



Arts Sciences et
Technologies
et Métiers

Livret d'accueil

pour les étudiant·es
internationaux·ales



*Bienvenue
à Arts et Métiers !*

ARTSEMETIERS.FR





SOMMAIRE

BIENVENUE À ARTS ET MÉTIERS	4
L'ÉCOLE	6
Deux siècles d'histoire	6
Un établissement national, en régions	6
Les services et les activités sur les campus	7
Les outils à votre disposition	8
Éducation	9
Campus : informations et contacts	10
Handicap et problème de santé	12
LA PRÉPARATION	13
Langue française	13
Notions techniques	13
LE LOGEMENT	14
Trouver un logement	14
Un garant	15
Une caution	16
Une assurance	16
Les états des lieux, d'entrée et de sortie	17
Le préavis de départ	17
La CAF : les Aides de l'état Pour le Loyer (APL)	18
Informations supplémentaires sur le logement	19
L'INSCRIPTION À L'ÉCOLE	20
Les documents nécessaires	20
Frais d'inscription	21
Vous avez des documents à faire signer ?	21

LA VALIDATION DU TITRE DE SÉJOUR	22
LA SANTÉ : LA SÉCURITÉ SOCIALE (ASSURANCE D'ÉTAT)/CPAM	23
Pourquoi s'inscrire à la sécurité sociale ?	25
Comment demander l'assurance complémentaire santé solidaire (CSS) ?	26
Comment me faire rembourser ?	27
Si mon dossier n'avance pas, si je n'arrive pas à faire les démarches à distance ?	28
L'OUVERTURE D'UN COMPTE BANCAIRE EN FRANCE	30
LES AIDES FINANCIERES ET AUTRES	31
Les repas au Restaurant Universitaire (RU)	31
Les bourses et les logements du CROUS	32
Les aides alimentaires/Épiceries solidaires	33
Les permanences d'avocat	33
Les dispositifs de soutien à la santé physique et psychologique	34
LE RENOUVELLEMENT DU TITRE DE SÉJOUR	35
Vous continuez vos études	36
Vous souhaitez travailler	37
VOYAGER	38
QUEL BUDGET ?	39
Frais à prévoir à votre arrivée	39
Frais mensuels	40
Jobs étudiants	40
CHECK LIST DE L'ÉTUDIANT·E INTERNATIONAL·E EN MOBILITÉ EN FRANCE ?	41
GLOSSAIRE	42



Bienvenue à Arts et Métiers !

Arts et Métiers ?

Le mot « Arts » n'est pas forcément à associer à une école d'art !

Ce sont les vieilles appellations françaises pour l'ingénierie (autrefois appelée « les arts ») et la mise en pratique (« les métiers »), une manière de dire les sciences appliquées, en quelque sorte.

Même si ce mélange de savoir théorique et de pratique est propre à l'enseignement de notre école, ces mots sont, eux, assez communs dans l'ancienne langue française et vous les rencontrerez ailleurs. Le CNAM (Conservatoire National des Arts et Métiers...) en est un exemple.

Cette institution est presque aussi ancienne et renommée. Le Musée des Arts et Métiers (à Paris, station de métro « Arts et Métiers ») n'est pas non plus nommé en référence à l'école. Ce musée est dédié aux sciences et aux technologies.

Téléchargez l'appli mobile Arts et Métiers sur les stores

Dès la rentrée, retrouvez en un clic sur votre portable votre emploi du temps en temps réel, votre messagerie et plein d'infos utiles : ressources documentaires, stages, cours favoris, etc.

Télécharger l'application Arts et Métiers :

- ▶ [Apple Store](#)
- ▶ [Google Play](#)

Vous aurez aussi accès à la revue INSIDE, notre newsletter interne.



Avant d'arriver

Vous allez bientôt arriver en France.

Voici des documents à consulter pour préparer votre arrivée :

- une vidéo :

[Les premières démarches en arrivant en France](#)

- un article :

[Organiser son arrivée en France](#)

D'abord, demandez votre visa

La demande se fait en ligne sur la plateforme **France-visas**. Vous pouvez y déposer des versions numérisées de vos documents justificatifs pour accélérer la procédure.

Tout est expliqué dans **[cette vidéo](#)**.



Ce livret est volumineux, mais il se veut le plus complet possible pour que vous ayez un document de référence pendant votre scolarité. Si vous avez une question, il y a de fortes chances pour que vous y trouviez une réponse ici. Mais que cela ne vous empêche jamais de contacter le Bureau des Relations Internationales et Européennes de vos campus Arts et Métiers (BREI, quelques fois aussi appelés BRI), ou de vous y rendre : ils sont là pour vous aider, vous y serez toujours le/la bienvenu·e !



L'ÉCOLE

Deux siècles d'histoire

Le duc de la Rochefoucauld, fondateur de l'École Nationale Supérieure d'Arts et Métiers, a été directement inspiré par la pensée des Lumières (les philosophes du 18^e siècle). Tous les grands principes auxquels il croit se retrouvent dans cet établissement qui voit le jour en 1780 (neuf ans avant la Révolution française !).

Le duc a considérablement œuvré pour la valorisation des arts mécaniques et affirmé que leur pratique allait aider à l'élévation sociale des classes les plus défavorisées.

En restant fidèle à l'esprit du fondateur, l'école apporte depuis plus de deux siècles une contribution essentielle au progrès des sciences et des techniques.

Un établissement avec 14 sites

Arts et Métiers se compose de neuf campus et de trois instituts couvrant l'ensemble du territoire métropolitain, d'une direction générale basée à Paris, ainsi que d'un campus au Maroc.

Chiffres clés

6 200
étudiant-es

475
enseignant-es

12

formations d'ingénieur-es accrédité-es
par la CTI (Commission des Titres d'Ingénieur)

15

laboratoires
et équipes
de recherche

+ de 145
universitaires
partenaires
dans le monde





LES SERVICES SUR LES CAMPUS ET LES OUTILS À VOTRE DISPOSITION

Votre dossier sera géré en local par le campus de votre affectation. Chaque campus possède des thématiques de recherche qui lui sont propres. De celles-ci dépendent les expertises (3^e année du programme grande école PGE) et les autres formations qui y seront proposées.

Plus d'informations sur les particularités de chaque campus en cliquant [ici](#).

Les services et activités dans les campus

1. Le BREI : le Bureau des Relations Internationales (et Européennes)

C'est votre interlocuteur privilégié. Il est là pour vous guider et vous accompagner dans votre formation aux Arts et Métiers. Vous pouvez lui poser toutes les questions, qu'elles concernent l'école ou votre vie en France. Si le BREI n'a pas la réponse, il saura vers qui vous diriger.

2. La Scolarité

C'est ce service qui organise et règle tous les aspects administratifs de votre formation : emploi du temps, fonctionnement de votre formation (les conditions diplômantes, les notes, les diplômes), autres formations à l'école, relevés de notes, attestations de réussite, etc. C'est ici que vous justifierez d'éventuelles absences aux cours.

► Voir règlement interne de l'école (ETRE > établissement > organisation) et le règlement pédagogique (ETRE > mes études > documents-administratifs) de votre formation.

3. Le BRE : le Bureau des Relations Entreprises et le *Career center* Jobteaser

C'est le lien avec le monde économique et industriel. Il alimente le *career center* avec des offres de stage et d'emploi qui correspondent à votre profil. Le Forum Arts et Métiers organisé à l'automne par les élèves, vous permettra de rencontrer des centaines de recruteurs.

4. Le Centre de Documentation

Bibliothèque, médiathèque, centre de ressources, c'est un lieu pour travailler au calme et en autonomie, pour trouver des informations, des ressources, etc.

D'autres activités existent (sport, associations, événements, médias, etc.) mais ils sont propres à chacun des campus. **Demandez au R-inter** (les élèves en charge de votre accueil) et consultez le [site de l'école](#).

Les outils à votre disposition

1. LISE

C'est le logiciel de gestion de la scolarité. Vous avez un compte à votre nom avec toutes les informations concernant votre parcours, votre emploi du temps, les relevés de notes, les certificats, les attestations, etc.

2. ETRE

C'est le site intranet de la vie de l'établissement, vous trouverez toutes les informations sur l'école : règlement pédagogique, formations, etc.

3. SAVOIR

C'est la plateforme pédagogique (savoir.ensam.eu). Vous y trouverez les syllabus des cours, le contact des enseignants, etc. C'est là qu'il faudra déposer les devoirs à rendre et réaliser les activités individuelles ou de groupe proposées par les enseignants.

4. Dispositif EVA

Quand on étudie à l'étranger, on se sent parfois loin de la famille, des amis, de sa culture, etc. Si vous rencontrez ces difficultés, que vous êtes témoin ou victime de violences sexistes ou sexuelles, il existe un dispositif gratuit (Ecoute, Veille et Accompagnement), qui vous met en relation avec des psychologues : eva-psy@fsef.net ou **01 45 83 89 15**.

À savoir : le campus de Cluny propose une assistante sociale et une infirmière sur place.



