

Guide d'accompagnement à l'arrivée des étudiantes et des étudiants étrangers admis(es) à l'UQAR

Grâce à ce document, vous découvrirez comment l'UQAR peut vous accompagner dans la préparation de votre arrivée au Canada ainsi que lors de vos premières semaines en sol canadien.

Important : Les préparatifs liés à votre arrivée au Canada sont sous votre responsabilité, notre rôle étant de vous accompagner et de vous soutenir dans les démarches requises.

- Les Services à la communauté étudiante de l'UQAR

Table des matières

1. Obtenir vos autorisations d'études selon la durée de votre séjour d'études au Canada	2
2. Informer l'UQAR de votre arrivée au Canada	2
3. Les préparatifs à effectuer avant votre départ	3
4. Comment vous inscrire une fois arrivée au Canada?	9
5. Suivre les directives après votre quarantaine	10
6. Programme de jumelage	10

Notez que : Ce présent document est un résumé des directives émises par le gouvernement du Canada. Elles ne remplacent en aucun cas celles publiées par les autorités canadiennes. Veuillez utiliser les sources d'information présentées dans ce guide pour obtenir les dernières mises à jour.

1. Obtenir vos autorisations d'études selon la durée de votre séjour d'études au Canada

1.1 – Études de plus de 6 mois

Pour étudier au Québec dans un programme de plus six mois vous devez obtenir un CAQ et un permis d'études. Vous pouvez envisager d'entrée au Canada seulement si vous possédez un permis d'études valide ou une lettre d'introduction du permis d'études et vous devrez également selon votre nationalité obtenir un [Visa ou une autorisation de voyage électronique](#). Vous devrez être en mesure de respecter l'ensemble des règles imposées par la santé publique du Canada (comme par exemple : effectuer une quarantaine obligatoire si vous êtes non vaccinés).

1.2 – Études de moins de 6 mois

Vous pouvez entrer au Canada pour y étudier pendant 6 mois ou moins avec un document de voyage valide (visa de visiteur ou autorisation de voyage électronique [AVE]). Cependant, il y a des [avantages](#) à obtenir un permis d'études pour des études de 6 mois ou moins, notamment celui de faciliter votre retour au Canada si vous voyagez pendant vos études.

2. Informer l'UQAR de votre arrivée au Canada

2.1 – Communiquer avec la personne responsable de l'accueil à l'UQAR

Lorsque vous aurez reçu votre [lettre d'introduction au permis d'études](#), vous devez **obligatoirement** communiquer avec nous afin que nous puissions planifier correctement votre accueil et vous transmettre des renseignements complémentaires à ce présent guide, notamment en ce qui concerne les options d'hébergement.

Pour ce faire, vous devez entrer en contact avec le personnel des Services à la communauté étudiante (SCE) de l'UQAR, selon votre campus d'enseignement :

Rimouski

- Personne responsable des préparatifs d'arrivée : Élisabeth Claveau (elizabeth.claveau@uqar.ca)
- Responsable de l'accueil des étudiants étrangers : Étienne Michaud (etienne_michaud@uqar.ca)

Lévis

Afin de nous permettre de communiquer directement avec vous et de vous accompagner dans vos démarches, l'étudiant doit remplir le formulaire électronique suivant en fournissant les renseignements requis : <https://uqar.octopus-itsm.com/CreateRequest.aspx?TemplateId=600>

1. Pour vous connecter, vous devez utiliser votre code d'accès (4 lettres et 4 chiffres), suivi du nom de domaine « @uqar.ca » (par exemple : ABCD1234@uqar.ca), et non pas en utilisant votre code permanent (qui possède 4 lettres et 8 chiffres);
2. Si vous n'avez pas encore créé votre compte étudiant, vous devez en créer un en utilisant la fonction « Premier accès » : <https://services.uqar.ca/MonCompte>

Par la suite, nous communiquerons avec vous via l'adresse courriel suivante : international-uqar@uqar.ca

Important : Nous vous recommandons de ne pas arriver trop tôt au Canada pour le début de vos études à l'UQAR, car votre voyage pourrait ne pas être considéré comme essentiel. Par exemple, prévoyez arriver un maximum de 3 à 4 semaines avant le [début du trimestre](#), mais pas avant.

