

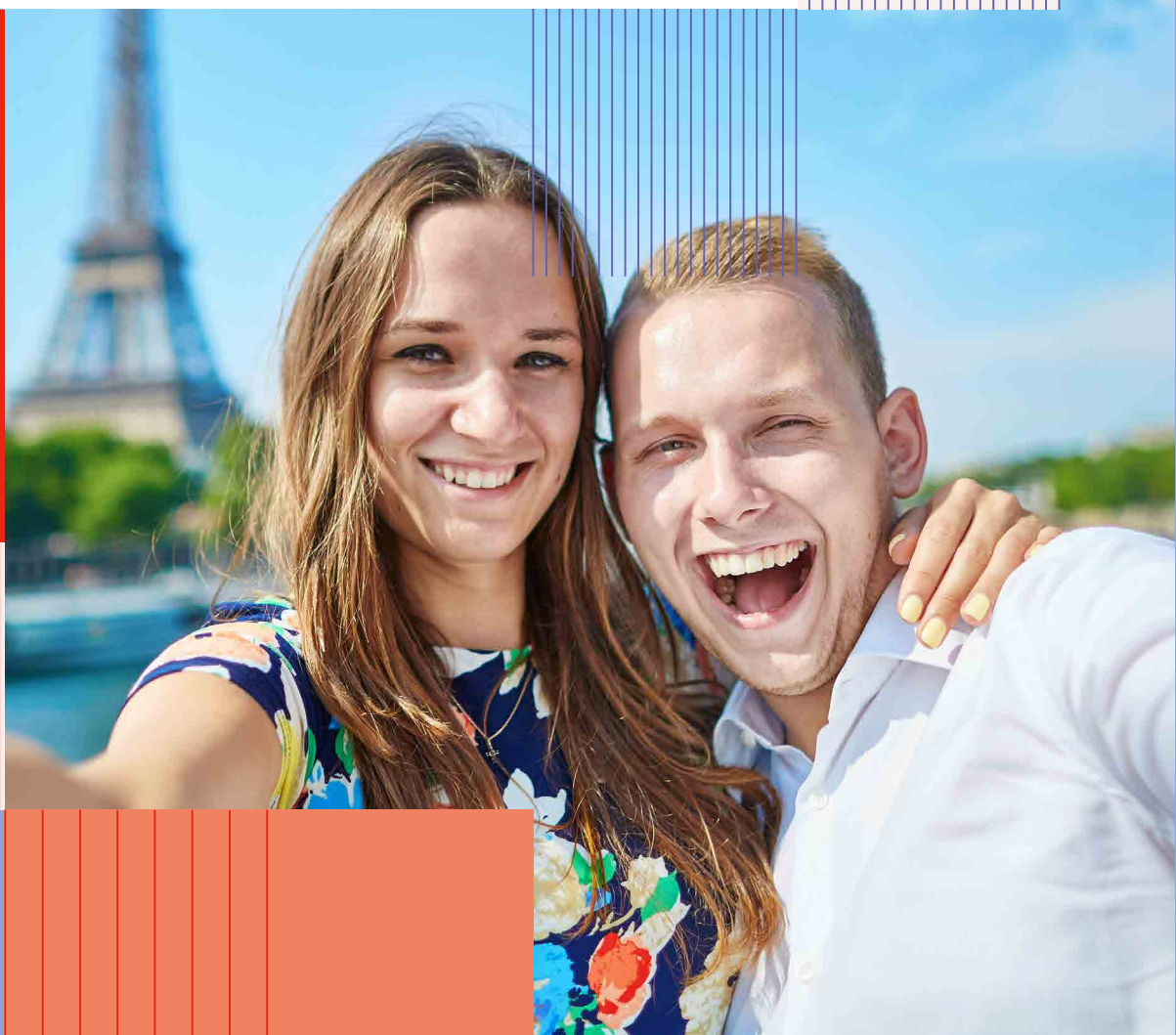
INSA

INSTITUT NATIONAL
DES SCIENCES
APPLIQUÉES
CENTRE VAL DE LOIRE

BIENVENUE À L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE

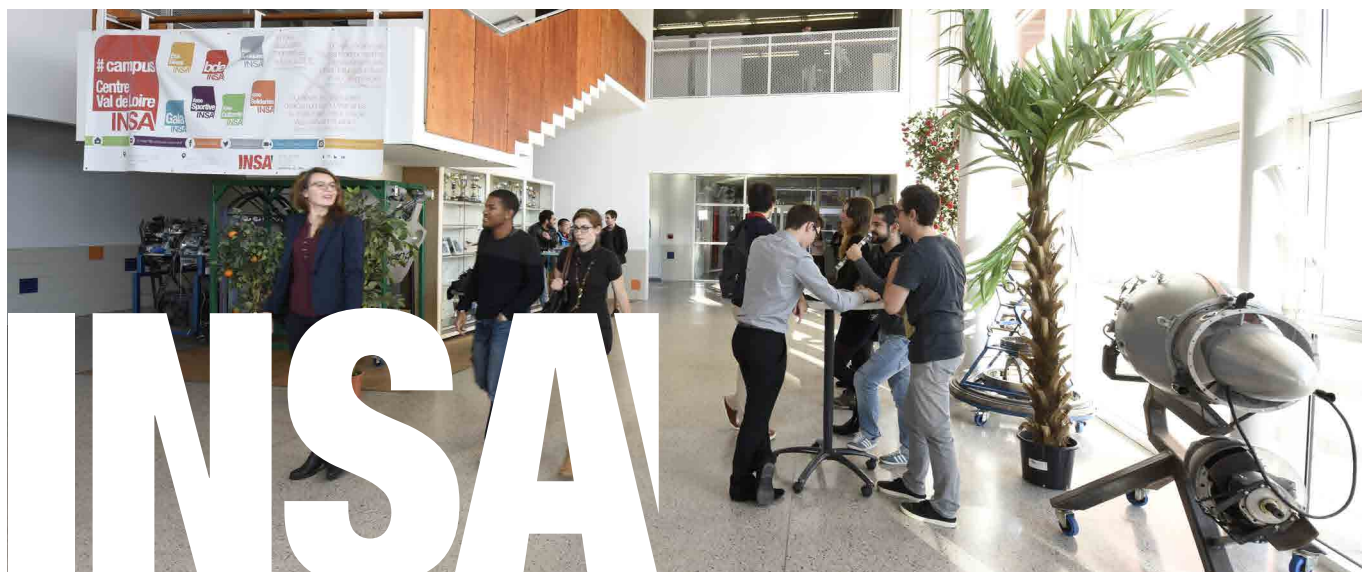
WELCOME TO INSA CENTRE VAL DE LOIRE

**Guide de l'étudiant
international en échange**
Guide for international exchange students



SOMMAIRE

SUMMARY



COMMUNIQUER AVEC L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE	3
CONTACTS AT INSA CENTRE VAL DE LOIRE	

VENIR EN FRANCE / COMING TO FRANCE	4
1 • Le Réseau France Alumni / The France Alumni Network	4
2 • Obtention du visa / Visa procedures	4
3 • Validation du titre de séjour / Validation of the residence permit	4
4 • Arriver à l'INSA Centre Val de Loire / Arrival at INSA Centre Val de Loire	5