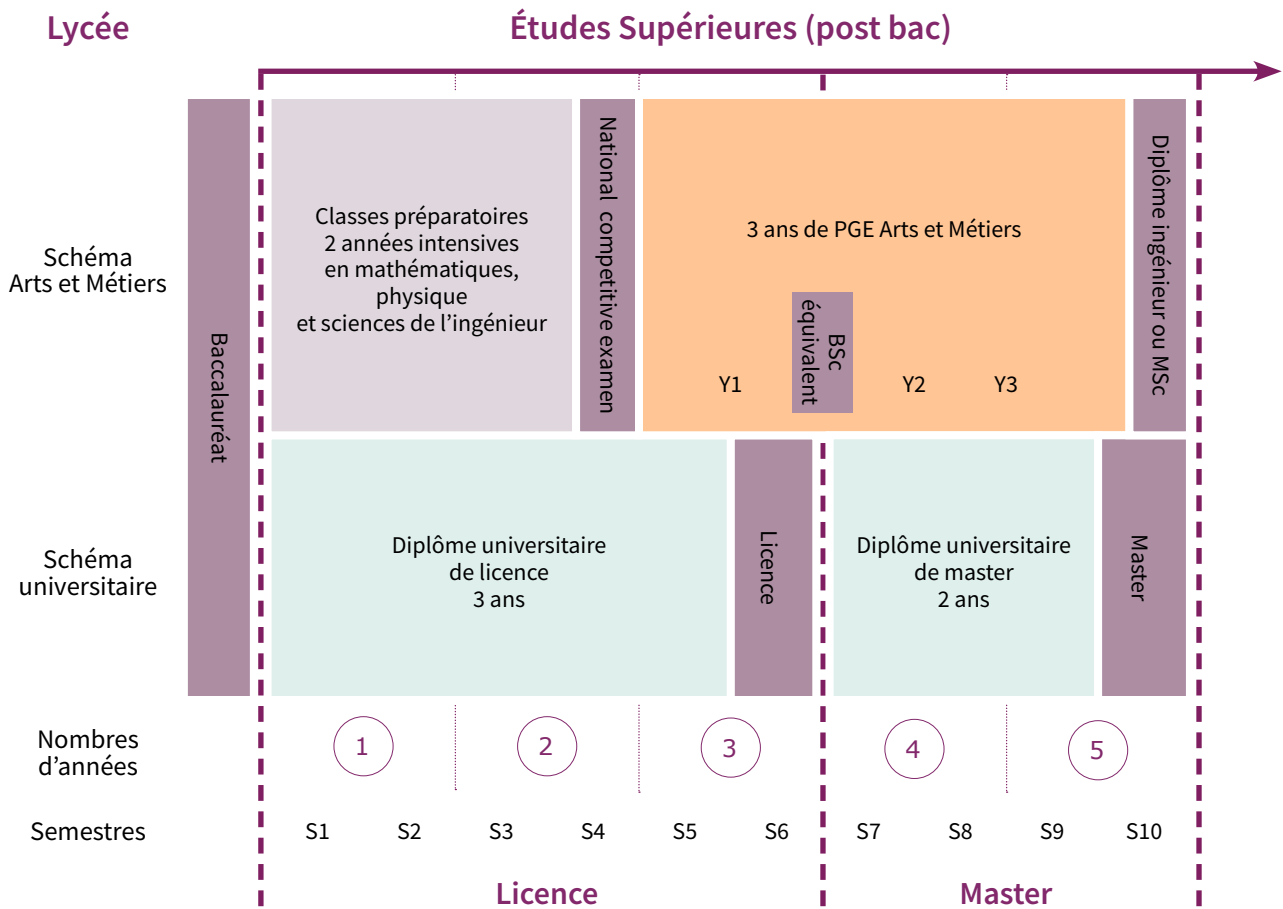
Éducation

En France, il y a deux types d'études supérieures : les universités et les Grandes Écoles.

Arts et Métiers est une Grande École et propose un programme de trois ans menant au diplôme national d'ingénieur (équivalent Master 2). Nos élèves sont recrutés par un concours national après deux années d'études supérieures, majoritairement en classes préparatoires ou en IUT/BTS.

La première année à Arts et Métiers est équivalente à la troisième et dernière année de licence (Bachelor) dans un programme universitaire scientifique classique. Chaque année valide 60 crédits européens (ECTS).

Après cette dernière année, les élèves peuvent commencer à travailler ou continuer des études, par exemple en doctorat.



Campus : informations et contacts

Chaque campus a ses spécificités, ses services et son calendrier. Vous retrouverez toutes les informations et les contacts concernant votre campus [ici](#) (en cliquant sur la carte de France).

Vous pouvez également contacter le Bureau des Relations Européennes et Internationales (BREI) de votre campus d'affectation : Karine Canivet (Aix-en-Provence), Manuella Robin (Angers), Fanny Bouexel (Bordeaux), Catherine Epis (Châlons-en-Champagne), Anne-Lise Grenaud et Nathalie Laroche (Cluny), Julie Deflandre (Lille), Marlène Juncal-Demski (Metz), Delphine Luchez et Jérémie Cazaubon (Paris).

Année universitaire 2026-2027	
Rentrée 1A PGE	31 août 2026
Rentrée 2A PGE	3 septembre 2026 (Paris, 2 septembre 2026)
Rentrée 3A PGE	14 septembre 2026 (3A décalée) et 21 septembre 2026 (3A non décalée)
Vacances de la Toussaint	Fin octobre/Début novembre 2026 (dépend des campus, demander à la scolarité)
Vacances de Noël	19 décembre 2026 au 4 janvier 2027
Fin du 1 ^{er} semestre (2026-1)	17 janvier 2027 au soir
Inter-semestre	18 janvier au 24 janvier 2027
Début du 2 ^e semestre (2026-2)	25 janvier 2027
Vacances d'Hiver	Février/Mars 2027 (dépend des campus, demander à la scolarité)
Vacances de Printemps	Avril/Mai 2027 (dépend des campus, demander à la scolarité)
Fin du 2 ^e semestre (2027-2)	4 juin 2027




Attention, ce calendrier ne concerne que la formation PGE. Si vous êtes en Bachelor, master ou Mastère Spécialisé®, veuillez vous renseigner auprès du responsable de votre formation.

Jours fériés (jours non-travaillés)	
Toussaint en France	1 ^{er} Novembre
Armistice 1918 en France	11 novembre
Noël en France	25 décembre
Jour de l'An	1 ^{er} janvier
Lundi de Pâques	Variable
Fête du Travail	1 ^{er} mai
Fête de la Victoire de 1945	8 mai
Jeudi de l'Ascension	Variable
Lundi de Pentecôte	Variable
Fête Nationale en France	14 juillet
Assomption en France	15 août

Systeme de notation et mode d'enseignement

Votre formation est organisée par un règlement pédagogique. Il est disponible sur ETRE.

 Il existe un règlement pour chaque type de formation (Bachelor, PGE, masters, Mastères Spécialisés®). Si vous ne le trouvez pas, renseignez-vous auprès du responsable de votre formation.

Échelle de notation

Chaque cours est évalué par des notes allant de 0 à 20.

Validation des unités d'enseignements

Référez vous au règlement pédagogique de votre formation (sur ETRE)

Arts et Métiers applique le système ECTS (crédits européens) :

- ▶ 1 année académique = 60 ECTS
- ▶ 1 semestre = 30 ECTS

Méthode d'enseignement

- Une semaine de Grande École dure du lundi matin au vendredi soir, avec une présence obligatoire à tous les cours.
- Si vous êtes en PGE, vous aurez des semaines de cours très chargées. Pour les étudiant-es internationaux venant du système universitaire, ce rythme de travail nécessitera certainement une période d'adaptation.
- Vous devrez travailler régulièrement et anticiper les révisions de vos examens bien en amont. S'y prendre au dernier moment ne sera pas suffisant !
- L'enseignement est composé de :
- Cours magistraux : l'enseignant parle et les élèves prennent des notes en grands groupes,
- Travaux Pratiques (TP) : ils sont dispensés dans un cadre pédagogique à effectif réduit en laboratoire, devant un ordinateur, etc. Ils permettent de vérifier et compléter les connaissances dispensées lors des cours théoriques,
- Stages/projets : en entreprise ou en laboratoire pour une mise en pratique en situation réelle des compétences acquises dans le milieu professionnel.

La présence est obligatoire (cours, ED, TP, projets stages, visite, etc.).

Comment trouver un stage ?

- Trouver un stage peut prendre du temps, n'hésitez pas à amorcer vos recherches plusieurs mois avant la date à laquelle vous espérez le commencer. N'hésitez pas à envoyer beaucoup de candidatures en les adaptant à chaque fois à l'entreprise contactée.
- Pour trouver des annonces, vous pouvez utiliser la plateforme JobTeaser (ensam.jobteaser.com) ou contacter des anciens élèves ou alumni (annuaire, linkedin, etc.).

Handicap et problèmes de santé

Arts et Métiers prévoit certains aménagements pour les personnes en situation de handicap ou ayant un problème de santé (« une déficience physique ou mentale qui limite considérablement une ou plusieurs activités principales de la vie »).

Pour pouvoir en bénéficier, prévenez la scolarité le plus tôt possible, en lui présentant des documents attestant de votre situation. Ces aménagements sont étudiés au cas par cas et peuvent concerner votre vie sur le campus, les enseignements ou encore les examens.





LA PRÉPARATION AVANT D'ARRIVER À ARTS ET MÉTIERS

Nous vous proposons ici une série de MOOC et SPOC (formations en ligne gratuites) qui vous permettront de travailler à votre rythme, à distance et en autonomie.

