

GUIDE D'ACCUEIL

Centre Eau Terre Environnement

**IN
RS**

Institut national
de la recherche
scientifique

INRS.CA

TABLE DES MATIÈRES

Mot de bienvenue	1	Développement durable	7	et hospitalisation	14
L'INRS en bref	1	Clés de bureaux	7	Régime collectif ASEQ	15
Le Centre ETE en bref	1			En cas d'urgence / Info-santé	15
				Santé, sécurité et COVID-19	15
1 ÉTUDIER À L'INRS EN TEMPS DE COVID-19	2	5 FINANCER VOS ÉTUDES	8	Besoin de discuter de problèmes personnels	15
Accès aux installations de recherche	2	Soutien disponible au Centre ETE	8	Besoin d'aide psychologique	15
Cours	2	Calendrier de versement	8		
Accès aux campus	2	Aide financière aux études (AFE) du gouvernement du Québec	8	10 ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES	16
Encadrement	2			Fédération des étudiants de l'INRS (FEINRS)	16
				Association étudiante du Centre Eau Terre Environnement (AECETE)	16
2 À FAIRE DÈS VOTRE ARRIVÉE	3	6 VOUS LOGER ET VOUS DÉPLACER	9		
Journée d'accueil et séance d'information	3	Trouver un logement	9	11 INFORMATIQUE ET TÉLÉPHONIE	17
Communiquer avec votre mentore ou mentor	3	Information sur le logement	9		
Dépôt de vos documents légaux	3	Se déplacer	9	Pour toute question ou soutien informatique	17
Adresse courriel INRS	3			Accès au sans-fil	17
		7 ÉTUDIANTES INTERNATIONALES ET ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX	10	Intranet	17
		Budget, services bancaires et cartes de crédit	10	Transfert de gros fichiers	17
3 VOS ÉTUDES	4	Logement : information de base	10	Téléphonie	17
Votre dossier étudiant : portail académique IDÉ	4	Travailler	10		
À faire chaque trimestre dans IDÉ	4	Impôt sur le revenu	11	12 BIBLIOTHÈQUE	17
Formulaires utiles	5	Assurance maladie et hospitalisation	11		
Lexique universitaire	5	Immigration	11	Service de documentation et d'information spécialisées (SDIS)	17
Projet d'études	5	Le français, langue officielle au Québec	11	Bibliothèque du Centre ETE	17
		Quelques conseils pour améliorer votre séjour au Québec	11		
4 VOTRE LIEU D'ÉTUDES	6	8 SERVICES AUX ÉTUDIANTS	12	13 VOS DROITS ET RESPONSABILITÉS	18
INRS : tous les sites	6	Vos personnes-ressources	12	Règlement sur les études supérieures	18
Administration générale	6	Survol des services aux étudiants	13	Harcèlement psychologique et violences à caractère sexuel	18
Direction du centre	6			Code d'éthique	18
Centre ETE	6	9 SOINS DE SANTÉ	14	Politique linguistique	19
Accès à l'édifice	6	Étudiantes étrangères et étudiants étrangers : assurance maladie	14	Intégrité en recherche	19
Stationnement	6			Propriété intellectuelle	19
Vélo	6			Protecteur universitaire	19
Aire de repas	7				
Salles de cours et de réunions	7				
Locaux des étudiants	7				

MOT DE BIENVENUE

Chères nouvelles étudiantes
Chers nouveaux étudiants,

Nous sommes heureux que vous ayez choisi l'Institut national de la recherche scientifique (INRS) pour la poursuite de vos études universitaires et nous vous souhaitons la bienvenue chez nous !

En optant pour l'INRS comme lieu d'études, vous avez choisi de vivre une expérience de recherche et de formation de haut niveau. Vous avez également choisi de vous lancer à pieds joints dans une aventure unique qui vous propose un encadrement personnalisé et une formule d'études orientée autour d'enjeux stratégiques pour la société.

Nous avons donc à cœur de vous fournir, dès votre premier jour à l'INRS, toute l'information nécessaire vous permettant de vous familiariser adéquatement avec votre nouvel environnement de recherche, de formation et de vie. Ainsi, le Service des études supérieures et postdoctorales et le Centre Eau Terre Environnement mettent à votre disposition ce guide d'accueil, un outil pratique qui présente l'information pertinente à votre intégration à l'INRS. Nous vous invitons à le lire dès maintenant et à vous y référer régulièrement.

Nous sommes heureux de vous accompagner dans cette nouvelle étape de votre parcours universitaire, qui sera assurément marquée de découvertes stimulantes, de rencontres enrichissantes et de souvenirs mémorables.

Au nom de toute notre communauté universitaire, nous vous souhaitons un parcours d'études des plus enrichissants !



Philippe-Edwin Bélanger
Directeur
Service des études
supérieures et postdoctorales



André St-Hilaire
Directeur par intérim
Centre Eau Terre
Environnement

L'INRS EN BREF

- › Fondé par le gouvernement du Québec en 1969
- › Composé de quatre centres de recherche
 - Centre Armand-Frappier Santé Biotechnologie
 - Centre Eau Terre Environnement
 - Centre Énergie Matériaux Télécommunications
 - Centre Urbanisation Culture Société
- › Une université dédiée exclusivement à la recherche et à la formation aux cycles supérieurs
- › Quelque 150 membres du corps professoral
- › Plus de 700 étudiantes et étudiants de 2^e et 3^e cycles

Une recherche interdisciplinaire dans une université de taille humaine.

LE CENTRE ETE EN BREF

- › Offre une approche multidisciplinaire procurant la vision globale nécessaire à la compréhension et à la gestion intégrée de l'eau et des géoressources.
- › Quatre axes d'activités de recherche : assainissement et valorisation des résidus; biogéochimie aquatique; hydrologie; sciences de la Terre.
- › Près de 40 membres du corps professoral.
- › De nombreuses alliances stratégiques de recherche à l'échelle nationale et internationale : le Centre géoscientifique de Québec, le CentrEau, le Consortium Ouranos, l'Institut nordique du Québec, le réseau EcotoQ, le Réseau Québec maritime, etc.
- › Des groupes de recherche interuniversitaires tels que le Centre d'études nordiques, le Centre intersectoriel d'analyse des perturbateurs endocriniens, le Groupe de recherche interuniversitaire en limnologie ou le Laboratoire d'interprétation et acquisition des mesures en géosciences.

1 ÉTUDIER À L'INRS EN TEMPS DE COVID-19

LA SITUATION PANDÉMIQUE A UN EFFET INDÉNIABLE SUR L'ANNÉE UNIVERSITAIRE 2020-2021. L'INRS DÉPLOIE TOUS LES EFFORTS POUR VOUS ASSURER UN SÉJOUR À LA HAUTEUR DE VOS ATTENTES.

