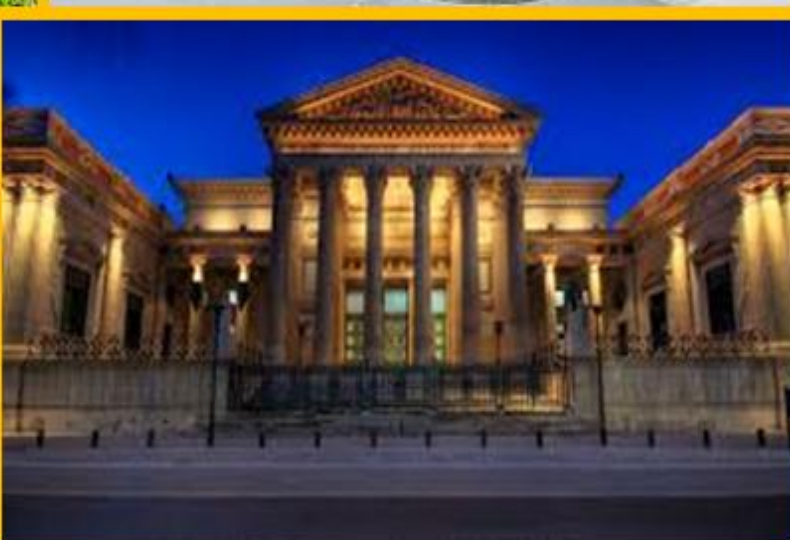


Université de Nîmes



willkommen bienvenue 欢迎 welcome witaj
dobrodošli добро пожаловать vítejte
bienvenido **velkom** bine ai venit **Καλός ήλθατε**
स्वागत **üdvözlet** benvenuto مكب ابجرم

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

INDICE

Presentazione.....	3
Sedi dell'Università di Nîmes	
➤ Sedi Vauban / Carmes / Hoche.....	4
Studiare in Francia.....	6
Studiare a Nîmes.....	9
Visto e permesso di soggiorno.....	9
Il mentoring.....	10
Candidatura degli studenti ERASMUS+ o scambio bilaterale.....	11
Il vostro contratto di apprendimento.....	12
Contatti dei docenti referenti.....	13
Arrivo all'Università di Nîmes.....	17
Trovare un alloggio.....	18
➤ Prenotazione di un alloggio CROUS per gli Studenti in mobilità in ingresso (IN).....	18
➤ Dispositivo « VISALE ».....	19
➤ Locazione di un alloggio privato.....	20
➤ Assicurazione multirischio sulla casa.....	20
Le formalità in Francia.....	22
➤ Tessera europea assicurazione malattia.....	22
➤ Previdenza sociale.....	22
➤ Assicurazione della responsabilità civile.....	24
➤ Caisse d'allocation familiale (CAF).....	24
➤ Banca.....	24
Spostamenti.....	25
➤ A piedi / Autobus / Taxi / Macchina.....	25
➤ Car pooling / Treno / Aereo.....	26
Vita pratica.....	27
Costo della vita / Ristorazione / Telefonia / Navigazione in internet.....	27
Contatti importanti.....	28
Le associazioni studentesche	30
Consultare ed essere informato: risorse online	32

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

PRESENTAZIONE

La Francia

Valuta: Euro

Lingua ufficiale: francese

Fuso orario: GMT + 1

Prefisso telefonico: +33

La regione Occitania

Il sud della Francia

Mediterraneo e macchia

Diverse università

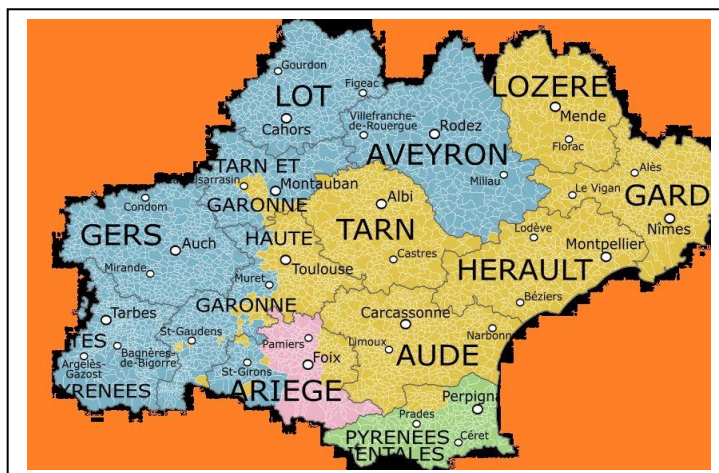
Un passato storico

Un ambiente di vita ideale

Nîmes

Città di 140.000 abitanti

Antica città romana



Per maggiori informazioni sulla città :

Ufficio del turismo di Nîmes

CONTATTI :

Ufficio della mobilità internazionale

Maria Marrero

Responsabile della Cooperazione
Internazionale

Coordinatrice della Mobilità Internazionale
Università di Nîmes

Sede di Vauban - Ufficio D111, 1° piano
Rue du Docteur Georges Salan - CS13019
30021 Nîmes Cedex - Francia

