

Information destinée à toutes et tous

Information destinée aux étudiant(e)s de l'international

Dès l'obtention des documents d'immigration *Étudiant(e)s de l'international*

Informez l'INRS de vos démarches

- ✓ **Attestation de CAQ et lettre d'acceptation du permis d'études** : dès l'obtention de l'un ou l'autre, envoyez une copie à l'agent(e) aux dossiers étudiants de votre centre :
 - Centre AFSB : Etudes.AFSB@inrs.ca
 - Centre EMT : Etudes.EMT@inrs.ca
 - Centre ETE : ETE.Enseignement@inrs.ca
 - Centre UCS : UCS.etudes@inrs.ca
- ✓ **Mentorat** : un(e) mentor(e) peut vous accompagner individuellement et tout à fait gratuitement. Intéressé(e)? Voir les détails page suivante.
- ✓ **Date d'arrivée et billet d'avion** : dès que les plans pour votre arrivée sont définis, avisez l'agent(e) aux dossiers étudiants et joignez votre billet d'avion.

Note :

Il n'est pas recommandé de venir au Canada plus d'un mois avant le début du trimestre auquel vous êtes admis. Lorsque vous venez au Canada plus tôt, il y a un risque qu'on vous refuse l'embarquement ou l'entrée au pays, et ce risque s'accroît plus l'arrivée est hâtive.

Les personnes qui arrivent plus hâtivement peuvent avoir à justifier les motifs auprès des douaniers, car le permis obtenu vise à étudier. Soyez prêt(e) à démontrer ces motifs si on l'exige. De plus, il est spécialement important, dans cette situation, de bien apporter avec vous toutes les preuves soumises avec votre demande de permis d'études, et surtout celles démontrant votre capacité financière.

Assurance maladie et hospitalisation

Pour toute l'information sur la couverture d'assurance santé, voir la [page Web de l'INRS](#).

Étudiant(e)s admissibles au régime public du Québec (RAMQ)

Vous devez demander [l'attestation officielle d'affiliation](#) au régime de sécurité sociale ou de santé de votre pays. Vous aurez besoin de cette attestation une fois au Québec.

Étudiant(e)s NON admissibles au régime public du Québec (RAMQ)

Vous serez couverts par une assurance collective obligatoire, l'assurance Desjardins, mais seulement à partir du 15 décembre. **Si vous arrivez avant, il faut prendre une assurance privée couvrant les jours précédents.** Notez que les soins reliés à des conditions préexistantes pourraient ne pas être couverts. C'est votre responsabilité de vous informer si c'est votre cas. Vous pouvez écrire à bbve.sesre@inrs.ca pour toute question sur les assurances.

Médication et diagnostics de santé physique ou mentale

Si vous avez des problèmes de santé, qu'ils soient physiques ou mentaux, sachez que vous avez la responsabilité de vous préparer en conséquence. Veuillez lire attentivement ce qui suit. Notez aussi que vous pouvez communiquer en toute confidentialité avec les ressources professionnelles de l'INRS à intervention.sesre@inrs.ca sans crainte que cela affecte votre parcours d'études à l'INRS.

Si vous prenez une médication, assurez-vous d'amener suffisamment de médicaments pour toute la durée du séjour, ou encore, suffisamment pour avoir le temps de transmettre votre papier médical officiel (avec le diagnostic et la prescription reçue) à un médecin d'ici, qui pourra les confirmer. Sachez que les pharmaciens n'ont pas la possibilité de renouveler vos prescriptions émises par un professionnel de la santé à l'étranger.

Si vous avez des enjeux de santé, il est recommandé de procéder à une évaluation dans le pays d'origine avant le départ, afin d'y recevoir un diagnostic, ainsi qu'un traitement et des recommandations appropriés.

Dans tous les cas, si vous avez besoin d'une prise en charge médicale au Québec, entamez les démarches dès votre arrivée, car celles-ci peuvent être plus longues que prévu. Que ce soit pour faire confirmer un diagnostic, obtenir une prescription ou bénéficier d'un suivi médical, il faut voir un médecin. Dans le cas où un psychiatre est requis, c'est le médecin qui doit vous référer et le délai risque de s'étirer. Les délais peuvent être beaucoup plus courts dans les cliniques privées, mais vous devrez être en mesure de payer. Le cas échéant, il est recommandé de vérifier avec l'assureur si les soins requis sont couverts : vous pouvez vous référer à la rubrique sur les assurances maladie et hospitalisation ci-dessus.

Mesures d'accommodement pour étudiant(e)s en situation de handicap ou de limitation diagnostiquée

Toute personne ayant des limitations diagnostiquées (p. ex. une déficience sensorielle ou motrice, un trouble d'apprentissage, de déficit de l'attention, de santé mentale, ou autre) nécessitant des accommodements de la part de l'INRS peut en faire la demande en consultant la [page Web sur le sujet](#).