3. Les préparatifs à effectuer avant votre départ

Il est important d'aborder certains aspects qui sont importants en lien avec la situation de la COVID-19. La prochaine section abordera les choses importantes à connaître afin de préparer votre arrivée.

Source : <https://voyage.gc.ca/voyage-covid/voyage-restrictions/liste-verification-avion-canada>

3.1 - Voyageur entièrement vacciné contre la COVID-19 qui entre au Canada

Pour être admissible en tant que voyageur entièrement vacciné, vous devez :

- Avoir reçu la dose recommandée d'un vaccin, ou d'une combinaison de vaccins acceptés par le gouvernement du Canada et avoir reçu votre dernière dose au moins 14 jours complets avant votre entrée au Canada (par exemple, si votre dernière dose a été reçue à n'importe quel moment le jeudi 1^{er} juillet, alors le vendredi 16 juillet serait le premier jour où vous respectez la condition des 14 jours)
- Téléverser votre preuve de vaccination dans ArriveCAN
- Ne présenter aucun signe ou symptôme de la COVID-19 ainsi que de satisfaire à toutes les autres conditions d'entrée (par exemple : le test de COVID-19 préalable à votre entrée au Canada)

Les vaccins étant acceptés au Canada sont :

- AstraZeneca/COVISHIELD (ChAdOx1-S, Vaxzevria, AZD1222)
- Bharat Biotech (Covaxin, BBV152 A, B, C)
- Janssen/Johnson & Johnson (une dose)
- Moderna (Spikevax, ARNm-1273) y compris pour les enfants de 6 à 11 ans
- Novavax (NVX-CoV2373, Nuvaxovid, Covovax)
- Pfizer-BioNTech (Comirnaty, tozinameran, BNT162b2) y compris pour les enfants de 5 à 11 ans
- Sinopharm BIBP (BBIBP-CorV)
- Sinovac (CoronaVac, PiCoVacc)
- une combinaison d'au moins deux doses des vaccins ci dessus

Si vous êtes admissible en tant que voyageur entièrement vacciné, vous devez également respecter ces exigences :

- a) Avoir un plan de quarantaine au cas où vous ne seriez pas admissible en tant que voyageur entièrement vacciné. Votre plan de quarantaine acceptable doit être consigné dans ArrivCan. On vous demandera peut-être d'expliquer votre plan de quarantaine à la frontière.
- b) Vous devez obligatoirement utiliser ArriveCAN pour consigner votre statut vaccinal, votre preuve de vaccination, votre plan de quarantaine et vos renseignements de voyage jusqu'à 72 heures avant votre voyage. Si vous ne fournissez pas les informations requises dans ArriveCAN avant d'arriver à la frontière canadienne, et que vous n'êtes pas exempté d'utiliser ArriveCAN, vous ne serez pas considéré comme un voyageur entièrement vacciné, même si vous remplissez toutes les autres conditions.

Votre preuve de vaccination (reçus, cartes, confirmations) doit contenir l'information suivante sous forme de texte, et non seulement de code QR :

- Le nom de la personne qui a reçu le vaccin
- Le nom du gouvernement ou de l'organisation qui a administré le vaccin
- Le nom de marque ou toute autre information qui permet d'identifier le vaccin administré
- Les dates auxquelles le vaccin a été administré. Si la preuve de vaccination est un seul document délivré pour les deux doses qui n'inclut que la date de la deuxième dose, utilisez cette date.
-

3.2 – Utilisation de l'application ArriveCAN pour fournir vos renseignements liés à la COVID-19

Vous devrez télécharger et utiliser l'application ArriveCAN afin de soumettre les renseignements demandés par voie électronique avant de monter à bord de l'avion. Si vous n'avez pas de téléphone intelligent, vous devrez créer un compte en ligne avant votre départ de manière à pouvoir imprimer votre reçu et conserver cette preuve tout au long de votre voyage.

