dernières informations.
- La saison de la chasse en France est de septembre à février : si vous voyez des panneaux indiquant "chasseurs" ou "chasse gardée" accrochés aux arbres, n'entrez pas dans la zone.

○ **Plan Vigipirate**

Suite au renforcement de la sécurité en France, le programme de sécurité nationale Plan Vigipirate a été augmenté de quelques crans. Les sacs à main et les sacs de courses sont contrôlés à l'entrée des lieux publics et des magasins, et les visiteurs doivent avoir sur eux une pièce d'identité avec photo à tout moment. La coopération et la patience lors de ces contrôles sont essentielles pour que le personnel de sécurité puisse s'acquitter efficacement de ses tâches. Il est également demandé aux personnes de signaler immédiatement tout sac ou objet non surveillé repéré dans un espace public <https://www.gouvernement.fr/vigipirate>

○ **Pickpockets**

Comme dans toutes les grandes villes, les lieux touristiques bondés sont un aimant pour les opportunistes. Sous-estimer leurs capacités serait une erreur. Ils ont les doigts très rapides et disparaissent comme par magie. Que ce soit au Louvre, à Versailles, ou dans tout autre musée, restaurant, métro ou marché, prenez toujours les précautions d'usage pour éviter de devenir une cible facile. Gardez vos objets de valeur bien rangés, votre sac sur le devant, et ne portez pas votre portefeuille dans votre poche arrière. Si un "gentil" étranger attire votre attention sur un objet que vous venez de laisser tomber, prenez garde et toujours s'éloigner d'une bagarre, ou mouvement de foule.

○ **Sur la route**

Lors de la conduite en France, un gilet de visibilité et un triangle de signalisation sont obligatoires dans chaque véhicule. En revanche, les détecteurs de radars utilisés pour repérer les radars mobiles sont illégaux en France. L'utilisation de tout téléphone portable en conduisant, même avec un casque bluetooth, est strictement interdite.

Les limitations de vitesse concernent les zones rurales et peuplées et ne figurent pas toujours dans les panneaux de signalisation répétés. Ainsi, si le conducteur ne fait pas attention, il peut passer devant le premier panneau et ne pas se rendre compte que la limite de vitesse a changé. En règle générale, la limite en zone urbaine est de 50 km/h, réduite à 30 km/h près des écoles et des centres piétonniers. Sauf indication contraire, la limite sur les routes est de 80 km/h, tandis que sur les autoroutes, elle est de 130 km/h ou de 110 km/h sur route mouillée.

Code de la route “priorité à droite”:

Cela peut sembler évident mais en France, les véhicules circulent à droite et les ronds-points dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Il n'est pas rare que des conducteurs arrivant d'un pays où la conduite est à gauche se laissent distraire et fassent momentanément une embardée sur la mauvaise voie. Il existe également une règle moins connue qui effraie les nouveaux arrivants : la règle de la priorité à droite ou ‘right-hand priority’. Il s'agit d'un report d'une coutume dépassée, mais qui s'applique toujours dans certains cas, comme les parkings et les carrefours non marqués, ou ceux qui sont marqués d'un triangle rouge avec un X noir, et chaque fois que les feux de circulation sont hors service ou clignotants. En cas de doute, cédez le passage aux véhicules venant en sens inverse et venant de votre droite.

- **Drogues illégales**

La consommation de drogues illégales (quelle que soit la drogue) est passible de lourdes peines. Si vous êtes pris en possession de drogues illégales ou de marchandises de contrebande, vous pouvez être placé en détention provisoire pendant la durée de l'enquête (qui peut durer plusieurs mois, voire plusieurs années). Si votre véhicule transportait des drogues illicites ou des marchandises de contrebande, la douane française peut le mettre en fourrière pendant la durée de l'enquête.

- **Auto-stop** n'est jamais entièrement sûr dans aucun pays du monde, et nous ne le recommandons pas. Les voyageurs qui décident de faire de l'auto-stop doivent comprendre qu'ils prennent un risque faible mais potentiellement sérieux. N'oubliez pas qu'il est plus sûr de voyager à deux et assurez-vous d'informer quelqu'un de votre destination. L'auto-stop ne fait pas partie de la culture française.