Langue française

- [Vivre en France A1](#)
- [Vivre en France A2](#)
- [Vivre en France B1](#)
- [Étudier en France : B1-B2](#)
- [Le français pour l'université](#)
- [Parole de FLE \(niveau B2\), pour travailler le français à l'oral](#)
- [Travailler en France A2-B1](#)
- [Préparer et réussir le DELF B2 \(pour le diplôme\) et le DALF C1 \(pour le cv\)](#)

Notions techniques

- [Socle en mécanique](#)
- [Socle en électricité](#)





LE LOGEMENT

Se loger en France passe par un certain nombre d'étapes et d'éléments. Arts et Métiers vous accompagne dans vos démarches, sans garantir l'obtention d'un logement.

Trouver un logement

Ce n'est pas facile, et c'est souvent cher.

Commencez par contacter le BREI de votre futur campus, il vous aidera à trouver des offres et vous mettre en relation avec la résidence du campus, s'il y en a une.

Le CROUS est l'organisme d'État qui fournit le logement étudiant·e. Ses chambres sont réservées aux étudiants qui sont en France l'année précédente. Néanmoins, le CROUS met quelques fois des chambres à disposition dans les campus Arts et Métiers. Si vous êtes intéressé·e, le BREI vous orientera vers la plateforme/centrale du CROUS pour faire une réservation du logement et organiser votre arrivée à la résidence. Voir [ici](#).

Loyer - Coût moyen en résidence CROUS/Arts et Métiers*

Aix-en-Provence
380 €

Angers
350 €

Bordeaux-Talence
260-440 €

Châlons-en-Champagne
320 €

Cluny
340 €

Lille
400 €

Metz
300 €

Paris
650 €

*moins cher que dans un logement privé

Quelques résidences CROUS proposent aussi des chambres aux particuliers sans nécessité de passer par le BREI. Dans ce cas, il faut les contacter directement. Vous trouverez les contacts sur [le site de l'école](#).

Vous pouvez aussi utiliser ces plateformes :

- [Lokaviz.fr](#) : plateforme d'offres d'hébergements pour les étudiants, dans les résidences Crous ou le parc privé
- [Bedandcrous.com](#) : pour se loger de façon ponctuelle (stage, examen, etc.)

Il existe aussi des plateformes de colocations :

- [Whoomies.com](https://www.whoomies.com)
- www.colocataire.com/fr/colocation/lille
- [Facebook.com/lacartedescolocations](https://www.facebook.com/lacartedescolocations)
- [Koliving.fr](https://www.koliving.fr)
- [ensam.immojeune.com](https://www.ensam.immojeune.com)

Autres ressources/types de logements :

- [Student.com](https://www.student.com)
- [Letudiant.fr](https://www.letudiant.fr)
- [Vozer.fr](https://www.vozer.fr)

Logement inter générationnel :

- [toitplusmoi.eu](https://www.toitplusmoi.eu)

 **Nous vous recommandons de ne pas payer pour avoir une liste de contacts/propriétaires, et de ne jamais donner vos coordonnées bancaires en ligne ou téléphone.**

Une fois que vous avez trouvé un logement et que le bailleur veut bien vous le louer, vous allez devoir faire des démarches, fournir des documents et payer des frais. Voyez ci-après.

Les types de logements

En France, on retrouve deux types de logements à louer :

- ▶ Les locations meublées : le logement est équipé avec les essentiels pour vivre, un lit, de quoi cuisiner, de quoi ranger ses affaires...
- ▶ Les locations non-meublées : le logement est vide, il n'y a pas de meubles, pas de lit, pas de matériel pour cuisiner (plaques de cuisson, casseroles, vaisselle...)

Nous vous conseillons de choisir un logement meublé, pour éviter d'avoir à acheter des meubles.

Plus d'informations sur les logements meublés et non-meublés sur [le site du gouvernement](#).

Un garant

Les bailleurs (logeur), en France, vous demanderont d'avoir un garant, c'est-à-dire quelqu'un, en France (quelque fois ils acceptent en Europe) qui déclare qu'il paiera le loyer à votre place si, à un moment, vous ne pouvez plus le faire.

Vous devrez demander à votre garant une déclaration écrite, signée, et produire des photocopies de ses papiers d'identité (et titre de séjour s'il n'a pas la nationalité française).

Ce garant peut, théoriquement, être remplacé par l'État en faisant la procédure VISALE/CLE.

Commencez la procédure quelques semaines avant votre arrivée en France, parce que ça peut être long.

Le CROUS accepte VISALE/CLE mais ce n'est pas le cas de tous les logeurs.

Si votre logeur ne l'accepte pas, il y a des solutions de garants payants :

- [Studapart.com](https://www.studapart.com)
- [Allianz.fr](https://www.allianz.fr)
- [Cautioneo](https://www.cautioneo.com)
- [GarantMe](https://www.garantme.com)
- [Unkle](https://www.unkle.com)

Une caution

Cette somme d'argent (équivalente à un ou deux mois de loyers) vous sera demandée à votre emménagement en plus du premier loyer. C'est une garantie pour le logeur d'être payé si il y a un problème d'impayé ou de détérioration. Cette somme vous sera restituée à votre départ mais vous ne pourrez pas l'utiliser pendant votre séjour.

Si vous rencontrez des difficultés pour payer cette caution, l'association « Action logement » pourra peut-être vous faire un petit prêt. C'est une association intéressante à connaître si vous rencontrez des difficultés avec le logement ou le logeur.

Comment faire VISALE ?

- En français (VF) : cliquez [ici](#).
- Subtitles (VEN): cliquez [ici](#).
- Subtitulado (VES) : cliquez [ici](#).

Une assurance

L'assurance logement/habitation est obligatoire. En cas d'accident dans votre logement, vous ne serez pas obligé.e de payer les réparations. L'assurance Responsabilité civile est aussi obligatoire pour votre inscription à l'école.

=> Il existe souvent des offres « assurance logement + responsabilité civile »

Vous trouverez ces offres au siège d'une assurance (souvent autour des campus) ou à votre banque française. Il y a aussi les assureurs en ligne qui sont beaucoup moins chers (environ 30 euros/ an pour une chambre).

En voici quelques exemples :

- [ADH](#) (La formule 2 est suffisante pour avoir les 2 assurances, mais le matériel électronique et ordinateur ne seront pas assurés).
- [MRH SMENO](#)

Les états des lieux, d'entrée et de sortie

Un état des lieux (EDL) est une description d'un logement loué, des pièces et des équipements de ce logement.

Il se fait lors de l'entrée du locataire dans le logement et lors de la sortie.
Si vous n'avez pas dégradé le logement, le propriétaire vous rendra votre caution.

En cas de dégradations visibles (murs, sol, plafond, meubles, etc.) entre les deux états, il peut être utilisé par le propriétaire du logement pour demander une somme d'argent au locataire afin de remettre le logement dans son état initial.

Petit conseil :

Pensez à bien entretenir les éléments de votre logement et faire régulièrement le ménage et les petites réparations.

Il est également important de faire un grand ménage avant l'état des lieux de sortie.

Le préavis de départ

Quand vous connaissez la date de votre départ de votre logement, vous devez l'annoncer à votre propriétaire pour programmer l'état des lieux en respectant le préavis de départ.

Cette période a une durée officielle :

- ▶ La durée du préavis pour les logements meublés est de 1 mois. Par exemple, pour un départ le 15 février, il faut prévenir le propriétaire avant le 15 janvier.
- ▶ Pour les logements non-meublés, la durée du préavis est de 3 mois. Par exemple, pour un départ le 15 février, il faut prévenir le propriétaire avant le 15 novembre. Dans certaines zones immobilières dites « tendues » la durée du préavis pour les logements non-meublés est également de 1 mois.

Pour savoir si vous habitez dans une zone de forte tension immobilière ou pour avoir plus d'informations sur les préavis, n'hésitez pas à consulter [le site du gouvernement](#).

La CAF : Les Aides de l'État Pour le Loyer (APL)

Attention, à compter du 1^{er} juillet 2026, les étudiants internationaux extra-communautaires non-boursiers ne seront plus éligibles à l'APL.

Concernant les étudiants éligibles, si vous répondez aux conditions d'attribution, l'État français, par l'intermédiaire de la « CAF » (Caisse d'Allocation Familiale), vous versera une aide financière pour payer votre loyer.

Pour demander les APL, vous devez suivre une procédure sur internet dès que vous entrez dans votre logement le plus tôt possible parce que votre dossier sera traité dans le mois suivant.

La procédure se fait sur le site de la CAF en cliquant [ici](#). Vous cliquez sur « faire la demande ». On vous demandera qui est votre propriétaire.

Pour vous, ce sera soit :

- Le CROUS
- Un propriétaire privé
- La résidence Arts et Métiers (cliquez sur « AUTRE »)

Le propriétaire devra vous donner les informations nécessaires pour remplir votre dossier.

Pour le CROUS et la résidence Arts et Métiers, cela prend la forme d'une fiche qu'il faudra leur demander.

On vous demandera également le code SIRET.

Si vous êtes au CROUS ou à la résidence Arts et Métiers, demandez à l'équipe de l'établissement.

Si vous avez un logeur privé, il n'en aura pas (sauf si c'est une société commerciale).

Les documents demandés sont, en général :

- Une copie du passeport
- Une copie de la validation du visa
- Votre acte de naissance (si besoin, la traduction en français)
- Un RIB (relevé d'identité bancaire de votre compte bancaire français)
- Un certificat de scolarité

- L'affiliation à la CAF peut prendre plusieurs mois (mais le versement des APL est rétroactif). Il faudra faire les démarches avec la CAF très vite car l'aide est calculée à partir du début de ces démarches.