Tel.: (33) 466.36.45.83

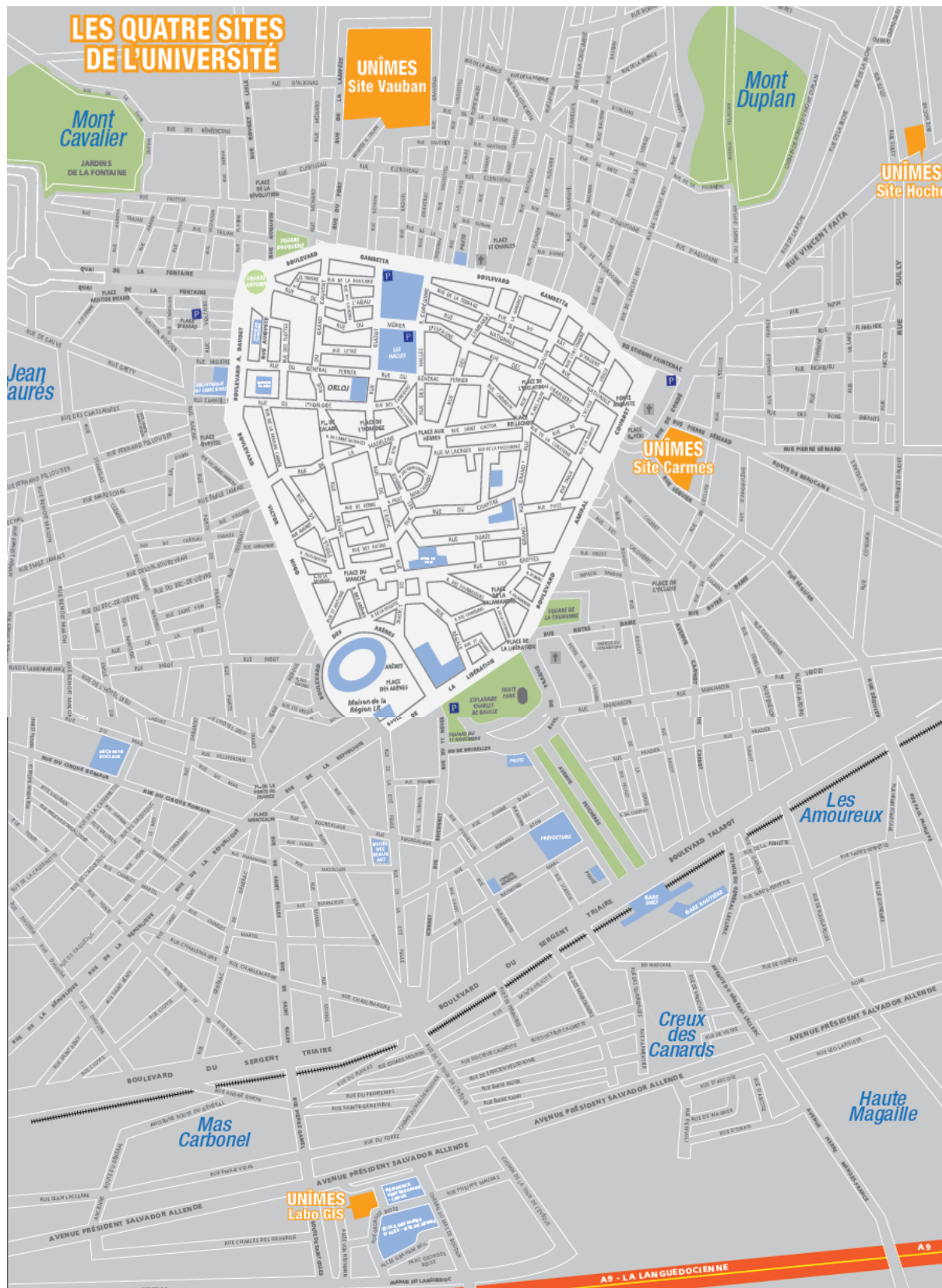
Fax: (33) 466.36.45.87

E-mail: international@unimes.fr

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

SEDI DELL'UNIVERSITÀ DI NÎMES



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

SEDI DELL'UNIVERSITÀ



Sito di Forti Vauban

Si tratta della principale sede amministrativa che raggruppa le formazioni generali in scienze umane e sociali, arte e diritto economico e gestione.

Vero e proprio colosso della formazione universitaria, la sede di Fort Vauban è una struttura che combina modernità e tecnicità di lavoro nel cuore di un contesto storico.

Ospita una biblioteca ammirata da tutti e che consente non solo di accedere a una raccolta bibliografica di eccezione ma anche a luoghi di lavoro personale, di squadra e al più recente strumento multimediale.

Sito Carmes

Les Carmes, polo scientifico dell'università di Nîmes, forma gli studenti per farli diventare professionisti in biologia, chimica, fisica o informatica.

Questa imponente struttura è comunque un centro di formazione gradevole e conviviale dove l'aiuto reciproco e il successo sono valori condivisi da ciascuno dei futuri scienziati e ricercatori che hanno lavorato in questi luoghi.

Lo studente si forma affiancando costantemente il team didattico, dal quale può ottenere le informazioni necessarie all'evoluzione del suo percorso, all'accesso a stage in Francia e all'estero.



Sito Hoche

La sede di Hoche, un luogo nuovo per formazioni sempre più avanzate.

Hoche è diventato un pilastro dell'università di Nîmes perché concentra buona parte delle formazioni specifiche e dei corsi di laurea magistrale.

La creazione di questo nuovo campus universitario sul sito dell'ex ospedale Gaston Doumerque prevede anche una nuova residenza universitaria a pochi isolati di distanza.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

STUDIARE ALL'UNIVERSITÀ DI NÎMES

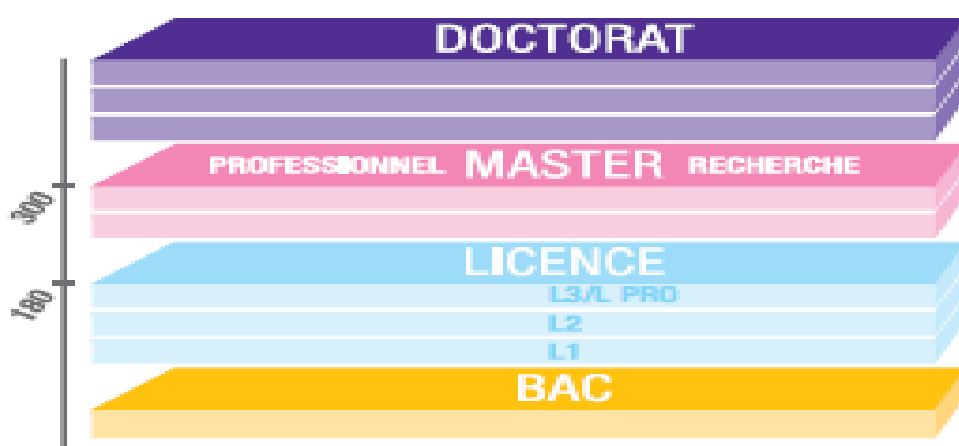
Corso LMD (diploma universitario-laurea magistrale-dottorato)

In Francia, il diploma universitario prevede un corso di 3 anni dopo il diploma. È previsto per quasi tutte le discipline e settori di attività.

Al termine dei 3 anni, gli studenti possono preparare il diploma di laurea magistrale che certifica corsi standard di formazione iniziale o continua con un duplice obiettivo:

- preparare gli studenti, tramite gli studi dottorali, a consacrarsi alla ricerca.
- offrire loro un corso di studio che conduce a una qualificazione e un inserimento professionale di alto livello.