Source : <https://tc.canada.ca/fr/initiatives/mesures-mises-jour-lignes-directrices-liees-covid-19-emises-transports-canada/mesures-reponse-covid-19-concernant-transport-aerien#toc2>

3.3 - Tests à l'arrivée – tests aléatoires et exemptions

3.3.1 – Dépistage à l'arrivée pour les voyageurs non vaccinés

À votre arrivée au Canada, vous recevrez la consigne d'effectuer un dépistage à la frontière canadienne où vous recevrez une trousse de test à domicile. Vous recevrez aussi une autre trousse à utiliser le huitième (8^e) jour de votre quarantaine obligatoire. Il n'y a aucun frais pour les deux tests à l'arrivée.

Entrée par avion : On pourrait exiger que vous subissiez un test de dépistage de la COVID-19 avant de quitter l'aéroport, sauf s'il vous a été demandé d'utiliser une trousse de test à domicile.

Entrée en voiture : Si le poste frontalier auquel vous vous présentez n'offre pas de test sur place ou si vous décidez de ne pas utiliser le kiosque de test sur place, vous devrez suivre les instructions de votre trousse de dépistage à domicile pour effectuer le test à votre destination.

3.3.2 – Dépistage à l'arrivée pour les personnes vaccinées

Les voyageurs entièrement vaccinés devront subir un test à l'arrivée seulement s'ils sont sélectionnés pour un test de dépistage aléatoire obligatoire à l'arrivée.

En effet, à votre arrivée au Canada par avion ou à un poste frontalier terrestre, l'agent des services frontaliers du Canada peut vous aviser que vous avez été sélectionné pour un test d'arrivée aléatoire obligatoire. Si c'est le cas :

- Vous devrez obligatoirement vous soumettre au test d'arrivée selon les directives en vigueur le jour de votre entrée au Canada
- Un prélèvement sera fait à l'arrivée ou vous pourriez recevoir une trousse de dépistage à domicile que vous devrez utiliser dans les 24 heures suivant votre entrée au Canada
- Vous n'êtes pas tenu d'attendre les résultats, vous pourrez vous rendre à votre destination finale, y compris prendre des vols de correspondance
- Vous n'avez pas à vous placer en quarantaine en attendant les résultats
- Vous n'êtes pas tenus de payer des frais pour le test à l'arrivée

Source : [Dépistage de la COVID-19 pour les voyageurs – Restrictions de voyage au Canada – Voyage.gc.ca](#)

3.4 - Période d'isolement de 14 jours (quarantaine) à votre arrivée au Canada (personne non-vaccinée)

Les autorités canadiennes exigent à tous les voyageurs, y compris les citoyens canadiens, les résidents permanents et les étudiants étrangers qui entrent au Canada par voie aérienne, maritime ou terrestre, de s'auto-isoler [pendant 14 jours](#), qu'elle présente ou non des symptômes de la COVID-19, **lorsqu'elles ne sont pas considérées comme pleinement vaccinées**. Durant cette période de 14 jours **vous ne pourrez pas sortir** de votre logement. La seule façon d'être exempté de cette quarantaine est de présenter une preuve de vaccination (2 doses) d'un vaccin reconnu par Santé Canada (la 2^e dose ayant été reçue au moins 14 jours avant le départ).

3.4.1 - Plan de quarantaine

La responsabilité d'un isolement de 14 jours **vous appartient** et **vous devez avoir préparé** un plan de quarantaine préalablement à votre départ. Ce plan devra inclure des informations sur le logement que vous aurez choisi, le transport utilisé pour vous y rendre, les coordonnées des personnes qui vous apporteront du soutien, des informations sur votre autonomie financière, et toutes autres informations qui pourraient être réclamées par les autorités frontalières du Canada. *(Voir l'Étape 2 de la page 8 de ce document afin d'obtenir de plus amples informations à ce sujet).*

3.4.2 - Transport

[Le port du couvre-visage ou du masque est obligatoire](#) dans les transports en commun au Québec (avion, autobus, taxi, train, etc.). Vous devrez en avoir quelques-uns avec vous pour votre voyage. Veuillez noter que si vous devez vous placer en isolement, vous devez limiter les transports (faire le moins de transitions possibles) ainsi que les contacts pendant vos transports.