- L'APL n'est versée qu'à partir du 2^e mois : vous n'aurez pas d'aide pour le 1^{er} mois. Par exemple, si vous commencez en novembre alors que vous êtes là depuis septembre, vous ne toucherez de l'aide qu'à partir de décembre.
- Par la suite, l'aide n'est versée que pour les mois complets de location, alors si le mois de départ n'est que partiellement loué, l'étudiant ne sera pas éligible à une aide ce mois-là.

Informations supplémentaires sur le logement

Prévoyez d'amener (ou d'acheter sur place) vos draps, oreillers, couvertures. Ils ne seront pas fournis avec le logement (ni la vaisselle, les produits et outils de ménage...)

Penser à amener un adaptateur pour les prises si besoin !

Sachez que le courant français est délivré à 240 volts, faites attention à vos machines et outils si vous les avez amenés d'un pays qui fonctionne au 110 volts !

Prévoyez des vêtements chauds : il peut faire froid en France, voire très froid, surtout en hiver !

Et le chauffage peut ne pas fonctionner avant l'hiver alors que l'automne est déjà frais.



- Les Français ne travaillent pas le samedi, ni le dimanche.
- Quelque fois les administrations sont fermées le lundi et ferment tôt le vendredi.
- Programmez donc bien votre jour d'arrivée au logement en étant sûr qu'il y aura quelqu'un !



L'INSCRIPTION À L'ÉCOLE

Vous avez un mois à partir de la rentrée pour finaliser votre inscription. Mais vous pouvez la faire en ligne et depuis votre pays d'origine dès votre affectation, bien avant d'arriver en France, et cela facilitera les procédures.

Les documents nécessaires

- Le RIB de votre compte bancaire français (voir partie VII)*
- Une attestation d'assurance responsabilité civile (vie privée)**
- Une copie de votre Pièce d'identité
- Une copie du visa
- L'attestation de paiement de la CVEC***

* Dans un premier temps, pour s'inscrire à distance, ce ne sera pas nécessaire. Mais vous devrez ensuite le fournir à la scolarité (il faut être en France ou alors avoir une banque en ligne, voir p. 30).

** Vous devrez avoir une assurance « responsabilité civile » qui est incluse dans votre assurance logement (voir p. 16).

*** La CVEC (Contribution à la Vie Etudiante et de Campus) est une taxe obligatoire qui finance des services pour les étudiants (médecine universitaire, soutien psychologiques, activités d'intégration, sports, associations, etc.).

Vous devez la payer si vous réglez des droits d'inscription à Arts et Métiers.

Comment payer la CVEC ?

- Tuto (FR) : voir [ici](#)
- With subtitles (EN) : voir [ici](#)
- Subtitulado (ES) : voir [ici](#)



Frais d'inscription

Si vous devez en payer (vérifier les accords entre Arts et Métiers et votre établissement d'origine), vous pouvez le faire sur place, par carte bancaire (les administrations n'acceptent pas l'argent liquide/cash, sauf au campus de Paris) ou à distance, par transfert bancaire.

 **Transfert bancaire : précisez bien « droits d'inscription de M/Mme... (Formation suivie : ...) » et conservez bien les numéros associés au virement pour qu'on puisse le retrouver dans le compte de l'établissement (où arrivent tous les versements)**

Vous avez des documents à faire signer ?

Contrat d'études, certificat d'arrivée, etc. : demandez au BREI et il/elle vous indiquera la démarche.





LA VALIDATION DU TITRE DE SÉJOUR (ÉTUDIANT·E·S DE NATIONALITÉ NON EUROPÉENNE)

Cette démarche doit être effectuée dans les trois mois suivant l'arrivée en France et se substitue à l'envoi par courrier du formulaire de l'OFII (qui existait avant).

Faites-la le plus tôt possible car votre inscription au système de santé en dépend.

Elle se fait sur la plateforme en cliquant [ici](#) et nécessite d'avoir une adresse définitive.

En cliquant sur « Je valide mon VLS-TS », les étudiant·e·s et chercheur·se·s concerné·e·s (VLS-TS avec la mention étudiant ou passeport talent chercheur) doivent indiquer leur numéro de visa et suivre les instructions jusqu'à validation du dossier.

Vous devrez également acheter un timbre fiscal électronique (uniquement vendu sous la forme dématérialisée ou électronique, 50 euros) pour valider l'opération.

Si vous avez une carte bancaire, l'achat se fait par le service en ligne en cliquant sur « Acheter un timbre fiscal électronique ». Si non, vous pouvez en acheter un dans certains bureaux de tabac ou sur les bornes installées dans certains services fiscaux.

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter le site de [France-Visas](#) ou le site officiel de l'administration française [Service public](#).

 **Si vous rencontrez des difficultés pour valider votre visa, vous pouvez appeler au 0806 001 620.**

Visite médicale

Une fois votre visa validé, on va vous demander de passer une visite médicale obligatoire.

Tous les campus Arts et Métiers n'ont pas les moyens de vous la proposer, n'ayant pas de service interne de santé, et dans ce cas vous en êtes exempté.e (car elle est de notre responsabilité).

Néanmoins, si vous souhaitez faire un bilan de santé (ce que nous vous recommandons de faire, préventif), vous pouvez en demander un, gratuit, à la CPAM de votre rattachement (soit par la plateforme AMELI, soit en vous déplaçant à leur siège dans votre ville de résidence). Il sera composé d'un certain nombre de contrôles (vue, muscles, respiration, etc.), prises de sang, et discussions avec des médecins de prévention (notamment un nutritionniste).

Tous les assurés, français ou non, ont le droit à un bilan de santé, gratuit, tous les 5 ans. (Voir encadré « vos droits », p. 29)



LA SANTÉ : LA SÉCURITÉ SOCIALE (ASSURANCE D'ÉTAT)/CPAM

Tout d'abord, vous trouverez en cliquant [ici](#) une petite présentation.

Vous devez vous inscrire, sauf si vous êtes en échange à partir d'un établissement européen et que vous avez la Carte Européenne d'Assurance Maladie.

La sécurité sociale est gratuite. On s'inscrit en déposant son dossier sur le site internet AMELI en cliquant [ici](#).

Comment s'inscrire à la CPAM ?

- Tuto VF : voir [ici](#)
- Tuto VEN : voir [ici](#)
- Tuto VES : voir [ici](#)

Une fois que votre dossier sera envoyé, vous recevrez (une ou deux semaines plus tard), une attestation de droits, avec un NIA-Numéro d'Identification d'Attente qui commence par les chiffres 1, si l'on est un homme, ou 2, si l'on est une femme (vérifiez vos emails). Le NIA remplace le NNP (Numéro National Provisoire, qui commençait par les chiffres 7 et 8). Vous n'aurez donc plus de NNP mais un NIA.

Les étudiants sous NIA ont accès à la prise en charge de leurs dépenses de santé mais ne disposent pas de carte Vitale ni de compte AMELI, c'est pourquoi il faut obtenir le numéro définitif, le NIR.

Surveillez régulièrement votre dossier sur AMELI parce que la CPAM vous demandera des documents complémentaires pour pouvoir convertir votre NIA en NIR (Numéro d'Inscription au Répertoire national). Ce numéro sera le même mais vous permettra d'ouvrir un compte AMELI et d'avoir une carte VITALE. Vous en serez informé par courrier auquel sera joint un formulaire pour demander la carte VITALE.

Mais ce transfert du NIA en NIR reste donc conditionné à la mise à disposition de l'ensemble des pièces administratives en lien avec l'immatriculation : un justificatif d'état civil, un titre de séjour...mais aussi le RIB ou la validation du visa si, quand vous avez commencé votre dossier, vous ne les aviez pas encore. Si vous ne téléversez pas les documents complémentaires, votre dossier n'avancera pas et vous ne passerez jamais en NIR. Et ce n'est qu'avec le NIR que vous aurez la carte VITALE.

Ils vous relanceront trois fois et, si vous ne répondez pas, abandonneront votre dossier.


Le RIB est très important car il permettra à la CPAM de verser les remboursements sur votre compte bancaire et permettra de vous identifier si vous les appelez.

Le RIB d'un compte non français est autorisé, si on y retrouve l'IBAN, le BIC et la domiciliation.



Urgences (ambulance, pompier, etc.)

Un seul numéro de téléphone pour tous les services : **112**




L'Assurance Maladie
Agir ensemble, protéger chacun

MÉMO ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

Dès votre arrivée en France, et après votre inscription dans votre établissement d'enseignement supérieur, suivez les démarches pour bénéficier de la prise en charge de vos frais de santé pendant la durée de vos études :

LE SITE ETUDIANT-ETRANGER.AMELI.FR

Afin de bénéficier de l'Assurance Maladie tout nouvel étudiant international doit s'inscrire sur le site internet prévu à cet effet : etudiant-etranger.ameli.fr



Ce site internet dédié – disponible en français, en anglais et en espagnol – et accessible grâce à une aide en mandarin et en arabe, constitue un espace de dialogue privilégié entre les étudiants étrangers et l'Assurance Maladie.