Tutti gli studenti in possesso di una laurea magistrale possono richiedere una tesi di dottorato, sia che abbiano conseguito una laurea magistrale, sia che siano in possesso di una laurea in ingegneria o di un diploma ESCP Europe che rilascia un titolo di laurea magistrale. La durata di preparazione del dottorato è in genere 3 anni (esso corrisponde a un diploma di laurea + 8 anni di studio).



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Come convalidare un corso di studio? Cos'è un ECTS?

La convalida dei corsi di studio:

Al fine di armonizzare i diplomi in tutta Europa, ciascuna Unità didattica (UD) convalidata alla fine del semestre consente l'assegnazione di crediti *ECTS* (European Credits Transfer System). Un semestre didattico equivale a 30 crediti *ECTS*.

Questa norma europea promuove gli scambi e il proseguimento degli studi in Francia e all'estero. Permette anche di riprendere gli studi nell'ambito della formazione permanente. Durante un corso di studio, i crediti ottenuti sono capitalizzati:

- un corso di Diploma universitario è convalidato solo dopo aver ottenuto 180 crediti *ECTS*.
- un corso di laurea magistrale è convalidato dopo aver ottenuto 120 crediti *ECTS*.

Le sessioni di esame :

- Una sessione di esame (prima sessione) è organizzata alla fine di ciascun semestre.
- Una seconda sessione è organizzata alla fine dell'anno per la/le UD o EC del o dei semestri non convalidati.
- Il voto definitivo alla fine della seconda sessione è il miglior voto ottenuto negli esami della sessione 1 e della sessione 2. Ad esempio: un 9 ottenuto alla sessione 1 è sostituito nel libretto da un 10 della sessione 2.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

I corsi magistrali

I corsi magistrali sono tenuti da un professore in un'aula magna, dove è necessaria una metodologia per prendere appunti, l'ascolto è essenziale ed è necessario essere abbastanza rigorosi in modo da non distrarsi.

Buone abitudini per i C.M.:

- Frequentarli!
- Essere abili nel prendere appunti
- Studiare il CM la sera stessa



Laboratori assistiti (TD)

Sono di supporto ai CM. Hanno lo scopo di dettagliare quanto è stato visto in aula magna o di fornire nozioni complementari. La presenza alle attività didattiche coordinate è obbligatoria (le assenze devono essere giustificate).

Simulazioni (TP)

Forniscono le competenze pratiche e tecniche associate alle conoscenze fondamentali. Per una simulazione efficace, lavorare con i corrispondenti CM e TD. La presenza alle simulazioni è obbligatoria (le assenze devono essere giustificate).

Lavori personali

Sono realizzati singolarmente o in gruppo dagli studenti al di fuori degli orari di insegnamento.

Qual è il rapporto tra lavoro personale e ore di insegnamento?

1 UD = 50 ore di insegnamento $\pm$ 100 ore di lavoro personale circa. Il successo in un'UD dipende quindi dal lavoro personale che affianca le lezioni!

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

STUDIARE A NIMES

VISTO E PERMESSO DI SOGGIORNO

Richiedere il visto

- Per richiedere il visto, dovete attendere la ricezione della lettera di accettazione o della notifica di ammissione che vi consentirà di ottenere un visto studenti per l'anno universitario.
 - Evitate di venire in Francia con un visto turistico che non consente l'iscrizione all'università.
 - Dovrete anche giustificare le risorse necessarie per il vostro soggiorno di studio (circa 700€ al mese)
- Troverete informazioni dettagliate nella "[Guida per gli studenti internazionali](#)".

Una volta arrivati a Nîmes

- Per completare la procedura di iscrizione all'Università, dovete presentare un VISTO "D" soggiorno di studio a lungo termine (CEEDA R311-3 6°) che copre l'intero anno universitario.
- Il visto D autorizza lo studente internazionale a lavorare fino al 60% della durata annuale legale lavorativa (ovvero 964 ore all'anno).
- Entro 3 mesi dal vostro arrivo in Francia, dovete seguire questa procedura in 5 fasi (un ritardo potrebbe esporvi a una situazione di irregolarità) che vi permetterà di far valere il vostro visto come "permesso di soggiorno".

Compilare il documento [OFII](#) rilasciato dal consolato:

- Inviarlo con lettera raccomandata con ricevuta di ritorno all'OFII di Montpellier, accompagnato da una copia delle pagine del vostro passaporto (identità + visto + timbro di ingresso in Francia): Office Français de l'Immigration et de l'Intégration - "Le Régent" - 1er étage - 4 rue Jules Ferry - 34000 Montpellier.
- Una volta ricevuti questi documenti, l'OFII registra la vostra candidatura e vi invia una ricevuta.
- Ricevete una convocazione da parte dell'OFII per sottoporvi a una visita medica (questa convocazione specifica i documenti da portare all'appuntamento e la tassa da pagare durante la visita)

Dopo la visita medica, l'OFII appone un adesivo sul vostro passaporto che vi consente di soggiornare legalmente in Francia per tutta la durata del visto. Questo visto vale come permesso di soggiorno.

Se volete rinnovare il vostro visto, 2 mesi prima della fine del permesso di soggiorno, dovete richiedere il rinnovo alla prefettura del vostro comune. È necessario giustificare la frequenza e i progressi negli studi e l'iscrizione all'anno successivo.

Maggiori informazioni:

Contatti e procedure della prefettura di Nîmes: [Dipartimento Immigrazione, Integrazione e Identità Nazionale di Nîmes](#).

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

IL MENTORING :



Volete essere accolti e assistiti sin dal vostro arrivo? Potete usufruire del dispositivo Mentoring internazionale.

Il mentoring consiste nel mettersi in contatto con uno studente locale per farsi guidare in tutte le procedure amministrative, farsi aiutare a trovare un alloggio e a integrarsi nella vita universitaria di Nîmes. Il vostro mentor sarà in qualche modo una guida durante tutto l'anno.

Il vostro mentor:

- vi contatterà per posta prima della vostra partenza
- vi accompagnerà fino al luogo di alloggio
- vi aiuterà, se volete, nelle pratiche amministrative

Maggiori informazioni: <http://www.parrainage-international.fr/>.

Per richiedere un mentor cliccare [qui](#).