3.5 - Test de dépistage de la COVID-19 au 8^e jour de votre quarantaine à votre arrivée au Canada (pour personne non-vaccinée)

Au huitième (8^e) jour de votre quarantaine, vous devrez effectuer un autre test de dépistage de la COVID-19. Une trousse de dépistage vous sera remise lors de votre arrivée à l'aéroport et contiendra tous les renseignements nécessaires pour que vous puissiez prélever, entreposer et expédier votre échantillon.

Important : Vous devrez rester à votre lieu de quarantaine jusqu'à ce que vous receviez un résultat négatif. Si vous obtenez un résultat positif, vous devrez alors vous isoler pour une autre période de 14 jours à partir du moment où le test a été effectué. Après avoir obtenu un résultat positif, communiquez avec les autorités de santé publique locales et suivez leurs directives.

Source : [Effectuer le test du huitième jour à l'aide de la trousse](#)

3.6 – Demeurez informé sur les mesures sanitaires en vigueur au Canada

Il est important que vous demeuriez informé tout au long de la préparation de votre voyage au Canada, car les restrictions sanitaires peuvent être modifiées à tout moment et elles pourraient avoir un impact sur votre arrivée en territoire canadien. Pour ce faire, vous devez vous assurer de consulter que les sites internet gouvernementaux afin de répondre à toutes les exigences en vigueur :

- Documents d'information de Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) : <https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/nouvelles/2020/10/mise-a-jour-sur-lexemption-des-restrictions-de-voyage-pour-les-etudiants.html>
- Agence de la santé publique du Canada : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/2019-nouveau-coronavirus.html>
- Gouvernement du Québec : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>
- Ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec : <https://msss.gouv.qc.ca/professionnels/maladies-infectieuses/coronavirus-2019-ncov/#recommandations-aux-voyageurs>

3.7 - Prévoir un logement permanent et un lieu de quarantaine avant votre arrivée

Lors de votre passage aux douanes canadiennes, vous devrez prouver que vous avez un plan de quarantaine **crédible et réaliste** (pour ceux ayant besoin de produire un plan de quarantaine). Cela implique que vous devrez trouver un logement permanent et un lieu de quarantaine **avant** votre arrivée au Canada.

Logement permanent : Il s'agit du lieu où vous résiderez pendant la durée de vos études (chambre, résidence étudiante, appartement, et ce, meublé ou non, etc.).

Lieux de quarantaine : Il s'agit de l'établissement désigné par le gouvernement canadien où vous résiderez pendant les 3 nuitées à l'hôtel à votre arrivée au Canada ainsi que le lieu où vous effectuerez ensuite votre quarantaine de 14 jours.

Votre logement permanent pourrait également être votre lieu de quarantaine à condition qu'il possède tous les critères exigés par la [Santé publique du Canada](#). Il sera possible de vous y rendre en attendant les résultats de votre test de dépistage de la COVID-19 (si vous êtes concerné par cette mesure).

Important : Vous devez vous assurer que le logement que vous aurez réservé comprend ou vous donne exclusivement accès à une salle de bain, des électro-ménagers (laveuse, sècheuse, réfrigérateur, cuisinière), des meubles, de la literie (draps et couvertures pour le lit, serviettes, etc.), de la vaisselle (ustensiles, assiettes, tasses, chaudrons, etc.) et une connexion internet. Cette information est importante puisque si vous devez vous placer en isolement, vous ne serez pas autorisé à quitter votre logement et par conséquent, vous devrez effectuer l'achat de vos biens et meubles exclusivement par internet, ce qui pourrait occasionner des délais de livraison très importants.

Noter que : Avant votre départ, il serait préférable de préciser avec le propriétaire de votre futur logement les détails liés à votre arrivée (comme par exemple : la manière de récupérer les clés sans contact, confirmer le jour et l'heure de votre arrivée au logement, connaître le numéro de téléphone du propriétaire pour signaler un retard ou tout autre changement dans votre planification d'arrivée). Il serait aussi plus prudent d'avoir avec vous les coordonnées de votre logement et celles du propriétaire (ou du responsable du logement) en version papier en cas d'un bris ou de la perte de votre appareil électronique.

