

GUIDE
des étudiants
internationaux
2023 - 2024



LE MOT
DU PRÉSIDENT



Chère étudiante, cher étudiant,

Au nom de notre université et de tous ses membres, je vous souhaite la bienvenue. Vous faites partie des quasiment 12 000 étudiants internationaux qui choisissent chaque année de poursuivre leurs études à Aix-Marseille Université, et nous sommes ravis de vous accueillir au sein de notre vibrante communauté universitaire.

Votre choix de rejoindre notre université témoigne de votre intérêt pour une institution ouverte sur le monde et reconnue à l'échelle internationale pour la qualité de ses formations. Notre offre pédagogique repose sur trois piliers forts : l'interdisciplinarité, les doubles-cursus et l'international. Nous sommes ainsi membres de l'université européenne CIVIS, qui regroupe 11 universités Européennes partenaires, 470 000 étudiants et 68 000 membres du personnel, offrant ainsi de nombreuses opportunités pour des échanges interculturels et académiques. Labellisée Bienvenue en France et classée deux étoiles, notre université et ses équipes vous réservent le meilleur accueil et les meilleures conditions d'études, que ce soit en termes d'infrastructures, de qualité d'enseignement et d'accompagnement.

AMU est guidée par des valeurs sociales et solidaires ambitieuses, faisant de l'inclusion, de l'égalité des genres et de la lutte contre toutes les formes de discrimination, une priorité. Nous nous efforçons de créer un environnement propice à l'épanouissement et à la réussite de chacun. Avec 150 associations, 60 bibliothèques dont 17 bibliothèques universitaires, plus de 80 disciplines sportives et de nombreux événements culturels, vous rejoignez une université en mouvement ! Nous vous encourageons à profiter de ces atouts et à vous impliquer dans les nombreux clubs et organisations du campus. C'est un excellent moyen de nouer de nouvelles relations, d'explorer vos centres d'intérêt et de tirer le meilleur parti de votre année à venir.

Vous allez découvrir une région dynamique et riche en patrimoine, des professeurs et des étudiants passionnés et dévoués à leur domaine d'étude. Soyez-en sûrs, l'expérience que vous allez vivre sera enrichissante et inoubliable, et vous permettra de grandir professionnellement comme personnellement. Ce guide vous aidera à vous familiariser avec votre université et votre nouveau cadre de vie. N'hésitez-pas à vous adresser à nos équipes : elles sont à votre disposition pour vous accompagner. Nous vous souhaitons une scolarité mémorable et réussie à Aix-Marseille Université !

Éric Berton,
Président d'Aix-Marseille Université.

TABLE DES MATIÈRES

LE MOT DU PRÉSIDENT

4

PARTIE 1 : BIENVENUE À AIX-MARSEILLE UNIVERSITÉ

7

Label Bienvenue en France	8
L'université sur le territoire	8

PARTIE 2 : LES DÉMARCHES D'INSTALLATION EN FRANCE ET À L'UNIVERSITÉ

9

OBTENIR SON TITRE DE SÉJOUR 10

REJOINDRE AIX-MARSEILLE UNIVERSITÉ 11

Étape n° 1 : Paiement de la CVEC	11
Étape n° 2 : Inscription Administrative (IA)	12
Étape n° 3 : Activation de l'Environnement Numérique de Travail (ENT)	13
Étape n° 4 : Carte étudiante	13
Étape n° 5 : Inscription pédagogique (IP)	13

TROUVER UN LOGEMENT 14

Étape n° 1 : Faire des recherches	14
Étape n° 2 : Constituer votre dossier locatif	15
Étape n° 3 : Souscrire à l'assurance habitation	16
Étape n° 4 : Signer le contrat de bail ou de location	16
Étape n° 5 : Activer les aides au logement	16

OUVRIR UN COMPTE BANCAIRE 17

S'ASSURER D'ÊTRE COUVERT POUR LES SOINS DE SANTÉ 18

S'affilier à la sécurité sociale ou obtenir la CEAM	18
Souscrire à une mutuelle de santé	19

CHECKLIST 20

PARTIE 3 : LA VIE ÉTUDIANTE À AMU 21

ÊTRE ACCOMPAGNÉ, ORIENTÉ ET SOUTENU 22

Rencontrer l'équipe Accueil des étudiants internationaux	22
Rencontrer les équipes pédagogiques et vos interlocuteurs administratifs	23
Être soutenu en cas de handicap ou s'engager dans une association avec le Bureau de la Vie Etudiante (BVE)	24
Construire son projet d'études et son projet professionnel avec le Service Universitaire d'Insertion et Orientation (SUIO)	24
Devenir étudiant entrepreneur avec Pépite Provence	24
Soigner sa santé avec le Service inter-universitaire de médecine prévention et de promotion de la santé (SIUMPPS)	25
Être écouté par le Service Pour le Respect et l'Égalité	25

DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES ET PARTICIPER À DES ACTIVITÉS À AMU 26

Apprendre le français avec la plateforme 7Speaking et le Service Universitaire des Langues (SUL)	26
Participer à des activités culturelles avec la Direction Culture et Société (DCS)	26
Faire du sport avec le Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives (SUAPS)	27
Partager un repas entre amis au Restaurant Universitaire (RU)	28
Réviser et préparer vos examens aux Bibliothèques Universitaires (BU)	28

PARTIE 4 : LA VIE DANS LA RÉGION 31

ADAPTER VOTRE GARDE-ROBE 32

FAIRE VOS COURSES 33

SOUSCRIRE À UN ABONNEMENT DE TRANSPORTS QUOTIDIENS 34

S'INSÉRER PROFESSIONNELLEMENT DANS LA RÉGION SUD 35

DÉCOUVRIR LA RÉGION ET SE DIVERTIR 36

VEILLER À VOTRE SÉCURITÉ 38

Annuaire des contacts utiles	39
------------------------------	----



PARTIE 1 :
**BIENVENUE À
AIX-MARSEILLE
UNIVERSITÉ**

+ de
80 000
étudiants

dont + de
11 000
étudiants
internationaux

150
associations
étudiantes

12 écoles
doctorales

20 instituts
d'établissement

1
Université
Civique
Européenne
(CIVIS)

1 Cité de
l'innovation et
des Savoirs Aix
Marseille
(CISAM)

122
structures de
recherches

1 IDEX
pérennisée

5
grands
campus

17
composantes

54
sites

LABEL BIENVENUE EN FRANCE

Aix-Marseille Université est située au cœur de la Provence, entre mer et montagne, principalement dans les deux villes d'Aix-en-Provence et de Marseille.

Véritable reconnaissance de la qualité des services offerts aux étudiants internationaux par l'ensemble de la communauté universitaire, Aix-Marseille Université s'est vue octroyer en 2019 deux étoiles au Label « Bienvenue en France ».

Ce guide témoigne à son tour de la richesse des services d'AMU pour faire de votre séjour en France et au sein de notre université, une réussite !



L'UNIVERSITÉ SUR LE TERRITOIRE





PARTIE 2 :
**LES DÉMARCHES
D'INSTALLATION EN FRANCE
ET À L'UNIVERSITÉ**



OBTENIR SON TITRE DE SÉJOUR

Vous avez été admis à Aix-Marseille Université et vous êtes bien arrivé en France, c'est une très bonne nouvelle ! Nous vous souhaitons la bienvenue. Désormais, il est indispensable de vous assurer de la régularité de votre situation migratoire en France. Voici quelques étapes clés à ne pas manquer.

Vous êtes ressortissant d'un pays membre de l'Union européenne

Vous n'avez aucune démarche migratoire à entreprendre à votre arrivée en France.

Vous êtes titulaire du Visa D portant la mention « carte de séjour à solliciter dans les deux mois suivant l'entrée en France »

Vous devez dans les deux mois de votre arrivée en France solliciter la délivrance d'une carte de séjour auprès de la préfecture de votre domicile.