I primi giorni a Nîmes

Ecco le principali azioni che dovreste eseguire nei primi giorni di soggiorno a Nîmes nell'ordine indicato

- Ai fini di una semplificazione amministrativa, aprite il prima possibile un conto corrente bancario (e chiedete alla banca di fornirvi più copie del codice RIB in quanto vi verrà richiesto spesso nei primi giorni a Nîmes).
- Sottoscrivete un'assicurazione di responsabilità civile: vi sarà chiesta per il vostro contratto di locazione e per l'iscrizione all'università.
- Trovate un alloggio → Sottoscrivete un'assicurazione multirischio sulla casa.
- Acquistate una scheda SIM francese (telefono cellulare): le comunicazioni saranno facilitate.
- Iscrivetevi all'università → vi iscriverete anche alla Previdenza Sociale.
- Avviate la procedura OFII.
- Contattate la CAF per richiedere l'APL.

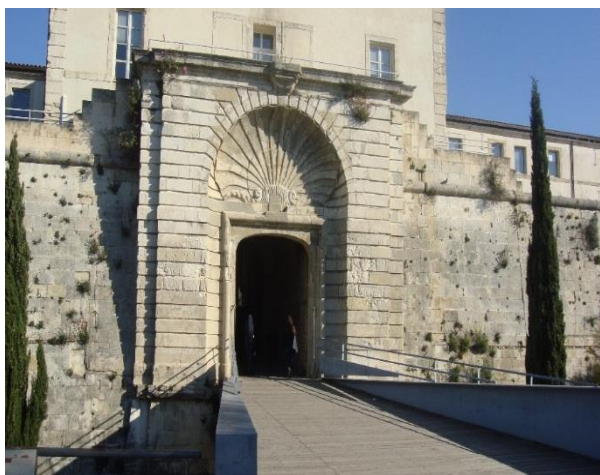
Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

CANDIDATURA DEGLI STUDENTI ERASMUS+ O SCAMBIO BILATERALE

Per venire a studiare all'Università di Nîmes nell'ambito di un accordo bilaterale o Erasmus, è necessario:

- Verificare presso il Servizio delle relazioni internazionali della propria università di origine l'esistenza di un accordo di scambio di studenti con l'Università di Nîmes.
- Candidarsi presso la propria Università di origine per partecipare al programma di scambio.
- Essere selezionati dalla propria università di origine, che comunicherà all'università di Nîmes l'elenco degli studenti selezionati.



Contattare il responsabile degli scambi internazionali nel proprio corso di studi per concordare un programma di studio che sarà convalidato al rientro nell'università di origine. (A tal fine, potete consultare i dettagli dell'[offerta di formazione](#) e pendere in considerazione i semestri in cui le lezioni sono impartite per preparare il vostro contratto di studi.)

- Inserire nel computer [il modulo di iscrizione allo scambio](#), quindi stamparlo, firmarlo e allegarvi i seguenti documenti:

- Una lettera di motivazione in francese
- Il libretto universitario dell'anno in corso e di quello precedente
- Una fotocopia della carta di identità
- Una proposta di programma di studio convalidato dal vostro docente referente nella vostra università di origine.

- Successivamente dovete inviare la vostra candidatura per posta a:
Bureau des Relations Internationales, Université de Nîmes – 2 rue Georges Salan, 30021 Nîmes cedex 1
Francia
o effettuarne la scansione e inviarla per e-mail a: [international @ unimes.fr](mailto:international@unimes.fr).

Termine ultimo per la ricezione delle candidature: 31 maggio 2019

Vi sarà inviata per posta elettronica o tradizionale una lettera di conferma.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

IL VOSTRO CONTRATTO DI APPRENDIMENTO



Quando effettuate la candidatura alla mobilità presso l'università di Nîmes, vi viene richiesto di proporre una selezione di corsi che volete seguire durante l'anno di mobilità. Questa selezione deve essere convalidata dal docente referente della vostra università di origine, quindi dal vostro insegnante referente dell'Università di Nîmes.

Una volta arrivati, scrivete al vostro docente referente per chiedergli un appuntamento al fine di convalidare insieme il contratto di apprendimento. Egli vi consiglierà in merito alla vostra selezione e risponderà alle vostre domande sugli aspetti didattici della vostra mobilità.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

CONTATTI DEI DOCENTI REFERENTI

Storia	Sylvain OLIVIER – sylvain.olivier@unimes.fr
LLCER (Lingua, Letteratura, Civiltà Straniere e Regionali) inglese	Sylvain BELLUC – sylvain.belluc@unimes.fr
LLCER (Lingua, Letteratura, Civiltà Straniere e Regionali) spagnolo	Sabine COUDASSOT-RAMIREZ – sabine.coudassot-ramirez@unimes.fr
Lettere moderne applicate	Amélie CHABRIER - amelie.chabrier@unimes.fr
Psicologia	Karine WEISS – karine.weiss@unimes.fr
Design	Michela DENI - michela.deni@unimes.fr
Matematica/Informatica Fisica	Serge DUMONT – serge.dumont@unimes.fr
Chimica	Zohra BENFODDA – zohra.benfodda@unimes.fr
Biologia	Axelle CADIERE – axelle.cadiere@unimes.fr
Gestione economica e sociale	Julie OLIVERO – julie.olivero@unimes.fr
Giurisprudenza	Olivia DANIC – olivia.danic@unimes.fr

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

ARRIVO ALL'UNIVERSITÀ DI NÎMES :

Se si tratta di uno scambio, contattare il Bureau des Relations Internationale per fissare un appuntamento per l'iscrizione: international@unimes.fr

Al vostro arrivo, presentatevi al Bureau des Relations Internationales per convalidare il certificato di arrivo e preparare il periodo del progetto di mobilità. Quindi, presentatevi all'ufficio iscrizioni.

Iscrizione all'Università di Nîmes

Dovete fissare un appuntamento prima di presentarvi per l'iscrizione. Dovrete fornire:

- La lettera di accettazione dell'Università di Nîmes dove vi è stata notificata l'accettazione del progetto di mobilità.
- La carta studente dell'università di origine.
- La fotocopia e l'originale della carta di identità fronte-retro e/o il permesso di soggiorno
- Un certificato di assicurazione sanitaria e di rimpatrio o, se siete cittadini europei, la Tessera Europea di Assicurazione Malattia
- La fotocopia e l'originale del certificato dell'assicurazione di responsabilità civile che copre l'intero anno universitario. È possibile richiedere questa assicurazione a circa 16€/anno presso una compagnia di mutua assicurazione studentesca ([MEP](#) o [LMDE](#)).

