

# PRÉPARER SON SÉJOUR & S'INSTALLER



Le guide pratique  
des étudiants internationaux

2024-2025

# L'UNIVERSITÉ GRENOBLE ALPES – UGA

Chères étudiantes et étudiants internationaux,

Vous venez de rejoindre l'Université Grenoble Alpes pour un séjour d'échange ou pour poursuivre vos études supérieures, soyez les bienvenus !

Ancrée dans son territoire, pluridisciplinaire et ouverte à l'international, l'Université Grenoble Alpes (UGA) accueille sur ses campus 59 500 étudiants, dont 10 000 internationaux de 155 nationalités.

Elle regroupe l'ensemble des forces de l'enseignement supérieur public de Grenoble et Valence. Avec une offre de formation couvrant l'ensemble des disciplines, des enseignements de haut niveau dispensés par des enseignants-chercheurs qui exercent des activités de recherche dans des laboratoires de renommée internationale, 175 hectares de campus verdoyant dans un écrin de montagnes au cœur des Alpes et une vie étudiante dynamique et participative, l'Université Grenoble Alpes a tous les atouts pour vous offrir une expérience enrichissante et vous permettre d'enrichir vos connaissances académiques.

Cette expérience de mobilité s'accompagne de grands changements: c'est un nouveau pays qu'il faut découvrir et appréhender!

Particulièrement attachée à l'accompagnement et la réussite des étudiants internationaux, l'UGA a conçu ce guide pour faciliter la préparation de votre arrivée, en vous offrant une vue d'ensemble de toutes les étapes qui vous attendent, depuis l'acceptation jusqu'aux premiers jours de votre séjour.

Il s'inscrit en complément du portail international de l'UGA, sur lequel vous trouverez des informations détaillées pour chacun des sujets abordés dans ce guide.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga>



# Préparer votre séjour...

## ÉTAPE 01

### VOUS ÊTES ADMIS

Quelques mois avant...

- 1 Finaliser votre admission à l'université p.5
- 2 Prévoir votre budget p.5
- 3 Rechercher un logement p.6
- 4 Obtenir un visa p.7
- 5 Se renseigner sur la couverture santé p.8

## ÉTAPE 02

### VOUS ALLEZ BIENTÔT PARTIR

Quelques semaines avant...

- 6 Comment venir et se déplacer p.10
- 7 Réserver un hébergement temporaire p.12
- 8 Préparer votre arrivée : checklist et conseils p.13

## ÉTAPE 03

### VOUS VENEZ D'ARRIVER

Les premières semaines...

- 9 Accéder à internet p.15
- 10 Se loger p.16
- 11 Ouvrir un compte en banque p.17
- 12 Souscrire une assurance responsabilité civile p.17
- 13 S'acquitter de la CVEC p.17
- 14 Finaliser votre inscription à l'université p.17
- 15 Vous affilier à l'assurance maladie p.18
- 16 Faire une demande d'aide au logement p.19
- 17 Valider votre visa ou demander un titre de séjour p.20
- 18 Besoin d'aide ? Vos interlocuteurs p.20

...dans un établissement de  
l'Université Grenoble Alpes



ÉTAPE 1  
**VOUS ÊTES ADMIS**

## FINALISER VOTRE ADMISSION À L'UNIVERSITÉ

Une fois la confirmation de votre admission reçue, renseignez-vous auprès du service de scolarité ou du service des relations internationales de votre établissement d'accueil pour savoir quelles sont les étapes à suivre avant votre arrivée, et les dates de rentrée.

### À SAVOIR

Pour la réservation de vos billets d'avion et de train, évitez autant que possible d'arriver un dimanche, un jour férié, ou après 19h, car beaucoup de commerces seront fermés et les transports locaux moins nombreux.

Si vous logez en résidence, vérifiez également leurs horaires d'accueil pour la remise des clefs.

## PRÉVOIR VOTRE BUDGET

Avant de partir, il est important d'estimer votre budget.

Notez qu'en plus des dépenses récurrentes, beaucoup de frais liés à votre installation sont à prévoir à votre arrivée !

### DÉPENSES MENSUELLES

Le logement est la principale source de dépense pour un étudiant et peut constituer jusqu'à 50% du budget mensuel. Comptez entre 250€ et 800€ par mois en fonction du type de logement, auxquels il faut ajouter les charges de consommation (eau, électricité, et gaz, 30 à 100€ par mois).

Dans certaines résidences privées, les charges sont déjà incluses dans le loyer, ce qui peut être avantageux.

Après le logement, l'alimentation est le deuxième poste de dépense, avec environ 250€ par mois. Viennent ensuite les loisirs, les transports, les abonnements internet et téléphone, sans oublier les frais de santé, qui, même s'ils sont bien pris en charge en France, représentent un coût.

### DÉPENSES À L'ARRIVÉE

Attention, les dépenses à l'arrivée sont nombreuses et peuvent dépasser 1 000€ : frais d'inscription universitaire, premier mois de loyer, dépôt de garantie pour le logement, souscription aux contrats d'eau, électricité, téléphone et internet, assurances, etc.

#### À SAVOIR

Frais d'inscription universitaires

Les droits d'inscription varient en fonction de votre niveau d'étude et de la formation choisie.

Des «frais d'inscription différenciés» plus élevés s'appliquent pour les étudiants non-européens, mais de nombreuses situations donnent lieu à des exonérations.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Budget > Coût de la vie

### FINANCER VOTRE SÉJOUR

#### Bourses

De nombreuses offres de bourses peuvent vous aider à financer votre séjour, mais les demandes se font généralement plusieurs mois, voire même un an avant l'inscription universitaire.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Budget > Aides financières

#### Travail

Pour financer vos études, vous pouvez également exercer une activité à temps partiel, jusqu'à 964 heures par an, soit 60% de la durée annuelle légale du travail en France (sauf exceptions liées à certains types de visa).

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Budget > Jobs étudiants

#### POUR EN SAVOIR +

Liste détaillée des principales dépenses mensuelles et des dépenses à l'arrivée :

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Budget > Coût de la vie

Rubrique Visas et titres de séjour > Droits associés

#### À SAVOIR

Les étudiants internationaux peuvent bénéficier d'une aide financière de l'État français pour leur loyer, versée par la Caisse d'Allocations Familiales (CAF). Attention, son versement est soumis à conditions et le montant varie, notamment en fonction de vos ressources. Les délais de versements de cette aide peuvent être de plusieurs mois en période de rentrée.

# RECHERCHER UN LOGEMENT

Il existe principalement deux modes de logement pour les étudiants : les résidences étudiantes (publiques ou privées) et le secteur locatif privé.



Trouver un logement dans la région n'est pas simple, en particulier à Grenoble, mais les possibilités sont nombreuses. Nous vous conseillons de commencer vos recherches au moins deux mois avant votre arrivée en France.

## **Vous effectuez une mobilité dans le cadre d'un partenariat à Grenoble**

L'International Students & Scholars Office (ISSO) sera votre interlocuteur principal pour la recherche de logement. Via une plateforme logement dédiée, vous pourrez exprimer des souhaits parmi l'offre de logement négociée avec des résidences étudiantes publiques (CROUS) et certaines résidences étudiantes privées. En fonction de vos souhaits et de l'offre disponible, ISSO vous mettra directement en relation avec le partenaire pour finaliser la réservation du logement.