Attention : un visa touristique, quel qu'il soit, ne peut jamais être transformé en visa étudiant ou en titre de séjour étudiant, ni en France, ni dans aucun autre pays de l'Union européenne.

Pour les informations relatives aux **titres de séjour** rendez-vous sur le site de la préfecture :



Vous êtes titulaire d'un Visa Long Séjour valant Titre de Séjour (VLS-TS)

Vous devez valider votre visa **en ligne** au plus tard 3 mois après votre date d'arrivée en France.



De quoi avez-vous besoin pour valider votre VLS-TS ?

- D'une adresse mail valide,
- Des informations figurant sur votre visa,
- De votre date d'arrivée en France,
- **De votre adresse de résidence en France,**
- D'une carte de paiement pour payer la taxe de séjour en ligne.



Bon à savoir

Si vous n'avez pas de carte bancaire, vous pouvez acheter un timbre électronique dans un bureau de tabac et payer en espèces.

Et ensuite ?

- Une fois la procédure en ligne terminée, vous recevrez un premier e-mail avec vos identifiants de connexion pour accéder à votre espace personnel et obtenir la confirmation de validation de votre VLS-TS.
- Vous recevrez un second e-mail de confirmation avec une pièce-jointe téléchargeable récapitulant les informations que vous aurez renseignées en ligne.

Afin de devenir officiellement étudiant et commencer sereinement votre vie universitaire, il faut maintenant procéder à votre inscription à l'université. C'est en suivant les 5 prochaines étapes que vous deviendrez officiellement un étudiant d'AMU et que vous pourrez vous lancer dans vos études !

ÉTAPE N° 1 : PAIEMENT DE LA CVEC

Chaque étudiant doit s'acquitter de la CVEC, la Contribution de Vie Etudiante et de Campus, avant de s'inscrire à l'université. Cette taxe, vous le verrez ensuite, permet de financer de nombreux services et activités auxquels vous pourrez bien entendu accéder !

▶ Création d'un compte sur le site Mes Services:



▶ Paiement du montant de 100 € par carte bancaire.

▶ Téléchargement de votre « attestation d'acquiescement de la CVEC » depuis votre compte.

Vous pouvez être exonéré du paiement de la CVEC si vous êtes :

- Réfugié(e),
- Bénéficiaire de la protection subsidiaire ou temporaire,
- Demandeur(se) d'asile et disposant du droit de vous maintenir sur le territoire,
- Boursier ou bénéficiaire d'une allocation annuelle accordée dans le cadre des aides spécifiques annuelles.

Bon à savoir

Attention, même exonéré, vous devez obtenir puis présenter votre attestation d'acquiescement



ÉTAPE N°2 : INSCRIPTION ADMINISTRATIVE (IA)

L'inscription administrative (IA) est une démarche obligatoire. C'est le moment où vous réglez vos droits d'inscription et devenez officiellement étudiant de l'université. Ça n'est qu'une fois votre inscription administrative finalisée que vous récupérez votre carte étudiante. Les inscriptions administratives s'effectuent **en ligne** ou auprès du service de scolarité de votre composante.

Une inscription standard dure environ 15 minutes.



Bon à savoir

Pour un meilleur fonctionnement du système, utilisez le navigateur Mozilla Firefox. Le service ne fonctionne pas sur tablette et smartphone.

Pour réaliser votre inscription administrative vous devez :

- Vérifier les dates d'ouverture des inscriptions administratives spécifiques à votre composante

Les inscriptions administratives en ligne ouvrent généralement de fin juin à mi-juillet puis de fin août à la mi-septembre.

- Renseigner votre identifiant de connexion

- > Études en France : votre identifiant (EF+ 6 chiffres) vous sera envoyé par mail dès que l'inscription sera possible. **Votre mot de passe sera votre date de naissance (jjmmaaaa).**
- > eCandidat : votre identifiant est votre numéro de dossier,
- > Plateforme MonMaster : votre identifiant est disponible sur la plateforme du gouvernement dans l'onglet « Mes candidatures ».



En cas de difficultés, vous pouvez contacter : deve-assistance@univ-amu.fr

- Remplir votre dossier en ligne et ajouter les pièces justificatives demandées :



- Payer les frais d'inscription en ligne par carte bancaire. Vous recevrez alors deux mails avec votre identifiant et le mot de passe de votre compte étudiant et la liste des pièces à télécharger et des informations spécifiques à votre scolarité.

AMU applique des droits d'inscription différenciés à certains de ses étudiants non-européens. Pour connaître les pays concernés et les modalités d'exonération, consultez la page :



Si vous n'avez pas encore de carte bancaire vous pouvez effectuer un :

- > Virement bancaire si le montant est supérieur à 300 € en précisant le n° étudiant. Attention : vous devrez fournir à la scolarité le justificatif de paiement,
- > Paiement en espèce auprès de l'agence comptable, une fois arrivé en France : si le montant est inférieur à 300 € et si aucun autre mode de paiement n'est possible.

Des questions ? Contactez le service de scolarité de votre faculté dont les coordonnées vous auront été transmises par mail ou ici :



ÉTAPE N°3 : ACTIVATION DE L'ENVIRONNEMENT NUMÉRIQUE DE TRAVAIL (ENT)

À l'issue de votre inscription en ligne, vous recevrez un mail vous communiquant la procédure d'activation de votre Espace Numérique de Travail (ENT) et de votre compte étudiant. L'ENT vous donnera accès à la plateforme pédagogique en ligne AMeTICE, votre emploi du temps, le calendrier des examens, vos notes, la plateforme de stages en ligne...

ÉTAPE N°4 : CARTE ÉTUDIANTE

Véritable pièce d'identité étudiante, elle vous sera remise par le service scolarité à l'issue de votre inscription administrative et vous permettra :

- ▶ De payer vos repas et consommations dans les restaurants et cafétérias des CROUS grâce à la monétique en ligne IZLY,
- ▶ De vous inscrire et pratiquer des activités sportives au SUAPS,
- ▶ De bénéficier d'un maximum de bons plans chez de nombreux partenaires culturels de la région.

En cas de perte, le renouvellement de la carte d'étudiant coûte 10 euros. Pour tout problème avec votre carte, contactez : izly.contact@crous-aix-marseille.fr

ÉTAPE N°5 : INSCRIPTION PÉDAGOGIQUE (IP)

Une fois l'inscription administrative terminée, il faut alors procéder à votre inscription pédagogique. Cette démarche est obligatoire et vous permettra de définir vos choix d'options puis de vous inscrire aux groupes de travaux pratiques et travaux dirigés. **Elle est nécessaire pour vous inscrire aux examens.**

L'inscription pédagogique s'effectue soit en présentiel auprès de votre scolarité ou en ligne par IPWEB.

Contactez votre scolarité pour en savoir plus sur les modalités d'inscription :



Rendez-vous sur le site de votre composante pour consulter le calendrier d'inscription :





TROUVER UN LOGEMENT

ÉTAPE N° 1 : FAIRE DES RECHERCHES

Les plateformes partenaires d'Aix-Marseille Université

La recherche de logement n'est pas une chose facile et peut prendre du temps. Si vous n'avez pas trouvé votre hébergement avant d'arriver en France, vous pouvez vous rapprocher des partenaires logement d'Aix-Marseille Université :

Sur la plateforme **Studapart**, vous trouverez des centaines d'offres exclusives (studios, colocations, résidences étudiantes...) et pourrez bénéficier d'un accompagnement personnalisé dans votre recherche. Les + de la plateforme : Studapart peut se porter garant pour vous sur toute la durée de votre location en France.

Sur la plateforme **Amastas** vous pourrez trouver des offres de colocation mais aussi des studios et logements meublés et rénovés à prix raisonnés.