Afin de vous guider dans vos recherches de logement permanent et de lieux de quarantaine, voici quelques plateformes que vous pouvez utiliser :

Pour les deux campus : <https://immo.lespac.com/fr/>

<https://www.kijiji.ca/>

<https://www.booking.com/>

<https://fr.airbnb.ca/>

<https://fr-fr.roomlala.com/location>

<https://www.trivago.ca/fr>

<http://www.logisquebec.com/>

Marketplace (Facebook)

Pour le campus de Lévis seulement : <https://logementsetudiantslevis.uqar.ca/>

<https://logisco.com/>

<https://www.louer.ca/>

<https://appartogo.com/>

Vous pouvez également inscrire l'adresse de l'aéroport ou de votre campus sur *Google Maps* et faire une recherche « à proximité », sélectionner « hôtels », et vous aurez accès à plusieurs choix d'hôtels.

Important : Bien vérifier avant votre départ vers le Canada, **si vous aurez accès à un réseau Internet** afin de pouvoir accéder aux sites web des épiceries (pour la nourriture), des restaurants, avoir accès à une carte pour vous orienter ou chercher des commerces, communiquer avec vos proches, etc.

Nous vous suggérons de prévoir, avant votre départ, **d'acheter un adaptateur de prise de courant électrique**, afin de pouvoir faire charger votre cellulaire et votre ordinateur portable. Nous vous suggérons par le fait même d'avoir un ordinateur portable en votre possession avant votre arrivée.

3.8 – Identifier un moyen de transport pour vous rendre de l'aéroport vers votre campus d'accueil

À partir de l'aéroport, que ce soit pour vous rendre au campus de Lévis ou de Rimouski, il existe différents moyens de transport qui s'offrent à vous.

Noter que : Toute personne qui désire voyager à l'intérieur du Canada à bord d'un avion ou d'un train (Via Rail) devra présenter le passeport vaccinal du Canada ou une preuve qu'elle est considérée comme étant adéquatement vaccinée au Canada.

Source : <https://www.canada.ca/fr/transports-canada/nouvelles/2021/10/exigences-relatives-a-la-vaccination-obligatoire-contre-la-covid-19-pour-les-employes-du-secteur-des-transports-sous-reglementation-federale-et-ses.html>

Avion (vol régional) :

- De Montréal (MTL-Trudeau YUL) à destination de Lévis via l'aéroport de la Ville de Québec (YQB) :
 - o Air Canada : <https://www.aircanada.com/ca/fr/aco/home.html#/>
 - o PAL Airlines : <https://www.palairlines.ca/fr/>
- De Montréal (MTL-Trudeau YUL) à destination de Rimouski via l'aéroport de Mont-Joli (YQM) :
 - o PAL Airlines : <https://www.palairlines.ca/fr/>

Autobus :

- Orléans Express : <https://www.oleansexpress.com/fr/> (veuillez vérifier la disponibilité du service en réservant à l'avance).

Train :

- VIA Rail : <https://www.viarail.ca/fr> (veuillez vérifier la disponibilité du service en réservant à l'avance).

Taxi :

- Rimouski : Taxi 800, 418 723-3344, <https://www.facebook.com/pages/category/Taxi-Service/Les-Taxis-800-de-Rimouski-inc-176378172439771/>

- Lévis : Taxi Lévis 9000, 418 833-9000, <https://www.taxi9000.ca/>
- Québec : Taxi Laurier, 418 651-2727, <https://www.taxilaurier.ca/>
- Montréal : Aéroport Taxi, 514 322-1322, <https://montaxi.ca/>

3.9- Vos obligations, une fois arrivée dans votre lieu de quarantaine (personne non-vaccinée)

Une fois arrivée dans votre lieu de quarantaine, vous devrez :

- Confirmer, au moyen de l'application ArriveCAN, que vous êtes bien arrivé à votre lieu de quarantaine;
- Remplir une autoévaluation quotidienne des symptômes de la COVID-19 pendant cette période d'isolement de 14 jours;
- Fournir, par l'entremise d'ArriveCAN ou en composant le numéro sans frais 1-833-641-0343, les renseignements qui vous seront demandés par la Santé publique du Canada.
- Consulter la page [Qui contacter en cas de symptômes du gouvernement du Québec](#) ou composer le 1 877 644-4545, si vous éprouvez des symptômes d'allure grippale, de gastroentérite ou s'apparentant à la COVID-19.