Vous recevrez automatiquement par email des codes d'accès à la plateforme.

## **Vous effectuez une mobilité dans le cadre d'un partenariat à Valence**

Adressez-vous au correspondant des relations internationales de votre composante ou école, qui vous accompagnera dans vos démarches.

## **Vous êtes boursier du gouvernement français géré par Campus France**

Adressez-vous directement à Campus France, qui vous accompagnera dans vos recherches.

### **POUR EN SAVOIR +**

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>  
Rubrique Logement > Recherche de logement

## **LES RÉSIDENCES ÉTUDIANTES PUBLIQUES (CROUS GRENOBLE ALPES)**

C'est de loin le type d'hébergement le plus économique, mais le nombre de places est limité et priorité est donnée aux étudiants français boursiers. Gardez à l'esprit qu'effectuer une demande auprès du CROUS ne garantit pas l'obtention d'une chambre !

Si vous n'êtes pas dans l'une des situations ci-dessus, vous pourrez déposer un dossier de candidature dans une résidence du CROUS à partir du mois de juillet, en fonction des disponibilités restantes. Pour accéder à la plateforme de réservation du CROUS, vous devrez créer un compte «MesServices».

> <https://www.messervices.etudiant.gouv.fr/>

## **LES RÉSIDENCES ÉTUDIANTES PRIVÉES**

Proposant des loyers plus élevés que les résidences étudiantes publiques du CROUS, elles offrent néanmoins des avantages comparables : vie en collectivité, chambres ou studios meublés, internet, laverie, salle de sport, etc. Les demandes sont à effectuer directement auprès des résidences, en remplissant un dossier.

## **LES RÉSIDENCES À CARACTÈRE SOCIAL**

Nombre de ces résidences acceptent les étudiants, même s'ils ne sont pas toujours leur public-cible : foyers de jeunes travailleurs, foyers associatifs, groupe Action Logement, etc. Ces solutions sont une alternative au CROUS, avec des loyers à peine plus élevés, mais le nombre de places est très limité et certaines nécessitent que vous soyez déjà en France au moment de la candidature.

## **LE SECTEUR LOCATIF PRIVÉ**

L'offre locative du secteur privé est nettement plus importante et variée, mais trouver un logement à distance pour un étudiant international peut s'avérer difficile. Il est généralement préférable dans ce cas de réserver un hébergement temporaire pour quelques semaines et de chercher une fois sur place (voir la section «Réserver un hébergement temporaire» de ce guide).

### **À SAVOIR**

Les hébergements temporaires chez des particuliers réservés sur les plateformes en ligne sans contrat de location ne peuvent pas être utilisés comme justificatifs de domicile pour l'ouverture d'un compte en banque en France.

## TROUVER UN GARANT

La réglementation française protège les locataires des expulsions, en échange de quoi la quasi-totalité des propriétaires exigent du locataire qu'il présente un garant pour le paiement du loyer.

Un garant est une personne ou une structure qui s'engage à payer votre loyer à votre place si vous ne pouvez plus assurer le paiement de celui-ci.

Si vous rencontrez des difficultés pour trouver un garant en France (les garants résidant à l'étranger sont rarement acceptés par les propriétaires), d'autres solutions existent, notamment la procédure Visale, gratuite et acceptée par le CROUS et de nombreux bailleurs.

> [www.visale.fr](http://www.visale.fr)

> [www.campusfrance.org/fr](http://www.campusfrance.org/fr)

Rubrique Étudiants > S'organiser > Logement

## SOYEZ VIGILANTS

Des tentatives d'escroquerie visent chaque année des étudiants. Méfiez-vous des annonces trop alléchantes, privilégiez les communications via les plateformes de location (qui peuvent contrôler les contenus) et n'envoyez pas d'argent à distance sans avoir signé de contrat de location au préalable. Ces risques sont moins élevés dans les résidences.



Colocation à la Maison-des-Étudiants (CROUS)

## OBTENIR UN VISA

Excepté pour les ressortissants de l'Espace Économique Européen, de Monaco, d'Andorre et de Suisse, il est nécessaire d'obtenir un visa pour entrer et étudier en France métropolitaine.

### POUR SAVOIR SI VOUS AVEZ BESOIN D'UN VISA

> <https://france-visas.gouv.fr>

### DEMANDER UN VISA ÉTUDIANT

Si vous venez d'un pays où existe la procédure 'Études en France', consultez le site de Campus France pour être guidé dans vos démarches :

> <https://www.campusfrance.org/fr/candidature-procedure-etudes-en-france>

Si vous venez d'un pays où n'existe pas la procédure 'Études en France', consultez le site de l'ambassade de France de votre pays de résidence pour suivre la procédure de demande de visa étudiant.

La durée de la procédure est variable en fonction des pays et de la période de la demande, mais prend généralement plusieurs semaines. Il est donc nécessaire de bien anticiper vos démarches.

### CONSTITUER VOTRE DOSSIER

En plus de votre admission, plusieurs aspects de votre dossier seront examinés par le consulat, notamment : le justificatif de domicile en France, qui peut être un logement temporaire, et la preuve de ressources suffisantes. Des ressources d'au moins 615€ par mois pendant la durée de votre visa sont exigées.

### À SAVOIR

Si vous étudiez déjà dans un autre pays européen et êtes inscrit dans un programme de mobilité étudiante prévoyant un séjour en France de moins d'un an, vous pouvez bénéficier de la procédure facilitée de mobilité intra-européenne, qui évite d'avoir à demander un visa. Attention, ce dispositif ne vous permettra pas de bénéficier de certaines prestations sociales, comme les aides au logement de la Caisse d'Allocations Familiales, ou la Sécurité Sociale française.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Visas et titres de séjour > Entrée en France - Visas

# SE RENSEIGNER SUR LA COUVERTURE SANTÉ

En France, il est obligatoire pour tous les étudiants internationaux d'avoir une assurance santé. Quelle que soit votre situation, vous trouverez ici toutes les informations utiles pour anticiper vos démarches, et ainsi être couvert dès votre arrivée et durant votre séjour d'études.

## L'ASSURANCE MALADIE (« SÉCURITÉ SOCIALE »)

### **Vous êtes ressortissant européen (UE/EEE) ou suisse**

Avant votre arrivée, vous devez demander votre Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) auprès de la caisse d'assurance maladie de votre pays. Elle doit être valide pendant toute la durée de votre séjour en France.

### **Vous êtes britannique**

Avant votre arrivée, vous devez demander votre Global Health Insurance Card (GHIC) ou Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM/EHIC) auprès de la caisse d'assurance maladie de votre pays. Elle doit être valide pendant toute la durée de votre séjour.

<https://www.nhs.uk/>

Rubrique 'Healthcare abroad'

### **Vous êtes québécois**

Vous devez vous munir d'une attestation de la Régie de l'Assurance Maladie du Québec (RAMQ) avant votre arrivée en France.

[www.ramq.gouv.qc.ca](http://www.ramq.gouv.qc.ca)

Rubrique Citoyens > Absence du Québec

### **Vous êtes de la Principauté de Monaco**

Avant votre arrivée, vous devez demander à votre caisse de sécurité sociale monégasque une attestation de droits précisant votre rattachement à l'assurance maladie monégasque.

### **Vous êtes de la Principauté d'Andorre**

Avant votre arrivée, vous devez vous munir du formulaire SE 130-04 auprès de votre caisse andorrane de sécurité sociale pour être couvert durant votre séjour d'études.