ACCÈS AUX INSTALLATIONS DE RECHERCHE

Après une fermeture complète des installations de recherche en début de pandémie, les laboratoires et locaux de recherche ont rouvert en mai 2020. Ils resteront ouverts tant que la Direction de la santé publique du Québec le permettra, selon des protocoles sanitaires rigoureux.

COURS

L'INRS et son personnel enseignant ont mis tous les efforts requis pour vous offrir des cours de qualité, même s'ils doivent se donner à distance.

À l'automne 2020, la majorité des cours seront offerts à distance.

Pour de l'information détaillée sur les cours offerts dans votre programme et sur la façon dont ils sont donnés, veuillez consulter la personne-ressource pour les dossiers étudiants.

ACCÈS AUX CAMPUS

Pendant la pandémie, les déplacements sur le campus dépendent des règles sanitaires en vigueur. Alors que l'année universitaire s'amorce, l'accès est limité aux déplacements essentiels. La situation pourra évoluer en cours d'année.

ENCADREMENT

Afin de compenser pour le manque d'interactions sur le campus, différents intervenants et intervenants de l'INRS s'assureront de communiquer avec vous plus fréquemment. Un programme de mentorat a également été mis en place pour vous offrir un accompagnement personnalisé.



2 À FAIRE DÈS VOTRE ARRIVÉE

JOURNÉE D'ACCUEIL ET SÉANCE D'INFORMATION

Les nouvelles étudiantes et nouveaux étudiants de votre centre sont invités à une journée d'accueil. L'invitation vous a été ou vous sera transmise par courriel.

Cette journée d'accueil est importante pour bien commencer votre parcours universitaire à l'INRS.

COMMUNIQUER AVEC VOTRE MENTORE OU MENTOR

- Dès votre arrivée, vous serez mis en contact avec une ou un collègue qui connaît bien l'INRS : cette personne sera votre mentore ou mentor!
- Vous ferez sa connaissance dès le début du trimestre.

Pour faciliter les choses,

- transmettez-lui toutes vos coordonnées
- répondez à ses invitations

RÔLES DES MENTORES ET MENTORS :

- Faciliter votre intégration
- Vous aider à créer rapidement des liens avec des collègues
- Répondre à vos questions et vous diriger vers les bonnes ressources
- Faciliter votre pleine participation à la vie universitaire

Vous préférez refuser le mentorat? Vous souhaitez changer de mentore ou mentor? Communiquez avec le ou la responsable du mentorat : sae@inrs.ca

DÉPÔT DE VOS DOCUMENTS LÉGAUX

Communiquez avec la personne-ressource pour les dossiers étudiants. Assurez-vous de lui remettre tous les documents requis.

PERSONNE-RESSOURCE POUR LES DOSSIERS ÉTUDIANTS

Mélanie Laverdière
Programme d'enseignement
Centre ETE – Québec, bureau 5302
Téléphone : 418 654-2622
melanie.laverdiere@ete.inrs.ca

ADRESSE COURRIEL INRS

Une boîte courriel INRS est créée à votre arrivée.

L'information pour l'activer vous est transmise à votre adresse personnelle ou vous est remise en main propre à votre arrivée.

L'INRS utilise cette adresse courriel pour vous joindre.

Les courriels indésirables sont interceptés. Pour les récupérer, consultez la [procédure](#).

CONFIGURER VOTRE BOÎTE COURRIEL

- Si vous avez besoin de soutien pour y accéder directement de votre appareil mobile ou de votre ordinateur, consultez le <https://sri.inrs.ca/soutien/>
- Pour y accéder via Internet : email.ete.inrs.ca



3 VOS ÉTUDES

VOTRE DOSSIER ÉTUDIANT : PORTAIL ACADÉMIQUE IDÉ

Sert à :

- Gérer vos coordonnées
- Vous inscrire
- Faire une demande d'absence
- Modifier votre inscription
- Demander une prolongation des études
- Demander un changement de régime d'études
- Faire votre choix de cours
- Consulter votre état de compte
- Choisir votre sujet de recherche
- Transmettre vos objectifs de recherche trimestriels
- Évaluer vos activités de recherche trimestrielles
- Consulter votre relevé de notes
- Soumettre votre proposition de jury
- Déposer électroniquement votre mémoire ou thèse
- Faire une demande d'embargo

ACCÈS À IDÉ

<https://portail.inrs.ca/ide/portail/index.html>

Nom d'utilisateur et mot de passe transmis par courriel lors de votre première inscription.

ABSENCES

- Vous devez faire une pause dans vos études? Un maximum de 3 trimestres d'absence est permis. Communiquez avec votre directrice ou directeur de programme.

Attention : Une absence a des conséquences sur le soutien reçu et, pour les résidentes et résidents temporaires, sur la capacité à travailler.

MODIFICATIONS ET ABANDON

Si vous le faites dans les dates limites indiquées au [calendrier universitaire](#), vous pouvez :

- modifier votre inscription avec remboursement
- abandonner des cours sans échec

À FAIRE CHAQUE TRIMESTRE DANS IDÉ

1. Vous devez vous inscrire chaque trimestre, jusqu'au dépôt final ou à la diplomation

Chaque trimestre, vous recevrez un courriel comprenant l'information nécessaire pour procéder à votre inscription.

Le dossier est bloqué à l'inscription si vous avez un solde non payé de 100 \$ ou plus. Dans ce cas, communiquez avec le Service des finances (finances@adm.inrs.ca) pour payer ou prendre une entente de paiement.

Le dossier est bloqué à l'inscription pour les étudiantes et étudiants étrangers si l'un des documents suivants a une date d'échéance qui précède la fin du trimestre : CAQ, permis d'études, carte RAMQ (s'il y a lieu).

2. Choisir vos cours et vos activités

3. Mettre à jour vos coordonnées, si requis

4. Payer vos frais de scolarité dès réception de la facture (voir [description des frais](#))

Paiement par carte de crédit, par chèque ou par prélèvement sur votre bourse.

MAÎTRISE ET DOCTORAT EN RECHERCHE

5. Objectifs de recherche et évaluation

Vous présentez vos objectifs de recherche au début du trimestre.

Ces objectifs sont évalués à la fin du trimestre.

ATTESTATIONS D'ÉTUDES RELEVÉS DE NOTES

Pour obtenir une attestation d'études à temps plein ou un relevé de notes officiel, il faut en faire la demande via le lien :

<http://www1.inrs.ca/doc/public/inscription/>

FRAIS POUR LES ASSURANCES SANTÉ

Les frais de scolarité incluent les frais d'assurance santé et maladie. Vous pouvez vous retirer de certaines assurances. Consultez le chapitre [Soins de santé](#) pour plus de détails.

FORMULAIRES UTILES

Vous trouverez, sur le site Web de l'INRS, les [formulaires nécessaires](#) pour vos études.