Les + de cette plateforme : les prix des loyers mensuels comprennent l'électricité, le gaz, l'eau et même internet !

Connectez-vous sur l'une ou l'autre de ces deux plateformes :



Les résidences étudiantes

Vous pouvez tenter votre chance au CROUS et déposer une candidature pour loger dans l'une des résidences universitaires du territoire. Subventionné par l'État français, le CROUS met à disposition des étudiants des chambres à loyers modérés.

Réservées exclusivement aux étudiants internationaux de niveau Master, les places sont très limitées. Il est essentiel de ne pas compter seulement sur le CROUS et d'élargir le plus tôt possible vos recherches à des logements dans le parc privé.



Plus chère que les chambres du CROUS, les résidences étudiantes privées restent toutefois très accessibles et offrent des avantages certains : vie en collectivité, chambres meublées, internet, laverie, salle de sport... Bon nombre d'entre-elles sont référencées sur la plateforme **Studapart**.

Le parc immobilier privé

Aix-Marseille Université a aussi référencé pour vous un grand nombre de sites internet dédiés à la recherche de logements :



Bon à savoir

Les étudiants publient parfois des offres de colocation sur Facebook ! N'hésitez pas à consulter les pages dédiées au logement.

ÉTAPE N°2 : CONSTITUER VOTRE DOSSIER LOCATIF

Lorsqu'un logement vous intéresse, vous devrez déposer un dossier locatif auprès du gestionnaire de résidence ou propriétaire pour signifier votre souhait d'en devenir locataire. Pour constituer votre dossier locatif vous aurez besoin de :

- Un justificatif d'identité en cours de validité (carte nationale d'identité, passeport, titre de séjour...),
- Un justificatif de situation « professionnelle » (carte étudiante ou le certificat de scolarité en cours de validité),
- Un justificatif de vos ressources (attestation ou simulation CAF, avis d'attribution de bourse,
- Les justificatifs du soutien financier des parents ou des garants,
- L'attestation d'assurance habitation.

Attention, la liste peut varier en fonction des exigences du propriétaire.

Bon à savoir

Consultez le site du gouvernement qui aide à constituer un dossier de location numérique de qualité vous permettant de mettre toutes les chances de votre côté pour trouver un logement.



Vous pouvez écrire à l'adresse contact@dossierfacile.fr des conseillers vous accompagneront pour constituer votre dossier.

Comment trouver un garant ?

Bon à savoir

Un garant est une personne qui se porte caution pour vous. elle s'engage donc à payer votre loyer si vous n'êtes plus en mesure de le faire.



Option 1 : une personne physique

Un garant s'engage à payer votre loyer dès lors que vous n'êtes plus en mesure de le faire. Vous devrez inclure à votre dossier sa pièce d'identité et un justificatif de revenus.

Option 2 : le gouvernement français

Si vous avez entre 18 et 30 ans, vous pouvez souscrire à la caution locative **VISALE** mise en place par le groupe Action Logement. Il s'agit d'un dispositif gratuit sur présentation d'un titre de séjour et d'une carte étudiante valide (ou attestation d'admission) :



Option 3 : une personne morale (entreprise)

Si vous n'êtes pas en mesure de souscrire aux options 1 ou 2, vous pouvez souscrire à la garantie de l'entreprise **Garantme**. Il s'agit d'un service payant. *Garantme n'est à ce jour pas accepté par le CROUS.*



ÉTAPE N°3 : SOUSCRIRE À L'ASSURANCE HABITATION

Quel que soit le type de logement choisi, vous avez l'obligation légale de souscrire à une assurance habitation couvrant au minimum les dégâts des eaux et les incendies.

Vers qui pouvez-vous vous adresser ?

Heyme :



ADH :



Bon à savoir

Veillez à bien souscrire à un contrat d'assurance habitation qui couvre la totalité de votre bail.



D'autres établissements de banque et d'assurance peuvent également vous accompagner sur ce sujet. Renseignez-vous auprès de plusieurs entreprises afin de trouver l'assurance qui vous convient le mieux en termes de prix et de couverture.

ÉTAPE N°4 : SIGNER LE CONTRAT DE BAIL OU DE LOCATION

Vous avez enfin trouvé votre logement ? Félicitations ! Vous pouvez désormais prendre rendez-vous avec le propriétaire, faire l'état des lieux du logement et signer le contrat de bail. Ce document permet de définir les conditions d'occupation du logement :

- Le montant du loyer et des charges (frais mensuels fixes incluant l'eau froide et l'entretien des parties communes).
- Le montant du dépôt de garantie (ou caution) : un mois de loyer en plus du premier loyer pour couvrir les éventuelles dégradations que vous pourrez faire dans le logement. Cette somme vous sera remboursée dans son intégralité au moment de votre départ, après l'état des lieux et si vous rendez le logement dans son état d'origine.
- La durée du préavis de départ (environ 1 mois en avance) il s'agit du délai dans lequel vous devrez signifier votre départ à votre propriétaire par lettre recommandée avec accusé de réception.

Avant de signer l'état des lieux, assurez-vous d'avoir examiné toutes les pièces sans exception et de noter tous les détails qui ont attiré votre attention. Ce même document servira de base à votre propriétaire pour faire l'état des lieux de sortie, et pourra donc influencer sur le remboursement ou non de votre caution.

ÉTAPE N°5 : ACTIVER LES AIDES AU LOGEMENT

L'aide Personnalisée au Logement (APL) est une aide financière accordée sous certaines conditions pour aider l'allocataire à payer son loyer. En tant qu'étudiant vous pouvez demander l'APL auprès de la Caisse d'Allocation Familiale (CAF).

Vous souhaitez savoir si vous pouvez bénéficier d'aides complémentaires ? Rendez-vous sur notre FAQ :



Pour savoir si vous êtes éligible, faites la simulation en ligne !





En tant qu'étudiant étranger résidant en France, vous pouvez ouvrir un compte bancaire dans n'importe quelle banque en France. Pour cela, il vous suffit de prendre un rendez-vous avec un conseiller dans une agence. Une fois votre compte créé, la banque vous fournira une carte bancaire, un chéquier et un Relevé d'Identité Bancaire (RIB). Ouvrir un compte en France vous permettra, en plus de vous faciliter la vie au quotidien, de ne pas payer de frais si vous décidez de garder un compte dans votre pays d'origine.

Bon à savoir

Si vous n'avez pas pu rencontrer nos partenaires bancaires présents sur les guichets d'accueil, rapprochez-vous de l'équipe accueil qui vous aidera à rentrer en contact avec une ou plusieurs banques.



Petite astuce :

Les relevés bancaires peuvent servir de preuve au versement d'allocations en France dans le cadre d'un renouvellement de titre de séjour.



Quelles sont les pièces justificatives que vous devez fournir ?

- Une pièce d'identité en cours de validité
- Un justificatif de domicile
- Une attestation de scolarité ou votre carte étudiante



S'ASSURER D'ÊTRE COUVERT POUR LES SOINS DE SANTÉ

S'AFFILIER À LA SÉCURITÉ SOCIALE OU OBTENIR LA CEAM

Pour être pris en charge pour des soins en France vous pouvez présenter votre CEAM ou votre carte vitale.

Cas 1 :

Vous êtes étudiant
- originaire d'un pays hors Europe ou
- Européen et vous n'avez pas de CEAM

Le système de santé français, appelé Sécurité Sociale, permet à chacun d'accéder à des soins de santé de qualité. S'affilier à la Sécurité Sociale est obligatoire et vous permettra d'être remboursé de vos frais de santé à hauteur de 70%.

Comment s'affilier à la sécurité sociale ?

1. Inscription en ligne
2. Dépôt des pièces justificatives obligatoires
3. Création d'un compte personnel sur le site ameli.fr, ce qui permettra d'avoir un numéro de sécurité sociale provisoire puis votre carte vitale



Quelles sont les pièces justificatives obligatoires à fournir ?