### **Vous êtes d'une autre nationalité**

Avant votre arrivée en France, vous devez souscrire une assurance voyage ou une assurance santé privée pour être couvert les premières semaines de votre séjour, en attendant de vous affilier à l'assurance maladie française.

Vous devrez vous affilier à l'assurance maladie française une fois arrivé en France, et dès après votre inscription administrative à l'université. Pensez à vous munir d'un acte de naissance, il vous sera demandé.

### **IMPORTANT**

L'assurance maladie, dite « Sécurité sociale », ne couvre qu'une partie des frais médicaux.

Pour la partie restante, qui n'est pas prise en charge par la Sécurité sociale, nous vous recommandons fortement de souscrire une assurance complémentaire (appelée « complémentaire santé » ou « mutuelle ») à votre arrivée en France.

### **POUR EN SAVOIR +**

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Assurances > Assurance santé

## **ASSURANCE RAPATRIEMENT**

Nous vous conseillons également, avant votre arrivée en France, de souscrire une assurance rapatriement pour toute la durée de votre séjour qui permettra de prendre en charge votre rapatriement en cas de maladie grave ou de décès. Certaines cartes bancaires incluent une assurance rapatriement. Renseignez-vous auprès de votre banque avant de partir.

### **À SAVOIR**

Deux autres assurances sont obligatoires et devront être souscrites à votre arrivée en France : les assurances logement et responsabilité civile.

Plus d'informations dans la section « Vous venez d'arriver » de ce guide.





ÉTAPE 2

**VOUS ALLEZ  
BIENTÔT PARTIR**

# COMMENT VENIR ET SE DÉPLACER



## DEPUIS PARIS

Les deux aéroports de Paris sont :

- Aéroport de Paris-Charles de Gaulle (CDG) situé au nord-est de Paris,
- Aéroport de Paris-Orly situé au sud de Paris.

> [www.parisaeroport.fr](http://www.parisaeroport.fr)

### À SAVOIR

Attention, durant la période des Jeux olympiques, du 26 juillet au 8 septembre 2024, les déplacements en région parisienne seront impactés.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Venir à Grenoble ou Valence

### Rejoindre la gare "Paris - Gare de Lyon"

Depuis l'aéroport, vous devrez vous rendre à la gare "Paris - Gare de Lyon" pour rejoindre Grenoble ou Valence en TGV (Train Grande Vitesse).

Pour cela, trois possibilités : en bus, en RER (train) ou en taxi.

#### En bus :

Depuis l'aéroport Paris CDG

- 'Roissybus'

> <https://www.parisaeroport.fr/passagers/acces/paris-charles-de-gaulle/transports-en-commun/roissybus>

Depuis l'aéroport d'Orly

- 'Orlybus'

> [://www.parisaeroport.fr/passagers/acces/paris-orly/transports-en-commun/orlybus](http://www.parisaeroport.fr/passagers/acces/paris-orly/transports-en-commun/orlybus)

Les lignes Roissybus et Orlybus vous permettent de rejoindre le centre de Paris. Prenez ensuite le métro ou le RER pour rejoindre la gare 'Paris - Gare de Lyon'.

#### En RER :

- Depuis l'aéroport Paris-CDG, RER ligne B jusqu'à la station Châtelet-Les Halles, puis ligne A.
- Depuis l'aéroport d'Orly, Orlyval, puis RER ligne B jusqu'à la station Châtelet-Les Halles, et enfin ligne A.

> [www.ratp.fr/titres-et-tarifs/billet-aeroport](http://www.ratp.fr/titres-et-tarifs/billet-aeroport)

### À SAVOIR

Pour vos déplacements sur Paris, pensez à consulter le site de la RATP : [www.ratp.fr](http://www.ratp.fr)

La RATP propose également une application sur smartphone pour calculer vos trajets :

> [www.ratp.fr/apps/application-ratp](http://www.ratp.fr/apps/application-ratp)

#### En taxi :

En France, les tarifs des taxis sont réglementés, mais assez élevés. Les taxis officiels ont une enseigne lumineuse sur le toit.

Tarif : environ 44€ depuis Paris-Orly, et 56€ depuis Paris CDG.

### De Paris-Gare de Lyon à l'Université Grenoble Alpes

Depuis la gare "Paris - Gare de Lyon", les TGV desservent Grenoble en 3h et Valence en 2h30. Il est préférable de réserver son billet à l'avance pour bénéficier de prix avantageux.

> [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com) ou [www.trainline.fr](http://www.trainline.fr)

## DEPUIS LYON

De l'aéroport de Lyon-St Exupéry à l' Université Grenoble Alpes.

> [www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com)

#### En bus :

Les compagnies Flixbus et BlaBlaCarBus desservent Grenoble ou Valence.

> [www.blablacar.fr/bus](http://www.blablacar.fr/bus)

> [www.flixbus.fr](http://www.flixbus.fr)

#### En train :

Vous pouvez vous rendre en train à Grenoble ou Valence depuis l'une de ces 3 gares :

- Gare de Lyon-St Exupéry (aéroport),
- Gare de Lyon-Part-Dieu (centre-ville de Lyon),
- Gare de Lyon-Perrache (centre-ville de Lyon).

> [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com) ou [www.trainline.fr](http://www.trainline.fr)

## DEPUIS GENÈVE

Depuis Genève, il est possible de rejoindre Grenoble ou Valence en bus ou en train.

> [www.gva.ch](http://www.gva.ch)

#### En bus:

Les compagnies Flixbus et BlaBlaCarBus desservent Grenoble ou Valence.

> [www.blablacar.fr/bus](http://www.blablacar.fr/bus)

> [www.flixbus.fr](http://www.flixbus.fr)

#### En train:

Depuis l'aéroport de Genève vous devrez vous rendre d'abord à la gare de Genève-Cornavin, pour ensuite prendre un train jusque Grenoble ou Valence.

> [www.gva.ch](http://www.gva.ch)

Rubrique Accès & Transports

> [www.sncf-connect.com](http://www.sncf-connect.com) ou [www.trainline.fr](http://www.trainline.fr)

### À SAVOIR

Quelques destinations européennes sont aussi desservies par deux autres aéroports locaux : l'aéroport Grenoble Alpes Isère et l'aéroport Chambéry Savoie Mont Blanc, mais ces vols ne sont pas assurés toute l'année.

Plus d'informations sur :

> [www.grenoble-airport.com](http://www.grenoble-airport.com)

> [www.chambery-airport.com](http://www.chambery-airport.com)

### MOBILITÉ VERTE

Les transports sont à l'origine d'une grande partie des émissions de gaz à effet de serre. Si l'avion reste souvent nécessaire pour des trajets de longues distances, pensez aux trains et bus qui sont une alternative intéressante pour vos déplacements en Europe, de courtes ou de moyennes distances. Par personne et par kilomètre, le train pollue 14 fois moins que l'avion.

### VOUS DÉPLACER DANS LA VILLE

Chaque ville possède son propre réseau de transport en commun. À votre arrivée, vous pourrez acheter des tickets à l'unité, à la journée ou pour quelques jours. Il existe aussi des abonnements mensuels ou annuels, qui sont plus avantageux financièrement.

#### À Grenoble

Le réseau des transports en commun à Grenoble s'appelle la TAG. Grenoble et son agglomération disposent de 48 lignes de bus et 5 lignes de tramway.