Dopo l'iscrizione, riceverete una carta studente dell'Università di Nîmes e l'ID utente e la password per accedere a vari servizi:

- Utilizzo della rete Wi-Fi negli ambienti universitari
- Utilizzo dei computer a disposizione degli studenti presso la biblioteca universitaria
- Accesso all'intranet di Unîmes (ENT) dove disponete di un'area digitale personale e in particolare della vostra casella di posta elettronica (che sarà utilizzata per tutte le comunicazioni dell'università e dei professori).



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

TROVARE UN ALLOGGIO :

Informazioni su "Affittare in Francia"

Gli studenti che vogliono affittare un alloggio necessitano di un garante residente in Francia.

L'università è garante per gli studenti in scambio che alloggiano nelle strutture del [CROUS](#).

Il CROUS (Centro regionale delle opere universitarie e scolastiche) è l'istituzione che, in Francia, si occupa, tra l'altro, delle residenze universitarie per studenti. Alloggiare al CROUS consente di soggiornare in un ambiente conviviale (con altri studenti) e a buon prezzo.

Prenotazione di un ALLOGGIO CROUS per gli Studenti in mobilità in ingresso (IN)

Se state cercando un alloggio nella residenza universitaria a Nîmes, potete prenotare un monolocale nelle Residenze [Tour Magne](#), [Clérisseau](#) o [Hoche](#). È possibile anche prenotare una camera nella residenza universitaria alla [Cité Matisse](#). Le tariffe degli alloggi sono disponibili [sul sito del CROUS](#).

Per prenotare, contattare la segreteria del CROUS a Nîmes all'indirizzo: cu.nimes@crous-montpellier.fr

Informazioni utili:

- Ricordate di portare i soldi per pagare l'affitto appena arrivati.
- Informatevi prima dell'arrivo relativamente al prezzo dell'affitto e al tipo di alloggio che vi è stato assegnato (per sottoscrivere l'Assicurazione sulla casa il prima possibile).
- Non tutte le residenze del CROUS sono dotate di rete internet.
- Contattate il CROUS per fissare una data di arrivo alla residenza: la segretaria non è sempre presente e pertanto rischiate di arrivare e di non poter accedere al monolocale.

Se avete bisogno di aiuto, potete contattare anche la mediatrice del CROUS all'indirizzo helene.faure@crous-montpellier.com.



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Agevolare l'accesso all'alloggio con il nuovo dispositivo "VISALE"

Visale è un dispositivo di sicurezza locativa che consente agli studenti di trovare rapidamente un alloggio e ai proprietari di ottenere una garanzia sul pagamento degli affitti.

Informazioni utili:

- VISALE è gratuito.
- Per abbonarsi a VISALE è sufficiente avere tra 18 e 30 anni.
- VISALE è accessibile agli studenti stranieri che fanno parte dell'Unione Europea o posseggono un Visto di soggiorno a lungo termine che vale come Permesso di soggiorno, dicitura "Studente" (VLS-TS), se non appartenente all'Unione Europea.
- VISALE può essere utilizzato anche per alloggi privati e residenze universitarie.
- Non è necessario conoscere il proprio indirizzo in Francia per richiedere VISALE.
- Il visto ottenuto tramite VISALE è totalmente diverso dal visto consegnato dal consolato.
- È possibile richiedere VISALE online sul sito www.visale.fr

Per ricevere maggiori informazioni, potete accedere al seguente indirizzo: www.campusfrance.org



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

LOCAZIONE DI UN ALLOGGIO PRIVATO

Se desiderate affittare un alloggio privato e non disponete di un garante, potete proporre di depositare una cauzione maggiore (diversi mesi di affitto). Se vi viene richiesta l'iscrizione all'università ma non ne siete ancora in possesso, presentate la lettera di accettazione. Per non avere problemi nella ricerca di un alloggio, non dimenticate di portare in Francia:

- Una copia dell'atto di nascita.
- La conferma del vostro garante, se ne avete uno.
- Un documento comprovante di disporre di risorse sufficienti. Queste ultime sono stimate a circa 700€ al mese.

In caso contrario, potete anche fornire la prova di un'attività di lavoro dipendente di almeno 964 ore all'anno, o un certificato di assistenza se una persona in Francia provvede al vostro sostentamento durante il soggiorno.



Al vostro arrivo a Nîmes

Trovare un alloggio può richiedere molto tempo e denaro. Se arrivate a Nîmes senza aver ancora trovato un alloggio, è necessario prevedere un alloggio temporaneo e provvedere alle spese inerenti alla ricerca di un alloggio (caparra, spese di agenzia, ecc.).

Vi consigliamo di prenotare una camera in albergo o ostello della gioventù prima del vostro arrivo, perché all'inizio dell'anno accademico, molti studenti arrivano contemporaneamente.

Al vostro arrivo, potete chiedere informazioni (mappa della città, possibilità di alloggio, informazioni utili) gratuitamente presso l'[Ufficio del turismo](#)

Una volta arrivati a Nîmes recatevi all'Università per chiedere informazioni in particolare al Bureau de la Vie Etudiante (BVE) all'indirizzo vpe@etudiant.unimes.fr o su [Facebook](#).

Assicurazione multirischio sulla casa

- Per sottoscrivere un contratto di locazione in Francia, indipendentemente dal tipo di alloggio, è necessaria un'Assicurazione Multirischio sulla casa. Sottoscrivetene una al vostro arrivo in Francia.
- Questo tipo di assicurazione spesso viene proposta da banche e compagnie di mutua assicurazione studentesca, tra gli altri. Informatevi quanto prima.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Alloggi per studenti a Nîmes

A Nîmes, è possibile trovare anche molte residenze studenti private, indipendenti dal CROUS (cliccate sulle immagini).



Alloggio privato :

Potete affittare un monolocale o un appartamento, da soli o in alloggi condivisi. Le offerte di locazione si trovano nelle bacheche dei locali universitari, nell'atrio o vicino all'ascensore. Ecco alcuni link che potrebbero essere utili per la vostra ricerca.

ParuVendu.fr



leboncoin.fr
vendez, achetez, près de chez vous

Appartager

SeLoger

LOKAVIZ

lesclesdumidi.com
IMMOBILIER

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Le FORMALITÀ IN FRANCIA:

Tessera europea assicurazione malattia:



- siete esonerati da alcuni costi e potete accedere alle cure su presentazione della stessa. Dovete poi richiedere i rimborsi nel vostro paese di origine.