- Choix et changement de direction
- Proposition de jury
- Formulaires pour le dépôt et le rapport d'évaluation

LEXIQUE UNIVERSITAIRE

Ce [lexique en ligne](#) vous aidera à bien comprendre les termes relatifs à vos études.

PROJET D'ÉTUDES

Vous êtes la première personne responsable de la réussite de votre projet de recherche. Il est donc important de vous renseigner, en commençant par le [Guide de cheminement aux cycles supérieurs](#). En plus d'aborder vos démarches initiales, il vous indique comment approcher chaque étape de votre cheminement.

Une communication franche avec votre directrice ou directeur de recherche est une condition de réussite. Il est normal que vos opinions divergent à l'occasion ou que des malentendus surviennent, mais il importe de pourvoir en parler.

En cas de litige, ou si la communication est difficile, vous devez aviser votre directrice ou directeur de programme. Si vous vous estimez lésée ou lésé quant à votre encadrement, vous pouvez communiquer avec la Direction des études supérieures et postdoctorales.

ANNÉE UNIVERSITAIRE

DIVISÉ EN 3 TRIMESTRE AUTOMNE | HIVER | ÉTÉ

Voir le [calendrier universitaire](#) pour :

- Début et fin du trimestre
- Congés
- Dates limites de modification ou d'abandon



Pour toute question : Bureau du registraire : registrariat@inrs.ca | Québec : 418 654-3861 | Sans frais : 1 877 326-5762

4 VOTRE LIEU D'ÉTUDES

INRS TOUS LES CENTRES

Centre Armand-Frappier Santé Biotechnologie

531, boulevard des Prairies, Laval (QC) H7V 1B7

Centre Urbanisation Culture Société

385, rue Sherbrooke Est, Montréal (QC) H2X 1E3

Centre Eau Terre Environnement + Centre Urbanisation Culture Société

490, rue de la Couronne, Québec (QC) G1K 9A9

Centre Énergie Matériaux Télécommunications

Varenes
1650, boulevard Lionel-Boulet
Varenes (QC) J3X 1S2

Montréal
Place Bonaventure
800, de La Gauchetière Ouest
Portail Nord-Ouest, bureau 6900
Montréal (Québec) H5A 1K6

ADMINISTRATION GÉNÉRALE

- Affaires juridiques (Service des)
- Archives et de la gestion documentaire (Service des)
- Communications (Service des)
- Développement philanthropique et des relations avec les diplômés (Service du)
- Études supérieures et postdoctorales (Service des)
- Finances (Service des)
- Planification et des relations internationales (Service de la)
- Recherche et à la valorisation (Service à la)
- Registraire
- Relations gouvernementales et des affaires publiques (Direction des)
- Ressources humaines (Service des)
- Ressources informationnelles (Service des)
- Ressources matérielles (Service des)

CENTRE EAU TERRE ENVIRONNEMENT

490, RUE DE LA COURONNE, QUÉBEC (QUÉBEC) G1K 9A9 CANADA

DIRECTION DU CENTRE

- **DIRECTEUR PAR INTÉRIM DU CENTRE**
André ST-HILAIRE
- **SECRÉTAIRE DE DIRECTION**
Suzanne DUSSAULT
- **GESTIONNAIRE DE L'ADMINISTRATION**
Andrée BEAUMONT

ACCÈS À L'ÉDIFICE

- Tous les jours de 8 h à 23 h
- Réception du centre ouverte de 8 h à 16 h
- Si vous prévoyez travailler après 18 h, vous devez remplir le registre à l'entrée et indiquer l'endroit où vous travaillez.

De plus, personne n'est autorisé à rester dans l'édifice entre 23 h et 6 h du lundi au vendredi et entre 18 h et 6 h le samedi, le dimanche et les jours fériés, à moins d'avoir une autorisation écrite du responsable des bâtiments.

- Un agent de sécurité est présent jusqu'à 23 h 50.

STATIONNEMENT

Le stationnement intérieur est géré par la Société Parc-Auto du Québec (SPAQ). Tous y ont accès (entrée et sortie par la rue Victor-Revillon, sens unique) en payant à la journée. Le paiement est automatisé.

VÉLO

Des supports à vélo sont situés dans le stationnement intérieur. Il y en a également un situé à l'extérieur, à l'avant de l'édifice. À la première utilisation, vous devez vous inscrire à la réception (poste 4677, accueil.ete@ete.inrs.ca) pour obtenir une vignette.

AIRE DE REPAS

L'aire de repas est située au 3^e étage. On y retrouve plusieurs réfrigérateurs, fours micro-ondes, petit four de table et grille-pain destinés à tout le personnel de l'édifice. De plus, vous y retrouverez deux éviers. Des machines à café et des machines distributrices sont également disponibles. Vous êtes responsable de la propreté de tous les équipements et ustensiles que vous utilisez.

SALLES DE COURS ET DE RÉUNIONS

Plusieurs salles sont mises à votre disposition pour la tenue de séminaires, de colloques ou de réunions. Deux salles permettent la tenue de visioconférences. Pour plus d'information, communiquez avec la personne-ressource pour l'édifice.

LOCAUX DES ÉTUDIANTS

Les locaux étudiants sont attribués lors de la première inscription et sont gérés par la [personne-ressource pour les dossiers étudiants](#).

DÉVELOPPEMENT DURABLE

- Pour le recyclage, chaque personne est responsable de vider son bac dans les endroits prévus à cet effet, près des salles de bain.
- Les piles usagées peuvent être déposées au 3^e étage pour recyclage.
- Pour plus d'information à ce sujet, vous pouvez communiquer avec le comité vert de l'édifice (comite-vert@ete.inrs.ca).

À retenir : vous pouvez communiquer en tout temps avec les personnes-ressources qui pourront vous diriger vers les bonnes personnes.

CLÉS DE BUREAUX

Si un espace de travail vous est attribué, la [personne-ressource pour les dossiers étudiants](#) vous guidera afin d'obtenir la clé de votre bureau (dépôt de 10 \$). Pour votre sécurité, nous vous recommandons de verrouiller votre bureau lorsque vous vous absentez, même pour de courtes périodes, et de ne jamais laisser vos objets précieux sans surveillance. Le montant du dépôt vous sera remboursé lorsque vous remettrez votre clé.

CARTE D'ACCÈS

Vous devez obtenir une carte d'accès à l'édifice. Un dépôt de 20 \$ est exigé. Il vous est remis à la fin de vos études.

Pour plus d'information :

PERSONNE-RESSOURCE POUR L'ÉDIFICE

Céline Bélanger, bureau 1304, poste 3807
celine.belanger@ete.inrs.ca



5 FINANCER VOS ÉTUDES

L'INRS OFFRE DIFFÉRENTS TYPES DE SOUTIEN AVEC L'OBJECTIF DE PERMETTRE À TOUTES SES ÉTUDIANTES ET TOUS SES ÉTUDIANTS DE SE CONSACRER À LEURS ÉTUDES.