- Attestation d'inscription pour l'année universitaire en cours (certificat de scolarité, carte étudiante)
- Un justificatif d'identité en cours de validité (Passeport OU carte d'identité en recto/verso OU titre de séjour)
- Justificatif d'état civil (copie intégrale de l'acte de naissance OU livret de famille OU acte de mariage)
- Relevé d'Identité Bancaire (RIB) de votre compte bancaire français

4. Une fois affilié, vous pourrez vous rendre sur la plateforme Doctolib et prendre rendez-vous en ligne avec un médecin généraliste. Au cours de ce premier rendez-vous, vous pourrez demander à ce médecin de devenir votre « médecin traitant » et il pourra en faire lui-même la déclaration en ligne. La consultation d'un médecin généraliste coûte en général 25 € mais le coût d'une consultation peut varier d'un médecin à un autre.



Pour plus d'informations, consultez le site de la CPAM / S'assurer :



Cas 2 :
Vous êtes étudiant ayant
la nationalité
- d'un pays Européen,
- d'Islande,
- du Lichtenstein,
- de la Norvège ou
- de la Suisse

Vous êtes déjà en possession d'une Carte Européenne d'Assurance Maladie (démarche faite obligatoirement depuis votre pays d'origine), vous ne vous affiliez donc pas à la Sécurité Sociale. Vous êtes remboursé de vos frais de santé dans les mêmes conditions que si vous étiez dans votre pays d'origine.

SOUSCRIRE À UNE MUTUELLE DE SANTÉ

Pour optimiser vos remboursements de santé, nous vous recommandons de souscrire à une assurance complémentaire santé (ou mutuelle) qui pourra prendre en charge les 30% des frais de santé restant non couverts par la sécurité sociale ou la CEAM. Cette démarche n'est pas obligatoire mais fortement conseillée.



Bon à savoir

Si vous choisissez notre partenaire Heyme n'oubliez pas de renseigner le code 13AMU qui vous permettra de bénéficier d'une **réduction de 10% !**



CHECKLIST

Reprenons ensemble toutes les démarches que vous devrez faire à votre arrivée en France.

- Régulariser votre situation migratoire (Hors EU)
- Intégrer l'université
 - Paiement de la CVEC
 - Inscription administrative
 - Création de l'ENT (Environnement numérique de travail)
 - Carte étudiant
 - Inscription pédagogique
- Trouver un logement
 - Dossier locatif
 - Garant
 - Assurance habitation
 - Contrat de bail
 - Aides au logement (APL)
- Ouvrir un compte bancaire
- S'assurer d'être couvert pour les soins de santé

Des questions ?

L'équipe Accueil des étudiants internationaux est là pour vous orienter.





PARTIE 3 :
LA VIE ÉTUDIANTE À AMU



ÊTRE ACCOMPAGNÉ, ORIENTÉ ET SOUTENU

Vous êtes maintenant inscrit à l'université et vous êtes parvenu à venir à bout de toutes les démarches nécessaires à votre installation. Félicitations ! Toutes les équipes d'Aix-Marseille Université se tiennent disponibles pour répondre à vos questions et vous accompagner tout au long de votre parcours parmi nous.

RENCONTRER L'ÉQUIPE ACCUEIL DES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

Rattachée à la Direction des Relations Internationales de notre université, notre équipe est constituée de 4 personnes :



Emilie Farfouillon,
Responsable Accueil des
étudiants internationaux

« Je suis là pour m'assurer que les dispositifs accueil que nous déployons répondent à vos besoins et peux intervenir en cas de litige important. Mon leitmotiv ? Chaque instant est une nouvelle opportunité à saisir. »



Andrea Almario Parra,
Coordinatrice Accueil des
étudiants internationaux à
Aix-en-Provence

« La recherche de logement peut parfois être difficile mais je suis là pour vous rediriger vers les sites appropriés et vous accompagner dans les démarches à suivre »

Adelina Paganella,
Coordinatrice Accueil des
étudiants internationaux à
Marseille



« Interlocutrice privilégiée des préfectures, je suis soucieuse de vous accompagner dans vos questions liées à votre titre de séjour. Je suis aussi responsable de l'organisation des événements d'intégration que nous organisons dans l'année et auxquels je vous encourage à participer ! »

Suzy Vadnais,
Coordinatrice Accueil des
étudiants internationaux
Aix-en-Provence



« Je participe à la mise en place des guichets d'accueil et suis responsable du recrutement et de la formation des étudiants vacataires qui sont également présents pour vous aider à la rentrée. »

Nous espérons que ce guide pourra répondre à la plupart de vos questions et vous servira tout au long de cette première année charnière. Nous restons cependant à votre écoute sur le HelpDesk :



**N'hésitez pas à poser
vos questions !**

Quels services proposons-nous ?

Les guichets d'accueil sur les campus d'Aix-Schuman et de Marseille Saint-Charles du 30 août au 13 septembre 2023.

Les rendez-vous personnalisés sur les campus d'Aix-Schuman et de Marseille Canebière du 15 au 29 septembre 2023.

Les conférences AMU PREP'DAYS : nos conférences de préparation au départ sont une mine d'informations supplémentaires et restent disponibles en ligne sur YouTube.



Les activités d'intégration : tout au long de l'année, nous organisons des activités pour vous permettre de vous rencontrer tout en découvrant notre territoire.

Le Buddy System : Ce dispositif gratuit vous permettra de rentrer en contact avec un étudiant d'AMU afin qu'il ou elle puisse vous faire découvrir l'université, la culture locale... et même vous aider à perfectionner votre français !

... et bientôt sur vos campus **les permanences Accueil dans la maison de l'étudiant !**

AOÛT		SEPT.	
M 1		V 1	
M 2		S 2	
J 3		D 3	
V 4		L 4	
S 5		M 5	
D 6		M 6	
L 7		J 7	
M 8		V 8	
M 9		S 9	
J 10		D 10	
V 11		L 11	
S 12		M 12	
D 13		M 13	
L 14		J 14	
M 15		V 15	
M 16		S 16	
J 17		D 17	
V 18		L 18	
S 19		M 19	
D 20		M 20	
L 21		J 21	
M 22		V 22	
M 23		S 23	
J 24		D 24	
V 25		L 25	
S 26		M 26	
D 27		M 27	
L 28		J 28	
M 29		V 29	
M 30		S 30	
J 31			

Guichets d'accueil

Rendez-vous personnalisés

Découvrez plus en détail l'ensemble de nos dispositifs d'accueil :



RENCONTRER LES ÉQUIPES PÉDAGOGIQUES ET VOS INTERLOCUTEURS ADMINISTRATIFS

Vos enseignants et plus particulièrement les « Référents RI » sont des contacts privilégiés du quotidien. N'hésitez pas à leur soumettre vos doutes et questions, ils sauront vous orienter.

Les scolarités vous accompagnent également tout au long de l'année pour répondre à vos questions administratives liées à

votre parcours universitaire. Inscription administrative, pédagogique, travaux dirigés, relevés de notes, diplômes... N'hésitez pas à contacter vos gestionnaires de scolarité directement en campus au sein de votre faculté.

Retrouvez la liste de contacts ici :



ÊTRE SOUTENU EN CAS DE HANDICAP OU S'ENGAGER DANS UNE ASSOCIATION AVEC LE BUREAU DE LA VIE ETUDIANTE (BVE)

D'autres services sont là pour vous aider et répondre à vos questions. Le Bureau de la Vie Etudiante a pour objectif principal de promouvoir et développer toutes les activités étudiantes auxquelles vous pouvez prétendre.

Soucieux de garantir l'accès à tous, le BVE a mis en place la **Mission Handicap**.