Il est important que vous ayez votre preuve diagnostique en mains à votre arrivée. Lors de votre prise de rendez-vous pour une première rencontre, vous devrez fournir un rapport d'évaluation ou un certificat médical attestant votre situation de handicap ou de limitation. Ce rapport d'évaluation diagnostique doit faire ressortir l'impact actuel du handicap ou de la limitation sur vos études. S'il y a lieu, le rapport doit contenir de l'information sur les médicaments que vous prenez et les effets secondaires qui peuvent influencer votre fonctionnement scolaire. Dans le cas où vous devriez rencontrer un professionnel de la santé au Québec pour confirmer votre situation de limitation diagnostiquée, comme un neuropsychologue ou une orthophoniste, vous devez savoir que cette démarche peut s'avérer longue et coûteuse car elle est réalisée en clinique privée. Au moment opportun, vous pourrez vérifier avec votre assureur si les services requis sont couverts.

Importance de pouvoir s'exprimer en français

La langue officielle et d'usage au Québec est le français. Bien que beaucoup de vos collègues puissent vous répondre en anglais et que l'INRS traduit certaines ressources pour aider les nouveaux arrivants, les communications officielles de l'INRS et des autorités québécoises seront en français. Pour pouvoir bien vous intégrer à la société québécoise, le français est important. Cela est d'autant plus vrai si vous vous installez en dehors de la région de Montréal, car le bilinguisme n'y est pas généralisé.

Si vous maîtrisez peu le français, l'INRS vous encourage à débiter vos cours dès que possible. Francisation Québec offre des cours aux personnes qui immigreront au Québec. Dès l'obtention du CAQ, [des cours sont disponibles dans différentes villes à l'étranger](#).

De plus, il est suggéré de vous inscrire dès votre arrivée aux [cours en présence offerts gratuitement](#). Les délais de traitement sont longs et il faudra attendre le second trimestre avant de pouvoir bénéficier des cours.

S'inscrire au service Accueil Plus à l'aéroport

L'aéroport Montréal-Trudeau sera votre premier point d'entrée au Canada, entre le 28 décembre 2024 et le 12 janvier 2025?

- a. [Inscrivez-vous au service Accueil Plus](#), offert pendant cette période à l'aéroport Montréal-Trudeau, afin d'accélérer les démarches administratives à l'aéroport et faciliter votre arrivée.
- b. Pour les personnes ayant Montréal comme destination finale, l'inscription donne aussi accès au kiosque d'accueil à l'aéroport à votre arrivée. Le personnel du kiosque peut vous guider de 12 h à 20 h, dans les bureaux d'Immigration Québec (MIFI), juste avant la sortie de la zone sécurisée.
- c. Il est également recommandé de **vous inscrire au webinaire d'information selon la région** où vous vivrez. Les participant(e)s se verront remettre un guide pratique détaillé. Voir l'annexe du présent document pour les liens d'inscription selon les campus INRS et les régions.

Préparer sa venue à l'INRS

Toutes et tous

Confirmer votre arrivée et vous inscrire

Si vous ne l'avez pas fait, confirmez votre venue à l'agent(e) aux dossiers étudiants (voir les courriels à la page 1). À l'approche du début du trimestre, assurez-vous de vous inscrire. Si vous arrivez après le début du trimestre, assurez-vous que vous avez l'accord de votre superviseur(e) de recherche et de vous inscrire dès votre arrivée.

Note : les **étudiant(e)s de l'international** doivent avoir obtenu leur permis d'études à la douane et avoir transmis une copie à l'agent(e) aux dossiers étudiants pour pouvoir s'inscrire.

Mentorat

Une équipe de mentor(e)s étudiant(e)s sera prête à vous accompagner dans votre préparation, votre arrivée et votre intégration. Le mentorat est offert par des étudiant(e)s comme vous, pour vous aider, et c'est complètement gratuit. Vous pouvez bénéficier du mentorat de deux façons :

1. En demandant un jumelage individuel, ce que nous vous recommandons;
2. En communiquant avec l'équipe sur appel au besoin (voir la [page du programme](#)).

Le jumelage individuel se fera après que vous aurez fait la demande à bbve.sesre@inrs.ca. Si vous êtes un(e) **étudiant(e) de l'international**, votre permis d'études doit être accepté. Le jumelage est effectué selon la langue de communication privilégiée, le parcours et les expériences antérieures, ainsi que le programme d'études.

Logement

Il est difficile de trouver un logement au Québec depuis quelques années. La pénurie de logement justifie que vous fassiez des démarches avant votre arrivée et que vous prépariez un plan B pour éviter d'être pris(e) au dépourvu.

Votre responsabilité

En tant qu'étudiant(e) aux cycles supérieurs, l'INRS s'attend à ce que vous preniez la responsabilité de faire vous-même les démarches pour trouver un logement. Comme certaines démarches peuvent être plus complexes à distance et que certains détails peuvent vous échapper, l'INRS vous propose de l'information et des ressources, ainsi qu'un accompagnement de base pour vous assister.

Ressources

Consultez le document interactif [Trouver son logement](#) pour des informations et conseils. Vous pouvez aussi consulter GARE (voir page suivante) pour une liste de ressources et de résidences plus à jour. Le cas échéant, il se peut que votre mentor(e) puisse vous donner des idées et vous aider un peu. Votre superviseur(e) pourrait aussi, selon le cas, vous assigner une personne de son équipe pour vous soutenir.