BOURSES DE L'INRS

Accessibles à celles et ceux sans bourse externe.

Centre ETE

Doctorat et maîtrise de recherche

Bourse pour toutes les personnes étudiant à temps plein

Maîtrise avec mémoire : 4 trimestres (5 740 \$ / trimestre)

Doctorat : 8 trimestres (6 685 \$ / trimestre)

Maîtrise professionnelle

Bourse pour toutes les personnes étudiant à temps plein

2 premiers trimestres (5 740 \$ / trimestre) et dernier trimestre (2 890 \$)

Note : Montants réévalués chaque année selon le coût de la vie

Pour plus d'information, veuillez communiquer avec la [personne-ressource pour les dossiers étudiants](#).

BOURSES D'EXEMPTION POUR FRAIS DE SCOLARITÉ MAJORÉS

Les frais de scolarité sont plus élevés pour les étudiantes et étudiants qui ne sont pas du Québec. Consultez le [site Web de l'INRS](#) pour plus de détails. Ces frais majorés ne s'appliquent pas aux personnes provenant de France et de Belgique francophone.

À l'INRS, des bourses d'exemption de ces frais majorés sont offertes.

DES QUESTIONS SUR LE SOUTIEN OU SUR LE VERSEMENT DE VOTRE BOURSE?

Communiquez avec la personne-ressource pour les dossiers étudiants.

[Voir ses coordonnées au chapitre 2](#)

BOURSES EXTERNES

Pour une recension des programmes offerts par les organismes externes, publics et privés :

[Site de l'INRS](#)

Toute bourse d'excellence est un plus à votre CV!

CALENDRIER DE VERSEMENT

Que vous receviez une bourse ou un soutien de l'INRS, ou encore une bourse externe gérée par l'INRS, vos versements se font généralement aux dates suivantes :

Trimestre d'automne 2020	Trimestre d'hiver 2021
17 septembre	21 janvier
15 octobre	18 février
19 novembre	18 mars
17 décembre	15 avril

SOUTIEN OFFERT PAR VOTRE DIRECTRICE OU DIRECTEUR

Si vous n'avez pas de soutien financier ou si celui-ci a pris fin, discutez avec votre directrice ou directeur. Il se peut que des fonds soient disponibles pour vous soutenir.

Votre intégration dans une équipe de recherche accroît vos possibilités de soutien.

AIDE FINANCIÈRE AUX ÉTUDES (AFE) DU GOUVERNEMENT DU QUÉBEC

Si vous avez la citoyenneté canadienne ou la résidence permanente, vous êtes admissible à l'AFE. Les demandes peuvent être faites [en ligne](#).

6 VOUS LOGER ET VOUS DÉPLACER

TROUVER UN LOGEMENT

L'INRS n'offre pas de résidences universitaires. Toutefois, des résidences de l'Université du Québec sont disponibles dans la ville de Québec, à deux pas de l'INRS.

SE LOGER À QUÉBEC

RÉSIDENCES DE L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

Les résidences Sainte-Hélène

575, rue Sainte-Hélène
Québec (Québec) G1K 9M4

Édifice Fleurie

480, rue de La Chapelle
Québec (Québec) G1K 0B6
Téléphone : 418 657-4201
Information : residencesuq@uquebec.ca

CHERCHER UN APPARTEMENT

[Cherche Trouve](#)
[Trouve un appart](#)
[Kijiji](#)
[LesPAC](#)
[Kangalou](#)
[Louer.ca](#)

INFORMATION SUR LE LOGEMENT

Référence étudiante sur le logement (pièges à éviter, astuces, droits des locataires) : consultez [L'appartinfo](#)

SE DÉPLACER

Voici quelques informations importantes. Plus d'informations sur le site de l'INRS, rubrique [Transports](#).

AUTOPARTAGE À PETIT PRIX

Consultez : [Communauto](#)

SE DÉPLACER À QUÉBEC

AUTOBUS À QUÉBEC

Pour obtenir les tarifs réduits, demandez d'abord la carte OPUS Étudiant+ :

- Sur la page [Étudiant+](#), consultez la section Comment obtenir le carte OPUS Étudiant+
- Obtenez le formulaire Preuve de fréquentation scolaire à temps plein auprès de la personne-ressource pour les dossiers étudiants.

[Voir ses coordonnées au chapitre 2](#)

À VÉLO

Site de la Ville de Québec : [réseau cyclable](#)



7 ÉTUDIANTES INTERNATIONALES ET ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

Cette section résume quelques informations utiles pour toute personne arrivant au Québec. La page [Étudier et vivre au Québec](#) du site de l'INRS contient plus d'information sur les sujets suivants :

- Un avenir au Québec
- Climat et habillement
- Nourriture
- Monnaie et banque
- Budget
- Langue
- Logement
- Téléphone
- Transports

Voir aussi la page [Vivre au Québec](#) du ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration.

BUDGET, SERVICES BANCAIRES ET CARTES DE CRÉDIT

À votre arrivée, vous devez ouvrir un compte bancaire canadien pour que l'INRS puisse y verser votre bourse. Le site Immigrant Québec offre de l'information utile :

- [Budget et institution bancaires](#)
- [Comptes bancaires et cartes de crédit](#)

Parmi les autres sources utiles :

- [Étudier au Canada](#), section banques et cartes de crédit

COMPARAISON DE COMPTES BANCAIRES

Gouvernement du Canada :
[Outil de comparaison de comptes](#)

COMPARAISON DE CARTES DE CRÉDIT

Gouvernement du Canada :
[Outil de comparaison de cartes de crédit](#)

LOGEMENT : INFORMATION DE BASE

Consultez la section [Logement](#) du site d'Immigrant Québec pour comprendre :

- Comment chercher
- Les caractéristiques des logements
- Le bail ou contrat de location
- Vos droits comme locataire

AUTRES SERVICES

Certains services sont associés directement à votre logement. Ceux-ci imposent [différents frais](#).

ASSURANCE HABITATION

Il est important de prendre une assurance habitation.

En cas de vol, d'incendie ou de sinistre, elle protège :

- vos biens
- votre responsabilité quant aux dommages provoqués à la propriété ou aux biens d'autrui

Assurance Québec

<http://www.assurance-qc.com/maison.html>

EAU POTABLE

Le service d'eau potable est gratuit au Québec. Aucun besoin d'acheter de l'eau, de communiquer avec un fournisseur, ni de payer à l'utilisation.

CHAUFFAGE ET ÉLECTRICITÉ

Informez-vous des coûts pour le chauffage et l'électricité avant de louer un logement.