Previdenza sociale

- La Previdenza sociale è l'ente che rimborsa il 70% dei vostri costi sanitari
- Il restante 30% è coperto dalla mutua di vostra scelta.
- La tessera sanitaria permette di comprovare i vostri diritti alle prestazioni della Previdenza sociale.
- Il numero di previdenza sociale è il vostro numero identificativo per le pratiche relative alla Previdenza sociale stessa. È indicato sulla vostra tessera sanitaria e vi sarà assegnato durante l'affiliazione.
- In pratica, l'ente che si occupa del rimborso dei costi sanitari è la compagnia di mutua assicurazione studenti di vostra scelta (le compagnie di mutua assicurazione studenti gestiscono la previdenza sociale con delega del servizio pubblico).
- Se volete sottoscrivere anche un'assicurazione integrativa che copre il restante 30% dei vostri costi sanitari, chiedete informazioni presso la vostra compagnia di mutua assicurazione studenti (cliccate sulle immagini per confrontare e scegliere la vostra compagnia).



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Affiliazione alla previdenza sociale

È importante sapere che la previdenza sociale è obbligatoria e gratuita per tutti gli studenti in Francia. Sia i francesi che gli studenti stranieri non devono pagare per iscriversi alla previdenza sociale francese. Grazie a questo sistema è possibile farsi rimborsare una parte dei costi sanitari.

Per iscriversi alla previdenza sociale è necessario:

- Essere studente europeo o meno e non disporre di una Tessera europea assicurazione malattia.
- Essere studente europeo e avere un modulo S1.

Cos'è il modulo S1?

Si tratta di un documento portatile che vi permetterà di iscrivervi alla previdenza sociale in Francia e riguarda solo i cittadini dei paesi dell'UE/SEE/Svizzera.

Non è necessario iscriversi se:

- Siete cittadini europei e non disponete di una Tessera europea assicurazione malattia.
- Siete stati iscritti a un istituto di istruzione superiore francese durante l'anno 2017/2018, indipendentemente dalla nazionalità.

Per maggiori informazioni visitare il seguente indirizzo: www.campusfrance.org.



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Assicurazione della responsabilità civile

- L'assicurazione della responsabilità civile è obbligatoria in Francia e ha lo scopo di risarcire i danni causati a terzi.
- Si distingue dalla responsabilità penale che interviene, quando viene commesso un reato (violazione, delitto o crimine).
- È indispensabile per iscriversi all'università e anche per affittare un alloggio.
- È un contratto che è possibile stipulare presso molti enti, in particolare è proposta da alcune banche e dalle due compagnie di mutua assicurazione studenti.
- Se volete sottoscrivere questa assicurazione presso una compagnia di mutua assicurazione, lo si può fare all'università il giorno dell'iscrizione.

CAF (Caisse d'allocations familiales)

- La Caisse d'allocations familiales è un ente istituzionale incaricato di fornire alle persone fisiche assistenza finanziaria di natura familiare o sociale, alle condizioni stabilite dalla legge.
- In particolare, per gli studenti, offre un'assistenza residenziale personalizzata (APL), che consiste in sussidi economici che dipendono dall'affitto e dalle condizioni socio-economiche dello studente e della sua famiglia.
- Non appena disporrete di un alloggio permanente, visitate il sito della [CAF](#) per poter beneficiare di queste prestazioni sociali.

Banca

- Se restate in Francia per diversi mesi, diventa indispensabile avere un conto francese: è necessario per l'APL, per tutte le borse di studio e anche, ad esempio, per i contratti di servizio di telefonia mobile.
- In Francia, le carte di credito sono molto usate, pertanto è opportuno averne una. Avere una carta di credito francese semplificherà i vostri pagamenti.
- Alcune banche offrono anche contratti di responsabilità civile e assicurazione per l'abitazione (entrambi fondamentali). Pensateci quando scegliete la banca.
- Le banche spesso offrono condizioni vantaggiose per gli studenti; non dimenticate di identificarvi come studenti quando scegliete la banca e il contratto.
- Il "RIB" (dettaglio di identità bancaria) è un modulo contenente tutti i dati bancari necessari per il pagamento (affitto, abbonamenti internet, ecc.) e da pagare (APL) facilmente tramite operazione bancaria. Vi sarà richiesto per un gran numero di contratti (noleggio, pacchetto di telefonia mobile, contratto internet, ecc.). Chiedete alla banca di fornirvi diverse copie.
- [Qui](#) trovate un elenco delle banche presenti nella città di Nîmes.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

SPOSTAMENTI :

A piedi

- Il centro di Nîmes è abbastanza piccolo e l'università è in gran parte situata vicino al centro città. Se vivete vicino al centro città potrete spostarvi principalmente a piedi.

Autobus

- Il servizio regionale [EdGard](#) prevede linee di autobus nel dipartimento del Gard e nella regione.
- 1,60€ per il primo acquisto e 1,50€ per ogni ricarica (tessera magnetica).
- A Nîmes il servizio di autobus urbani è fornito da [TANGO](#): gli autobus e una linea tram-autobus collegano la città tutti i giorni compreso la domenica e i festivi.
- Alcune linee funzionano fino alle 21.00 (consultate gli orari degli autobus sul sito Tango) e fino alle 22.00 per il tram-autobus
- Il prezzo del biglietto (valido per 60 minuti) è di 1,60€ per il primo acquisto e di 1,30€ per la ricarica (tessera magnetica).
- Per gli studenti c'è un abbonamento "Pass Études" a 19€ al mese o 199€ all'anno.
- I biglietti possono essere acquistati a bordo, [nei negozi Tango](#) o, per il tram-autobus, presso i distributori automatici a ogni fermata.

Taxi

- A Nîmes sono attive diverse compagnie di [taxi](#).
- Potete trovare i taxi all'uscita della stazione o contattarli per telefono.

Macchina

- In Francia, la guida è a destra.
- [Condizioni di validità](#) delle patenti straniere.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Car pooling

- Il [car pooling](#) è un modo di viaggiare ispirato all'autostop, ma molto più sicuro e formalizzato; è ampiamente utilizzato in Francia ed è spesso il mezzo di trasporto più economico.
- Esistono diversi siti che offrono questo servizio, i più diffusi sono:

Bla Bla Car



Treno

- Nîmes è collegata dalle ferrovie di stato francesi, [SNCF](#)
- Se avete meno di 28 anni, la "[Carte jeune](#)" consente di risparmiare subito.
- In Francia, il prezzo del biglietto dei treni, come avviene spesso per gli aerei, dipende dal numero di posti che rimangono disponibili; per questo motivo i biglietti sono più economici se acquistati in anticipo.
- La regione Languedoc Roussillon offre mete a 1 euro (per queste mete il prezzo del biglietto non è quindi quello indicato sul sito SNCF ma è sempre 1 euro). [Qui](#) trovate i dettagli delle linee interessate da questa promozione.
- Ma attenzione, bisogna farlo con largo anticipo, perché si tratta di offerte di numero limitato.