Son rôle ? Vous accompagner et vous permettre de profiter de tous les services de l'université que nous allons vous faire découvrir quelle que soit votre situation de handicap (physique, sensoriel ou psychique, de dyslexie ou tout autre problème de santé invalidant à longue durée).

Pour bénéficier de mesures adaptées à votre profil, scannez le QR code et rapprochez-vous de la mission handicap de votre campus :



Le bureau de la vie étudiante s'occupe également de répertorier toutes les **associations étudiantes** et de les aider à se développer. Rejoindre une association étudiante peut vous permettre de rencontrer d'autres personnes partageant vos centres d'intérêt, travailler sur des missions qui vous tiennent à cœur mais aussi valoriser votre CV et vous ouvrir les portes d'une future expérience professionnelle.

Nous comptons plus de 160 associations étudiantes au sein de notre université. Vous trouverez forcément celle qui vous correspond :



CONSTRUIRE SON PROJET D'ÉTUDES ET SON PROJET PROFESSIONNEL AVEC LE SERVICE UNIVERSITAIRE D'INSERTION ET ORIENTATION (SUIO)

L'équipe du Service Universitaire d'Insertion et Orientation (SUIO) est là pour construire avec vous votre projet d'études en fonction de vos objectifs et de vos motivations personnelles. Ils peuvent aussi vous aider à élaborer votre projet professionnel et à trouver l'entreprise qui vous correspond pour un stage, une alternance ou un premier emploi. Ils pourront vous

permettre d'identifier et valoriser vos compétences tout en acquérant les méthodes de recherche de stage et d'emploi dont vous aurez besoin au travers d'ateliers de rédaction de CV, lettre de motivation ou de simulation d'entretien.

Une question ? Contactez les :



DEVENIR ÉTUDIANT ENTREPRENEUR AVEC PÉPITE PROVENCE

Une idée, un projet ou une entreprise à développer ? PÉPITE Provence vous accompagne avec le Statut Étudiant Entrepreneur !

Plus d'infos :



Bon à savoir

Le Fonds de Solidarité et de Développement des Initiatives Étudiantes (FSDIE), dans son volet social, peut venir en aide aux étudiants portant un projet universitaire ou professionnel en lien avec leurs études et connaissant des difficultés financières.



SOIGNER SA SANTÉ AVEC LE SERVICE INTER-UNIVERSITAIRE DE MÉDECINE PRÉVENTION ET DE PROMOTION DE LA SANTÉ (SIUMPPS)

Vous êtes désormais loin de vos proches mais sachez que vous pouvez compter sur le SIUMPPS pour prendre soin de vous. En tant qu'étudiant d'AMU, vous pouvez bénéficier de consultations médicales et de prestations diverses allant de la consultation de psychologie aux séances de sophrologie, dépistage bucco-dentaire...

Prenez rendez-vous par téléphone, par mail ou directement en ligne sur le campus de Saint-Charles via votre ENT !



Bon à savoir

Le SIUMPPS vous contactera au cours des trois premières années suivant votre inscription administrative pour un examen préventif. Cette consultation a pour objectif de faire un bilan général et de montrer les résultats de la radio pulmonaire que vous devez faire à votre arrivée en France si vous êtes étudiant non européen.



Si vous êtes étudiant non européen, prenez rendez-vous directement au CLAT le plus proche de chez vous afin de réaliser votre radio pulmonaire :



ÊTRE ÉCOUTÉ PAR LE SERVICE POUR LE RESPECT ET L'ÉGALITÉ

Tout comme pour votre santé, notre université veille sur votre bien-être tout au long de votre parcours. Aix-Marseille Université est la première université en France à avoir créé un service dédié à l'écoute, la prévention et à l'accompagnement des témoins et bien sûr des victimes de violences, de harcèlements et de discriminations.

Des professionnels qualifiés sont à votre service. N'hésitez pas à les contacter si vous en ressentez le besoin en français ou en anglais ! Vos échanges resteront confidentiels.

04 13 550 550
respect-egalite@univ-amu.fr





DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES ET PARTICIPER À DES ACTIVITÉS À AMU

Les cours sont importants mais votre vie étudiante ne peut se résumer seulement à ça ! Notre université valorise les activités que vous réalisez en dehors de votre parcours d'études grâce à un système de bonus ! Vous rencontrez de nouvelles personnes, vous vous amusez, développez vos compétences et valorisez votre CV tout en obtenant jusqu'à 0,5 point par semestre.

Renseignez-vous :



Suivez la pastille !

Activité éligible au bonus !

APPRENDRE LE FRANÇAIS AVEC LA PLATEFORME 7SPEAKING ET LE SERVICE UNIVERSITAIRE DES LANGUES (SUL)

La barrière de la langue peut parfois être un challenge important à surmonter lorsque vous vous installez pour la première fois dans un pays étranger... mais pas de panique, nous sommes là pour vous accompagner !

Différentes activités vous seront proposées en fonction de votre niveau et centre d'intérêt. Vous pourrez même discuter par chat avec d'autres membres de la communauté !

L'université a mis en place la plateforme gratuite 7Speaking pour vous permettre d'améliorer votre français et mêmes d'autres langues étrangères !

Si vous préférez suivre des cours en présentiel et être assisté d'un professeur certifié, le SUL est fait pour vous ! En tant qu'étudiant international, vous pouvez vous inscrire au cours de Français Langue Etrangère d'AMU directement au secrétariat.

Comment y accéder ?

- Connectez-vous via votre ENT,
- Cliquez sur la rubrique Pédagogie puis sur AMUlangues,

Vous souhaitez plus d'informations ? Rendez-vous en ligne :



Activité éligible au bonus !

PARTICIPER À DES ACTIVITÉS CULTURELLES AVEC LA DIRECTION CULTURE ET SOCIÉTÉ (DCS)

Vous exercez une activité artistique dans votre pays d'origine ? Vous pouvez poursuivre votre passion ici avec la Direction Culture et Société ! Musique, chant, danse, théâtre, cinéma, photo, écriture.... La DCS organise de nombreux ateliers tout au long de l'année et peut vous mettre en relation avec un des nombreux ensembles artistiques qu'elle soutient. Elle peut éga-

lement vous aider à aménager votre programme d'études si vous êtes artiste de haut niveau.

Renseignez-vous : dcs-culture@univ-amu.fr





Bon à savoir

Nous vous conseillons de vous abonner à la newsletter « culturez-vous » pour ne rien manquer des bons plans culturels de l'université !

Si vous n'êtes pas artiste vous-même mais savez apprécier les expositions et spectacles culturels, sachez que votre carte AMU vous donne accès à des réductions sur tout le territoire grâce au **PACTE'AMU**... N'oubliez pas de la garder sur vous même les week-ends pour pouvoir en bénéficier et découvrir les villes de vos campus de rattachement et celles qui les entourent ! Retrouvez toutes les actualités et bons plans de la région en page 36.



Activité
éligible au
bonus !

FAIRE DU SPORT AVEC LE SERVICE UNIVERSITAIRE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES (SUAPS)

Pratiquer une activité sportive régulière peut vous aider à garder la forme mais aussi favoriser votre capacité de concentration. Fort de sa localisation unique entre mer et montagne, AMU, à travers son Service Universitaire des Activités Physiques et Sportives vous propose une palette d'activités sportives des plus communes comme la danse, le basket, le tennis, la natation... au plus atypiques comme le paddle, le tir à l'arc, la plongée, l'aviron...

Au total c'est plus de 80 sports individuels et collectifs qui vous sont proposés.

Les inscriptions ont lieu en ligne en début de chaque semestre et requièrent vos identifiants AMU et **un certificat médical** !

Vous pouvez bénéficier d'avantages et tarifs préférentiels chez des partenaires tels que des réductions chez Intersport, passer des formations de secourisme ou le permis bateau. Pour cela, rendez-vous dans le bureau des sports de votre campus et récupérez votre sticker Pack Sport à coller sur votre carte étudiante AMU.