Au Québec, le chauffage est généralement électrique. Si un logement est dit :

- Chauffé, le propriétaire paie le chauffage
- Éclairé, le propriétaire paie l'électricité, sans compter le chauffage
- Si le logement n'est pas chauffé et éclairé, vous devez vous abonner.

Hydro-Québec est l'unique fournisseur :
1 888 385-7252 | www.hydroquebec.com

PAIEMENT DU LOYER

Vous devez payer votre loyer le 1^{er} jour de chaque mois. Plus de détail : [site de la Régie du logement](#)

TRAVAILLER

Il vous est généralement possible de travailler au Canada avec un permis d'études, mais cela dépend des conditions indiquées sur le permis d'études et de votre situation d'inscription. Le site [Étudier au Canada](#) précise les conditions et les situations vous permettant de travailler.

TRAVAILLER HORS CAMPUS

La plupart du temps, le permis d'études permet le travail en dehors du campus, mais pour un maximum de 20 heures / semaine. Assurez-vous de respecter les [conditions](#).

Si, en consultant les conditions en vigueur, il est question de règles plus permissives lors des congés prévus au calendrier scolaire, notez que cela ne concerne pas les congés que vous décidez de prendre. Cela s'applique seulement dans deux situations à l'INRS :

- Durant les quelques jours de congé entre la fin d'un trimestre et le début du trimestre suivant
- Programme professionnel : pour un trimestre où aucune activité n'est offerte

TRAVAILLER SUR LE CAMPUS

Le nombre d'heures de travail sur le campus n'est pas limité. Toutefois, assurez-vous que cela ne vous empêche pas de progresser normalement dans vos études. Le cas échéant, il est pertinent d'en discuter avec votre directrice ou votre directeur pour éviter tout malentendu.

NUMÉRO D'ASSURANCE SOCIALE (NAS)

Vous avez besoin de votre numéro d'assurance sociale avant d'occuper un emploi. Pour l'obtenir, consultez le site de [Service Canada](#).

Attention : le NAS est hautement confidentiel. Vous devriez le donner seulement à :

- votre employeur
- votre institution financière
- le gouvernement du Canada
- votre établissement d'enseignement

LE FRANÇAIS, LANGUE OFFICIELLE AU QUÉBEC

Le français est la langue officielle au Québec, même s'il est généralement possible, surtout à Montréal, de fonctionner en s'exprimant en anglais.

VOUS PARLEZ BIEN FRANÇAIS?

Si vous parlez déjà français, vous aurez peut-être des questionnements sur certains mots et expressions québécoises. Pour vous aider, ou simplement par curiosité, consultez ce [petit lexique québécois](#).

VOTRE CONNAISSANCE DU FRANÇAIS EST LIMITÉE?

Il est possible et recommandé de commencer ou de poursuivre votre apprentissage du français. L'INRS offre gratuitement, chaque trimestre, des cours de français pour tous les niveaux. Vous recevrez un courriel pour vous informer des cours au début de chaque trimestre.

IMPÔT SUR LE REVENU

Si vous résidez au Québec un certain temps, ou si vous travaillez, vous devrez probablement produire des [déclarations de revenus](#). Deux déclarations sont exigées : une au Québec et une au Canada.

Canada : pour en savoir plus, consultez le site du [gouvernement du Canada](#)

Québec : pour en savoir plus, consultez le site du [Revenu Québec](#)

ASSURANCE MALADIE ET HOSPITALISATION

Vous devez être couvert par une assurance maladie et hospitalisation. Voir le chapitre [Soins de santé](#).

IMMIGRATION

Il est crucial :

- de toujours vous assurer que vos documents d'immigration sont valides ;
- de respecter rigoureusement les règles d'immigration et vos conditions particulières ;
- de renouveler vos documents avant le début du trimestre si ceux-ci viennent à échéance avant la fin dudit trimestre.

UN SOUCI EN LIEN AVEC VOTRE STATUT D'IMMIGRATION?

Vos [personnes-ressources pour les services aux étudiantes et aux étudiants](#) peuvent vous guider.

En cas de problème, la personne responsable des services aux étudiants peut vous aider ou vous guider vers les ressources appropriées. Consulter le [chapitre 8](#) pour connaître ces personnes et leurs coordonnées.

QUELQUES CONSEILS POUR AMÉLIORER VOTRE SÉJOUR AU QUÉBEC

- Échangez avec votre mentore ou mentor et créez des liens avec vos collègues.
- Engagez-vous dans la vie universitaire.
- Intéressez-vous aux particularités culturelles du Québec et posez des questions.
- Continuez à pratiquer des sports et des activités que vous aimez.
- Évitez de vous isoler.
- Maintenez activement les liens avec votre famille ou vos amis dans votre pays d'origine.

8 SERVICES AUX ÉTUDIANTES ET AUX ÉTUDIANTS

LE SERVICE DES ÉTUDES SUPÉRIEURES ET POSTDOCTORALES DE L'INRS APPUIE LES ÉTUDIANTES ET LES ÉTUDIANTS ET LES ÉPAULE DANS LEURS PROJETS EN LEUR OFFRANT UNE GAMME VARIÉE DE SERVICES AYANT COMME OBJECTIF DE RENDRE LEUR MILIEU D'ÉTUDES ACCUEILLANT ET PROPICE À LEUR RÉUSSITE.

VOS PERSONNES-RESSOURCES

Comme étudiante ou étudiant à l'INRS, vous pouvez compter sur plusieurs ressources pour vous guider et obtenir des services.

1. PERSONNE-RESSOURCE POUR LES DOSSIERS ÉTUDIANTS

Mélanie Laverdière
Programme d'enseignement
Centre ETE — Québec, bureau 5302
Téléphone : 418 654-2622
melanie.laverdiere@ete.inrs.ca

2. VOTRE MENTORE OU MENTOR

Pour une simple information, il ou elle pourra souvent vous aider. Sinon, il ou elle pourra vous guider vers la bonne ressource.

3. SERVICES AUX ÉTUDIANTS (SAE)

L'équipe des SAE répond à toutes vos questions à l'adresse suivante : sae@inrs.ca

Yannick Machabée
Responsable des services aux étudiants
Téléphone : 418 654-1801
yannick.machabee@inrs.ca

Hama Tchamo-Kpona
Secrétaire
Téléphone : 418 654-3815
hama.tchamo-kpona@inrs.ca

CONSULTEZ VOTRE BOÎTE COURRIEL INRS RÉGULIÈREMENT

L'équipe des services aux étudiants, comme d'autres services, vous avise par courriel des informations vous concernant. Parfois, des activités se déroulant dans quelques jours sont relayées.

SURVOL DES SERVICES

Communiquez avec sae@inrs.ca pour plus d'information.