Il est pratiquement impossible de faire du stop depuis le centre des villes, il vaut mieux prendre les transports en commun jusqu'à la périphérie. Il est illégal de faire du stop sur les autoroutes, mais vous pouvez vous tenir près d'une rampe d'accès tant que vous ne bloquez pas la circulation. Il est préférable de faire du stop dans les zones rurales reculées, mais une fois que vous avez quitté les routes nationales, la circulation peut être légère et locale. Si votre itinéraire comprend une traversée en ferry, cela vaut la peine d'essayer de faire un trajet avant le ferry, car les billets de véhicule comprennent généralement un certain nombre de passagers gratuits. Dès la tombée de la nuit, abandonnez et pensez à trouver un endroit où vous loger.

Ou covoiturage : réserver et payer votre trajet via <https://www.blablacar.fr/>

Check-list et documents à emporter dans votre valise

- Disque dur et/ou copie sur une plateforme type Cloud de documents importants
- Copie papier des documents importants

- Documents importants (y compris une lettre signée et datée de votre médecin décrivant votre état de santé et vos médicaments, y compris les noms génériques (les noms des médicaments français sont souvent complètement différents de ceux des autres pays)).

Les choses à faire bien à l'avance avant de partir :

- Lisez attentivement les informations contenues dans ce Guide de l'étudiant
- Finaliser votre dossier de location
- Préparez votre voyage à temps
- Consultez votre messagerie électronique et vérifiez vos spams pour obtenir des informations actualisées sur votre arrivée

Les articles de première nécessité à emporter en France :

- Passeport en cours de validité (ou carte d'identité pour les citoyens des pays de l'UE)
- Copie du passeport
- Photos de passeport
- Billet / documents de voyage
- Espèces, de préférence en euros (€)
- Numéros de téléphone et adresses électroniques des personnes à contacter en cas d'urgence à domicile
- Visa valable (si nécessaire)
- Votre lettre d'admission de l'Unilasalle
- Diplômes originaux et relevés de notes des études antérieures, y compris la traduction en anglais (les étudiants Erasmus sont exemptés)
- Les citoyens des pays de l'UE/EEE doivent se munir d'une assurance valide ou des formulaires E-111/E-128 ou de la carte européenne d'assurance maladie
- Les citoyens des pays non membres de l'UE/EEE doivent apporter une preuve d'assurance
- Une traduction en anglais de vos antécédents médicaux et des documents/prescriptions
- Les ordonnances pour les médicaments que vous prenez et une nouvelle réserve de médicaments prescrits. Veuillez noter que l'ordonnance exacte peut ne pas être disponible pour vous en France
- Autres articles à emporter
- Draps et serviettes de toilette ou [UniLaSalleRouenxMondoPal>10%REDUCTION](#)
- Vêtements et chaussures adaptés au temps pluvieux et au temps froid en hiver
- Adaptateurs pour appareils électriques - en France, la norme est de 220V

N'oubliez pas non plus que vous devrez porter vos bagages, essayez de voyager léger.

Numéros d'urgence

SAMU : 15 pour les urgences vitales

Police : 17 en cas de violence, vol

Pompiers : 18 feu, fuite de gaz, inondation, accident de la route, catastrophe naturelle

112 appel gratuit pour les urgences en Europe

Centre anti-poison

ANNEXE

Rouen

- **Culture, musées, théâtres, cinémas...**

Rouen : présentation

Rouen, ville d'art et d'histoire, couvre une superficie de 21,38 km² pour 106 560 habitants et se caractérise par un climat océanique avec un été tempéré.

Rouen, capitale de la Normandie, une région du nord de la France, est une ville portuaire sur la Seine. Ville importante à l'époque romaine ou au Moyen Âge, elle possède des églises gothiques, comme Saint-Maclou et Saint-Ouen, ainsi qu'un centre piétonnier aux rues pavées, avec des maisons médiévales à colombages. La ligne d'horizon est dominée par les flèches de la cathédrale Notre-Dame, maintes fois représentée par le peintre impressionniste Claude Monet.