BESOIN D'AIDE ?
Consultez le tuto accessible sur etudiant-etranger.ameli.fr, rubrique **Besoin d'aide**

1

INSCRIVEZ-VOUS SUR LE SITE : ETUDIANT-ETRANGER.AMELI.FR

Saisissez les informations obligatoires

- Nom
- Prénom(s)
- Date de naissance
- Pays de naissance
- Adresse e-mail
- Adresse postale en France
- Numéro de téléphone

Déposez les pièces justificatives obligatoires

- Passeport/carte d'identité
- Titre de séjour
- Copie intégrale de l'acte de naissance/extraît de l'acte de naissance avec filiation (pièce établie par le consulat)
- Attestation de scolarité pour l'année en cours
- Attestation d'autorisation parentale [- de 16 ans]
- IBAN
- Pièces complémentaires à déterminer selon le pays d'origine

2

CRÉEZ VOTRE ESPACE PERSONNEL

Téléchargez votre attestation provisoire d'affiliation à la Sécurité sociale

↓

Déposez les pièces justificatives manquantes ou non conformes dans votre espace personnel

↓

Dès que vous recevez un message vous attribuant un NIR...

↓

...téléchargez votre attestation définitive d'affiliation à la Sécurité sociale

3

UNE FOIS VOTRE AFFILIATION FINALISÉE, VOUS RÉALISEZ DES ACTIONS COMPLÉMENTAIRES AFIN D'ÊTRE REMBOURSÉ DE MANIÈRE PLUS SIMPLE ET RAPIDE

Vous ouvrez votre compte personnel ameli sur ameli.fr ou via l'application ameli


Vous demandez votre carte Vitale en fournissant vos pièces justificatives

- Photo d'identité récente
- Pièce d'identité

Vous déclarez un médecin traitant lors d'une consultation, auprès d'un médecin en France

Pour être mieux remboursé, l'Assurance Maladie vous recommande d'adhérer à une complémentaire santé.

Vous dépendez de la caisse d'assurance maladie de votre lieu de résidence. CETTE DÉMARCHE N'EST À EFFECTUER QU'UNE SEULE FOIS À VOTRE ARRIVÉE.




AGIR ENSEMBLE, PROTÉGER CHACUN

SMILE, WE HAVE YOU COVERED

FOREIGN STUDENTS:

YOU CAN GET FREE, EASY-TO-USE HEALTH CARE COVERAGE

Just register online on etudiant-etranger.ameli.fr and follow the instructions.



ameli.fr

Pourquoi s'inscrire à la sécurité sociale ?

Les soins médicaux en France coûtent cher :

- Une consultation chez un médecin généraliste : 30 euros
- Les médecins spécialistes peuvent demander jusqu'à plusieurs centaines d'euros pour un rendez-vous
- Une hospitalisation : des (dizaines de) milliers d'euros

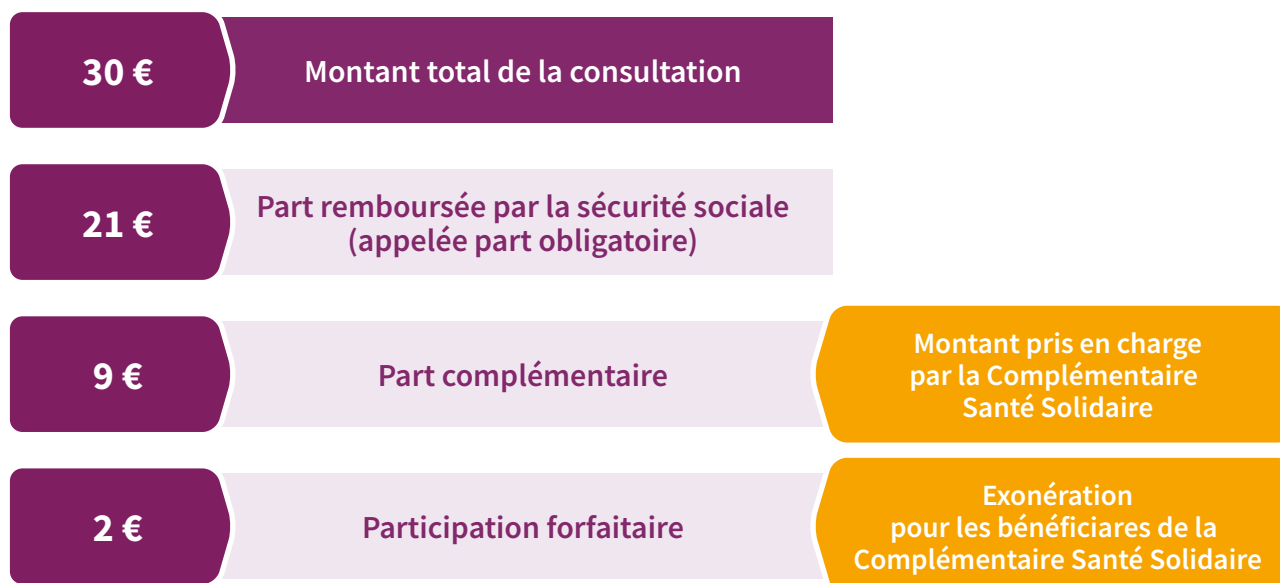
La sécurité sociale vous permettra de vous faire rembourser en grande partie quand vous allez chez le médecin (près de 70% grâce à ce système).

Pour être remboursé à 100%, vous devez avoir une assurance complémentaire (avant de faire les soins). En tant qu'étudiant international, vous devrez demander l'assurance Complémentaire santé solidaire. Son prix dépend de vos revenus. Si vous en avez peu, elle sera gratuite, sinon elle sera peu chère (seulement 8 euros par mois si vous avez moins de 29 ans).

Vous pouvez faire une simulation du coût en cliquant [ici](#).

Si vous êtes en échange académique venant d'un établissement européen, et que vous avez déjà la carte européenne d'assurance maladie, vous n'avez pas besoin de vous inscrire à la sécurité sociale.

Voilà comment fonctionne le remboursement d'une consultation :



Comment demander l'assurance Complémentaire Santé Solidaire (CSS) ?

Pour bénéficier de la CSS, il y a trois conditions cumulatives : être indépendant·e géographiquement (ne plus vivre chez vos parents), financièrement (ne pas recevoir d'aide de vos parents s'ils résident sur le territoire français), fiscalement (ne pas faire partie du même foyer fiscal que vos parents si ceux-ci sont sur le territoire français).

La demande de la CSS peut se faire dès que vous avez un NIA.

Pour cela, vous allez sur le site de la CPAM, rubrique « formulaires ».


Dans la barre de recherche vous tapez S3711. C'est le formulaire de demande de la CSS.

Vous l'imprimez, le remplissez, le datez et signez, et l'envoyez à la CPAM de votre ville, après avoir :

- Ajouter les documents justificatifs (ils sont listés), notamment les documents qui prouvent votre indépendance (voir ci-dessus). Comme il est difficile pour vous de produire ces documents à votre arrivée, vous allez juste faire une déclaration sur l'honneur dans laquelle vous vous engagez à faire les démarches, cette année, pour produire les documents l'année prochaine, si vous souhaitez continuer à en bénéficier (notamment faire votre propre déclaration de revenus auprès de l'administration française des impôts). Donc vous écrivez sur une page blanche, un texte de ce genre : « *Je, sous signé·e M/Mme....., déclare ici sur l'honneur que je suis bien étudiant·e international·e, inscrit·e à l'Ecole Nationale Supérieure d'Arts et Métiers, campus de....., au titre de l'année universitaire 20../20., et que je suis bien indépendant·e géographiquement, financièrement et fiscalement. Venant d'arriver sur le territoire, je ne suis pas en mesure de vous fournir un avis français d'imposition mais Je m'engage à réaliser, au cours de cette année, les démarches nécessaires à sa production l'année prochaine. Ne travaillant pas, mes modestes ressources ne me permettent pas de me payer une assurance santé complémentaires, je vous remercie donc de bien vouloir m'accorder le bénéfice de la Complémentaire Santé Solidaire et me tiens à votre disposition pour toute information supplémentaire. Cordialement, (signature) ».*
- Indiquer si vous touchez les APL (=CAF).
- Choisir une compagnie d'assurance/mutuelle : soit la CPAM soit une de la liste qu'ils vous donnent (ils vous orientent sur un site où il y a une liste).
- Indiquer votre adresse actuelle (Là où vous étudiez en France. Si vous êtes en train de changer (pour le stage par exemple), vous mentionnez votre futur changement d'adresse).

La CPAM vous donnera une réponse en deux mois maximum.



 Si vous comptez rester plus d'un an, vous devez, comme mentionné dans l'attestation sur l'honneur que vous allez rédiger, faire des démarches pour déclarer vos revenus en France. Vous devez donc, dès cette année, vous rendre à l'administration fiscale de votre ville de résidence pour demander un dossier, le remplir et l'y déposer.

Pour faire une première déclaration, il vous faut un numéro fiscal

1. Vous pouvez faire une demande de numéro fiscal en ligne à partir d'un formulaire disponible à la rubrique «Contact» située tout en bas de la page d'accueil du site impots.gouv.fr > « Vous êtes particulier » > « Votre demande concerne l'accès à votre espace particulier » > « Je n'ai pas de numéro fiscal ».

Vous devez faire cette procédure avant l'ouverture de la campagne de déclaration, pour ensuite pouvoir déclarer en ligne

2. Si vous avez oublié de demander un numéro fiscal et que la campagne de déclaration est déjà ouverte : compléter le formulaire Cerfa 2042 et l'envoyer/le déposer au Centre des Finances Publiques (Service des Impôts des Particuliers) du domicile avant la fin de la campagne. Documents à joindre à ce formulaire : une copie du passeport, une copie du titre de séjour, un RIB, ainsi qu'un justificatif de domicile.