Aereo

- Nîmes è collegata dall'Aeroporto di [Garons](#), che come destinazioni principali ha Inghilterra e Belgio.
- Ci sono altri aeroporti nel sud della Francia, i più importanti si trovano a Marsiglia e a Montpellier

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

VITA PRATICA

Costo della vita

- Per vivere bene, uno studente deve disporre in Francia una somma di circa 700 euro al mese (questa somma rappresenta le spese di alloggio, vitto, sanità, gite, tempo libero, ecc.).



Ristorazione

- Tutti gli studenti di Unîmes hanno accesso alle caffetterie gestite dal CROUS a Nîmes su esibizione della carta studenti. Offrono pasti completi per il pranzo a prezzi molto convenienti e si trovano vicino all'università e alle residenze universitarie.



Telefonia

- Se avete intenzione di rimanere in Francia per diversi mesi, avere un numero di cellulare francese vi permetterà di comunicare facilmente con le persone che incontrerete.
- Per avere un numero di telefono francese dovete acquistare una scheda SIM di una compagnia telefonica francese (Orange, SFR, Bouygues Telecom, Free sono le più importanti); si trova a buon prezzo i negozi di telefonia o direttamente ordinando il pacchetto mobile sui siti web degli operatori.
- Per poter chiamare, inviare SMS, navigare in Internet, avrete bisogno di credito. A tal fine, è possibile utilizzare le carte prepagate della vostra compagnia o sottoscrivere un contratto con pacchetto. I pacchetti sono più convenienti e c'è un'offerta molto ampia e variegata (dal pacchetto da 2 euro di Free ai pacchetti di diverse decine di euro al mese che permettono anche di avere un nuovo smartphone).
- Per abbonarvi a un pacchetto dovete fornire un RIB (Vedere la sezione **Erreur ! Source du renvoi introuvable.** della guida).

Navigazione in Internet

- Le stesse compagnie che gestiscono la rete mobile forniscono anche abbonamenti internet per i computer.
- Negli ambienti universitari, una rete Wi-Fi e i computer (presso la biblioteca universitaria) sono accessibili con l'ID utente e la password che vi verrà fornita il giorno dell'iscrizione.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

CONTATTI IMPORTANTI

Emergenze

- "15": SAMU (pronto soccorso)
- "18": Vigili del fuoco (Danni materiali)
- "17": Polizia, Gendarmeria
- "112": Numero di emergenza europeo: nel caso di cittadino europeo che viaggia in Europa.

La comunicazione sarà effettuata nella lingua madre di chi chiama.
Se si verifica un problema (es. malessere) chiamare il numero 15.
Spetta all'operatore decidere se mandare il SAMU o il medico dei Vigili del Fuoco.
Se l'università dispone di un numero di emergenza preferenziale e lo conoscete, chiamatelo.

Assistenza sanitaria dell'università

Servizio di medicina preventiva all'università

Sede di Vauban, Rue du Docteur Georges Salan, sala D105
Tel. /Fax: 04 66 36 45 30

Assistenza psicologica

Sede di Vauban, Rue du Docteur Georges Salan, sala D107
Aperto mercoledì mattina 8:30 – 11:30
Tel. /Fax: 04 66 36 45 06

Assistenza Sociale

Sede di Vauban, Rue du Docteur Georges Salan, sala D107.
Aperta lunedì, martedì, giovedì, venerdì o su appuntamento.
Tel.: 04 66 64 18 61

Domande sull'università e la vita universitaria

Bureau de la vie étudiante (BVE) - Gestito dagli studenti eletti dell'università
Il BVE si trova nella sede di Vauban (Rue du Docteur Georges Salan, Nîmes) nell'atrio vicino alla reception. È facile da trovare.

Contatti:

E-mail: vpe@etudiant.unimes.fr

Tel.: 04 66 36 45 35

Facebook: <https://www.facebook.com>

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Domande relative all'organizzazione della vostra formazione

Contattate il responsabile della vostra formazione (i suoi recapiti sono disponibili sul sito di Unîmes, nella pagina dedicata alla vostra formazione).

Domande relative al CROUS

- Hélène Faure, mediatrice CROUS
helene.faure@crous-montpellier.com, Tel.: 04 66 64 18 61.
Cité Universitaire Matisse, 1 rue Matisse (è preferibile contattarla per informazioni sull'orario di apertura).

Domande relative alle formalità per il visto

- [Qui](#) trovate i recapiti delle ambasciate dei vostri Paesi in Francia

Domande relative alle pratiche amministrative dell'università

- Bureau des Relations Internationales (RI) sede di Vauban, rue G. Salan, 30021 Nîmes cedex 1 Francia [international @ unimes.fr](mailto:international@unimes.fr)
- I docenti responsabili RI del vostro corso di studio (i loro contatti sono disponibili nell'elenco sul sito di Unîmes, nell'elenco telefonico) o in Contatti dei docenti referenti.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

L'ASSOCIAZIONI STUDENTESCHE

L'Asso Sport: per 5 € all'anno, l'associazione sportiva dell'Università di Nîmes offre diverse attività in un grande complesso sportivo, accessibile a dilettanti e atleti di alto livello.

L'Asso Droit Nîmes è un'organizzazione no-profit che lavora per gli studenti dell'Università di Nîmes contribuendo all'animazione della stessa nel rispetto delle tradizioni studentesche e garantendo la difesa degli interessi materiali e morali degli studenti di giurisprudenza .

L'asso Psycho, Les Psycrococ: l'Associazione degli studenti di psicologia di Nîmes conosciuta come "Les Psycrococ" è un'associazione studentesca il cui obiettivo è quello di ravvivare la vita studentesca dell'Università di Nîmes. Infatti, la sua prima missione, quando è stata creata, è stata quella di creare una coesione tra gli studenti organizzando feste. Oggi si divide in più poli d'azione: un polo dedicato all'animazione della vita studentesca, un polo per difendere e rappresentare gli studenti nei vari ambiti universitari, un polo per promuovere la salute degli studenti dell'Università di Nîmes attraverso diverse azioni e un polo di sviluppo sostenibile. Sono in fase di sviluppo nuovi poli, uno incentrato sulla pedagogia, uno sulle azioni culturali e un terzo sugli aiuti umanitari. L'associazione "Les Psycrococ" è dinamica e in continua evoluzione per migliorare la vita degli studenti dell'Università di Nîmes.