Si vous souhaitez participer aux compétitions universitaires avec la Fédération Française du Sport Universitaire (FFSU), vous devez vous inscrire dès le début d'année au Bureau des Sports, afin de permettre la constitution rapide des équipes. Le SUAPS permet aussi aux sportifs de haut niveau de bénéficier d'aménagement de votre programme d'études !

Bon à savoir

Les places sont limitées et les sports les plus demandés partent en quelques heures. Nous vous conseillons de prendre un rendez-vous chez un médecin généraliste en amont de l'ouverture des inscriptions et de vous connecter à l'heure pour avoir une chance de réserver votre place :



PARTAGER UN REPAS ENTRE AMIS AU RESTAURANT UNIVERSITAIRE (RU)

Situés à proximité des campus universitaires, les lieux de restauration (Restaurants Universitaires (RU) ou cafétérias) du CROUS vous proposent des menus complets pour 3,30€ sur place ou à emporter.



Bon à savoir

Le CROUS n'accepte pas les espèces, nous vous conseillons de régler votre repas à l'aide de votre carte étudiante IZLY. Votre carte est rechargeable par virement bancaire, carte bleue ou via les bornes de rechargement IZLY dans les restaurants universitaires directement.
Retrouvez le RU le plus proche de vous :



RÉVISER ET PRÉPARER VOS EXAMENS AUX BIBLIOTHÈQUES UNIVERSITAIRES (BU)

L'université propose de nombreuses Bibliothèques Universitaires (BU) mais aussi un réseau de bibliothèques associées au catalogue commun dans les facultés et instituts dans lesquelles vous pourrez réviser vos cours et préparer vos examens en toute tranquillité. L'inscription est gratuite et s'effectue sur présentation de votre carte étudiante. Plus de 1,6 millions de livres, 70 000 articles en ligne seront alors à votre disposition !



Bon à savoir

Si vous avez des travaux de groupe à réaliser, n'hésitez pas à réserver un des espaces de travail dédié dans la bibliothèque de votre choix !



MARS 2024

V 1
S 2
D 3
L 4
M 5
M 6
J 7
V 8
S 9
D 10
L 11
M 12
M 13
J 14
V 15
S 16
D 17
L 18
M 19
M 20
J 21
V 22
S 23
D 24
L 25
M 26
M 27
J 28
V 29
S 30
D 31

Vacances d'hiver

Activités
d'intégration
dates à
confirmer

AVRIL

L 1	Lundi de Pâques
M 2	
M 3	
J 4	
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	
M 9	
M 10	
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	
L 15	
M 16	
M 17	
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	

Plage d'examen 2^e semestre : Les dates d'examen sont propres à chaque faculté

Vacances de printemps

Mois de l'Europe MAI

M 1	Fête du travail
J 2	
V 3	
S 4	
D 5	
L 6	
M 7	
M 8	Victoire 1945
J 9	Ascension
V 10	
S 11	
D 12	
L 13	
M 14	
M 15	
J 16	
V 17	
S 18	
D 19	
L 20	Lundi de Pentecôte
M 21	
M 22	
J 23	
V 24	
S 25	
D 26	
L 27	
M 28	
M 29	
J 30	
V 31	

Plage d'examen 2^e semestre : Les dates d'examen sont propres à chaque faculté

Pont de l'Ascension

Vacances de printemps

JUIN

S 1
D 2
L 3
M 4
M 5
J 6
V 7
S 8
D 9
L 10
M 11
M 12
J 13
V 14
S 15
D 16
L 17
M 18
M 19
J 20
V 21
S 22
D 23
L 24
M 25
M 26
J 27
V 28
S 29
D 30

Plage d'examen 2^e semestre : Les dates d'examen sont propres à chaque faculté

AMU
PREP
DAYS

JUILLET

L 1	
M 2	
M 3	
J 4	
V 5	
S 6	
D 7	
L 8	
M 9	
M 10	
J 11	
V 12	
S 13	
D 14	Fête Nationale
L 15	
M 16	
M 17	
J 18	
V 19	
S 20	
D 21	
L 22	
M 23	
M 24	
J 25	
V 26	
S 27	
D 28	
L 29	
M 30	
M 31	

Vacances d'été

AOÛT

J 1	
V 2	
S 3	
D 4	
L 5	
M 6	
M 7	
J 8	
V 9	
S 10	
D 11	
L 12	
M 13	
M 14	
J 15	Assomption
V 16	
S 17	
D 18	
L 19	
M 20	
M 21	
J 22	
V 23	
S 24	
D 25	
L 26	
M 27	
M 28	
J 29	
V 30	
S 31	

Vacances d'été



PARTIE 4 :
LA VIE DANS LA RÉGION

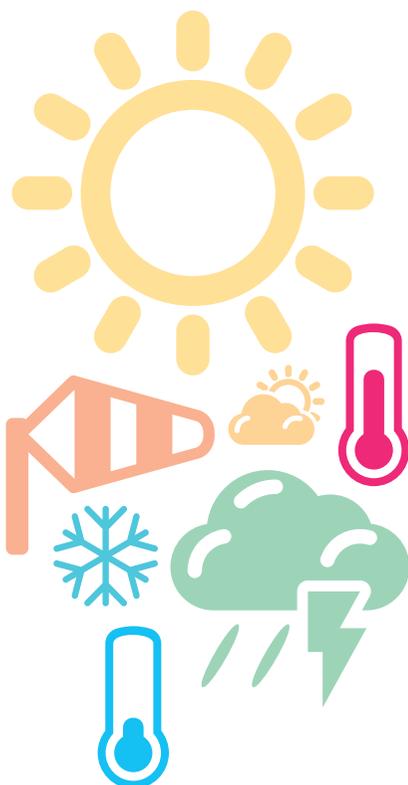


ADAPTER VOTRE GARDE-ROBE

La Région Sud bénéficie d'un climat tempéré agréable et de plus de 300 jours d'ensoleillement par an. L'hiver, cependant, les températures peuvent être assez froides (jusqu'à -4°C / 53°F). Cette année, nous avons même été surpris par une petite chute de neige qui a recouvert nos paysages de Provence !

L'été à l'inverse, les températures peuvent monter très haut (jusqu'à 39°C / 102°F) surtout à Aix-en-Provence qui ne bénéficie pas de l'air marin de Marseille qui peut parfois faire baisser la température. Nous vous conseillons donc d'adapter votre garde-robe en fonction des saisons : manteau, bonnet et écharpe l'hiver et short, tee-shirt, chapeau, crème solaire et lunette de soleil l'été !

Consultez le site de Météo France pour connaître les prévisions météo de la région :





Pour faire vos courses plusieurs options sont possibles selon vos préférences et ce que vous recherchez.

Vous trouverez bien entendu de nombreux supermarchés ouverts dans votre ville de résidence et près des campus. Attention cependant, en France, beaucoup d'entre eux ferment le dimanche et restent ouverts en semaine au plus tard jusqu'à 20h !

Retrouvez la liste des enseignes ici :



Chaque semaine à date fixe, vous pourrez aussi vous rendre aux marchés pour acheter des produits frais et de saison directement auprès de producteurs locaux. Que vous souhaitiez faire vos courses ou simplement vous promener, les marchés sont des lieux de vie à ne pas manquer !

Consultez l'agenda des marchés de Provence ici :



Enfin, si vous avez du mal à boucler vos fins de mois, sachez que vous pourrez toujours vous tourner vers :

- Les AGORAE, des épicerie solidaires accessibles sur critères sociaux qui vous permettront d'acheter des produits alimentaires, d'entretien ou encore des fournitures scolaires à prix réduits (entre 10 et 30% moins cher par rapport aux prix usuels).