Rouen n'est pas seulement la ville aux cent clochers. Son patrimoine est important et son histoire est aussi riche que fascinante. Une ville et une vie à découvrir au cours d'une promenade dans les jardins et les parcs, lors d'une visite des musées rouennais ou au rythme des événements. <https://www.rouentourisme.com/>



Culture et loisirs à Rouen

Cathédrale Notre Dame : Au cœur de la ville historique, la cathédrale est l'incarnation du développement de l'art gothique, depuis le début de sa construction au XIIe siècle sur les fondations d'une basilique du IVe siècle et d'un édifice roman du XIe siècle. Détruite lors des invasions vikings en 841 et, partiellement, en 1944, par les bombardements alliés, la cathédrale est une structure vivante, en perpétuelle évolution. Sa flèche en fonte du XIXe siècle s'élève à une hauteur de 151 mètres (la plus haute de France). Considérée comme "la plus humaine des cathédrales" en raison du manque de symétrie de sa façade ouest, elle est connue dans le monde entier, notamment grâce aux 30 tableaux de la série des Cathédrales de Rouen, peints par Claude Monet.

Bon à savoir : Chaque soir, de juillet à septembre, vous pourrez admirer gratuitement un spectacle son et lumière des Illuminations de la cathédrale de Rouen. Deux spectacles se

succéderont : Première impression au Festival Normandie Impressionniste et Jeanne(s).
Calendrier : Du 4 au 31 juillet à 23h ; Du 1er au 15 août - 22h30 ; Du 16 au 31 août à 22h ; En septembre à 21h30.

Le palais de justice de Rouen a été construit en grande partie entre 1499 et 1507 pour abriter le Parloir aux Bourgeois et l'ancien Trésor public de Normandie. Il est devenu le Parlement de Normandie sous le règne de François Ier en 1515, avant de devenir un palais de justice à partir de la Révolution française. Par l'ampleur et la richesse de sa conception, il témoigne tout d'abord de la prospérité retrouvée de la ville de Rouen à la fin du XVe siècle. Ravagé le 19 avril 1944 lors du bombardement précédant la libération de la ville, qui a causé le plus de dégâts, détruisant presque radicalement le bâtiment principal central de style Louis XII, le bâtiment a ensuite dû être partiellement reconstruit. L'achèvement presque complet de cette restauration minutieuse confirmera le classement du bâtiment en tant que monument historique en 1977, suivi de son inscription définitive en 1979. Le palais de justice est l'un des seuls exemples d'architecture civile de style gothique tardif en France. Typique de cette architecture de style Louis XII, l'élargissement des fenêtres du bâtiment transmet une notion de luxe tandis que leur abondance contribue à l'enchantement du château.

Le Gros Horloge est l'un des monuments emblématiques de la ville de Rouen. Le bâtiment, rattaché à un beffroi, est constitué d'un arc Renaissance enjambant la rue du Gros-Horloge et surmonté d'une horloge astronomique du XIVe siècle. Le Gros-Horloge est inscrit sur la liste des monuments historiques de 1862.

Le Musée des Beaux-Arts possède l'une des plus prestigieuses collections de France. On y trouve des peintures, des sculptures, des dessins et des objets d'art produits par toutes les écoles, du XVe siècle à nos jours.

Bon à savoir : Expositions et ateliers gratuits organisés par " La Réunion des Musées Métropolitains " regroupant 8 musées de Rouen et de son agglomération sur des sujets tels que : géologie, zoologie, peintures, dessins, photographies, arts décoratifs, archéologie, histoire industrielle, etc... <https://musees-rouen-normandie.fr/fr>

Eglise Sainte Jeanne d'Arc et les halles : cette église à l'architecture audacieuse permet d'admirer les vitraux du chœur de l'ancienne église Saint-Vincent, autrefois située au bas de la rue Jeanne d'Arc et détruite en 1944. Son aspect évoque à la fois un bateau viking et un poisson. L'architecte était Louis Arretche, architecte en chef des bâtiments civils et des palais nationaux. Il a été consacré le 29 avril 1979 et inauguré le 27 mai 1979 par Valéry Giscard d'Estaing, président de la République. L'église est classée monument historique depuis octobre 2002.