Source : <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/maladie-coronavirus-covid-19/arrivecan.html#a12>

3.10- Comment trouver votre nourriture et obtenir des biens de première nécessité?

Nous suggérons fortement d'acheter une carte de crédit rechargeable ou une carte de crédit prépayée du Canada afin de pouvoir procéder à vos achats, ou d'en avoir une de votre institution bancaire avant votre arrivée (par exemple, une Mastercard ou une Visa qui fonctionne au Canada). Vous pouvez également vérifier auprès de votre institution financière actuelle si elle offre des solutions de paiement valides au Canada.

Plusieurs commerces pourront vous livrer de la nourriture ou d'autres biens de consommation dont vous pourriez avoir besoin pendant votre quarantaine.

Voici une liste non exhaustive des commerces que vous pourrez contacter, par téléphone ou en ligne, pour la livraison. Toutefois, il peut être important de préciser à ces personnes que vous êtes en quarantaine obligatoire. Certains commerçants pourront même vous poser la question avant de faire une livraison.

Épiceries :

À Rimouski :

- IGA : https://www.iga.net/fr/epicerie_en_ligne
- Métro : (<https://www.metro.ca/epicerie-en-ligne>)

À Lévis et dans la région de la Ville de Québec :

- IGA : https://www.iga.net/fr/epicerie_en_ligne
- Métro : 418 835-6313 : <https://www.metro.ca/epicerie-en-ligne>

Pharmacies :

Si vous avez besoin de médicaments, plusieurs pharmacies offrent le service de livraison.

À Rimouski :

- Pharmaprix : 418 723-2892, <https://www1.pharmaprix.ca/fr/home>
- Uniprix : 418 732-3020, <https://www.uniprix.com/fr/succursales>
- Brunet : 418 722-4555, <https://www.brunet.ca/>
- Accès-Pharma : 418 722-0076, <https://www.accespharma.ca/fr>
- Jean-Coutu : <https://www.jeancoutu.com/localisateur-succursale/>

À Lévis et dans la région de la Ville de Québec :

- Brunet : <https://www.brunet.ca/>

- Familiprix : <https://www.familiprix.com/>
- Jean-Coutu : <https://www.jeancoutu.com/localisateur-succursale/>
- Uniprix : <https://www.uniprix.com/fr/succursales>

Restaurants à proximité pour la livraison :

À Rimouski :

- Lotus : 418 725-0822, <https://www.lelotus.ca/>
- Pizzéria Rimouski : 418 725-2550
- St-Hubert : 418 723-4419, <https://order.st-hubert.com/?orderType=p&source=website&lang=fr>
- Normandin : 418 723-7233, <https://restaurantnormandin.com/commande-en-ligne/#/>
- Dixie Lee : 418 723-6321, <https://dixieleerimouski.com/>

À Lévis :

- Méli-Mélo : 418 835-0008, <https://www.melimeloresto.com/>
- Normandin : 418 835-1177, <https://restaurantnormandin.com/>
- Stratos : 418 838-5555, <https://stratos-pizzeria.com/>
- Rôtisseries Fusée : 418 833-1111, <https://www.rotisseriesfusee.com/>
- Rôtisseries Saint-Hubert : 418 835-1234, <https://www.st-hubert.com/fr.html>

3.11- Qui rejoindre, si vous éprouvez des difficultés durant votre période d'isolement?