VIVRE EN FRANCE - VOTRE BUDGET / LIVE IN FRANCE - YOUR BUDGET	6
--	---

VIVRE A BLOIS ET BOURGES / LIVE IN BLOIS AND BOURGES	7
1 • Se déplacer en bus / Getting around by bus	7
2 • Alimentation / Food	7
3 • Logement / Housing	7
4 • Santé / Health	11
5 • Vie pratique / Practical life	12

ETUDIER A L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE	14
STUDY AT INSA CENTRE VAL DE LOIRE	
1 • Les horaires d'ouvertures de l'Institut / The Institute's opening hours	14
2 • Calendrier universitaire / Academic calendar	14
3 • Inscription à l'INSA Centre Val de Loire / Enrollment at INSA Centre Val de Loire	14
4 • Les cours à l'INSA / Classes at INSA	15
5 • Le diplômé d'ingénieur / Engineering Degree	16
6 • Le bureau des élèves / Student Union	16

CHECK LIST / CHECK LIST	17
AVERTISSEMENT / WARNING	18

COMMUNIQUER AVEC L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE

CONTACTS AT INSA CENTRE VAL DE LOIRE



SUR LE CAMPUS DE BLOIS

Etudiants européens

Colleen LEGRAND

Chargée de Relations Internationales

Bureau C17 bis

Tél.+33 (0) 2 54 55 47 38

colleen.legrand@insa-cvl.fr

Etudiants non européens

Marie CHOBLET

Chargée de Relations Internationales

Bureau C17 bis

Tél. + 33 (0) 2 54 55 47 36

marie.choblet@insa-cvl.fr

SUR LE CAMPUS DE BOURGES

Etudiants européens

Alina GRUNER

Chargée de Relations Internationales

Bureau A0.03

Tél. + 33 (0) 2 48 48 40 42

alina.gruner@insa-cvl.fr

Etudiants non européens

Charlotte RENARD

Chargée de Relations Internationales

Bureau A0.03

Tél. + 33 (0) 2 48 48 40 71

charlotte.renard@insa-cvl.fr

Au cours de votre cursus, votre Responsable d'année ou d'option est un interlocuteur à privilégier.

Ses coordonnées vous seront communiquées dès votre arrivée à l'institut.

Mme Laure CARRIAS, Responsable du service Relations Internationales peut également vous recevoir sur chaque campus :

laure.carrias@insa-cvl.fr



ON BLOIS CAMPUS

European Students

Colleen LEGRAND

International Relations Officer

Bureau C17 bis

Tél.+33 (0) 2 54 55 47 38

colleen.legrand@insa-cvl.fr

Non European Students

Marie CHOBLET

International Relations Officer

Bureau C17 bis

Tél. + 33 (0) 2 54 55 47 36

marie.choblet@insa-cvl.fr

ON BOURGES CAMPUS

European Students

Alina GRUNER

International Relations Officer

Bureau A0.03

Tél. + 33 (0) 2 48 48 40 42

alina.gruner@insa-cvl.fr

Non European Students

Charlotte RENARD

International Relations Officer

Bureau A0.03

Tél. + 33 (0) 2 48 48 40 71

charlotte.renard@insa-cvl.fr

During your studies, your main contact shall be your Studies Director (of the year or of your specialization). You will be given his/her contact details upon your arrival at the Institute.

Ms Laure CARRIAS, the International Office Manager, is also available to meet you on both campuses :

laure.carrias@insa-cvl.fr

VENIR EN FRANCE

COMING TO FRANCE



1 • LE RESEAU FRANCE ALUMNI

Le réseau France Alumni vous permettra, au travers de sa plateforme numérique, d'entrer en contact avec d'anciens étudiants internationaux en France et bénéficier de conseils avisés.

www.francealumni.fr

2 • OBTENTION DU VISA

Le type de visa pour entrer en France dépend du motif du séjour envisagé et de la durée. Les étudiants ressortissants de l'Union Européenne ou de la Suisse sont dispensés de visa pour un séjour d'études en France à condition de disposer d'une pièce d'identité ou d'un passeport. Pour les pays à procédure CEF, la demande de visa se fait via la site Campus France.

3 • VALIDATION DU TITRE DE SEJOUR

Les titulaires d'un « visa long séjour valant titre de séjour (VLS-TS) – pour des séjours d'une durée de 4 mois à 1 an- valident désormais en ligne leur visa auprès de l'Office Français de l'Immigration et de l'Intégration (OFII).

Cette démarche doit être effectuée dans les trois mois suivant l'arrivée en France et se substitue à l'envoi par courrier du formulaire de l'OFII remis par les autorités consulaires.

Les étudiants doivent indiquer leur numéro de visa et suivre les instruction en cliquant sur « Je valide mon VLS-TS » (VLS-TS avec la mention étudiant). Pour valider leur dossier, les étudiants devront acheter un timbre fiscal électronique. Si vous êtes titulaires d'une carte bancaire, l'achat se fait via le service en ligne en cliquant sur « Acheter un timbre fiscal électronique ». Si non, l'achat peut s'effectuer dans certains bureaux de tabac ou sur les bornes installées dans certains services fiscaux.

<https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr/particuliers/#/>



1 • THE FRANCE ALUMNI NETWORK

The France Alumni network, through its digital platform, will enable you to reach former international students in France and benefit from useful advice.

www.francealumni.fr

2 • VISA PROCEDURES

The type of visa needed to enter France depends on the purpose of the intended stay and its duration. Students from the European Union or from Switzerland are exempted from getting a visa provided that they have an identity card or passport. For countries with a CEF procedure, the visa application is done via the Campus France website.

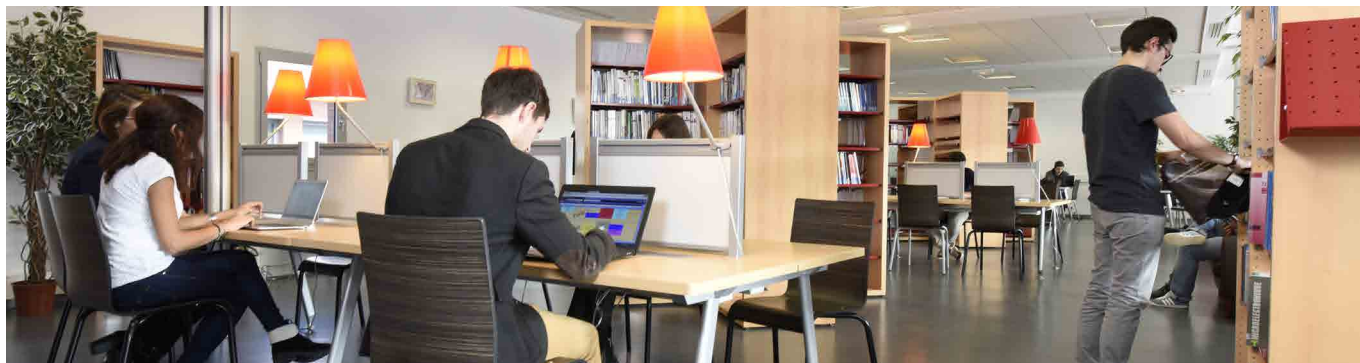
3 • VALIDATION OF THE RESIDENCE PERMIT

Holders of a long-stay visa (VLS-TS) – for stays of more than 4 months to a year- now validate their visa online on the Office Français de l'Immigration et de l'Intégration (OFII)'s website.