Historial Jeanne d'Arc : C'est le plus grand site dédié à la mémoire de Jeanne d'Arc, situé au cœur du Palais de l'Archevêque de Rouen. Étroitement lié au destin de Jeanne d'Arc, ce site d'une qualité architecturale exceptionnelle abrite les vestiges de la salle dite de l'Officialité, la "Salle officielle", où sa condamnation fut prononcée en 1431, et où son procès en réhabilitation eut lieu en 1456.

Le jardin des plantes est un endroit magnifique et reposant à découvrir. Promenade ou jogging au milieu des arbres, des plantes et des fleurs. Le jardin des plantes de Rouen a également une vocation scientifique en proposant une présentation variée de la faune et de la flore (plus importante collection de fuschias en France, banque de graines).

Opéra, théâtres et salles de spectacles

Rouen dispose de nombreux équipements culturels qui peuvent accueillir toutes sortes de spectacles. Le Zénith de Rouen, avec ses 8 000 places, propose des spectacles de grande envergure, le 106 avec une musique variée et actuelle, tandis que l'Opéra de Rouen est le lieu dédié à la musique classique, au chant lyrique, à la danse contemporaine et bien sûr à l'opéra. De nombreux lieux insolites comme la magnifique Chapelle Corneille, le Cirque-Théâtre d'Elbeuf ou la Chapelle Saint-Louis accueillent des spectacles de haut niveau, sans oublier le Centre CDN, le Théâtre Charles-Dullin, le Théâtre Rive Gauche...

Opéra de Rouen: www.operaderouen.fr

Le Zénith: www.zenith-de-rouen.com

Le 106: www.le106.com

Le Kalif : www.lekalif.com

Cinéma

Il existe principalement deux types de salles de cinéma à Rouen : Si vous préférez le cinéma non commercial, le cinéma Omnia est fait pour vous: www.omnia-cinemas.com

Les films les plus récents et les plus populaires peuvent être vus au cinéma Kinopolis www.kinopolis.fr et Pathé Dock 76: www.cinemaspathegaumont.com

Bon à savoir : La plupart des films étrangers sont doublés en français, mais certains d'entre eux sont projetés en version originale sous-titrée en français. Un billet coûte environ 10 €, mais vous pouvez bénéficier de tarifs étudiants grâce à votre carte d'étudiant. Tous les programmes et horaires sur le site web : www.allocine.fr

Pubs

Rouen regorge d'endroits charmants où passer les soirées. Toute la nuit, vous pouvez flâner de bar en bar en dégustant différents types de boissons, en écoutant différents types de musique, en rencontrant vos amis ou même en jouant au baby-foot.

○ **Shopping / supermarchés / marchés**

Les supermarchés sont ouverts toute la semaine et généralement de 9 h à 20 h environ, sauf le dimanche, où ils ne sont ouverts que le matin. Ce sont les supermarchés les plus courants : Carrefour, Super U, Monoprix, Simply Market, Lidl...

Le centre commercial et les supermarchés les plus proches d'UniLaSalle et des résidences sont Carrefour : Mont-Saint-Aignan Centre Commercial La Vatine, du lundi au samedi : 9h-21h ; Super U : Centre Commercial des Coquets, Mont-Saint-Aignan, du lundi au samedi : 9h00-20h00 et dimanche 9h00-12h30.