> [www.tag.fr](http://www.tag.fr)

#### À Valence

Le réseau des transports en commun de Valence et son agglomération s'appelle Citéa.

> [www.valenceromansmobilites.fr/](http://www.valenceromansmobilites.fr/)



## RÉSERVER UN HÉBERGEMENT TEMPORAIRE

À votre arrivée, si vous n'avez pas encore trouvé de logement définitif, vous pouvez réserver une place à l'auberge de jeunesse, chez un particulier ou à l'hôtel.

### À GRENOBLE

Auberge de jeunesse FUAJ (Fédération Unie des Auberges de Jeunesse)

Adhésion obligatoire à l'association HI (Hostelling international), environ 2€.

L'adhésion individuelle est gratuite sur présentation d'une lettre d'admission ou de preuve d'inscription à l'Université Grenoble Alpes.

10 avenue du Grésivaudan - 38 130 Échirolles

+33 (0)4 76 09 33 52

grenoble@hifrance.org

> [www.hifrance.org/auberge-de-jeunesse/grenoble-agglomeration.html](http://www.hifrance.org/auberge-de-jeunesse/grenoble-agglomeration.html)

Office de tourisme de Grenoble

L'Office de tourisme liste un grand nombre d'hébergements : auberges de jeunesse privées, hôtels, appart'hôtels, etc.

> [www.grenoble-tourisme.com/fr/ou-dormir/](http://www.grenoble-tourisme.com/fr/ou-dormir/)

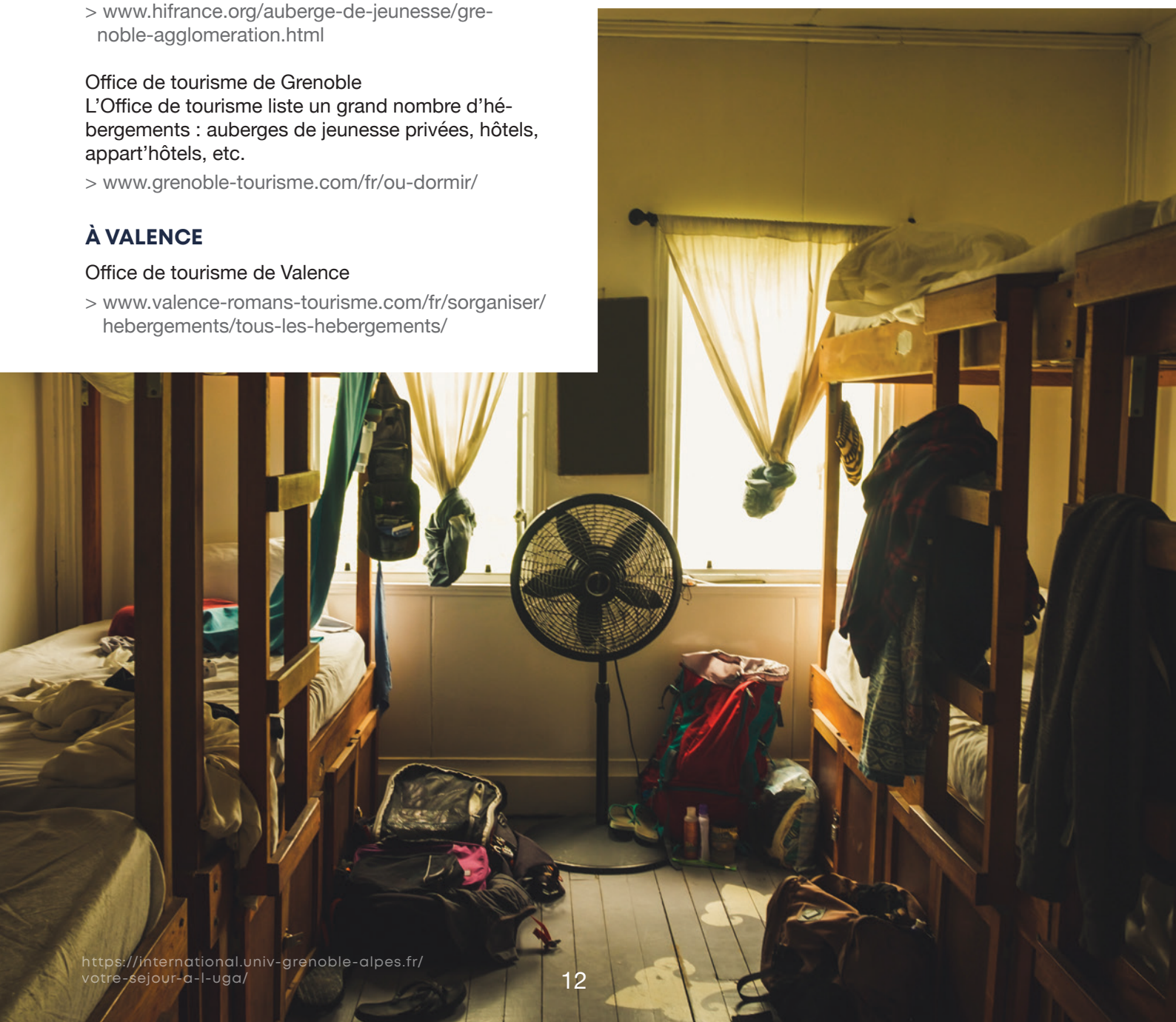
### À VALENCE

Office de tourisme de Valence

> [www.valence-romans-tourisme.com/fr/sorganiser/hebergements/tous-les-hebergements/](http://www.valence-romans-tourisme.com/fr/sorganiser/hebergements/tous-les-hebergements/)

### À SAVOIR

Pour ouvrir un compte bancaire français, il faut présenter un justificatif de domicile en France. Les hébergements temporaires ne permettent pas toujours d'obtenir un tel justificatif.



# PRÉPARER VOTRE ARRIVÉE : CHECKLIST & CONSEILS

## À NE PAS OUBLIER

### Pour tous les étudiants :

- Carte d'identité (ressortissants européens) ou passeport en cours de validité.
- Carnet de santé et certificats de vaccination (si disponibles).
- Original de votre extrait d'acte de naissance comportant la filiation.
- Lettre d'acceptation de l'établissement français (l'original si disponible).
- Permis de conduire, si vous souhaitez utiliser un véhicule en France.
- Adaptateur de prise électrique (les prises en France sont de type C et E/F).

### Pour les ressortissants européens (UE/EEE) et suisse :

- Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) valide pour toute la durée du séjour en France.

### Pour les ressortissants britanniques

- Global Health Insurance Card (GHIC) ou Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM/EHIC) valide pour toute la durée du séjour en France.

### Pour les ressortissants québécois, ou des Principautés de Monaco ou Andorre:

- Le formulaire ou l'attestation de la caisse d'assurance maladie ou de sécurité sociale de votre pays garantissant votre couverture santé durant votre séjour d'études en France

## À SAVOIR

Certains documents rédigés dans une langue autre que le français (acte de naissance, permis de conduire, etc.) doivent être traduits par un traducteur assermenté auprès des tribunaux français. Si vous souhaitez effectuer ces traductions avant de partir, vous devez vous adresser à l'ambassade ou au consulat de France de votre pays, afin de légaliser ou apostiller les traductions.