This shall be done within three months following the arrival in France and replace the postal dispatch of OFII's form issued by the consular authorities.

Students must indicate their visa number and follow the instructions by clicking on « Validate your VLS-TS long stay visa », (VLS-TS with the mention « student » on it). In order to validate their application, students shall buy a virtual excise stamp. If you own a credit card, you will need to buy it online by clicking on « buy a virtual excise stamps ». Otherwise, you can buy it in a few tobacco shops or on terminals at a few tax centers.

<https://administration-etrangers-en-france.interieur.gouv.fr/particuliers/#/>



4 • L'ARRIVÉE À L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE

CAMPUS DE BLOIS

Aéroport d'Orly

- Prendre le Car Air France ligne 1 direction Gare Montparnasse
- Prendre un train SNCF pour la gare Blois-Chambord

Aéroport Roissy CDG

- Prendre le Car Air France ligne 4 Gare Montparnasse
- Prendre un train SNCF en direction de la gare Blois-Chambord

CAMPUS DE BOURGES

Aéroport d'Orly

- Prendre la navette RER C jusqu'à Pont de Rungis
- Prendre le RER C jusqu'à gare d'Austerlitz
- Prendre un train SNCF en direction de Bourges

Aéroport Roissy CDG

- Prendre le RER B jusqu'à Saint Michel Notre-Dame
- Prendre le RER C jusqu'à Gare d'Austerlitz
- Prendre un train SNCF en direction de Bourges

BON À SAVOIR :

la carte avantage Jeune 12-27 ans est une carte proposée par le service des trains français (SNCF). Elle vous permet de bénéficier de réductions sur le prix des billets. La carte est valable 1 an et coûte environ 50 euros.

<https://www.ratp.fr/titres-et-tarifs>

www.ratp.fr

www.parisaeroport.fr

www.oui.sncf.fr



4 • ARRIVAL AT INSA CENTRE VAL DE LOIRE

BLOIS CAMPUS

Orly Airport

- Take an Air France bus – line 1 towards Gare Montparnasse
- Take a SNCF train towards the Blois-Chambord train station

Roissy CDG Airport

- Take an Air France bus – line 4 towards Montparnasse train station
- Take a SNCF train towards Blois-Chambord train station

BOURGES CAMPUS

Orly Airport

- Take a shuttle bus RER C towards Pont de Rungis
- Take a RER C train towards the Austerlitz train station
- Take a SNCF train towards Bourges

Roissy CDG Airport

- Take a RER B train towards Saint Michel Notre-Dame
- Take a RER C train towards Austerlitz train station
- Take a SNCF train towards Bourges

GOOD TO KNOW :

The railway card « Jeune 12-27 ans » is a benefits card offered by the French railway company (SNCF). It enables you to benefit from discounts on the ticket price. The card is valid for a year and costs around 50 euros.

<https://www.ratp.fr/titres-et-tarifs>

www.ratp.fr

www.parisaeroport.fr

www.oui.sncf.fr

VIVRE EN FRANCE - BUDGET

LIVE IN FRANCE - BUDGET*



1 • ALIMENTATION

En moyenne, les Français dépensent environ 300 euros par mois à leur alimentation. Ce coût peut varier en fonction de la ville de résidence.

- Une baguette de pain : 1 euro
- Un croissant : 1,10 euros
- 1kg de pâtes : 1,50 euros
- 1 litre de lait : 1,20 euros
- 6 oeufs : 1,50 euros
- Un café dans un bar : 2 euros
- Un repas au fastfood : 8 euros
- Un repas au restaurant : entre 15 et 30 euros
- Un sandwich en boulangerie : 5 euros
- Un repas au restaurant universitaire : 3,30 euros

2 • SANTÉ

Pour ne pas payer trop cher, il faut privilégier les médecins « conventionnés de secteur 1 qui pratiquent le tarif de la sécurité sociale. En moyenne, les tarifs de ces médecins sont :

- Consultation chez un généraliste : 30 euros
- Consultation chez un gynécologue, ophtalmologue : 40 euros
- Consultation chez un dentiste : 30 euros

3 • TRANSPORTS

Si vous n'habitez pas à côté de l'INSA Centre Val de Loire, vous aurez un budget transport à anticiper.

- 1 litre d'essence : 1,90 euros
- 1 carte de réduction SNCF pour les 12-27 ans : 50 euros par an
- 1 ticket de bus : 1,50 euros
- 1 aller-retour Paris-Marseille en TGV : 140 euros

4 • LOISIRS

- 1 entrée au cinéma au tarif moins de 26 ans : 7,50 euros
- 1 entrée dans un musée ou monument national : gratuit pour tous les ressortissants de l'Union Européenne de moins de 26 ans
- 1 entrée à la piscine : entre 2 et 4 euros
- 1 livre de poche : entre 5 et 10 euros
- 1 quotidien national : entre 2 et 3 euros

**source CampusFrance. Les prix peuvent varier en fonction de la ville de résidence.*



1 • FOOD

French people spend on average 300 euros per months for their food shopping. This can change depending on the city of stay.

- A loaf of bread (baguette): 1 euro
- A croissant: 1,10 euros
- 1kg pasta: 1,50 euros
- 1L milk: 1,20 euros
- 6 eggs: 1,50 euros
- A cup of coffee in a bar: 2 euros
- A fastfood meal: 8 euros
- A meal in a restaurant: between 15 and 30 euros
- A sandwich in a bakery: 5 euros
- A meal in a university restaurant: 3,30 euros

2 • HEALTH

In order not to pay too much, preference should be given to sector 1 contracted doctors that make you pay the social security rate. On average, those doctors' prices are:

- Consultation with a general practitioner: 30 euros
- Consultation with a gynaecologist, ophthalmologist: 40 euros
- Consultation with a dentist: 30 euros

3 • TRANSPORT

If you do not live near INSA Centre Val de Loire, you will have a transport budget to plan.