Si requis, la lettre de soutien financier de l'INRS peut servir à montrer votre solvabilité. À défaut de mieux, un logement à court terme peut dépanner le temps d'effectuer vos recherches.

Guichet d'accès aux ressources étudiantes (GARE)



Pour trouver réponse à toutes vos questions sur l'INRS, sur vos démarches et sur votre venue, vous pouvez consulter la [page Web de GARE](#). Vous pouvez **poser vos questions** selon les horaires de disponibilité du service (heure de l'Est, ou de Montréal).

Journée d'accueil et formations d'accueil et d'intégration

Vous recevrez, quelques semaines avant le début de la session, une invitation à la journée d'accueil de votre centre. De plus, quatre formations d'accueil et d'intégration vous sont offertes en septembre et octobre pour vous préparer aux défis qui vous attendent. Il est fortement recommandé d'y participer pour bien entamer votre parcours à l'INRS.

Derniers préparatifs

Étudiant(e)s de l'international

Cartes de crédit, carte bancaire et transferts de fonds

Pour toute l'information à ce sujet, consultez le document [Mes finances à mon arrivée au Québec](#).

Téléphone et internet

Il est intéressant de se doter d'une carte SIM qui puisse fonctionner au Canada. Cela peut être très utile à votre arrivée. Informez-vous auprès de votre fournisseur. Pour les premiers jours au Québec, sachez aussi que [certains lieux offrent un accès gratuit à internet](#).

De manière plus permanente, il sera plus judicieux de prendre un forfait d'appel et de données au Canada. Le site Immigrant Québec vous donne des [informations sur le sujet](#). Pour trouver le forfait qui vous convient le mieux, autant pour le téléphone, que l'internet et la télévision, vous pouvez comparer les [plans disponibles au Québec sur PlanHub](#).

Passer à la douane

Réviser la liste des documents qu'il faut que vous apportiez pour entrer au Canada, tel que [présenté par le gouvernement du Canada](#). Assurez-vous d'avoir notamment les preuves que vous aviez jointes à votre demande pour démontrer votre capacité financière.

Lorsqu'on vous remettra votre permis d'études, assurez-vous que les informations et les numéros qui s'y trouvent sont exacts. Une erreur peut avoir des conséquences désagréables. Vérifiez aussi que votre permis contient la condition permettant d'occuper un emploi sur ou hors campus : sinon, vous ne pourrez travailler à moins de faire une longue démarche pour demander une correction.

Si jamais vous avez demandé un permis de travail coop, pensez également à le préciser à l'agent(e) des services frontaliers pour être certain(e) qu'on vous le remette.

Demander un NAS pour pouvoir travailler

Pour la session d'automne 2024, les étudiant(e)s de l'international peuvent obtenir leur numéro d'assurance sociale (NAS) de trois façons différentes :

1. **Directement à l'aéroport de Montréal**

Au local du ministère de l'Immigration du Québec (MIFI) situé [juste avant la sortie vers l'aire d'arrivée](#) – du lundi au vendredi, de 12 h à 16 h 30.

2. **Demande en ligne**

Faire une demande en ligne est FACILE et RAPIDE.

Elle est traitée dans les 5 jours, plus le délai postal, et ne requiert aucun déplacement en Centre Service Canada. Voici le lien pour accéder à la demande en ligne : [faire la demande NAS en ligne](#).

Des séances d'accompagnement virtuelles sont prévues.

3. **En personne**

- Prenez rendez-vous en remplissant la demande [eServices](#)

- [Trouvez un Centre Service Canada](#)

ANNEXE – WEBINAIRES OFFERTS PAR LE SERVICE ACCUEIL PLUS SELON LES CAMPUS ET LES RÉGIONS

Cliquez sur les liens ci-dessous pour vous inscrire.

Montréal (campus AFSB-Laval, EMT-Bonaventure, EMT-Varennnes et UCS-Montréal)

Français || [16 décembre, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[18 décembre, 10 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[22 décembre, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[23 décembre, 13 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[3 janvier, 10 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Anglais || [16 décembre, 10 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[22 décembre, 13 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[3 janvier, 11 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Ville de Québec (campus ETE-Québec et UCS-Québec)

Français || [16 décembre, 11 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[22 décembre, 10 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[3 janvier, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Mauricie – Trois-Rivières (EMT-UQTR)

Français || [17 décembre, 10 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[22 décembre, 11 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[4 janvier, 12 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Abitibi (UCS-UQAT)

Français || [18 décembre, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[23 décembre, 12 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Outaouais – Gatineau & Ottawa (EMT-UQO)

Français || [17 décembre, 12 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[23 décembre, 11 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[4 janvier, 11 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Bas-Saint-Laurent – Rimouski (UCS-UQAR)

Français || [17 décembre, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[23 décembre, 10 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[4 janvier, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)

Saguenay-Lac Saint-Jean (AFSB-UQAC)

Français || [16 décembre, 12 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[23 décembre, 9 h 30](#) Heure de l'est (EST)
[3 janvier, 12 h 30](#) Heure de l'est (EST)