## NOS CONSEILS

- Scannez tous vos documents importants et envoyez-les sur votre boîte mail. Emportez également sur vous 2-3 photocopies de ces documents, vous en aurez besoin très rapidement une fois arrivé.
- Si vous ne possédez ni Carte Européenne d'Assurance Maladie, ni Global Health Insurance Card, ni formulaires de la RAMQ ou de vos caisses monégasque ou andorrane, pensez à souscrire une assurance santé privée pour être couvert les premières semaines de votre séjour en France.
- Si vous prenez l'avion, gardez sur vous tous les documents de cette checklist : ils peuvent vous être demandés à l'arrivée par la police des frontières.
- Pensez à noter les informations essentielles au cas où vous n'auriez pas accès à internet à votre arrivée : adresse de votre logement, numéro de téléphone de l'accueil (pour les résidences étudiantes), itinéraire entre la gare et le logement avec les numéros de bus ou de tram, contacts au sein de votre établissement, etc.
- Si votre pays utilise une autre monnaie que l'Euro, pensez à changer de l'argent pour vos premières dépenses. Nous vous recommandons de ne pas garder tout votre argent liquide au même endroit. Avant de partir, vérifiez les conditions de retrait d'argent à l'étranger avec votre carte, car l'ouverture d'un compte en France peut prendre une à deux semaines (voir la section « ouvrir un compte en banque » de ce guide).
- Vous pouvez aussi vous faire accompagner par des étudiants déjà présents à l'UGA via le programme de parrainage. Consultez la section « Besoin d'aide ? Vos interlocuteurs » de ce guide.



ÉTAPE 3  
**VOUS VENEZ  
D'ARRIVER**

## ACCÉDER À INTERNET

De nombreux points d'accès au wifi sont à votre disposition dès votre arrivée :

- Dans les aéroports, les cafés, mais aussi dans certaines zones en centre-ville.
- Dans les restaurants et résidences universitaires.
- Sur les campus universitaires : votre université d'accueil vous remettra au moment de votre inscription vos identifiants et mot de passe pour accéder au réseau «wifi campus». Si vous avez déjà accès au réseau Eduroam dans votre université d'origine, vous pourrez également y accéder en France avec les mêmes identifiants.

**À Grenoble**, des ordinateurs sont également disponibles en accès libre à au sein de l'espace d'accueil MUSE sur le campus, ou dans les bibliothèques de la ville.

**À Valence**, des ordinateurs en accès libre sont disponibles dans les médiathèques publiques.

Les forfaits mobiles en France incluent tous un accès (quasi) illimité à internet en plus des appels. Vous avez la possibilité de prendre un abonnement mensuel ou d'acheter dans un premier temps des cartes prépayées.

### À SAVOIR

L'UGA se mobilise pour venir en aide aux étudiants en situation de précarité numérique. Si vous ne possédez pas d'ordinateur à votre arrivée en France, et que votre budget est limité, signalez-vous à votre composante, qui pourra en fonction des disponibilités vous proposer un ordinateur en prêt.

> <https://services-numeriques-etudiants.univ-grenoble-alpes.fr/fr/>

Rubrique Postes informatiques > Prêt d'ordinateur



### À SAVOIR

Pensez à vérifier les frais d'itinérance de votre opérateur si vous souhaitez accéder à internet sur votre téléphone à votre arrivée en France.

### POUR EN SAVOIR +

#### Wifi à Grenoble :

[www.grenoble.fr/demarche/464/659-le-wifi-a-grenoble.htm](http://www.grenoble.fr/demarche/464/659-le-wifi-a-grenoble.htm)

#### Wifi à Valence :

<https://www.valence.fr/ma-ville/ville-connectee>

#### Ordinateurs en libre accès dans les médiathèques à Valence :

<https://mediatheques.valenceromansagglo.fr/>  
Rubrique Services > Espaces numériques

#### Accès aux ordinateurs dans les bibliothèques à Grenoble :

<https://www.solidarites-grenoble.fr/aide/133/957-wifi-a-grenoble.htm#acteurs>



# SE LOGER

## RECHERCHER UN LOGEMENT SUR PLACE

La recherche d'un logement demande beaucoup d'engagement et de temps : contactez les résidences, consultez très régulièrement les annonces sur internet et celles des agences immobilières, et n'hésitez pas à demander conseil aux autres étudiants.

Lors des visites, pensez à avoir sur vous plusieurs exemplaires de votre dossier prêts, cela vous permettra d'être réactif en cas de coup de cœur ! Pensez à consulter la section "Rechercher un logement > Le secteur locatif privé" dans la partie 1 de ce guide pour obtenir plus d'informations sur la recherche d'un logement dans le secteur privé.

### POUR EN SAVOIR +

Lexique du logement :

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Logement > Recherche de Logement

Les documents qui peuvent vous être demandés pour la signature du contrat de bail :  
[www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1169](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F1169)

## ENTRER DANS VOTRE LOGEMENT

### Signer le contrat de location (bail)

Avant de pouvoir entrer dans un logement, le propriétaire et vous-même devrez signer un contrat de location, appelé "bail". Ce contrat, établi en deux exemplaires, définit les conditions de la location en mentionnant le montant du loyer, la surface du logement, la durée du contrat, etc. En même temps que la signature du contrat, vous aurez à régler les différents frais d'entrée dans le logement :

- dépôt de garantie,
- frais d'agence (en cas de location via une agence immobilière)
- frais d'état des lieux
- premier mois de loyer.

### Effectuer l'état des lieux d'entrée

Un état des lieux doit être réalisé systématiquement, en votre présence, pour permettre de faire un point sur l'état du logement, et définir les responsabilités de chacun en cas de litige. À la fin du séjour, il sera comparé à l'état des lieux de sortie. Cette étape intervient en général avant la remise des clefs, mais peut être effectuée le jour même. Si l'état des lieux est réalisé par un professionnel mandaté, il vous sera facturé en partie.

### À SAVOIR

Soyez bien attentif et notez toutes les dégradations du logement pendant l'état des lieux d'entrée, et pensez à le relire avant de le signer. Un exemplaire signé doit vous être remis. Si vous constatez des éléments à modifier ou à ajouter à l'état des lieux, vous avez 10 jours après la signature de l'état des lieux pour les signaler, avec des photos, par courrier recommandé ou e-mail.

### POUR EN SAVOIR +

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Logement > Installation - déménagement

> [www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N349](http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N349)

### Assurer votre logement

Tout logement loué doit être assuré par le locataire pour les risques locatifs majeurs : incendies, dégâts des eaux et explosions. Cette attestation d'assurance vous sera demandée par votre propriétaire ou l'agence.

Attention, cette assurance ne couvre pas nécessairement les biens qui se trouvent dans votre logement, en cas de vol notamment. Renseignez-vous auprès des banques, mutuelles étudiantes ou compagnies d'assurances, qui proposent toutes des contrats d'assurance de responsabilité locative et multirisques.

### Souscrire les contrats d'eau, d'électricité, de gaz, internet et téléphone

Si l'eau, l'électricité ou le gaz ne sont pas déjà inclus dans les charges de votre loyer (c'est par exemple souvent le cas en résidences étudiantes), vous devez souscrire des contrats auprès des fournisseurs de votre choix, même s'ils fonctionnent déjà en entrant dans votre logement. Ouvrir chaque abonnement est facturé (comptez environ 25€ par ouverture).