Les centres commerciaux sont ouverts toute la semaine (sauf le dimanche) et généralement de 9 h à 21 h environ. Ils offrent une large gamme de produits (vêtements, chaussures, cosmétiques, équipement de la maison, livres, etc.) et de services (banques, bars, restaurants, blanchisserie, cinéma, etc.) Pour plus d'informations www.docks76.com ou www.rouenstsever.com

Profite de ton temps libre à Rouen

Ta mobilité internationale t'amène à découvrir l'histoire, les loisirs, la culture de ton pays d'accueil. Grâce à 18 théâtres, 1 opéra, de nombreux musées populaires, plus de 10 cinémas, l'Académie de musique / danse / théâtre, de nombreuses galeries d'art, des festivals, une école d'architecture, une école d'art, ta vie d'étudiant à Rouen deviendra extraordinaire ! En voici quelques exemples :

<http://mdu.univ-rouen.fr/>

www.metropole-rouen-normandie.fr/index.php

www.rouentourisme.com/agenda/

<https://www.rouen.fr/rouenmag>

<http://rouen.by-night.fr/>

<https://76.agendaculturel.fr/agenda-culturel/rouen/>

<http://www.radio-r2r.fr>

<http://radiocampusrouen.fr/>

<http://lesrencardsetudiants.wixsite.com/rouen>

<https://actu.fr/76actu/loisirs-culture/>

<http://www.tendanceouest.com/>

<http://www.normandie-web.com/agenda>

<https://www.le-viking.com/>

<https://www.le-viking.com/la-carte-viking/>

La Normandie

HANDYTOWN APP est pratique, utile et gratuit pour découvrir Rouen <https://ary.travel/app>



De plus, l'Office du tourisme situé sur la place de la Cathédrale vous donnera tous les détails pour voyager à travers la Normandie. Les lieux les plus connus de Normandie sont : Giverny, Honfleur, Etretat, Deauville, les plages du débarquement, le Mont-Saint-Michel, et bien d'autres encore ... <https://www.normandie-tourisme.fr/>

France

La France est située à l'ouest de l'Europe et est entourée par l'océan Atlantique, la Méditerranée et la Manche. Les pays limitrophes de la France sont la Belgique, le Luxembourg, l'Allemagne, la Suisse, l'Italie, Monaco, Andorre et l'Espagne. Elle couvre une superficie de 543 965 km² et compte plus de 60 millions d'habitants. La capitale de la France est Paris, avec près de 10 millions d'habitants. Elle est divisée en 96 départements et 22 régions. <https://www.france.fr>

Paris / Versailles

Paris est la capitale française. Elle est également connue comme la ville des lumières, la ville des amoureux, la ville de la mode et certains diront même que c'est la plus belle ville du monde. Alors peut-être que vous devriez aller voir par vous-même... [visiter Paris](#) !

Les principales attractions sont : la tour Eiffel, le musée du Louvre et la pyramide, le musée d'Orsay, la cathédrale Notre-Dame, les Champs Elysées, Montmartre et le Sacré Coeur, le château de Versailles.

Vous devrez utiliser le métro ou le bus ([RATP](#)) et vous pouvez également profiter d'une croisière sur la Seine sur les "Bateaux Mouches"

La baie du Mont-Saint-Michel

Autre célèbre lieu français, le Mont-Saint-Michel situé sur la côte ouest, à la frontière entre la Normandie et la Bretagne. Préparez-vous : c'est aussi beau que fréquenté !

Tout près : Avranches, Granville (musée Christian Dior)

[Mont Saint Michel office de tourisme](#)

Normandie / Omaha beach

La Normandie regorge de lieux charmants à découvrir tels que : Honfleur, Deauville, Etretat, Cabourg sur la côte ou Giverny (maison et jardins de Claude Monet), Rouen, Alençon...

Mais la côte est aussi le lieu où le jour J s'est produit. Il y a plusieurs musées et cimetières pleins d'histoire à visiter <https://www.normandie-tourisme.fr/les-incontournables/>

Bordeaux

Bordeaux est aussi connue que le vin, mais c'est aussi une belle ville où l'on peut profiter de la culture, de la gastronomie et de l'œnologie. La célèbre "Ville du vin" est l'un des meilleurs musées du monde selon le National Geographic.