ATELIERS ET FORMATIONS

Chaque trimestre, [des ateliers et des formations](#) sont offerts pour vous aider à :

- Développer vos compétences
- Préparer votre insertion professionnelle
- Être mieux informés sur ce qui vous concerne

Une notification est transmise aux personnes visées lorsque de nouvelles activités sont ajoutées.

SOUTIEN FINANCIER À DES PROJETS ÉTUDIANTS

Vous avez un projet ou une activité en tête pour :

- Promouvoir la vie scientifique universitaire
- Améliorer la qualité de vie à l'INRS

Consultez le [programme](#) avant de déposer votre demande au sae@inrs.ca. N'hésitez pas à nous joindre pour en discuter avec nous préalablement.

Nous encourageons tout projet bénéfique à la communauté INRS. Discutez-en avec nous!

INSTALLATIONS SPORTIVES — CENTRE ETE

Grâce aux ententes prises par l'INRS, vous avez accès aux installations du [Complexe sportif du Cégep Limoilou](#) au tarif étudiant.

Présentez votre carte INRS pour vous inscrire.

BESOINS PARTICULIERS

Les demandes des étudiantes et étudiants en situation de handicap ou ayant des troubles d'apprentissage sont traitées de façon individuelle et très personnalisée.

Des outils, des services et des mesures d'accommodements pourront vous être offerts.

Bienvenue à l'INRS!

INSERTION PROFESSIONNELLE

Annuellement, un événement nommé Rendez-vous carrière est organisé.

- Réseautage et réseau professionnel
- Information sur le marché du travail
- Perspectives d'emploi

Venez évaluer vos possibilités et préparer votre plan de carrière!



ENGAGEMENT ÉTUDIANT

L'INRS soutient l'engagement étudiant. Il s'agit d'une expérience riche et valorisante, qui fait une différence.

- Par le [programme des ambassadrices et des ambassadeurs](#), l'INRS offre à celles et ceux qui ont l'INRS à cœur de contribuer à sa promotion.
- Le programme de mentorat étudiant favorise aussi l'engagement envers les collègues qui débutent.

Engagez-vous de toutes les façons!

RECONNAISSANCE ÉTUDIANTE

Vos travaux, votre parcours et vos aptitudes sont mis en valeur de diverses façons :

Ma thèse en 180 secondes / Three Minute Thesis

- Présentez votre thèse en trois minutes
- Volet francophone et volet anglophone
- Les lauréats INRS se rendent aux finales régionales

Force Avenir

Un mandat : reconnaître, honorer et promouvoir les étudiantes et étudiants universitaires qui font preuve d'excellence et d'un engagement remarquable.

- Un concours panquébécois
- Un jury composé de personnalités publiques

Dévoilez tous vos talents!

9 SOINS DE SANTÉ

ÉTUDIANTES ÉTRANGÈRES ET ÉTUDIANTS ÉTRANGERS : ASSURANCE MALADIE ET HOSPITALISATION

Durant votre séjour au Québec, vous devez être couvert par un régime d'assurance maladie. Les étudiantes et étudiants de **certains pays** sont couverts par le Régime d'assurance maladie du Québec (RAMQ) et doivent faire une **demande d'adhésion** dès leur arrivée.

Les autres doivent adhérer au *Régime d'assurance collective pour étudiants étrangers d'établissements universitaires* que les universités québécoises ont négocié avec la société Desjardins Sécurité Financière. La cotisation est perçue par l'INRS en même temps que les frais de scolarité.

ÉTUDES À DISTANCE

Les étudiantes étrangères et étudiants étrangers qui sont à l'extérieur du Canada n'ont pas à payer cette prime d'assurance.

EN CAS D'URGENCE / INFO-SANTÉ

COMPOSEZ 911 — URGENCE

En cas d'urgence, notamment médicale.

Pour avoir l'assistance d'une ambulance, notez que des frais s'appliquent.

* La carte SIM doit être canadienne pour que le 911 fonctionne.

COMPOSEZ 811 — SERVICE INFO-SANTÉ

Vous avez besoin des conseils d'une infirmière pour vous ou vos proches? Vous avez besoin qu'on vous guide vers les ressources en santé appropriées? Gratuit et disponible 24 h sur 24 / 7 j sur 7.

SANTÉ, SÉCURITÉ ET COVID-19

Pour toute problématique de santé liée à votre présence sur le campus en contexte de pandémie, n'hésitez pas à communiquer avec votre directrice ou directeur de programme.



RÉGIME COLLECTIF — ASEQ (ASSURANCE COMPLÉMENTAIRE)

Toutes les étudiantes et tous les étudiants de l'INRS bénéficient d'un régime collectif de soins de santé (Régime collectif d'assurance — ASEQ) en deux volets :

VOLET SANTÉ

- Soins de la vue
- Consultation de professionnels
- Vaccins, radiographies, etc.

Accessible seulement aux étudiantes et étudiants couverts par la RAMQ.

VOLET DENTAIRE

Accessible à toutes et tous

Pour plus d'information, consultez la [documentation](#) ou communiquez avec la FEINRS.

SE RETIRER DU RÉGIME

La prime est facturée à l'automne et à l'hiver avec vos frais de scolarité.

Chaque année, lors du 1^{er} mois de votre 1^{er} trimestre d'inscription, vous pouvez vous retirer d'un volet ou des deux.

Détail des frais pour 2020-2021 :

Automne	Hiver
Santé : 71,75 \$	Santé : 143,51 \$
Dentaire : 53,93 \$	Dentaire : 107,84 \$

FEINRS

La FEINRS (voir chapitre 10) s'occupe du régime d'assurance collective avec l'ASEQ. Vous pouvez communiquer avec le ou la membre de l'exécutif qui vous représente auprès de l'ASEQ.

BESOIN DE DISCUTER DE PROBLÈMES PERSONNELS

Le Programme d'aide aux employés et aux étudiants (PAEE) est un programme qui offre un accès rapide et gratuit à une consultation pour discuter de vos préoccupations et problèmes personnels. Le service est offert par une firme externe et demeure complètement confidentiel.

Vous pouvez joindre le PAEE au 1 800 361-2433 (English 1 877 257-5557), 24 heures par jour, 7 jours par semaine.

BESOIN D'AIDE PSYCHOLOGIQUE

RÉGIME DESJARDINS POUR ÉTUDIANTS ÉTRANGERS

Quelques rencontres avec un ou une psychologue sont remboursées jusqu'à un maximum de 500 \$ par année.

RÉGIME COLLECTIF — ASEQ

Les rencontres avec un ou une psychologue ou psychothérapeute sont remboursées jusqu'à un maximum de 500 \$ par année, mais vous payez le premier 50 \$ à chaque visite.