## OUVRIRE UN COMPTE EN BANQUE

L'ouverture d'un compte en banque français n'est pas obligatoire, mais presque indispensable.

Un compte en banque en France permettra le versement de vos éventuels salaires, et facilitera le paiement de vos factures ou abonnements, le versement de vos allocations, ou remboursement de frais médicaux.

Pour ouvrir un compte, vous aurez besoin d'un justificatif de domicile en France. Notez que les hébergements temporaires ne permettent pas toujours d'obtenir un tel justificatif.

### Les étapes pour ouvrir votre compte en banque :

- Prendre rendez-vous avec un conseiller.
- Constituer votre dossier.

Les pièces habituellement demandées sont :

- une pièce d'identité (carte d'identité ou passeport),
- un justificatif de domicile sur lequel figure votre nom (contrat de location ou bail, attestation de résidence universitaire, facture d'électricité, etc.),
- une carte d'étudiant (facultatif, en cas de tarifs préférentiels accordés aux étudiants).

### À SAVOIR

L'ouverture d'un compte est généralement gratuite, mais certains services peuvent être payants (carte bancaire, transferts d'argent, autorisations de découvert, etc). Renseignez-vous bien et pensez à comparer les offres.

### POUR EN SAVOIR +

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>  
Rubrique Budget > Banque

## S'ACQUITTER DE LA CVEC

Sauf si vous venez dans le cadre d'un programme d'échange (Erasmus par exemple), vous devrez obtenir un justificatif d'acquittement de la CVEC avant de pouvoir finaliser votre inscription à l'université. La Contribution Vie Étudiante et de Campus (CVEC) finance l'offre de services à l'étudiant en matière de santé, sports, culture et initiatives étudiantes.

**Mais attention, la CVEC n'est pas une assurance !**

### POUR EN SAVOIR +

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Budget > Coût de la vie

## SOUSCRIRE UNE ASSURANCE RESPONSABILITÉ CIVILE

Il existe trois assurances obligatoires en France : l'assurance santé, l'assurance habitation, et l'assurance responsabilité civile. L'assurance responsabilité civile vie privée permet de couvrir les dégâts que vous pourriez causer involontairement aux autres. Elle peut notamment être demandée pour finaliser votre inscription administrative à l'université. Les banques, les mutuelles étudiantes et les compagnies d'assurances proposent toutes des contrats d'assurance responsabilité civile.

### À SAVOIR

Si vous avez souscrit une assurance «multirisque habitation», elle contient généralement déjà l'assurance responsabilité civile vie privée: vérifiez auprès de votre assureur!

## FINALISER VOTRE INSCRIPTION À L'UNIVERSITÉ

À votre arrivée en France, vous devrez finaliser votre inscription administrative, puis procéder à votre inscription pédagogique.

L'inscription administrative se fait dans le service de scolarité de votre composante, qui vous indiquera la procédure à suivre. C'est à ce moment que vous réglerez les frais d'inscription, que vous obtiendrez votre carte d'étudiant, et vos identifiants pour vous connecter à l'intranet étudiant et au réseau wifi campus. Suivra ensuite votre inscription pédagogique (choix des cours, des options, etc ...), que vous effectuerez directement dans votre UFR (Unité de Formation et de Recherche).

# VOUS AFFILIER À L'ASSURANCE MALADIE

## L'ASSURANCE MALADIE (« SÉCURITÉ SOCIALE ») : OBLIGATOIRE

**Vous êtes ressortissant européen (UE/EEE), suisse, ou britannique :** vous devez posséder une Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM, ou GHIC si vous êtes britannique) valide pendant toute la durée de votre séjour. Si ce n'est pas le cas, inscrivez-vous sur le site dédié aux étudiants internationaux de l'Assurance Maladie CPAM : <https://etudiant-etranger.ameli.fr/#/>.

**Vous êtes québécois :** vous devez posséder le formulaire RAMQ permettant d'être couvert pendant votre séjour d'études en France. À votre arrivée en France, vous devez vous affilier auprès de la caisse d'assurance maladie (CPAM) de votre lieu de résidence en complétant un formulaire de «Demande d'ouverture de droits», accompagné des documents demandés et d'une copie de votre formulaire RAMQ.

**Vous êtes de la Principauté de Monaco :** vous devez posséder votre attestation de droits monégasque. Si vous ne l'avez pas, contactez votre caisse de sécurité sociale monégasque.

**Vous êtes de la Principauté d'Andorre :** vous devez posséder le formulaire SE 130-04 de votre caisse andorrane de sécurité sociale. Si vous ne l'avez pas, inscrivez-vous sur le site dédié aux étudiants internationaux de l'Assurance Maladie CPAM: <https://etudiant-etranger.ameli.fr/#/>.

**Vous êtes d'une autre nationalité :** juste après votre inscription administrative à l'université, vous devrez vous inscrire sur le site dédié aux étudiants internationaux de l'Assurance Maladie CPAM. > <https://etudiant-etranger.ameli.fr/#/>  
Cette inscription est gratuite. Seuls 3 documents sont nécessaires pour commencer votre inscription : passeport, visa et certificat de scolarité (preuve d'inscription à l'université).

### CONSEIL

Gardez toujours sur vous une attestation de couverture santé que vous pourrez présenter pour toute visite chez le médecin, ou en cas d'accident.

### POUR EN SAVOIR +

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>  
Rubrique Assurances > Assurance santé  
> <https://www.ameli.fr>  
Rubrique Droits et démarches > Études et stages > Étudiant

## COMPLÉMENTAIRE SANTÉ OU MUTUELLE

L'assurance maladie « sécurité sociale » ne couvre pas la totalité des frais médicaux. Pour être mieux remboursé, nous vous recommandons fortement de souscrire une complémentaire santé, aussi appelée mutuelle. De nombreux assureurs proposent des offres spéciales pour les étudiants. Prenez donc le temps de comparer les différentes offres en fonction de vos besoins.

Si vous êtes inscrit à la Sécurité sociale française, et que votre budget est limité, vous pouvez faire une demande de Complémentaire Santé Solidaire auprès de la CPAM de votre lieu de résidence.



### CENTRES DE SANTÉ POUR LES ÉTUDIANTS

À Grenoble, tout étudiant inscrit dans l'un des établissements de l'Université Grenoble Alpes peut consulter gratuitement un médecin généraliste (et certains spécialistes) aux Centres de Santé Universitaires.

Leurs équipes assurent un accueil, des consultations et des actions de prévention tout au long de l'année universitaire.

À Valence, le Centre de Santé Jeunes permet également un accès gratuit à des consultations médicales et des actions de médecine préventive.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>  
Rubrique Au quotidien > Santé

## FAIRE UNE DEMANDE D'AIDE AU LOGEMENT

Si vous séjournez en France plus de trois mois et avez besoin d'une aide financière pour le paiement de votre loyer, vous pouvez faire une demande d'aide au logement auprès de la CAF (Caisse d'Allocations Familiales).

L'attribution et le montant de l'aide au logement dépendent de plusieurs critères : ressources financières, situation familiale, montant du loyer, type de logement occupé.

Les demandes se font en ligne, sur le site internet de la CAF.

Pour une première demande d'aide au logement, vous devrez suivre les étapes suivantes:

- 1 - Créer votre compte CAF,
  - 2 - Faire votre demande d'aide au logement,
  - 3 - Transmettre les documents demandés à la CAF.
- Pensez à vous munir de votre contrat de location et de votre numéro de compte bancaire français ou européen (zone SEPA) : ils vous seront utiles pour la saisie de votre demande.