Si vous ne réussissez pas à remplir le formulaire et ne savez pas quoi déclarer comme ressources versées depuis l'étranger (prise en charge), vous devez contacter les finances publiques (0 809 401 401 (service gratuit), du lundi au vendredi de 8 h 30 à 19 h, ou vous rendre à leur siège.

Comment me faire rembourser ?

Quand vous aurez les deux assurances, vous serez remboursé·e à 100%. Donc il vaut mieux avoir fait les démarches avant d'aller la première fois chez le médecin.

Lors d'une consultation, vous devrez d'abord payer la consultation et le médecin vous donnera une fiche de remboursement (un formulaire marron) que vous devrez remplir et envoyer à la CPAM (ou la déposer dans la boîte aux lettres de leur siège) pour être remboursé·e.

Quand votre dossier CPAM sera complet, votre NIA sera converti en NIR. Vous pourrez alors ouvrir votre compte sur le site AMELI et demander votre carte VITALE.

Quand vous aurez la carte VITALE (verte avec votre photo) et que vous irez chez le médecin, vous la lui donnerez et vous n'aurez plus à remplir de formulaire marron pour être remboursé·e, ni à avancer l'argent de la consultation.



Médecin généraliste/Médecin de famille/Médecin spécialiste

Le « parcours de soin » (et de remboursement) en France a un fonctionnement précis.

Pour être remboursé·e, vous devez :

- Signaler, sur AMELI, un médecin « de famille » : vous devez dire quel est votre médecin généraliste et aller toujours chez le même (sinon vous ne serez pas remboursé·e intégralement).
 - ▶ Vous ne pourrez signaler votre médecin de famille que quand vous aurez un compte AMELI (donc un NIR).
 - ▶ Vous déclarez le médecin la première fois que vous allez voir un médecin, vous lui demandez qu'il/elle le fasse.
 - ▶ Voici un annuaire de médecins, [ici](#).
- Quand vous voulez aller chez un médecin spécialiste, vous devez d'abord aller voir votre médecin de famille (payer la consultation, qui vous sera remboursée) et lui demander de vous envoyer chez un spécialiste. (Ps : pour un dentiste, ce n'est pas nécessaire, vous y allez directement sans passer par le médecin de famille)

Si mon dossier n'avance pas, si je n'arrive pas à faire les démarches à distance ?

Votre dossier est géré par la CPAM de la ville où vous habitez (en fonction de l'adresse que vous avez déclarée). Si vous changez de ville définitivement (pas pour le stage mais pour travailler après les études, par exemple), il faudra bien signaler votre changement d'adresse.

Si vous avez des questions, vous pouvez aller au siège local de la CPAM pour interroger le personnel ou appeler le **3646 (gratuit)** au téléphone.

Pour ceux souhaitant s'exprimer en anglais, il suffit de le dire (en français ou en anglais) quand vous appelez le **3646**. Si ça ne marche pas, essayez le **numéro spécial 09 74 75 36 46**.



Vos droits

Une fois que vous avez un NIR, vous pourrez bénéficier, en plus des remboursements de santé, d'une offre de prévention :

- Bilan de santé (gratuit, une fois tous les 5 ans) en cliquant [ici](#) (prévoyez une matinée libre et tapez dans un moteur de recherche « doctolib examen prévention santé + votre ville »)
- Une consultation gratuite chez le dentiste à 18, 21 et 24 ans
- Le remboursement des substituts nicotiques dans le cadre de l'arrêt du tabac
- Le remboursement de la contraception y compris des préservatifs
- L'accès anonyme à la pilule du lendemain à la pharmacie ou à l'IVG (interruption volontaire de grossesse)
- Le remboursement des vaccins



**Récapitulatif de l'affiliation à la sécurité sociale : ce n'est pas clair ?
Revoyez rapidement les différentes étapes avec cette [vidéo](#).**

**Si vous rencontrez des difficultés,
demandez au BREI de contacter le référent CPAM local.**



L'OUVERTURE D'UN COMPTE BANCAIRE EN FRANCE

Pour finaliser votre inscription, vous devrez avoir un compte bancaire en France. On va vous demander votre RIB (relevé d'identité bancaire = la carte d'identité de votre compte).

Une carte bancaire vous facilitera la vie.

Pour cela vous devrez prendre rendez-vous dans une banque et attendre quelques jours ou semaines (ça peut être plus long pour certaines nationalités).


Prévoir les documents suivants :

- Une copie de votre passeport
- Une attestation de logement
- Un certificat de scolarité (attestation d'inscription à l'école, le demander au BREI)

Comment ouvrir un compte bancaire en France ?

- INFO (FR) : voir [ici](#)
- With subtitles (EN) : voir [ici](#)
- Subtitulado (ES) : voir [ici](#)

Pensez aussi aux banques en ligne : elles peuvent vous permettre d'ouvrir un compte depuis votre pays, avant d'arriver en France, et vous éviter de vous déplacer avec beaucoup d'argent en cash (« en liquide » comme on dit en France).

 Vous avez des droits, et notamment celui d'avoir un compte bancaire en France : en cas de refus d'ouverture d'un compte bancaire par plusieurs établissements, l'étudiant·e doit saisir la banque de France qui en désignera une d'office, au titre du « droit au compte ».



LES AIDES FINANCIERES ET AUTRES

Le CROUS (centre régional des œuvres universitaires et scolaires) est l'organisme d'Etat qui soutient les étudiant·e·s. Ils proposent des aides financières (bourses, aides ponctuelles...), de l'information et des conseils (assistants sociaux au siège du CROUS de la ville), des logements peu chers, et des repas.

Afin de mieux vous informer sur les aides et les démarches à effectuer, vous pouvez appeler le 0 806 000 278 (prix d'un appel local non surtaxé /ouvert du lundi au vendredi de 9 h à 17 h) ou le service social du CROUS de votre ville (cherchez « Rencontrer un·e assistant·e sociale » sur le site du CROUS local).

Nous détaillons ici les aides aux étudiant·e·s, ainsi que d'autres solutions que le CROUS.

Les repas au Restaurant Universitaire (RU)


Les étudiant·e·s peuvent avoir des repas chauds, complets et équilibrés, dans les restaurants universitaires. Le tarif y est très avantageux : 3,30 €.

Pour payer, vous devrez vous servir de votre carte d'étudiant·e, dans laquelle il y a une puce IZLY, ou de votre téléphone en utilisant l'appli IZLY (ce sont les seuls moyens autorisés pour payer les repas, pas d'argent ni carte bancaire). Pour cela, vous devrez créer un compte IZLY et le créditer par virement bancaire, en cliquant [ici](#).

Introduisez votre adresse email Arts et Métiers (prenom.nom@ensam.eu), ce sera votre identifiant IZLY.

Cette procédure est donc à réaliser une fois qu'on vous a attribué une adresse de messagerie.

Si vous rencontrez des difficultés, vous pouvez consulter l'aide en cliquant [ici](#).

 **Malheureusement, le statut de stagiaire international (quand vous êtes en France seulement pour un stage à Arts et Métiers) ne permet pas de bénéficier du tarif étudiant·e car il faut être inscrit dans établissement français (vous êtes inscrit dans votre pays et en mobilité).**

Les bourses et les logements du CROUS

Les bourses ne sont pas réservées aux étudiant·e·s français ou européen : voir [ici](#).

La « bourse sur critères sociaux » est destinée aux étudiants qui ont très peu de ressources.

Vous pouvez la demander si :

- Pour les étudiant·e·s de nationalité européenne : vous avez occupé un emploi en France ou un de vos responsables a perçu des revenus en France.
- Pour les étudiant·e·s de nationalité extra européenne : vous vivez en France ainsi que vos parents depuis au moins deux ans.

Pour la demander, il faut faire un DSE (Dossier social étudiant) sur le site du CROUS. Cela s'effectue de la mi-janvier à la mi-mai, pour bénéficier de l'aide l'année académique suivante.

La procédure se fait en ligne sur le site suivant : messervices.etudiant.gouv.fr

Conseil : demandez au CROUS de votre ville, comment préparer votre dossier.

Si votre situation ne correspond pas à ces conditions, vous devez constituer un Dossier d'Aide Spécifique (déclaration d'indépendance avérée). La demande sera étudiée par une commission spécifique qui comprend le directeur du CROUS, des assistantes sociales du CROUS et des personnes d'EESR (structure liée à l'enseignement supérieur). Cette commission décidera de l'accord et du montant.

Pour cette aide, vous devrez avoir un logement à votre nom, faire une déclaration de revenus en France (auprès de l'administration fiscale) depuis deux ans et avoir gagné l'équivalent de trois salaire minimum français (SMIC) dans l'année.

Des aides ponctuelles existent aussi, sous la forme de cartes pré-payées pour des magasins alimentaires. On vous demandera de montrer que vous êtes en difficulté financière par des documents officiels.

Le CROUS publie régulièrement des annonces de petits emplois/jobs étudiants : voir [ici](#).

Il est possible de demander un logement à loyer modéré au CROUS. Pour cela, il faut faire un DSE si vous êtes en France l'année d'avant (puisque'il vous faut un numéro d'étudiant d'un établissement français, dit INE).