Renseignez-vous :



- Les AMAP, Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne, vous proposeront des paniers de fruits et légumes bio produits localement pour 7 € en moyenne par semaine.

Renseignez-vous :

Aix-en-Provence :
Tél : +33 (0)6 28 27 71 18



Marseille
Marseille Luminy
bio@luminy.org





SOUSCRIRE À UN ABONNEMENT DE TRANSPORTS QUOTIDIENS

Le moyen de transport le plus pratique pour vous déplacer en ville et aux alentours est le bus. Mais attention, il y a plusieurs types d'abonnement de bus selon la ville dans laquelle vous habitez et selon vos déplacements, il faut donc bien choisir !

- Si vous habitez et étudiez à **Aix-en-Provence** et que vous souhaitez vous déplacer seulement dans ses alentours, optez plutôt pour l'abonnement **Aix en bus** pour 100€ / an.
- Si vous habitez et étudiez à **Marseille** et que vous souhaitez vous déplacer sur Marseille et sa périphérie, optez plutôt pour l'abonnement **RTM** pour 220 € / an. Il vous permet de prendre tous les moyens de transports RTM (bus, vélos, trams, ferryboats, métro, ligne métropole...).
- Si vous habitez vers Marseille et étudiez sur le campus d'Aix-en-Provence, il existe un réseau de transports qui vous permet de circuler entre Aix-en-Provence et Marseille. Il faut alors opter pour l'abonnement LeCar pour 21 € / mois.

Un de ses avantages est qu'il passe par la gare Saint-Charles avec la ligne 50 : départ de 05h45 à 23h59, toutes les 5 minutes en heures de pointe.

Dans tous les cas, ces trois abonnements vous donnent directement accès aux différents campus.

Il existe également un pass qui peut simplifier tous trajets, il s'agit du Pass Métropole Intégral. Il coûte 30 € / mois avec un engagement de 12 mois ou 45 € / mois sinon. Il est certes plus cher mais il vous permet de circuler sur tous les transports (bus, tramway, métro, TER, bateaux, vélos...) de toute la Métropole Aix-Marseille.

Pour plus d'informations sur les différents abonnements et leur fonctionnement, n'hésitez pas à consulter notre site internet :



S'INSÉRER PROFESSIONNELLEMENT DANS LA RÉGION SUD



La Région Sud abrite un réseau dense d'entreprises dans des secteurs stratégiques qui s'articulent très bien avec l'offre de formation de l'université :

- Naturalité
- Industries du futur
- Énergies de demain
- Thérapies innovantes
- Silver économie
- Économie de la Mer
- Tourisme et industries créatives
- Smart

Elle dispose d'un bassin d'emploi dynamique avec 2 millions de travailleurs actifs et elle est par ailleurs dans le top trois des régions en France où le nombre de créations d'entreprises est le plus élevé. Nous savons qu'avec un peu de sérieux et de persévérance vous arriverez à vous insérer professionnellement dans la région lorsque vous aurez obtenu avec succès votre diplôme.

Si vous avez besoin de financer une partie de vos études, sachez que la loi française autorise les étudiants étrangers à travailler 964 heures dans l'année, soit 60% de la durée légale du temps de travail. Le salaire minimum est fixé à 11,57 € brut / heure soit 9,11 € net horaire.

Si vous souhaitez travailler plus que la durée autorisée, votre employeur doit faire une demande d'autorisation provisoire de travail (APT) ou que vous la fassiez en son nom avec un mandat. Cette démarche se fait directement en ligne sur le site du gouvernement, l'ANEF :



Les modalités d'horaires de travail concernant les étudiants de nationalité algérienne ne peuvent excéder 50% de la durée annuelle de travail pratiquée dans la branche ou la profession concernée. Vous êtes également soumis à la procédure de demande d'autorisation provisoire de travail (APT).

Plus d'informations sur le site du gouvernement :



Afin de vous aider dans vos recherches, nous avons référencé sur notre site web un ensemble de liens qui pourront vous aider à trouver un emploi. Nous embauchons nous même des étudiants internationaux vacataires dans le cadre des différents événements que nous organisons.

N'hésitez pas à consulter toutes nos offres !





DÉCOUVRIR LA RÉGION ET SE DIVERTIR

N'oubliez pas que vous avez la chance d'étudier dans une région chargée d'histoire aux paysages sublimes. Nous vous encourageons à profiter pleinement de votre statut d'étudiant et de profiter de tous les atouts de notre territoire.

La Région Sud c'est :

« 1 000 km de côtes, une mer bleu-turquoise, des champs de lavandes, des vignes, des oliviers, des forêts remarquables, le chant des cigales... »

« Une région vivante avec ses festivals et événements internationaux... »

« La chaleur humaine de ses habitants et leur accent chantant... »

Les villes d'Aix-en-Provence et Marseille sont des points de départ idéaux pour découvrir nos paysages de Provence. Nous vous recommandons particulièrement de planifier des excursions sur une ou deux journées à la découverte de la Camargue, du Luberon, des Alpilles et de la côte méditerranéenne toute proche. Tous ces lieux touristiques renommés sont accessibles en bus ou en train (TER).



Pour plus d'informations sur les lieux touristiques, les bonnes adresses mais aussi les événements culturels et festifs, nous vous invitons à suivre ces comptes Instagram que nous avons sélectionnés spécialement pour vous :

Marseille :

- @Booj_marseille : ce compte vous donne toutes les bonnes adresses et bons plans pour sortir.
- @lecitadinguemarseille et @crazycity-marseille : 2 comptes pour découvrir tous les secrets de la ville de Marseille sans oublier les endroits à immortaliser sur de belles photos ! N'hésitez pas à nous les partager : @univamu !
- @foodguidemarseille : un compte « food guide » pour découvrir la culture culinaire de la région et d'ailleurs en faisant voyager vos papilles !

Aix-en-Provence :

- @aixenprovencetourism : un compte tenu par l'Office de tourisme d'Aix-en-Provence vous fait découvrir tous les trésors de la ville et vous prépare chaque semaine une liste de tous les événements et sorties à faire le week-end.
- @aix_and_food : un compte remplis de bonnes adresses sur Aix-en-Provence, que ce soit pour bruncher, déjeuner, goûter ou dîner.

La Région Sud en général :

- @fierdusud : grâce à ce compte découvrez la Région Sud sous tous ses angles : villes, mer, montagnes, lacs, forêts... et toutes les bonnes adresses qui vont avec !
- @foodlovers_provence : toutes Les meilleures adresses d'hôtels et de restaurants du Sud de la France avec notamment des stories à la une qui regroupe les hôtels et restaurants par ville !



VEILLER À VOTRE SÉCURITÉ

Quelques conseils

Comme dans toutes les grandes villes, il faut être vigilant !
Assurez-vous que vos sacs sont bien fermés et de n'avoir que très peu d'argent liquide sur vous. Ne vous inquiétez pas, la grande majorité des enseignes en France accepte le paiement par carte bancaire.



Profitez de votre vie étudiante MAIS prenez soin les uns des autres.
Très peu de transports en commun sont opérationnels après minuit.
Pensez à sortir en groupe pour que vous puissiez rentrer ensemble et vous assurez que tout le monde soit arrivé à bon port.
Nous vous recommandons aussi de garder vos verres à portée de main et de ne pas accepter les verres de personnes que vous ne connaissez pas. Il vaut mieux prévenir que guérir !



Enfin, avant de partir de votre logement, n'oubliez de vous assurer que vous avez bien éteint votre gaz, que les fenêtres sont fermées et votre porte verrouillée...
Un accident est vite arrivé !