### À SAVOIR

Vous pourrez créer un compte CAF même si vous n'avez pas de numéro de sécurité sociale français. Il vous sera alors attribué un identifiant provisoire (P+8chiffres), que vous utiliserez pour accéder à votre compte, jusqu'à ce que la CAF vous envoie par courrier un numéro de sécurité sociale.

Si votre demande est acceptée, l'aide mensuelle ne sera attribuée qu'à partir du 2<sup>e</sup> mois de loyer suivant votre demande.

### IMPORTANT

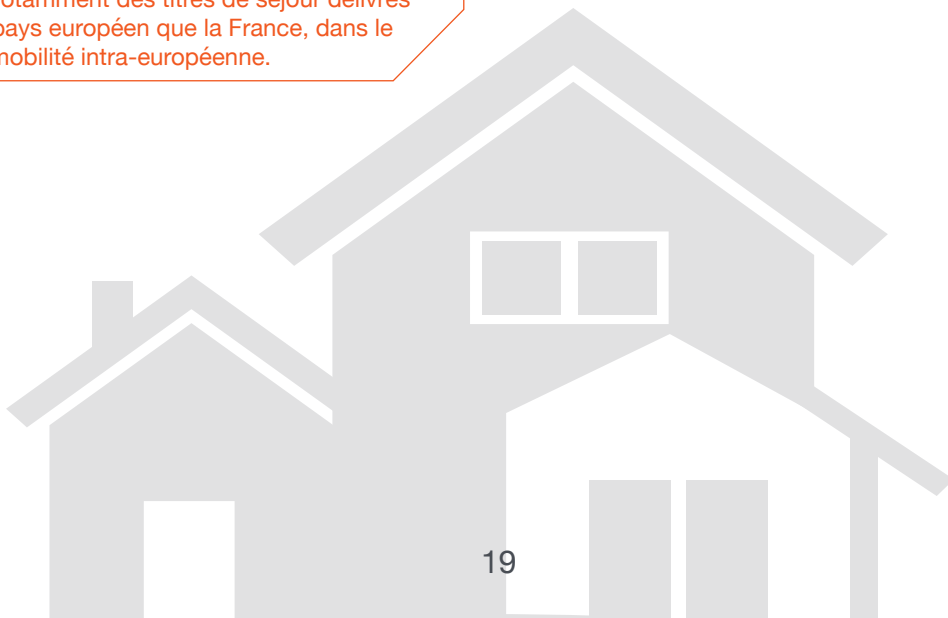
Certains documents de séjour ne permettent pas de bénéficier des aides au logement de la CAF. C'est le cas notamment des titres de séjour délivrés par un autre pays européen que la France, dans le cadre d'une mobilité intra-européenne.



### POUR EN SAVOIR +

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>  
Rubrique Logement > Aides au logement - CAF

La CAF propose également des guides en anglais et en espagnol pour vous accompagner pas à pas dans votre demande d'aide au logement en ligne.  
> <https://www.caf.fr/nous-connaître/français-etranger>



## VALIDER VOTRE VISA OU DEMANDER UN TITRE DE SÉJOUR

Si vous avez obtenu un visa étudiant, vous allez probablement devoir effectuer des démarches une fois arrivé en France.

Dans la plupart des cas, cela correspond à une validation en ligne du visa, mais vous pouvez également être amené à demander un titre de séjour, voire ne rien avoir à faire. Cela dépend du type de visa que vous avez obtenu («C» ou «D»), mais également de la mention présente sur le visa

Pour savoir quelle démarche s'applique à votre situation, l'UGA met à votre disposition un outil sur le portail international :

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Visas et titres de séjour > Vos démarches à l'arrivée en France

### IMPORTANT

Si vous êtes concerné par les démarches de validation, elles doivent impérativement être effectuées dans les 3 mois suivant votre arrivée en France, dès que vous avez une adresse stable, faute de quoi votre visa ne sera plus considéré valide par les autorités françaises.

## BESOIN D'AIDE ? VOS INTERLOCUTEURS

Vous avez quitté votre pays, votre famille et vos amis pour vivre une nouvelle expérience dans un pays étranger. Sachez que vous n'êtes pas seul ! Des contacts et interlocuteurs privilégiés sont là pour faciliter votre intégration.

### SERVICES RELATIONS INTERNATIONALES ET SCOLARITÉ

Pour toutes les questions d'ordre pédagogique, votre inscription à l'université, les modules de cours ou les examens, n'hésitez pas à contacter le personnel administratif (Service de scolarité ou des Relations internationales) ou un responsable pédagogique de votre établissement d'accueil.

### LES ESPACES D'ACCUEIL ISSO (UGA)

#### À Grenoble et Valence

L'International Students & Scholars Office (ISSO) est un service d'accueil et d'information dédié aux étudiants, doctorants, chercheurs internationaux et leurs familles.

L'équipe multilingue d'ISSO vous accompagne au moment de votre arrivée et tout au long de votre séjour, pour vos démarches administratives :

- Logement
- Validation de visas et titres de séjour
- Ouverture de compte en banque, sécurité sociale, assurances, CAF, vie pratique
- Scolarisation, modes de garde et intégration des familles

### ISSO GRENOBLE

Adresse et horaires d'ouverture :

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Vos lieux de service > ISSO  
[isso@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:isso@univ-grenoble-alpes.fr)

### ISSO VALENCE

Accueil sur 2 sites :

- Site Latour Maubourg
- Site Briffaut, DSDA

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Vos lieux de service > ISSO  
[isso-valence@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:isso-valence@univ-grenoble-alpes.fr)



## À SAVOIR

### Deux lieux incontournables sur vos campus :

- À Grenoble : MUSE, la Maison des services à l'étudiant, a ouvert ses portes au cœur du campus de St-Martin-d'Hères en 2023. Ce bâtiment regroupe les services du CROUS Grenoble Alpes ainsi qu'une grande partie des services à destination des étudiants et étudiantes de l'UGA, dont notamment ISSO, le centre de santé, ou le service accueil handicap.
- À Valence : la Maison de l'étudiant Drôme-Ardèche, située sur la place Latour-Maubourg, regroupe différents services à destination des étudiants et étudiantes, dont ISSO.

Plus d'informations sur :

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Vos lieux de service

## CENTRES DE SANTÉ (UGA)

Les étudiants peuvent consulter des médecins, infirmiers ou psychologues, sans avance de frais, au sein des centres de santé universitaires ou centre santé jeunes.

### À Grenoble

#### Centres de santé universitaires

> <https://etudiant.univ-grenoble-alpes.fr/sante-et-bien-etre/vous-soigner/trouver-un-medecin/a-grenoble-le-centre-de-sante-universitaire/>

### À Valence

#### Centre Santé Jeunes

> <https://etudiant.univ-grenoble-alpes.fr/sante-et-bien-etre/vous-soigner/trouver-un-medecin/a-valence-le-centre-sante-jeunes/>

## LE SERVICE ACCUEIL HANDICAP (UGA)

Le service Accueil Handicap de l'Université Grenoble Alpes a pour mission d'assurer aux étudiants en situation de handicap l'accès à la formation universitaire et la participation à la vie étudiante. Il accompagne ainsi dans leurs études tous les étudiants qui sont confrontés à des difficultés liées à la maladie ou au handicap, permanent ou temporaire.