- 1L petrol: 1,90 euros
- A SNCF discount card for the 12-27 years old: 50 euros per year
- A bus ticket: 1,50 euros
- A round trip Paris-Marseille by highspeed train: 140 euros

4 • HOBBIES

- 1 ticket to the movies 7,50 euros
- 1 admission to the museum or national monument: free for citizens from the European Union under 26 years old
- 1 admission to the swimming pool: between 2 and 4 euros
- 1 paperback: between 5 and 10 euros
- 1 national newspaper: between 2 and 3 euros

**from CampusFrance, the prices can vary depending on the city of stay.*

VIVRE À BLOIS ET À BOURGES

LIVE IN BLOIS AND BOURGES



1 • SE DÉPLACER EN BUS

À Blois

Pour vous déplacer en bus, vous devrez acheter un titre de transport. Toutes les informations sont disponibles sur : www.azalys-blois.fr

À Bourges

Depuis 1^{er} septembre 2023 le réseau Agglobus est gratuit pour tous, tous les jours, toute l'année (sauf le service Cycloplus qui reste payant). Toutes les informations sont disponibles sur :

www.agglobus.com

2 • ALIMENTATION

En France, on se nourrit 3 fois par jour : le petit déjeuner au réveil, le déjeuner vers 12h30 et le dîner vers 19h.

Les restaurants universitaires du CROUS

Vous pourrez payer vos repas sur place via une application Izly téléchargé sur votre téléphone. L'application mobile est disponible sur l'Appstore ou Google Play. www.izly.fr

Les restaurants universitaires sont fermés le soir, les weekends et pendant les vacances scolaires. Les horaires d'ouverture vous seront communiquées à votre arrivée.

3 • LOGEMENT

Dès que vous aurez pris connaissance de votre acceptation à l'INSA Centre Val de Loire, il vous appartiendra de chercher un logement.

Les résidences universitaires du CROUS

Les étudiants internationaux ne remplissent généralement pas tous les critères pour déposer un DSE (Dossier Social étudiant) et ont donc moins de chance de participer à la phase 1 d'attribution des places en résidences universitaires.

Vous pouvez cependant déposer une demande à ce stade. Vous pourrez également déposer une demande de logement au CROUS dès l'ouverture de la phase 2 (autour du 8 juillet) sur :

www.trouverunlogement.lescrous.fr



1 • GETTING AROUND BY BUS

In Blois

To get around by bus, you need to buy a ticket. All information available here: www.azalys-blois.fr

In Bourges

Since September 1, 2023, the Agglobus network is free for everyone, every day, all year round (except for the Cycloplus service, which remains paid service). All information available here :

www.agglobus.com

2 • FOOD

In France, one's eat 3 times a day: breakfast when one's wake up, lunch at 12h30pm and dinner at around 7pm.

CROUS University restaurants

You can pay your meals on the spot your mobile application Izly downloaded on your phone. This application is available in Appstore ou Google Play. www.izly.fr

University restaurants are closed in the evenings, weekends and during school holidays. Opening hours will be communicated to you upon your arrival.

3 • HOUSING

As soon as you will be aware of your acceptance at INSA Centre Val de Loire, it will be up to you to look out for an accomodation.

CROUS university residences

International students usually do not fulfill all the criteria to apply for a DSE (Dossier Social Etudiant) and thus have less chance to participate in phase 1 of housing allocations in university residences. However, you can still apply at this stage.

You will also be able to apply for a CROUS accomodation as soon as phase 2 is opened (around July 8th) on :

www.trouverunlogement.lescrous.fr



Trouver un logement dans le parc privé

Nous vous invitons à consulter les offres proposées par des particuliers sur le site géré par le CROUS, Lokaviz et consulter les annonces sur des sites spécialisés :

<https://campus.beelodge.com/tous-nos-campus/>
www.lokaviz.fr
www.leboncoin.fr
www.seloger.com
www.myeasybed.com/
www.escalehabitat-blois.fr/residenceetudiante/
www.suitetudes.com/residence-etudiante-le-vinci-blois
<https://www.studently.fr/residence/studently-bourges>

Trouver un logement en colocation

Si vous souhaitez vivre en colocation, plusieurs sites dédiés vous permettront de trouver une offre appropriée.

www.lacartedescolocs.fr

Loger chez l'habitant

Idéal pour améliorer son français ou s'intégrer en France, vous logez chez une famille française. Il peut également être intéressant pour vous de considérer un logement intergénérationnel.

<https://cohomly.com>
<http://ensemble2generations.fr/>

BON À SAVOIR : Il est rare que les propriétaires de logement vous réservent un logement à distance. Il faut donc prévoir d'arriver au moins une semaine avant la rentrée pour chercher un logement sur place. En attendant, vous pourrez vous loger temporairement dans un appartement Airbnb, gîtes, hôtels, auberge de jeunesse. Il faut donc anticiper cette dépense sur votre budget.

www.airbnb.fr
www.gites-de-france.com
www.bourgesberrytourisme.com
www.bloischambord.com

Avant de louer

Il est important de prendre des précautions avant de louer un logement dans le privé.



Find an accomodation in the private sector

We invite you to explore housing offers by individuals provided by the website Lokaviz, run by the CROUS. You can also browse through specialized websites :

<https://campus.beelodge.com/tous-nos-campus/>
www.lokaviz.fr
www.leboncoin.fr
www.seloger.com
www.myeasybed.com/
www.escalehabitat-blois.fr/residenceetudiante/
www.suitetudes.com/residence-etudiante-le-vinci-blois
<https://www.studently.fr/residence/studently-bourges>

Find a shared flat

If you wish to live in a shared flat or house, a few dedicated websites will enable you to find a suitable offer.

www.lacartedescolocs.fr

Homestays

Living with a French family is ideal to improve your french skills or to adjust to life in France. It can also be interesting for you to consider intergenerational housing.

<https://cohomly.com>
<http://ensemble2generations.fr/>

GOOD TO KNOW: it is rare that landlords agree to rent a flat to you from abroad. That is why, you need to plan your arrival a week before the start of the academic year. In the meantime, you will be able to get a temporary accomodation in an Airbnb flat, hotel, gîte or hostel. You need to take that into account to plan for your budget.

www.airbnb.fr
www.gites-de-france.com
www.bourgesberrytourisme.com
www.bloischambord.com

Before renting

It is important to take precautions before renting in the private sector.



Les documents demandés pour louer un logement :

- Pièce d'identité
- Justificatif de domicile
- Carte étudiante
- Lettre d'admission
- Simulation pour les aides au logement (APL)
- Assurance habitation

Un état des lieux d'entrée et de sortie doit obligatoirement être effectué. Un contrat de location devra obligatoirement être établi et il devra y figurer : noms et domiciles du propriétaire et locataire(s), date de prise d'effet du contrat, mention bail d'habitation, la description du logement, montant du loyer, mode de règlement, et le montant du dépôt de garantie.

Le dépôt de garantie permet le respect par le locataire de ses obligations. Pour les logements non meublés, le montant du dépôt est à négocier entre les parties. Pour les logements meublés, le montant correspond à un mois de loyer. A la fin du bail, le propriétaire doit restituer au locataire ce dépôt de garantie. Pour plus d'informations à ce sujet, merci de contacter votre chargée de Relations Internationales.

Le bailleur devra vous fournir chaque mois une quittance de loyer.