Près de la Garonne, vous pouvez visiter l'écosystème Darwin : un lieu dédié à la durabilité (ferme urbaine), à l'art, au sport, à la nourriture et bien sûr au vin.

Autres lieux : le miroir d'eau, le Grand Théâtre, le quartier Saint-Pierre...

Il est également possible de faire une croisière sur le fleuve, ou bien de louer un vélo ou une voiture pour visiter les vignobles des environs, ou encore d'aller à la Dune du Pilat.

<https://www.bordeaux-tourisme.com/>

Vallée de la Loire

Si vous avez un faible pour l'histoire, vous aimerez la [vallée de la Loire](#), également connue sous le nom de "châteaux de la Loire". Principaux châteaux à visiter : Chambord, Blois, Chenonceau, Cheverny, Clos Lucé...

En fait, cette région est également célèbre pour ses vins !

Provence - Côte d'Azur

Ciel d'azur, mer d'azur, c'est l'endroit idéal si vous cherchez à prendre un bain de soleil ou si vous cherchez la plage secrète parfaite. Mais vous pouvez aussi découvrir de charmants villages à la campagne tels que Borme-les-mimosas, Grasse, Menton, Saint Paul de Vence. Ou des villes très connues telles que Cannes, Saint-Tropez, Nice, Monaco. Plus d'infos sur <https://cotedazurfrance.fr/>

Les Alpes

Randonnée, vélo, canyoning, parapente... Profitez de toutes les activités de montagne dans les magnifiques réserves naturelles régionales !

Principaux lieux à visiter : Annecy la ville et son lac, l'Aiguille du Midi (accès par téléphérique), Evian-les-bains, Grenoble, Chambéry

[Marchés de Noël](#) en Alsace (Strasbourg, Colmar, ...)

Les marchés de Noël dans l'est de la France sont vraiment célèbres. Attention, il y a vraiment beaucoup de monde ! Les plus célèbres se trouvent à Colmar, Kaysersberg, Strasbourg (un des plus grands et des plus anciens, il s'appelle Christkindelsmärik), Ribeauvillé (marché à thème médiéval), ...

Europe

Si vous souhaitez vous rendre dans un autre pays que la France, vous pouvez consulter les sites du ministère de l'Europe et des affaires étrangères :

<https://www.diplomatie.gouv.fr/fr/>

Vous y trouverez des informations essentielles, telles qu'une carte répertoriant tous les pays du monde par code couleur en fonction de la situation, ainsi que les contacts des ambassades.

Moins de 2h30 de vol depuis Londres, Munich, Rome, Madrid, Amsterdam, Bruxelles, Lisbonne, Vienne, Dubrovnik ... Et tant d'autres possibilités !

[Plus d'idées sur Lonely Planet](#)

Un autre partenariat d'UniLaSalle s'appelle READY TO GO, le guide communautaire gratuit pour bien préparer son voyage partout dans le monde : Comment et quand partir ? Toutes les informations dont vous avez besoin pour préparer votre séjour comme les formalités, le logement, le coût de la vie, l'hôtel, les assurances, les stages, les études, les vols, les conseils et les bons plans... Préparez-vous à l'imprévu ! Grâce à votre espace personnel, vous pouvez organiser votre projet de voyage, échanger, témoigner, partager vos conseils et vos expériences... <https://www.readytogo.fr/recherche/france>

Numéros d'urgence

SAMU : 15 Service d'assistance médicale d'urgence.

Police : 17 en cas de violence, de vol, de braquage.

Pompiers : 18 en cas d'incendie, de fuite de gaz, de dégât des eaux, de catastrophe naturelle, d'accident de la route.

Le numéro 112 pour les urgences en Europe, gratuit

Centre anti-poison

Hôpital CHU Charles Nicolle [02 32 88 89 90](tel:0232888990)

Adresse : 37 boulevard Gambetta, 76000 Rouen

POINTS IMPORTANTS À PRÉCISER AU TÉLÉPHONE : votre identité (nom, prénom, victime ou témoin), une adresse (où les services doivent intervenir), la raison de votre appel (préciser les raisons de votre appel).