10 ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

FÉDÉRATION DES ÉTUDIANTS DE L'INRS (FEINRS)

La FEINRS regroupe les associations étudiantes de tous les centres. Elle facilite les échanges et la coordination entre les étudiantes et étudiants sur des sujets d'intérêt commun. Sa mission :

- Défendre et promouvoir les droits et intérêts des membres sur les sujets d'intérêt commun, notamment :
 - Les frais de scolarité, frais afférents et autres sommes destinées à l'INRS;
 - La gestion, l'administration et le versement des bourses de soutien de l'INRS ainsi que des bourses externes;
 - Les affaires académiques (évaluation et modifications des programmes, ajouts et modifications aux règlements);
 - La gestion du dossier des assurances (santé et dentaire);
 - Le respect de la réglementation de l'INRS de la part de l'administration et du corps professoral;
 - Les conditions de santé et de sécurité qui prévalent dans les laboratoires de l'INRS;
 - Tout autre besoin inclus dans ce cadre identifié par les membres.
- Représenter officiellement ses membres auprès de toute instance jugée pertinente afin d'y faire la promotion de leurs droits et intérêts.
- Promouvoir, protéger et développer les intérêts scientifiques de ses membres et des étudiantes et étudiants de l'INRS en général.
- Mettre en relation les étudiantes et étudiants des associations locales membres afin de favoriser le sentiment d'appartenance à l'INRS et les échanges, autant sociaux que scientifiques.

Pour communiquer avec la FEINRS, écrivez à : fe.inrs@adm.inrs.ca

Voir aussi vos représentantes et représentants au [comité exécutif](#) de la FEINRS.

ASSOCIATION ÉTUDIANTE DU CENTRE EAU TERRE ENVIRONNEMENT (AECETE)

Elle représente l'ensemble des étudiantes et étudiants en sciences de l'eau et en sciences de la Terre de l'INRS. L'AECETE a pour mission de protéger et de promouvoir les intérêts éducatifs, environnementaux, sociaux, économiques et de recherche de ses membres. Elle s'occupe de promouvoir l'action engagée de l'étudiant dans son milieu en tant que personne-ressource et agent initiateur de discussions, de débats et de réflexions. Elle représente ses membres auprès du Centre, de l'INRS, de l'Université du Québec, des autres associations étudiantes de l'INRS ainsi que de tout autre organisme. Elle s'assure que l'enseignement et l'encadrement fournis à ses membres soit de qualité et dignes d'études supérieures de 2^e et 3^e cycle et sert de véhicule d'information de tout événement ou changement au sein du Centre, de l'INRS et de l'Université du Québec susceptible d'intéresser, d'améliorer ou d'affecter la vie étudiante et l'éducation de ses membres. L'AECETE organise régulièrement un ensemble d'activités de nature sociale (5 à 7, vins et fromages, soirée Halloween, etc.), environnementale (Apporte ta tasse, Jardin potager d'été, Journée zéro déchet, etc.), sportive (hockey, soccer, etc.) et scientifique (conférenciers invités, conférences midi, midis cinéma, etc.).

Vous pouvez communiquer avec l'AECETE au aecete@ete.inrs.ca.

Vous pouvez également nous suivre sur [Facebook](#).



11 INFORMATIQUE ET TÉLÉPHONIE

POUR TOUTE QUESTION OU SOUTIEN INFORMATIQUE (COURRIEL INRS, RÉSEAU SANS FIL, SALLE D'ORDINATEURS)

Vous pouvez vous référer au [site du Service des ressources informationnelles](#). Vous y trouverez notamment :

- des documents sur certaines procédures et certains outils
- un formulaire de [demande de soutien](#)

ACCÈS AU SANS-FIL

Partout à l'INRS, trois réseaux sans fil sont accessibles.

- INRS : à utiliser par tous les membres du personnel de l'INRS, quel que soit le centre INRS où ils se connectent. Le compte et mot de passe sont ceux de Windows.
- INRS-Visiteurs : Pour tous ceux qui n'ont pas de compte à l'INRS; accès Internet seulement; pas de mot de passe.
- Eduroam : Réseau sans-fil présent dans plusieurs universités, permettant une connexion Internet en utilisant le compte Windows de l'INRS.

TRANSFERT DE GROS FICHIERS

Vous pouvez utiliser l'[outil de partage](#) de fichiers volumineux pour échanger des documents. La personne qui envoie ou celle qui reçoit les documents doit avoir une adresse courriel INRS.

TÉLÉPHONIE

[Bottin de l'INRS](#)

À partir du réseau INRS (sur place ou à distance via VPN), vous avez accès à un bottin du personnel, des étudiantes et des étudiants du 490, de la Couronne.

[Bottin 490](#)

12 BIBLIOTHÈQUE

SERVICE DE DOCUMENTATION ET D'INFORMATION SPÉCIALISÉES (SDIS)

Il regroupe toutes les bibliothèques de l'INRS.

Durant la pandémie de la COVID-19, tous les services en ligne sont maintenus. Cependant, l'accès aux bibliothèques physiques est très limité. Pour tous les détails sur le fonctionnement de la bibliothèque durant cette période, consultez la page Soutien du SDIS à la recherche et à l'enseignement (<http://sdis.inrs.ca/covid-ressources>). Celle-ci sera mise à jour régulièrement, en fonction des changements.

Consultez le [site web du SDIS](#) pour savoir comment emprunter des documents ou accéder aux ressources numériques auxquelles la bibliothèque est abonnée.

Pour communiquer avec le SDIS : sdis@inrs.ca

COMMUNIQUER AVEC LE SDIS

Adresse courriel : sdis@inrs.ca

Téléphone : 418-654-2577

Texte : 514 613-7347 (514 613-SDIS)

Boîte de clavardage au <http://sdis.inrs.ca>

INSCRIPTION

Au début du trimestre d'automne 2020, le SDIS met en place un système de gestion bonifié. Les nouvelles étudiantes et nouveaux étudiants recevront ensuite un courriel leur décrivant comment s'inscrire et accéder aux services. Pour les besoins urgents, communiquez avec le SDIS.

13 VOS DROITS ET RESPONSABILITÉS

EN TANT QUE MEMBRE DE LA COMMUNAUTÉ UNIVERSITAIRE DE L'INRS, CERTAINS **DOCUMENTS NORMATIFS** VISENT À VOUS ASSURER UN MILIEU DE VIE ET DE TRAVAIL ADÉQUAT. CES RÈGLEMENTS, NORMES ET POLITIQUES VOUS PROTÈGENT ET VOUS IMPOSENT CERTAINS CODES DE CONDUITE. VOICI CERTAINS ASPECTS QUI VOUS TOUCHENT PLUS DIRECTEMENT.

RÈGLEMENT SUR LES ÉTUDES SUPÉRIEURES

Le **Règlement sur les études supérieures** couvre essentiellement :

- La gestion des études
- Les programmes, les cours et les activités de recherche
- L'encadrement
- L'admission et l'inscription
- L'évaluation et la délivrance des diplômes

ENCADREMENT

Le règlement énonce notamment les règles et pratiques entourant l'encadrement des études supérieures.