Si vous passez par une agence immobilière pour trouver un logement, sachez que cette prestation est payante. Les honoraires sont cependant réglementés.

Visale

Pour trouver un logement en France, quel que soit le logement, vous aurez besoin d'un garant c'est-à-dire d'une personne ou d'un organisme qui pourra payer les loyers si vous êtes dans l'incapacité de le faire. Il est obligatoire d'avoir un garant pour trouver un logement.

Si vous ne connaissez personne en France qui puisse se porter garant pour vous, nous vous invitons à demander un passeport VISALE. Cela vous permettra de fournir une garantie au bailleur et remplace le garant. La démarche est rapide, elle prend 2 jours ouvrés.

www.visale.fr

Assurer son logement

Il est obligatoire de prendre une assurance habitation pour pouvoir occuper un logement en France. Vous pouvez souscrire à une assurance habitation auprès de n'importe quelle compagnie d'assurance Axa, Maif, Matmut etc ou d'une banque.



Requested documents to rent an accomodation:

- Identity card
- Proof of address
- Student card
- Admission letter
- Housing support simulation (APL)
- Housing insurance

An entry and departure inventory is compulsory. A lease agreement must be established and on it should be mentioned : names, landowner's and tenant's addresses, the date on which the contract takes effect, the mention rental agreement, the accomodation's description, the rental fee, method of payment and the amount paid for the security deposit.

The security deposit enables the tenant to respect his/her obligations. For unfurnished dwellings, the amount of the security deposit is to be decided between the Parties. For furnished accomodation, the amount correspond to a month of rent. At the end of the lease, the landlord must give the security deposit back to the tenant. For more information on this subject, please contact your International Relations Officer.

The landlord should provide you every month with a rent receipt.

If you wish to call in an estate agent to find an accomodation, please be aware that this is a paying service. The tariffs are however regulated.

Visale

To find an accomodation in France, whatever the accomodation, you will need a guarantor that is a person or an institution that could pay your rent if you are not able to do so. It is compulsory to have a guarantor to find an accomodation.

If you do not know anyone in France who could be a guarantor for you, we invite you to ask for a VISALE passport. This will enable you to provide a guarantee to the landlord and is an alternative to the guarantor. The procedure is fast and takes 2 working days.

www.visale.fr

Housing insurance

In France, it is compulsory to take a housing insurance to have an accomodation. You can subscribe to an housing insurance with any insurance compagnies Axa, Maif, Matmut etc or a bank.



Quitter son logement

Avant de quitter votre logement, vous devez informer le propriétaire de votre intention. Pour les logements meublés, la loi prévoit un préavis de 1 mois. Pour les logements non meublés, cela dépend de où vous vivez.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N19808>

BON À SAVOIR : le BDE de l'INSA Centre Val de Loire a un partenariat avec la banque BNP Paribas pour offrir des conditions avantageuses aux étudiants. Lors de l'ouverture de votre compte bancaire en France, vous pourrez également demander une assurance habitation.

La garantie responsabilité civile est souvent inclus dans votre assurance habitation. Il vous sera demandé pour votre inscription à l'INSA, une attestation de responsabilité civile.

<https://www.service-public.fr/>

Abonnement au gaz et à l'électricité

Si vous louez un logement dans le parc privé, vous devez souscrire à un abonnement au gaz et/ou à l'électricité. En France, vous avez le choix entre plusieurs fournisseurs : ENGIE, Direct Energie, Total Spring, ENI etc). Comparez les offres avant de vous décider.

Aides au logement

Il est possible que vous soyez éligible à une aide au logement (APL) pour vous aider à payer votre loyer. La demande peut se faire en ligne en cliquant sur « vous n'êtes pas allocataire » puis « demande aide au logement ». Attention, les aides à la CAF ne sont pas rétroactives. De plus les aides au logement sont suspendues au 1^{er} juillet, si vous conservez votre logement, il faut en informer la CAF.

N'hésitez pas à solliciter votre chargée de Relations Internationales en cas de questions relatives au logement.

www.caf.fr



Leaving your appartement

Before leaving your accomodation, you need to inform the landlord beforehand. For furnished accomodation, the law requires a 1-month prior notice. For non furnished dwellings, it depends where you live.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/N19808>

GOOD TO KNOW: INSA Centre Val de Loire Student Union (BDE) has a partnership with the bank BNP Paribas to offer advantageous conditions to students. Upon the opening of your bank account in France, you can ask for an housing insurance.

The third party liability coverage is often included in your housing insurance. For your enrollment at INSA, you will be asked to provide a third party liability insurance certificate.

<https://www.service-public.fr/>

Subscribe to gas or electricity offers

If you a rent a flat in the private sector, you have to subscribe to a gaz and/or electricity offer. In France, you have the choice between different providers: ENGIE, Direct Energie, Total Spring, ENI, etc). Compare offers before deciding.

Housing support

It is possible for you to be eligible to housing support (APL) to help you pay your rent. The application can be done online by clicking on « vous n'êtes pas allocataire » then « demande aide au logement ». Please note that housing support by the CAF is not retroactive. Moreover housing support is suspended from July 1st, if you keep your accomodation, you need to inform the CAF.

Do not hesitate to ask for your International Relations Officer's help if you have any questions regarding accomodation.

www.caf.fr



4 • SANTÉ

Sécurité sociale L'affiliation à la sécurité sociale est gratuite et obligatoire en France. Elle vous permet d'être partiellement remboursée de vos frais de santé. Pour les étudiants l'inscription se fait en ligne <https://etudiant-etranger.ameli.fr>

Mutuelle étudiante Pour compléter les remboursements de la sécurité sociale, nous vous recommandons d'adhérer à une mutuelle de votre choix. Les remboursements varient selon le contrat et la mutuelle que vous allez choisir.

Pôle santé à l'INSA

CAMPUS DE BOURGES

Si vous rencontrez des difficultés d'ordre social, familial, scolaire, psychologique etc. consultez le guide des étudiants en difficultés sur www.insa-centrevaldeloire.fr/fr/vie-etudiante/solidarite
Le Centre Médico-Psychologique de Bourges (CMP) propose aux étudiants des consultations gratuites : psychologue, psychiatre, infirmière. En fonction de votre besoin, il pourra vous proposer un accompagnement personnalisé avec un professionnel de santé : 7 rue du Général Gustave Ferrié (à côté de la gare) - Tel : 02 48 27 27 27

CAMPUS DE BLOIS

Le pôle est animé par une infirmière. Vous pouvez la contacter par téléphone mobile (à privilégier) : 06 98 17 01 84 ou téléphone fixe : 02 54 55 21 76
Son bureau se trouve au : 3, place Jean Jaurès Bureau JJ011 - 41000 BLOIS
RDV en ligne : <https://univ-tours.contactsante.fr/> (avec une adresse mail étudiant obligatoirement)

Etablissements de soin

À BLOIS

Le Centre Hospitalier de Blois (public)

Adresse : Mail Pierre Charlot 41000 Blois
Tél : 02 54 55 66 33

La polyclinique de Blois (privé)

Adresse : 1 rue Robert Debré - 41260 La Chaussée-Saint Victor - Tél : 02 54 90 91 92

À BOURGES

Le Centre Hospitalier Jacques Coeur (public)

Adresse : 145 avenue François Mitterand
18020 Bourges - Tél : 02 48 48 48 48

L'hôpital Privé Guillaume de Varye

Adresse : 210, route de Vouzeron
18230 Saint-Doulchard - Tél : 08 26 39 99 08

Appel des secours

SAMU : 15 Appel d'urgence européen : 112
Police secours : 17 Pompiers : 18



4 • HEALTH

Social Security

Affiliation to the social security is free and compulsory in France. It enables you to be partially reimbursed of your healthcare costs. Students register online here: <https://etudiant-etranger.ameli.fr>

Student insurance

To complement the reimbursements of the social security, we advise you to subscribe to the student insurance of your choice. Reimbursements depend on the contract and the insurance chosen.