ANNUAIRE DES CONTACTS UTILES

LES NUMÉROS D'URGENCE

15 : **SAMU** (Service d'Aide Médicale Urgente)

112 : **Appel d'urgence européen**

18 : **Pompiers**

17 : **Police**

Retrouver tous les services de santé sur notre carte google :

Vous avez besoin d'assistance au sein de l'université ?
L'équipe accueil des étudiants internationaux est à votre écoute :

OBJETS TROUVÉS

Mairie d'Aix-en-Provence : 04 42 91 91 81

Service des objets trouvés de la Ville de Marseille : 04 13 94 85 70



INGRÉDIENTS

- 3 œufs
- 150 g de farine
- 1/2 sachet de levure chimique
- 100 ml d'huile
- 125 ml de lait entier
- 100 g de gruyère râpé
- Sel, poivre
- 200 g d'olives vertes.

USTENSILES

- 1 grand moule à cake (25 cm)
- 1 feuille de papier cuisson
- 1 saladier

PRÉPARATION DE LA RECETTE

- Préchauffer le four à 180°C
- Dénoyer 200 g d'olives vertes
- Dans un saladier, travailler au fouet 3 œufs, 150 g de farine, 1/2 sachet de levure. Incorporer petit à petit 100 ml d'huile et 125 ml de lait chaud. Ajouter 100 g de gruyère râpé et les olives en dernier; saler et poivrer
- Verser le tout dans le moule à cake garni d'un papier cuisson légèrement graissé
- Cuire au four à 180° pendant 40 min environ. Vérifier la fin de la cuisson en piquant le cake avec la lame d'un couteau qui doit ressortir sèche
- Laisser refroidir puis démouler et couper en tranches



Tomates à la Provençale

INGRÉDIENTS (POUR 4 PERSONNES)

- 6 tomates rondes
- 1 tasse de persil haché
- 4 gousses d'ail
- 50 g de chapelure
- 2 cuillères à soupe d'herbes de Provence
- Huile
- Sel, poivre

PRÉPARATION DE LA RECETTE

- Couper les tomates en deux, les saler et les retourner sur une assiette pour les laisser dégorger environ 15 minutes.
- Mixer le persil, l'ail, les herbes de Provence et la chapelure finement.
- Prendre une grande poêle ou 2 moyennes. Faire chauffer un peu d'huile, déposer les tomates face bombée au-dessus, et les saisir 2 min à feu vif. Les retourner, saler, poivrer et les faire glisser sur un plat à four.
- Recouvrir du mélange persil, ail et chapelure. Arroser d'un filet d'huile. Enfourner à 220°C (thermostat 7-8) pendant 20 minutes. Servir et déguster vous pouvez les accompagner avec des œufs aux plats, un délice !



Oreillettes

INGRÉDIENTS

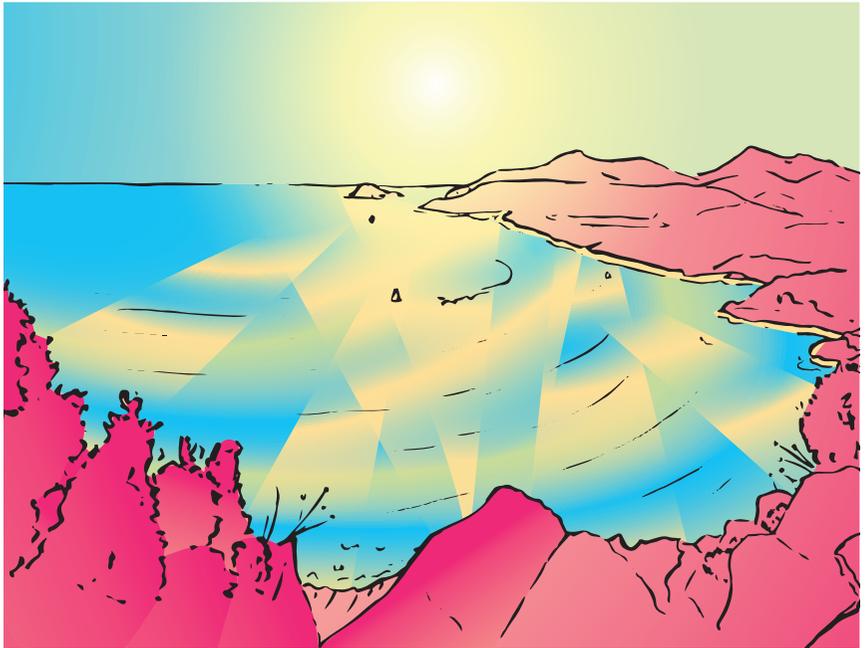
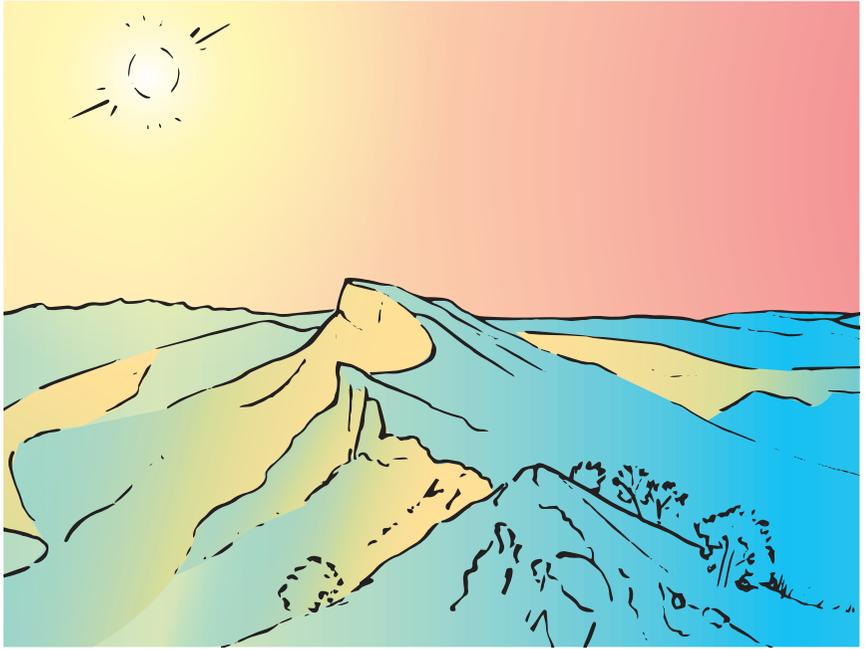
- 500 g Farine
- 0,5 paquet de levure
- 2 c. à soupe Sucre
- 3 Œuf entier
- 1 Citron
- 125 g beurre
- 1 c. à soupe d'eau de fleur d'oranger
- Huile d'arachide
- 1 pincée de sel

PRÉPARATION DE LA RECETTE

- Faites un puits dans la farine, mettez-y le sucre, la levure, le sel et mélangez à sec.
- Ajoutez les œufs, l'un après l'autre tout en mélangeant puis le beurre fondu et les parfums (le pastis et la fleur d'oranger). Ajoutez l'eau petit à petit de façon à former une boule de pâte qui ne colle pas. Laissez reposer 10 min.
- Farinez la pâte pour pouvoir l'étaler au rouleau à pâtisserie. Découpez des morceaux en rectangles ou losanges finement avec une roulette dentelée (ou un couteau).
- Faites-les à cuire dans la friture chaude (90°C). Faites dorer quelques secondes de chaque côté.
- Égouttez-les puis rangez-les sur du papier absorbant dans un grand plat, saupoudrez avec du sucre glace juste après les avoir égouttées. Dégustez tiède ou froid.

ASTUCES

Pour une recette «légèrement» moins grasse, cuisez ces oreillettes au four à 160°C entre 10 et 15 min. Surveillez attentivement la cuisson pour ne pas qu'elles noircissent trop.





© Aix-Marseille Université - 2023 IR



© Aix-Marseille Université - 2023 IR





PROMO AMU 2023-2024

PROMO AMU 2023-2024



Rejoignez notre communauté et
suivez-nous sur notre page Facebook