Si vous arrivez en France, contactez les différentes résidences CROUS (elles se trouvent sur un moteur de recherche internet). Certaines peuvent louer des chambres à des étudiants sans être en contact avec leur établissement.

Les aides alimentaires / Épiceries solidaires

Les Restos du Cœur aident les gens en difficultés financières en leur fournissant des produits de première nécessité (nourriture, hygiène, soutien psychologique...). Cela fonctionne comme un magasin mais où on ne paie pas les produits (on a le droit à un nombre déterminé de produits que l'on choisit). La vie devenant de plus en plus chère dans les grandes villes, de plus en plus d'étudiant·e·s demandent à en bénéficier.

Certains de ces « magasins » sont mêmes ouverts spécialement pour les étudiant·e·s (c'est le cas à Paris et Lille, sur les campus universitaires). Pour en bénéficier, il faut les contacter et voir comment s'inscrire. Voir [ici](#).

Il y a deux périodes de fonctionnement : une en hiver et une en été (quelque fois juste en hiver). Il faut donc trouver des solutions quand ils ne fonctionnent pas.

Les AGORAé sont des lieux de vie étudiant·e ouvert à toutes et tous et qui accueillent des activités organisées par les bénévoles et les bénéficiaires.

Par ailleurs, cet espace permet aux étudiants de se renseigner sur leurs droits et de recevoir des conseils sur la vie quotidienne (nutrition, consommation responsable, etc.).

C'est aussi une épicerie solidaire accessible sur critères sociaux où les étudiant·e·s peuvent s'approvisionner en produits alimentaires, d'entretien ou encore en fournitures scolaires à prix réduits (entre 10 et 30 % par rapport aux prix usuels). Voir [ici](#).

Les permanences avocat

Si vous avez besoin d'une aide juridique, les municipalités proposent des permanences de juristes, aide juridique, ou encore maison de la médiation et du citoyen, maison des juristes, etc.

Vous les trouverez en tapant ces mots et le nom de la ville où vous habitez dans un moteur de recherche.

Les juristes vous reçoivent gratuitement afin de vous informer sur vos droits, une éventuelle procédure à mener, et vous donnent des contacts. En revanche, ils ne vous défendront pas gratuitement.

Les dispositifs de soutien à la santé physique et psychologique

Le service Fil santé jeunes, composé de médecins et de psychologues, répond à vos questions en matière de santé tous les jours de 9 h à 23 h au **0 800 235 236**, un numéro d'appel anonyme et gratuit. Le service est accessible par tchat du lundi au dimanche de 9 h à 22 h.

Le dispositif « soins aux étudiants » de l'association SPS, reconnue d'intérêt général.

Sur le site internet dédié aux étudiant·e·s, vous pourrez :

- Vous informer.
- Trouver une prise en charge (psychologique, médicale et/ou sociale).
- Vous ressourcer et plus spécifiquement avec des fiches repères (voir [ici](#)), des tests du sommeil et des applications mobiles.

Ligne d'écoute, gratuite et anonyme, accessible au **0 805 23 23 36** (numéro vert) et disponible 24h/24 et 7j/7.

Nightline

C'est un service d'écoute (au téléphone ou par tchat) tenu par des étudiant·e·s, destiné aux étudiant·e·s. Ce service est confidentiel et anonyme, dans une démarche d'aide par les pairs. Nightline est accessible par téléphone ou par tchat. Le service téléphonique et le service de tchat sont ouverts de 21 h à 2 h 30 au **01 88 32 12 32**.

Le dispositif EVA de soutien psychologique

Si vous sentez que votre motivation est en baisse, que vous vous sentez triste, négatif·ve, mélancolique, que vous vous posez des questions sur le futur, etc., ne laissez pas s'installer ce qu'on appelle un état dépressif.

Signalez votre état à la scolarité de votre campus, ou au BREI, et demandez à bénéficier du dispositif EVA qui consiste à vous mettre en relation avec des professionnels de l'écoute pour des entretiens gratuits. C'est très important et tout le monde peut être concerné (p.9).





LE RENOUVELLEMENT DU TITRE DE SÉJOUR

Il se fait sur la plateforme en ligne ANEF (Administration Numérique pour les Etrangers en France). Les dossiers "papier" sont refusés si un dépôt via l'ANEF est possible. La procédure se fait sur le même site que la validation du visa à votre arrivée, voir [ici](#).

Comment renouveler le titre de séjour via l'ANEF ?

- INFO (FR) : voir [ici](#)
- With subtitles (EN) : voir [ici](#)
- Tuto VES : voir [ici](#)

Le dépôt du dossier sur l'ANEF se fait trois mois avant expiration du titre en cours.

Au delà de six mois après expiration, les dossiers sont automatiquement refusés. Une nouvelle entrée régulière devra être présentée (ce qui implique de rentrer dans votre pays d'origine, demander un nouveau visa et revenir).

Si votre dossier sur l'ANEF est incomplet, vous recevrez une notification sur votre compte ANEF vous précisant la ou les pièces manquantes.

Si vous ne fournissez pas ces pièces dans un délai de un mois maximum, la demande sera automatiquement clôturée. Un nouveau dépôt complet via ANEF sera alors nécessaire.

Pour que la création de votre espace personnel soit validée, vous devez être vigilant-e lors de l'enregistrement de la date d'entrée en France : il doit s'agir d'une date sous forme JJ/MM/AAAA (jour/mois/année).

De plus, après une absence de connexion à votre espace personnel durant 80 jours ou plus, vous devrez obligatoirement réinitialiser votre mot de passe.

Photos

Il faudra que vous fassiez une e-photo, dans un appareil/cabine publique (photomaton) ou un photographe spécialisé. Pour en trouver un, voir [ici](#).

Il y a différents projets qui justifient de renouveler votre titre de séjour : continuer vos études, une promesse d'embauche, ou la recherche d'un emploi.

Vous continuez vos études

Pour être autorisé·e à continuer à faire des études en France, il faut que ce soit au moins au même niveau que votre diplôme (donc 2^e année de master minimum) et dans un champs académique proche qui vient compléter votre formation (après des études d'ingénieur, vous ne pouvez pas faire de nouvelles études en reprenant, par exemple, des études en langues au début).

Vous pouvez donc vous intéresser à :

- **Un master 2** (en France, les deux années de master sont indépendantes, vous pouvez donc choisir une 2^e année de master différente du master où vous avez fait la 1^{re} année).
 - ▶ Regardez sur les sites des universités et écoles, et contactez directement l'administration de ces formations. Les admissions se font en général au printemps (à partir du mois d'avril). Arts et Métiers propose ces master 2 (enseignés généralement en langue anglaise) : Voir [ici](#).
- **Un Mastère Spécialisé®** : ce sont des diplômes post-master, de niveau académique BAC+6 et labellisés par la Conférence des Grandes Ecoles. Que ce soit dans le cadre d'une reconversion professionnelle, d'une évolution de carrière ou d'une poursuite d'étude, le Mastère Spécialisé® permet d'acquérir une expertise et une spécialisation dans un domaine pointu, à la fois sur le plan technique et sur le plan managérial. Les cours sont réalisés par des académiques et des experts issus du monde de l'entreprise. Voici ceux proposés par Arts et Métiers en cliquant [ici](#).
- **Un doctorat** : Arts et Métiers forment de nombreux doctorants dans ses laboratoires de campus, sur les différentes thématiques de l'industrie 4.0. C'est une formation de haut niveau, proche des milieux économiques, avec un financement pour les trois années. Les étudiant·e·s doivent contacter un potentiel tuteur avec de déposer leur candidature. En cliquant [ici](#), quelques liens informatifs sur lesquels vous trouverez une liste des sujets proposés.
- Consultez aussi le site d'Euraxess, l'organisme européen en charge de l'accueil des chercheurs. Il peut y avoir des offres de doctorats et d'emploi :
<https://www.euraxess.fr/fr>
<https://euraxess.ec.europa.eu/>

 N'hésitez pas à interroger vos enseignant.e.s et à déposer votre candidature avant mars.

Vous souhaitez travailler

Vous **avez reçu une offre d'emploi** : il faut changer de statut, d'étudiant·e à salarié·e.

Il faut, pour cela :

- Que votre titre de séjour soit encore valable
- Que vous ayez l'accord de la DIRECCTE (l'institution qui gère le travail des étrangers).

Théoriquement, elle peut vous refuser mais il y a peu de chance qu'elle le fasse si :

- Vous avez été diplômé·e d'un niveau master 2 en France dans l'année.
- L'offre d'embauche correspond à ce niveau d'études.
- Le salaire proposé est au moins 2 247,70 €.

► Votre futur employeur doit pouvoir vous aider à mener cette procédure

Vous **n'avez pas encore d'offre** : vous devez demander l'Autorisation Provisoire de Séjour (APS)/Registre d'État Civil Électronique (RECE)

Ce titre de séjour vous donne le droit de rester 1 an supplémentaire pour trouver un emploi ou créer votre entreprise.

Comment demander une APS/RECE ?

Il faut envoyer le dossier de demande (vous le trouverez sur le site de la préfecture), par la poste, à la préfecture de votre domicile.

Conditions d'éligibilité :

- Que votre titre soit encore valable quand vous envoyez votre dossier
- Que vous soyez diplômé·e d'un master 2 français (il faut donc attendre le jury)
- Que vous vous engagiez à ne plus jamais faire d'études en France
(Vous ne pourrez plus faire de doctorat après, attention !)