School Health Office at INSA

BOURGES CAMPUS

If you encounter some difficulties please check: www.insa-centrevaldeloire.fr/fr/vie-etudiante/solidarite
The Medical-Psychological Center (CMP) in Bourges offers students free consultations with a psychologist, psychiatrist, and nurse. Depending on your needs, they can provide personalized support with a healthcare professional.
7 rue du Général Gustave Ferrié - BOURGES (next to the train station) - Tel : 02 48 27 27 27

BLOIS CAMPUS

The office is run by a school nurse. You can contact her on mobile phone (preferred) : 6 98 17 01 84 or 02 54 55 21 76
The office address : 3, place Jean Jaurès Bureau JJ011 - 41000 BLOIS
Online appointment booking: <https://univ-tours.contactsante.fr/> (only with student e-mail address)

Health facilities

IN BLOIS

Centre Hospitalier de Blois (public)

Address: Mail Pierre Charlot 41000 Blois
Tel: 02 54 55 66 33

Polyclinique de Blois (private)

Address: 1 rue Robert Debré
41260 La Chaussée Saint Victor
Tel: 02 54 90 91 92

IN BOURGES

Centre Hospitalier Jacques Coeur (public)

Address: 145 avenue François Mitterand
18020 Bourges - Tel: 02 48 48 48 48

Hôpital Privé Guillaume de Varye

Address: 210 route de Vouzeron
18230 Saint-Doulchard - Tel: 08 26 39 99 08

Emergency calls

SAMU: 15 - Police: 17 Fire brigade: 18
European Emergency call: 112
Suicide Prevention (English speaking helpline):
01 46 21 46 46 <https://soshelpline.org>



5 • VIE PRATIQUE

ASSURANCES

L'assurance en responsabilité civile

(obligatoire) couvre les dommages causés à un tiers. En règle générale, elle est incluse dans le contrat d'assurance multirisque habitation. Elle est obligatoire pour une inscription à l'INSA.

L'assurance individuelle accident

(recommandée) permet d'être indemnisé en cas d'accident corporel. Elle peut vous être proposée par les assureurs.

L'assurance rapatriement assure votre transport et rapatriement en cas de maladie, d'accident ou de catastrophe. Contacter votre assureur en France et/ou dans votre pays d'origine.

Toutes ces assurances sont proposées en ligne par les différentes compagnies d'assurances dans une large gamme de prix ou en agence.

Abonnement à Internet

Sur les deux campus de l'INSA Centre Val de Loire vous aurez accès à internet au sein des salles informatiques. Vous pourrez également bénéficier d'un compte de messagerie INSA (prenom.nom@insa-cvl.fr) et d'un accès au wifi.

Pour bénéficier d'internet dans votre logement (uniquement logement dans le secteur privé), vous pouvez souscrire à une offre internet chez l'un des fournisseurs en France.

www.sfr.fr
www.bouygues.fr
www.free.fr

Téléphoner

Il est conseillé de débloquer son téléphone auprès de son opérateur avant l'arrivée en France afin qu'il soit utilisable sur les réseaux français. Il est ensuite possible de souscrire à un abonnement pour une durée minimale ou de choisir une formule sans engagement.

www.sfr.fr
www.bouygues.fr
www.free.fr

Envoyer du courrier et acheter des timbres

En France, la Poste vous permet d'envoyer du courrier et des colis dans le monde entier. Il est également possible d'acheter des timbres dans les bureaux de tabac et d'envoyer des colis grâce aux divers transporteurs.

www.laposte.net



5 • PRACTICAL LIFE

Insurances

The third-party liability insurance covers damage or injury to a third party. In general, it is included in the multi-risk home insurance. It is compulsory for your enrollment at INSA.

The personal accident insurance

(recommended) enables you to be compensated in case of a physical accident. It can be proposed to you by insurers.

The repatriation insurance covers your transport or repatriation in case of disease, incident or disaster. Contact your insurer in France and/or in your home country.

All these insurances are offered online and by difference insurance companies with a wide range of prices or at agencies.

Internet subscription

At INSA Centre Val de Loire on both campuses, in the computer rooms, an access to Internet will be available. You will also have access to an INSA mailbox (firstname.family name@insacvl.fr) and Wifi.

To benefit from an internet access (for accomodation in the private sector), you can subscribe to an internet offer with one of the providers in France.

www.sfr.fr
www.bouygues.fr
www.free.fr

Phone

We advise you to unlock your phone with your provider before arriving in France so that it can be used on French networks. Then you can subscribe to an internet offer for a minimal duration or choose an offer without commitment.

www.sfr.fr
www.bouygues.fr
www.free.fr

Send mail and buy stamps

In France, you can send mail and parcels worldwide at the Post Office. It is also possible to buy stamps in tobacco shops and send parcels with different transport companies.

www.laposte.net



Ouvrir un compte bancaire français

A votre arrivée en France, il vous sera demandé d'ouvrir un compte bancaire pour percevoir une bourse éventuelle, régler vos factures (loyer, téléphone etc) et vos abonnements. Un étudiant international peut en France ouvrir un compte dans n'importe quelle banque.

Les documents nécessaires pour ouvrir un compte bancaire :

- Pièce d'identité
- Justificatif de domicile
- Lettre d'admission

L'ouverture d'un compte bancaire vous donne le droit d'avoir une carte bancaire et un chéquier. Grâce à votre RIB, vous pourrez facilement mettre en place des prélèvements automatiques.

<https://group.bnpparibas/>

BON À SAVOIR :

Le Bureau des étudiants de l'INSA Centre Val de Loire s'est mis d'accord avec la banque BNP Paribas pour que les étudiants puissent bénéficier de conditions avantageuses à l'ouverture d'un compte. Votre chargée de Relations Internationales peut vous aider à prendre rendez-vous auprès d'une banque.