L'AssoScience dell'Università di Nîmes si trova nella sede des Carmes. Il suo ruolo è quello di garantire la coerenza tra i corsi scientifici e di assicurare un'atmosfera familiare del sito. L'AssoSciences ha anche, come tutte le associazioni dell'Università di Nîmes, un ruolo per il dinamismo della vita studentesca, che assicura partecipando a varie manifestazioni. Eventi che vanno dalle feste studentesche, alle vendite (dolci, abbigliamento, modelli molecolari) alla partecipazione al Festival della Scienze e agli Open Days. Per maggiori informazioni, contattare l'Assosciences per e-mail: asso.sciences@unimes.fr

L'asso AES di Nîmes è stato creato il 15 ottobre 2015 su iniziativa degli studenti di L2. Il suo obiettivo è quello di rappresentare gli studenti del corso di laurea AES dell'Università di Nîmes mai rappresentati in precedenza. L'associazione si unisce così al ricco sistema associativo dell'Università di Nîmes. Questa associazione contribuisce a rafforzare la coesione tra gli studenti e partecipa allo sviluppo del corso di studi AES. Garantisce intrattenimento e assistenza agli studenti durante tutta la loro carriera accademica.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Autres associations : l'asso Design, l'asso Histoire AHU, l'asso Lettres: ALMA, l'asso Droit Public (Laurea magistrale): Nemausus, l'Associazione Laurea magistrale in psicologia: AMAPSY, l'associazione Laurea magistrale 2 in giurisprudenza ECLA, l'asso Cercle de Réflexion des Etudiants Nimois (CREN), l'Asso des doctorants et chercheurs de l'université de Nîmes, la Liste Associative: LA: organizzazione no-profit che raggruppa diverse associazioni universitarie.

Le attività offerte:

➤ **Eventi:**

La nostra associazione ha lo scopo di animare la città di Nîmes e rafforzare la coesione tra gli studenti offrendo serate, attività e viaggi, tra cui un viaggio di una settimana a IBIZA all'inizio di luglio 2016.

➤ **Assistenza:**

L'associazione permette di essere una forza propositiva nella ricerca di lavoro e nella diffusione di buoni consigli grazie alla regolare pubblicazione del "job étude" sul nostro sito internet e sulla nostra pagina Facebook.

L'associazione offre corsi online per consentire agli studenti di prendere meglio appunti e ottenere un maggiore successo accademico. Partecipa inoltre all'implementazione del Tutorato, che consiste nell'assistere gli studenti in difficoltà.

➤ **Impegno nel Secours Populaire**

Consapevoli della necessità di aiutare gli studenti in difficoltà e dell'importanza delle azioni sociali del Secours Populaires, ci siamo impegnati con questa organizzazione a devolvere duecento euro dedotti dai nostri redditi.

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Nome delle associazioni studentesche 2018

1. AVE Unîmes : Associazione per la vita studentesca Unîmes ➤ charles.lezin@etudiant.unimes.fr ➤ jeoffrey.tagliamonte@etudiant.unimes.fr ➤ melina.flaux@etudiant.unimes.fr
2. AHU : Associazione Storia Unîmes ➤ asso.ahu@gmail.com ➤ anthony.puech@etudiant.unimes.fr
3. AMAPSY : Associazione Laurea magistrale in psicologia TCCE Nîmes ➤ pierluigi.graziani@unimes.fr
4. Les Psycrococ: Associazione studenti di psicologia ➤ psycrococ@gmail.com ➤ louise2dacosta@gmail.com
5. CREN : Circolo di riflessione degli studenti di Nîme ➤ cren.nimes@gmail.com ➤ hanan.mohammad@etudiant.unimes.fr
6. Asso Droit Nîmes (A.A.E.D.N.) : Associazione studenti di giurisprudenza di Nîmes ➤ asso.droit.nimes@gmail.com ➤ jimmy.penati@etudiant.unimes.fr
7. Asso AES ➤ assoaes.nimes@gmail.com ➤ elodiejeanjean@gmail.com ➤ elodie.jeanjean@etudiant.unimes.fr
8. NEMAUJUS A2JP Associazione degli studenti del corso di Laurea magistrale in Diritto Pubblico ➤ sacha.curtet@etudiant.unimes.fr

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

9. AD Unîmes: Associazione Design Unîmes ➤ aartunimes@gmail.com ➤ louvecrimet@gmail.com ➤ reboissel@orange.fr
10. Asso Sciences Nîmes ➤ association.sciences@gmail.com ➤ toatini.gendrongasnier@etudiant.unimes.fr ➤ gasniertoatini@orange.fr
11. Asso Sport Unîmes ➤ assosportive@liste.unimes.fr
12. A.N.C.R.E. : Association Nîmoise Conviviale des Rôlistes Etudiants ➤ maxime.perret@etudiant.unimes.fr
13. La Gazette des étudiants ➤ manness.manon@gmail.com ➤ manon.mannessiez@etudiant.unimes.fr

Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

CONSULTARE ED ESSERE INFORMATO: RISORSE ONLINE

<u>Guida pratica per gli studenti internazionali</u>	
<u>Guida "Choisir la France"</u>	
<u>Il sito del Ministero dell'istruzione nazionale e dell'istruzione superiore</u>	
<u>Il sito l'Etudiant</u>	l'Etudiant en un clic !



Guida pratica per gli studenti internazionali di scambio 2019/20

UNIVERSITÀ DI NÎMES

Contatti:

**Bureau de la Mobilité Internationale
Service des Relations Internationales
Université de Nîmes
sede di Vauban – D111**

**Rue du Docteur Georges Salan - CS13019
30021 Nîmes Cedex
Francia**

Tel.: (33) 466 36 45 83

Fax: (33) 466 36 45 87

E-mail: international@unimes.fr



Questa guida è stata redatta sulla base delle informazioni fornite dagli studenti giunti a Nîmes in mobilità negli anni precedenti. Se durante il vostro soggiorno individuate nuove informazioni che ritenete utili, aiutateci a completarle inviandole all'Ufficio Relazioni Internazionali international@unimes.fr.