PLAGIAT

L'INRS met à la disposition des étudiantes et étudiants un outil d'aide à la détection du plagiat nommé Compilatio. Il est ainsi possible de vérifier l'originalité des textes. Attention toutefois! Bien qu'utile pour les travaux scolaires, le logiciel est moins adapté aux publications de recherche, aux articles scientifiques et aux mémoires et thèses. Pour obtenir un accès à Compilatio, adressez-vous à sae@inrs.ca. Pour une formation adaptée au contexte, écrivez à sdis@inrs.ca.

HARCÈLEMENT PSYCHOLOGIQUE ET VIOLENCES À CARACTÈRE SEXUEL

Consultez le site de l'INRS sur le **harcèlement psychologique et les violences à caractère sexuel**. Il clarifie les concepts, vous explique comment agir et vous suggère des ressources. Voir aussi :

- **Politique contre le harcèlement, la discrimination et l'incivilité**
- **Politique contre les violences à caractère sexuel**

CODE D'ÉTHIQUE

Veillez consulter la page Web sur le **code d'éthique**.

ASPECTS COUVERTS PAR LE CODE D'ÉTHIQUE

- Respect des personnes
- Utilisation des biens de l'INRS
- Respect des lois
- Confidentialité
- Respect de l'établissement
- Conflit d'intérêts

POLITIQUE LINGUISTIQUE

La **Directive sur l'application de la politique linguistique de l'INRS** énonce que l'INRS est un établissement de langue française et précise dans quelles situations l'usage du français est prescrit et dans quels cas l'usage d'une langue autre que le français est permis.

INTÉGRITÉ EN RECHERCHE

La **Politique d'intégrité en recherche de l'INRS** vise à favoriser la conduite responsable de la recherche. Elle signifie notamment que vous devez faire des études honnêtes et sérieuses, faire une analyse rigoureuse, vous engager à diffuser les résultats de la recherche et appliquer les normes professionnelles. Consultez le **Guide de l'étudiant sur l'intégrité en recherche**.

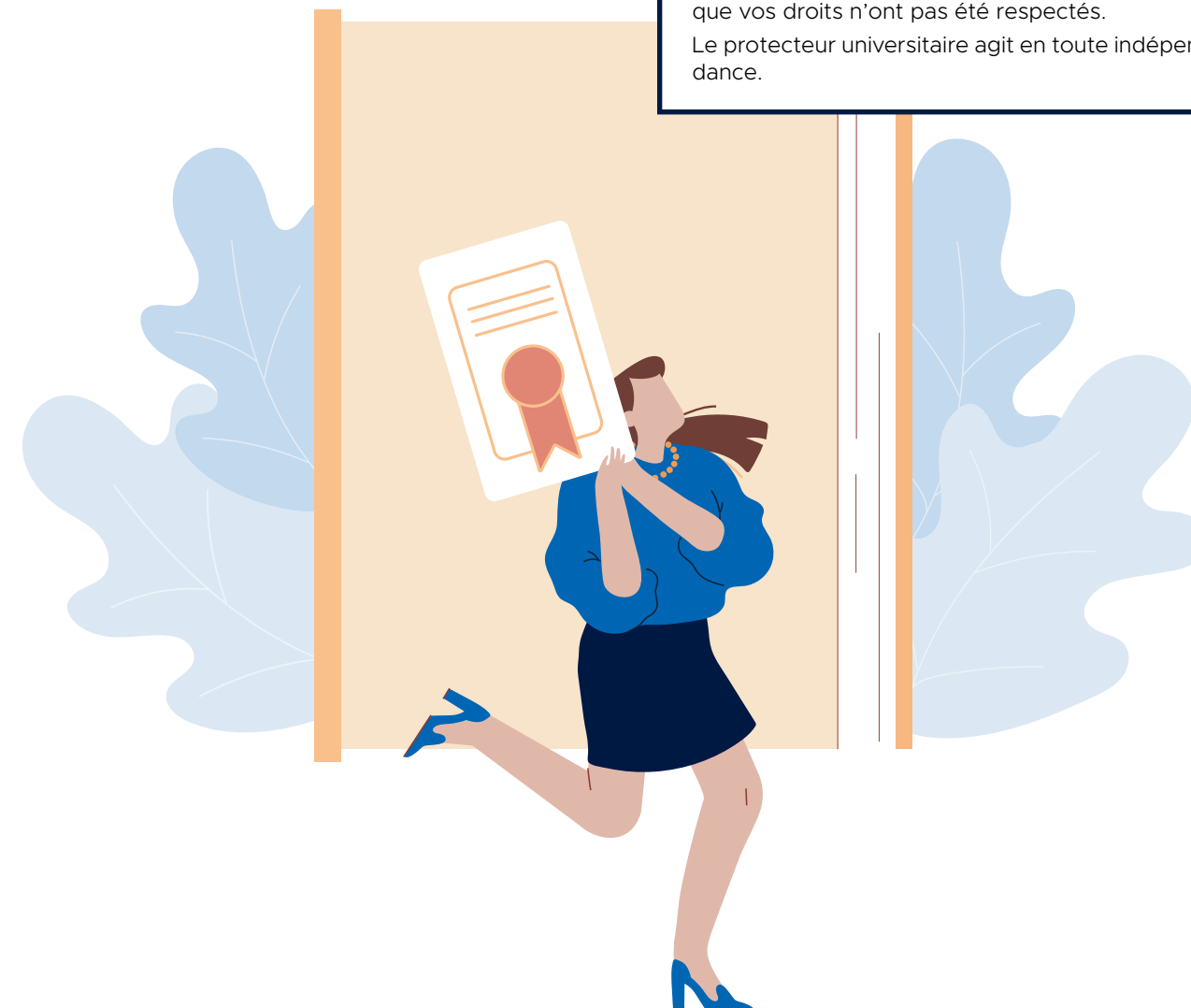
PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE

La **Politique sur la propriété intellectuelle** établit les principes et les règles qui régissent les rapports entre les membres de la communauté universitaire et l'INRS en matière de propriété intellectuelle et a notamment pour objectifs de préciser selon quels principes s'effectue la valorisation des droits des auteurs et autrices et des inventeurs et inventrices. Consultez aussi le **Guide sur les droits d'auteur**.

PROTECTEUR UNIVERSITAIRE

À titre de membre de la communauté universitaire, vous pouvez porter à l'attention du **Protecteur universitaire** toute situation où vous jugez que vos droits n'ont pas été respectés.

Le protecteur universitaire agit en toute indépendance.



**IN
RS**

INNOVER
PAR LA
RECHERCHE