ESCROQUERIE : Si vous pensez être victime d'une escroquerie, vous pouvez contacter info Escroqueries au **0 805 805 817** du lundi au vendredi 9h-18h30

<https://www.police-nationale.interieur.gouv.fr/actualite/info-escroqueries-plate-forme-pour-signalier-escroqueries-sur-internet>

Actualités/Dossiers/Info-Escroqueries
Numéro d'aide aux victimes : **116 006** 7jours/7 9h-19j

www.justice.gouv.fr/aide-aux-victimes-10044/116006-12126/



Opening a French bank account

Upon your arrival in France, you will be asked to open a bank account to receive a possible grant, pay your invoices (rent, phone etc) and your subscriptions. An international student in France can open a bank account in any bank.

The documents required to open a bank account:

- Identity card
- Proof of address
- Admission letter

Opening a bank account gives you the right to a credit card and a cheque book. With a RIB (bank account identification), you will be able to easily use direct debiting.

<https://group.bnpparibas/>

GOOD TO KNOW:

INSA Centre Val de Loire Student Union has an agreement with the bank BNP Paribas to guarantee students advantageous conditions for the opening of a bank account. Your International Relations Officer can help you to take an appointment at the bank.

SCAM: If you think you have been the victim of a scam, please call: **0 805 805 817** from Monday to Friday 9AM to 6h30 PM

<https://www.police-nationale.interieur.gouv.fr/actualite/info-escroqueries-plate-forme-pour-signalier-escroqueries-sur-internet>

Dossiers/Info-Escroqueries

Victim Support Number: **116 006** (everyday from 9AM to 7PM)

<http://www.justice.gouv.fr/aide-aux-victimes-10044/116006-12126/>

ETUDIER À L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE

STUDY AT INSA CENTRE VAL DE LOIRE



A votre arrivée, vous serez conviés à une réunion d'accueil des étudiants étrangers où vous ferez connaissance avec la Direction, votre directeur de département et l'équipe des Relations Européennes et Internationales.

1 • LES HORAIRES D'OUVERTURE DE L'ÉTABLISSEMENT

BLOIS :

Du lundi au vendredi de 7h30 à 22h pour le **bâtiment principal**, la zone cafétéria et les bureaux associatifs.

Du lundi au vendredi de 7h30 à 23h00 pour le **bâtiment Chocolaterie**.

BOURGES :

Accueil : de 7h45 à 12h et de 13h à 17h

Le bâtiment principal : du lundi au vendredi de 7h30 à 22h00.

Le samedi de 8h30 à 18h00.

Le bâtiment Salle d'Armes : du lundi au vendredi de 7h30 à 21h.

2 • CALENDRIER UNIVERSITAIRE

L'année académique est divisée en 2 semestres, dont les dates de début et fin varient selon l'année d'études. Les examens ont lieu à chaque fin de semestre et/ou en contrôle continu.

3 • INSCRIPTION À L'INSA CENTRE VAL DE LOIRE

L'inscription à l'INSA Centre Val de Loire se fait en ligne. Un mail vous parviendra pour vous inscrire.

Les documents à fournir lors de l'inscription :

- Copie du dernier diplôme
- Copie du passeport
- Copie du visa
- Carte européenne d'assurance maladie pour les étudiants européens
- Attestation d'assurance responsabilité civile
- 1 photo d'identité
- Notification de bourse d'études
- Extrait d'acte de naissance traduit en français
- Certification en langue

Les frais d'inscription varient en fonction de la situation de chaque étudiant. Ils peuvent être réglés par prélèvement bancaire ou virement bancaire. Le paiement en liquide n'est pas autorisé.



Upon your arrival, you will be invited to a welcome meeting for international students where you will meet the Chairman, heads of departments and the European and International Relations Office team.

1 • THE INSTITUTE'S OPENING HOURS

BLOIS:

Monday to Friday: from 7.30am to 10pm for the **main building**, cafeteria and associations' offices. **Monday to Friday:** from 7.30am to 11pm for the **Chocolaterie Building**.

BOURGES:

Reception desk: from 7:45 am to 12pm and from 1pm to 5pm.

Main Building: Monday to Friday from 7.30am to 10pm.

Saturdays from 8.30am to 6pm.

Salle d'Armes building: Monday to Friday from 7.30am to 9pm.

2 • ACADEMIC CALENDAR

The academic year is divided into 2 semesters, of which start and end dates depend on the year of study. Exams are held at every end of semester and/or made under continuous assessment.

3 • ENROLLMENT AT INSA CENTRE VAL DE LOIRE

Enrollment at INSA Centre Val de Loire is to be done online. You will receive an e-mail to register.

Required documents for the enrollment:

- Last degree copy
- Passport copy
- Visa copy
- European Health Insurance card copy
- Third party liability insurance certificate
- 1 identity photo
- Notification of study grant
- Birth certificate translated in French
- Language certification

The tuition fees change based on every student's situation. They can be paid either by direct debiting or bank transfer.



4 • LES COURS À L'INSA

Financement des études

Sous certaines conditions, la Région Centre Val de Loire, par l'intermédiaire de l'INSA, met à disposition des bourses d'études aux étudiants internationaux sur critères d'excellence. Au cours de l'année universitaire, une commission d'attribution examinera les dossiers des étudiants éligibles et notifiera les étudiants qui auront obtenu une bourse. Attention, tous les étudiants ne perçoivent pas cette bourse. De plus, cette bourse ne permet pas à un étudiant de financer l'intégralité de son séjour. L'étudiant doit donc s'assurer d'avoir les ressources financières nécessaires.

En cas de difficultés financières, vous avez la possibilité de saisir le FSDIE (Fonds de solidarité et de développement d'initiatives étudiantes) qui a à charge l'attribution d'aides financières. Pour en faire la demande, contacter :

stephane.perron@insa-cvl.fr à Blois

florence.chancel@insa-cvl.fr à Bourges.

Ecole d'été à Blois

Une école d'été est proposée au tarif approximatif de 650 € pendant le mois d'août. Pour en bénéficier, prendre contact avec votre chargée de Relations Internationales par email dès réception de la lettre d'admission.

Français Langue Etrangère

Des cours de Français Langue Etrangère, vous sont proposés à votre arrivée à l'INSA Centre Val de Loire selon votre niveau sous réserve d'un nombre suffisant d'étudiants.

Contrat d'études

Un exemplaire original de votre contrat d'études signé par toutes les Parties vous sera remis à votre arrivée. Il vous engage à suivre les cours mentionnés et à vous présenter aux examens.

Vous pouvez y apporter des modifications dans le mois suivant le début des cours à l'INSA en contactant votre chargée de Relations Internationales. Passé ce délai, aucune modification ne sera possible.

Les étudiants en double diplôme sont tenus de suivre la totalité des enseignements obligatoires du cursus dans lequel ils sont inscrits.

Le règlement des études

Il comporte l'ensemble des informations nécessaires au bon déroulement de vos études à l'INSA Centre Val de Loire, ainsi que les règles auxquelles vous devrez vous soumettre au sein de l'institut. Il sera à votre disposition à votre arrivée à l'INSA.