### Pour les étudiants de Grenoble et Valence

> <https://etudiant.univ-grenoble-alpes.fr/votre-situation/etudiant-en-situation-de-handicap/>

## SERVICES SOCIAUX DU CROUS

En cas de difficultés personnelles ou financières, vous pouvez prendre RDV avec un assistant social du CROUS, directement en ligne via le portail «Mes RDV Étudiant», ou en contactant le service social du CROUS de votre ville d'études.

> <https://mesrdv.etudiant.gouv.fr/fr>

> <https://www.crous-grenoble.fr/contacts/social-et-accompagnement/>

## LUTTE CONTRE LE HARCELEMENT, LES DISCRIMINATIONS, LES VIOLENCES SEXUELLES ET SEXISTES (UGA)

L'Université Grenoble Alpes s'engage à prévenir et sanctionner les Violences Sexistes et Sexuelles et toutes les formes de discriminations et de harcèlement.

Parmi les mesures mises en place, un dispositif de signalement est accessible à tous les étudiants et étudiantes de l'UGA :

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Au quotidien > Aide et soutien

## LES ASSOCIATIONS À DESTINATION DES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

### À Grenoble : l'association IntEGre

IntEGre est une association dynamique d'étudiants grenoblois accueillant les étudiants internationaux au sein de l'Université Grenoble Alpes, et facilitant les échanges culturels par le biais d'activités, sorties, soirées et découvertes du patrimoine local et national. L'association organise notamment au début de chaque semestre des visites du campus, de la ville ainsi que des week-ends découverte.

> [www.integre-grenoble.org](http://www.integre-grenoble.org)

> Facebook « Association IntEGre »

D'autres associations à destination des étudiants internationaux existent aussi au sein des composantes académiques (Grenoble INP UGA, Sciences Po UGA et ENSAG UGA).

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/>

Rubrique Au quotidien > Intégration et loisirs

### À SAVOIR

#### Buddy system : dispositif de parrainage entre étudiants à l'UGA

En vous inscrivant sur le programme de parrainage, vous pourrez être mis en relation avec un étudiant déjà présent à l'UGA, qui pourra vous orienter, vous conseiller et vous guider dans vos premiers pas à Grenoble ou Valence.

> <https://international.univ-grenoble-alpes.fr/internationalisation/>

Rubrique Dispositifs d'intégration

> <https://buddysystem.eu/fr/register>

## LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

Pour faciliter votre intégration, adhérez ou suivez les activités des associations étudiantes qui animent la vie des campus: culturelles, sportives, citoyennes et solidaires... vous en trouverez sûrement une qui correspond à vos centres d'intérêt !

> <https://etudiant.univ-grenoble-alpes.fr/experiences-et-engagements/vous-engager-dans-la-vie-associative/annuaire-des-associations/>

## LA MAISON DE L'INTERNATIONAL DE GRENOBLE

La Maison de l'International est un lieu privilégié d'accueil, d'échanges, d'information, de documentation et d'exposition consacré à l'international, et géré par la Ville de Grenoble. Vous trouverez à la Maison de l'International des renseignements sur les associations internationales présentes à Grenoble.

> <https://www.grenoble.fr/lieu/1388/137-maison-de-l-international.htm>

### LES NUMÉROS D'URGENCE ET SANTÉ

- Toutes urgences France & Europe : 112
- Urgences médicales SAMU : 15
- Police : 17
- Pompiers : 18
- Urgences pour personnes sourdes et malentendantes : 114 (par SMS)
- Centre antipoison : 04 72 11 69 11
- Gardes du campus de St Martin d'Hères/Gières (sécurité) : 04 76 82 82 82
- Centre Hospitalier Universitaire (CHU) de Grenoble : 04 76 76 75 75
- Centre Hospitalier de Valence : 04 75 75 75 75

### PHARMACIES DE GARDE

- [www.servigardes.fr](http://www.servigardes.fr) ou 0825 74 20 30 (0,15€/min)

### MEDECINE DE GARDE A GRENOBLE

- SOS Médecin 24/7 : 36 24 (0,12€/min) <https://sosmedecins-grenoble.fr/>
- Maison médicale de garde du CHU Grenoble Nord <https://www.sante.fr/maison-medicale-de-garde-de-grenoble-nord>
- Maison médicale de garde du groupe hospitalier mutualiste <https://www.sante.fr/maison-medicale-de-garde-du-groupe-hospitalier-mutualiste>

### MEDECINE DE GARDE A VALENCE

- Maison Médicale de Garde, à l'hôpital de Valence : 04 75 75 75 75 <https://www.valence.fr/mes-demarches/contacter-signaler/numeros-utiles-durgence/>

## ACRONYMES UTILES

- ADIJ** : Association Départementale Information et Initiative Jeunesse
- BU** : Bibliothèque Universitaire
- CAF** : Caisse d'Allocations Familiales
- CDD** : Contrat à Durée Déterminée
- CDI** : Contrat à Durée Indéterminée
- CEAM** : Carte Européenne d'Assurance Maladie
- CHU** : Centre Hospitalier Universitaire
- CM** : Cours Magistral
- CSS** : Complémentaire Santé Solidaire
- CPAM** : Caisse Primaire d'Assurance Maladie
- CROUS** : Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires
- CUEF** : Centre Universitaire d'Études Françaises
- CVEC** : Contribution Vie Étudiante et de Campus
- ECTS** : European Credit Transfer System
- EEE** : Espace Économique Européen
- EVE** : Espace Vie Étudiante
- FLE** : Français Langue Étrangère
- GEG** : Gaz Electricité de Grenoble
- GHIC** : Global Health Insurance Card
- ISSO** : International Students and Scholars Office
- LMD** : Licence, Master, Doctorat
- RAMQ** : Régie Assurance Maladie du Québec
- RATP** : Régie Autonome des Transports Parisiens
- RH** : Ressources Humaines
- RIB** : Relevé d'Identité Bancaire
- RU** : Restaurant Universitaire
- SAH** : Service Accueil Handicap
- SNCF** : Société Nationale des Chemins de Fer
- SUAPS** : Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives
- TAG** : Transports de l'Agglomération Grenobloise
- TCF** : Test de Connaissance du Français
- TD** : Travaux Dirigés
- TGV** : Train Grande Vitesse
- TP** : Travaux Pratiques
- UE** : Union Européenne
- UFR** : Unité de Formation et de Recherche
- VLS-TS** : Visa Long Séjour valant Titre de Séjour

[HTTPS://INTERNATIONAL.UNIV-GRENOBLE-ALPES.FR/  
VOTRE-SEJOUR-A-L-UGA/](https://international.univ-grenoble-alpes.fr/votre-sejour-a-l-uga/)

Guide édité par l'Université Grenoble Alpes.

Production : Direction générale déléguée "Développement international et territorial", Direction mobilité, / Service Accueil International - ISSO

Conception graphique : Service Image - Direction de la communication Université Grenoble Alpes

Crédits photos : Communauté Université Grenoble Alpes / Utopik photo et Alexis Chezière, CROUS / Armelle Dubois et Vianney Tisseau.

Mai 2024

Contact : [isso@univ-grenoble-alpes.fr](mailto:isso@univ-grenoble-alpes.fr)