Vous trouverez de l'information en cliquant [ici](#).

Vous avez 4 ans pour en faire la demande. Si vous devez, ou souhaitez, rentrer dans votre pays (ou aller dans un autre) directement après votre diplomation à Arts et Métiers, il faudra alors revenir en France, avec un visa, pour en faire la demande (avant la fin du visa), dans les quatre ans.

 Renseignez-vous bien auprès du Consulat de France de votre pays de résidence avant.

Avec une APS/RECE, vous n'aurez pas de problèmes à voir votre contrat d'embauche être accepté par la DIRECCTE, et être converti en titre de séjour « salarié·e », si :

- L'offre d'embauche correspond à ce niveau d'études
- Le salaire proposé est au moins 2 247,70 €

VOYAGER



- La compagnie nationale de train : **SNCF** (pensez aux réductions étudiantes et à la Carte avantage jeune qui propose des réductions).
- Les compagnies de bus : Flixbus, BlaBlaBus, OUIbus, Eurolines, etc.
- Compagnies aériennes low-cost : Ryan Air, Wizzair, etc.
- Transport local privé : Uber, VTC, taxis (attention : c'est très cher en France !).
- Le covoiturage libre ou avec des compagnies comme BlaBlaCar, Mobicoop, Klaxit, ect.

Demandez toujours s'il existe des réductions étudiantes. Il y a souvent des prix moins chers pour vous, que ce soit pour les transports (locaux, nationaux, internationaux) ou beaucoup d'autres choses en France. On vous demandera alors certainement votre carte d'étudiant.e. Il faut donc en faire la demande rapidement auprès de la scolarité de votre campus.



QUEL BUDGET ?

Frais à prévoir à votre arrivée

Loyer (premier mois à payer le jour de votre arrivée)

Coût moyen en résidence universitaire (moins cher que dans un logement privé) :

- Aix-en-Provence : 380 €
- Angers : 350 €
- Bordeaux-Talence : 260-440 €
- Châlons-en-Champagne : 320 €
- Cluny : 250-340 €
- Lille : 400 €
- Metz : 300 €
- Paris : 650 €

Caution (un ou deux mois à verser à l'arrivée)

- La somme est encaissée et rendue à votre départ s'il n'y a pas de dégâts ni d'impayés.

Assurance logement (obligatoire dès l'arrivée) + **responsabilité civile** (obligatoire pour inscription)

- Entre 30 et 40 € pour une chambre simple, avec une assurance en ligne.

Autres achats, équipements chambre (literie, vaisselle)

- 150 €

Timbre fiscal validation visa

- 50 €

CVEC

- 105 €

Frais d'inscriptions

Frais pour les tenues (approximatifs)

Ateliers, tenue de sécurité : pantalon, veste, chaussures de sécurité, lunettes, gants

- 80 € (vous pouvez apporter votre tenue si vous le souhaitez)

Uniforme Gadzart

- L'uniforme Gadzart ne concerne que les étudiant·e·s inscrits au diplôme d'ingénieur du Programme Grande École.
Coût majoritairement pris en charge par la Soce (Société des ingénieurs Arts et Métiers) avec une participation des étudiants au hauteur de 300 €.

Frais mensuels

Ils varient selon les campus. Le détail est disponible sur notre site internet.

Alimentation

- 300 € (tarifs des repas midi et soir au Restaurant Universitaire (RU))

Internet, téléphone

- 20 €

Budget transport

- Entre 15 et 40 € par mois (tarif étudiant).



Budget mensuel : environ 1 000 € pour le strict minimum, en mangeant au Resto Universitaire.

Jobs étudiants

Attention, les titulaires d'un titre de séjour étudiant ne peuvent pas travailler plus de 60 % de leur temps ou 964 heures/an. Pour les titulaires d'une bourse vous devez vous renseigner pour savoir si c'est possible.

Où trouver des annonces ?

- [Le site d'annonces du CROUS](#)
- [Letudiant.fr](#)
- [Leschasseursdemploi.com](#)
- [Vivastreet.com](#)

CHECK LIST DE L'ÉTUDIANT·E INTERNATIONAL·E EN MOBILITÉ EN FRANCE



Quand ?	Quoi ?	Fait
Avant d'accepter la mobilité	Avoir calculé le budget et avoir trouvé le financement	
Avant d'arriver	Avoir trouvé un logement	
2-3 mois avant d'arriver	. Refaire mon passeport s'il expire dans les 12 mois . Demander extraits de naissance + traduction en français	
	Avoir fait les démarches pour le visa	
2 semaines avant d'arriver	Avoir récupéré mon visa	
1 semaine avant d'arriver	Avoir prévenu ma banque que je vais faire des retraits d'argent en France, ou prévoir de l'argent liquide en euro	
1 semaine avant d'arriver	Avoir prévenu le BREI de mon arrivée, et les R-inter	
	Faire ma valise avec des vêtements adaptés	
	Préparer les documents officiels à prendre : . Passeport valide (+2-3 photocopies) . Extrait de naissance + traduction . Permis de conduire ?	
	. Attestation inscription établissement d'origine (échanges) . Attestation niveau de langue . Diplôme (copie et traduction si nécessaire)	
	. Billets d'avions/Train . Attestation de déplacement (COVID) ? . Itinéraire depuis l'aéroport jusqu'à mon logement	
	. Réservation logement . Document pour entrée dans le logement . Liste de vos contacts en France (peut-être pas d'internet)	
Arrivée logement	. Téléphone portable . Ordinateur portable ? . Carnet de santé ?	
	. Copie Passeport . Assurance logement . Garant ? . 1er loyer + caution	
	Dès mon arrivée	
	Aller me présenter au BREI du campus Commencer les démarches CPAM	
1 ^{er} semaine	Commencer les démarches CAF si logement définitif	
	Payer la CVEC	
	Rencontrer les R-inter (les élèves en charge de l'accueil)	
	Prendre rendez-vous dans une banque / ouvrir un compte Me faire un numéro de téléphone français	
Jour de la rentrée	Arriver en avance pour trouver la salle	
1 ^{er} semaine	Faire mon inscription aux Arts et Métiers (en ligne+scolarité)	
2 ^e semaine	Je demande la CSS à la CPAM (si j'ai reçu le n° temporaire)	
2 ^{er} mois	Je finalise mon inscription à la CPAM (je vérifie si j'ai reçu mon n° permanent ou si je dois compléter mon dossier)	
3 ^{er} mois	Je valide mon titre de séjour	
Avril-Mai	Je prévois une éventuelle prolongation de mon titre séjour	

Besoin d'une attestation de pré-inscription pour vos démarches (CPAM, banque,etc.) ? ► BREI



GLOSSAIRE

A1/A2/B1/B2/C1/C2	Échelle croissante de niveaux de maîtrise d'une langue
Alumni	Anciens élèves
ANEF	Administration Etrangers En France (plateforme demande titre de séjour)
AMELI	Plateforme/Site internet de la CPAM
APL	Aides pour le logement
APS	Autorisation provisoire de séjour (type de titre de séjour, aujourd'hui RECE)
BAC	Baccalauréat (diplôme de fin de lycée, autorisant les études supérieures)
BAC+2/BAC+5, etc.	Niveau d'études après le Baccalauréat
BIC	Information figurant sur le RIB de votre compte bancaire
BRE	Bureau Relations Entreprises
BREI	Bureau des Relations Européennes et Internationales (quelque fois BRI)
CAF	Caisse d'Allocation familiale (aides sociales)
CLE	Système de garant pour le logement (quelque fois appelé VISALE)
CM	Cours magistraux
CPAM	Caisse Primaire d'Assurance Maladie (remboursement soins santé)
CROUS	Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires
CSS	Complémentaire santé solidaire (assurance santé complémentaire, gratuite)
CV	Curriculum Vitae
CVEC	Contribution à la Vie Etudiante et de Campus
DELF/DALF	Certifications de niveau de maîtrise de la langue française
DES	Dossier Social Etudiant (pour bénéficier d'un logement/aide du CROUS)
DG	Directeur général / Direction générale
ECTS	Crédits européens
ED	Enseignements dirigés

FLE	Français Langue Etrangère (cours de langue française pour internationaux)
France-visas	Plateforme de demande de titre de visa
IBAN	Information figurant sur le RIB de votre compte bancaire
INE (numéro)	Numéro National Etudiant (en France)
IUT/BTS	Institut Universitaires de Technologie / Brevet de Technicien Supérieur (Formation technologique post-baccalauréat, de deux ans)
IZLY	Système de paiement dématérialisé au restaurant universitaire.
Master1/Master2	1 ^{er} et 2 ^e année de master. En France, elles sont dissociables.
MOOC/SPOC	Formations en ligne gratuites
NIA	Numéro d'Identification d'Attente (CPAM)
NIR	Numéro d'Inscription au Répertoire national (CPAM)
OFII	Office Français de l'Immigration et de l'Intégration
PGE	Programme Grande Ecole (format 3 ans après les classes préparatoires)
RECE	Recherche Emploi/Création d'Entreprise (type de titre de séjour/ avant : APS)
RIB	Relevé d'Identité Bancaire (la carte d'identité de votre compte bancaire)
R-inter	Les élèves en charge de votre accueil
RU	Restaurant universitaire
SMIC	Salaire minimum en France
TP	Travaux pratiques
VISALE	Système de garant pour le logement (quelque fois appelé CLE)

Suivez-nous !
artsetmetiers.fr