4 • CLASSES AT INSA

Financing studies

Under certain conditions, the Region Centre Val de Loire, through INSA Centre Val de Loire, provides study grants to international students based on excellence criteria. During the academic year, a grant committee will review the applications of eligible students and will notify students that will receive a grant. However, please note that not all students will receive a grant. Moreover, this grant does not enable the student to finance the whole duration of his/her stay. Therefore the student must be sure of having the necessary financial means.

In case of financial difficulties, you have the possibility to reach for the FSDIE (Fonds de solidarité et de développement d'initiatives étudiantes) who has the responsibility of awarding financial help. To apply, please contact:

stephane.perron@insa-cvl.fr in Blois

florence.chancel@insa-cvl.fr in Bourges.

Summer School in Blois

A summer school is offered for around 650€ during August. To apply, please contact your International Relations Officer by email upon reception of the letter of admission.

French as a Foreign Language

Upon your arrival at INSA Centre Val de Loire, French as a Foreign Language classes will be offered depending on your level and provided that there is a sufficient number of students.

Learning agreement

An original copy of your learning agreement signed by all Parties will be given to you upon your arrival. It commits you to follow all the mentioned courses and take the examinations.

You can modify it within the month following the start of classes at INSA by contacting your International Relations officer. After that time, no modification will be possible. Students doing a double degree are bound to follow the entire curriculum in which they are enrolled in.

Academic regulations

It includes all the necessary information to ensure that your studies at INSA Centre Val de Loire will be successful but also the rules to which you are entitled to. It will be available upon your arrival at INSA.



5 • LE DIPLÔME D'INGÉNIEUR

Le diplôme d'ingénieur n'est accessible qu'aux étudiants en mobilité de double diplôme au sein des départements GSI, MRI et STI.

Pour être diplômé, les étudiants devront :

- Satisfaire à toutes les règles et obligations du Règlement des Etudes et des Examens
- Régler les droits d'inscription
- Effectuer 4 semestres sous le contrôle de l'INSA Centre Val de Loire dont au moins 3 semestres de présence effective dans l'établissement, durant le cycle ingénieurs.
- Devront fournir une attestation de niveau B2 DELF ou TCF. Attention, pour le « TCF », seule la certification comprenant les épreuves obligatoires et les épreuves complémentaires sera acceptée.

6 • LE BUREAU DES ÉLÈVES

Le BDE gère la vie associative étudiante à l'Institut. Il aide les associations à organiser des événements et représente les élèves dans diverses instances (locales, régionales et nationales).



5 • ENGINEERING DEGREE

The engineering degree is only available to double degree students in the following departments : GSI, MRI and STI.

To graduate, the students must :

- Meet all the rules and obligations in the academic regulations.
- Pay the tuition fees
- Do 4 semesters under INSA Centre Val de Loire's control including 3 semesters of effective presence in the Institute, during the Engineering cycle
- Provide a B2 DELF or TCF level certificate. Please note that for the TCF, the only acceptable certificate is the one including the compulsory and additional exams.

6 • STUDENT UNION

The Student Union (BDE) manages the associative student life at the Institute. It helps associations to organise events and represents students at various levels (local, regional and national).

CHECK-LIST



AVANT VOTRE DÉPART

- o Recevoir la lettre d'admission
- o Vérifier la validité de votre passeport
- o Réserver votre logement (temporaire)
- o Demander un visa ou titre de séjour
- o Vérifier la validité de votre carte bancaire en France
- o Réserver vos billets d'avion à l'avance
- o Demander la carte européenne d'assurance maladie (pour les ressortissants européens)
- o Regrouper tous les documents obligatoires demandés (acte de naissance, photos d'identité etc)
- o Débloquer votre téléphone
- o Convenir d'un rendez-vous avec votre chargée de Relations Internationales

EN FRANCE

- o Récupérer les clés de votre logement à la suite de l'état des lieux d'entrée
- o Souscrire à diverses assurances (responsabilité civile, individuelle accident, rapatriement etc)
- o Ouvrir un contrat chez un fournisseur de gaz/électricité/internet/téléphonie
- o S'affilier à la sécurité sociale française
- o S'inscrire à l'INSA Centre Val de Loire
- o Faire la demande d'APL
- o Se renseigner sur la procédure de légalisation des relevés de notes et diplômes étrangers dans votre pays

AVANT VOTRE RETOUR

- o Résilier le bail de location et procéder à l'état des lieux de sortie
- o Résilier tous vos contrats
- o Communiquer votre nouvelle adresse à l'INSA Centre Val de Loire
- o Rendre votre badge d'accès à l'accueil



BEFORE YOUR DEPARTURE

- o Receive the letter of admission
- o Check your passport's validity
- o Book an accomodation (temporary)
- o Apply for a visa or residence permit
- o Check the validity of your credit card in France
- o Book your plane tickets ahead of time
- o Ask the European Health Insurance Card (for European nationals)
- o Gather all the compulsory and required documents (birth certificate, identity photo etc)
- o Unlock your phone
- o Arrange an appointment with your International Relations Officer

IN FRANCE

- o Following the entry inventory, get the keys to your accomodation
- o Subscribe to various insurances (thirdparty-liability, personal accident, repatriation etc)
- o Open an account with a service provider (gaz/electricity/internet/phone)
- o Affiliation to the French Social Security
- o Enroll at INSA Centre Val de Loire
- o Apply for housing support
- o Inquire about the procedure for the legalization of foreign transcripts of records and degrees in your home country.

BEFORE YOUR LEAVE

- o Terminate the lease and do the departure inventory
- o Terminate all your contracts
- o Communicate your new address to INSA Centre Val de Loire
- o Give your access badge back to the reception desk

AVERTISSEMENT

WARNING



Le contenu de ce guide ne prétend pas être exhaustif. Il pourra être révisé à chaque début d'année universitaire. Ce document est strictement réservé à l'usage des étudiants internationaux en échange à l'INSA Centre Val de Loire.

Les informations contenues dans ce guide ne pourront, en aucune manière, engager l'INSA Centre Val de Loire auprès de ses étudiants.

Le service des Relations Internationales se tient à votre disposition pour répondre à vos questions si besoin.



This guide is by no way exhaustive. It can be reviewed at the start of every academic year. This document is strictly reserved for the use of international students doing an exchange mobility at INSA Centre Val de Loire.

The information included in this document can in no way bind INSA Centre Val de Loire to its students.

The International Office is at your disposal to answer any question if necessary.

NOTES

SERVICE DES RELATIONS INTERNATIONALES



INSTITUT NATIONAL
DES SCIENCES
APPLIQUÉES
CENTRE VAL DE LOIRE

INSA Centre Val de Loire
Campus de BLOIS
3 rue de la Chocolaterie
CS 23410 - 41034 BLOIS CEDEX
Tél. + 33 (0)2 54 55 84 00

INSA Centre Val de Loire
Campus de BOURGES
88 boulevard Lahitolle
Technopôle Lahitolle
CS 60013 - 18022 BOURGES CEDEX
Tél. +33 (0)2 48 48 40 00

www.insa-centrevaldeloire.fr