N'hésitez pas à communiquer avec les Services à la communauté étudiante de votre campus :

Rimouski

- Courriel : elizabeth.claveau@uqar.ca
- Téléphone : 1 800 511-3382, poste 1374

Lévis

- Courriel : <https://uqar.octopus-itsm.com/CreateRequest.aspx?TemplatId=600>

4. Comment vous inscrire une fois arrivée au Canada?

Si vous n'êtes pas en quarantaine

Rimouski

Vous devez vous rendre directement au Guichet étudiant, [local E-106](#) afin de rencontrer monsieur Étienne Michaud, responsable de l'accueil et de l'intégration des étudiants étrangers au campus de Rimouski. Par la suite, vous recevrez les directives pour procéder à l'inscription de vos cours.

Lévis

L'accueil des nouveaux étudiants étrangers se fait par étapes :

Étape 1 : À votre arrivée au Canada, vous devrez faire parvenir les documents suivants à cette adresse :

<https://uqar.octopus-itsm.com/CreateRequest.aspx?TemplatId=600>

- Page photo de votre passeport
- Permis d'études, s'il y a lieu
- Certificat de sélection du Québec (CAQ), s'il y a lieu
- Visa (qui se trouve dans votre passeport), s'il y a lieu
- Formulaire de sécurité sociale, SE-401-Q-102 ou 106, s'il y a lieu

Étape 2 : Par la suite, vous recevrez les directives pour procéder à l'inscription de vos cours qui se fera également par échange de courriel.

Étape 3 : Enfin, vous serez convié à une rencontre d'accueil de groupe qui se déroulera en mode présentiel.

Si vous êtes en quarantaine

Si vous devez faire une quarantaine suite à votre arrivée, vous devez prévoir en être sorti pour le début du trimestre (vous devez être disponible pour la première journée de vos cours, et préférablement les jours d'avant pour procéder à votre inscription).

Après la vérification de la validité de vos documents, la personne des SCÉ confirmera votre arrivée à la direction de votre programme d'études à l'UQAR (Module ou Comité de programme) dans lequel vous êtes inscrite ou inscrit, ainsi qu'au Registrariat de l'UQAR (pour celles et ceux admis sous conditions) afin que le personnel de votre programme d'études puisse vous inscrire.

5. Suivre les directives après votre quarantaine

L'UQAR et l'ensemble de sa communauté ont mis en place des mesures très strictes afin de s'assurer que ses campus demeurent des lieux sécuritaires. Notre priorité est la sécurité de toutes et de tous.

Vous trouverez toutes les informations et précisions pertinentes sur les mesures mises en place en lien avec la pandémie de COVID-19 au lien suivant : [Informations et précisions sur la COVID-19](#).

L'ensemble des mesures de sécurité et des directives à respecter lors d'activités à l'UQAR se trouve dans la [Directive encadrant les activités dans le contexte engendré par la COVID-19](#).

6. Programme de jumelage

Pour le campus de Rimouski, vous avez accès à un programme de jumelage qui vous permettra d'être pairé avec un ou une étudiante du campus de Rimouski.

Vous pouvez faire la demande au lien suivant : <https://sondage.uqar.ca/index.php/743622>

Annexe 1

Voici un exemple d'un plan de quarantaine que vous pouvez copier et coller dans un autre fichier de manière à l'adapter selon votre situation.

Plan de quarantaine/d'isolement de 14 jours de Mme./M. Xyz, de (date) à (date)

ArriveCan

J'ai complété mon inscription dans l'application ArriveCan. J'ai passé mon test de la COVID-19 dans un délai maximal de 72 heures avant mon départ.

Logement 1

Le lieu où je passerai le restant de ma quarantaine (au besoin, je pourrai rallonger mon séjour) sans la présence de personnes vulnérables (âgées de 65 ans plus ou ayant des problèmes de santé sous-jacents), est le suivant : *Adresse exacte du lieu.*

Lieu où je logerai d'une façon permanente suite à ma quarantaine : *Adresse exacte du lieu.*

Transport

Lorsque j'arriverai à (point d'entrée au Canada), j'utiliserai le moyen de transport suivant, afin de me rendre jusqu'au lieu où je passerai ma quarantaine (ville et lieu précis avec adresse) : *Transport X (exemple par taxi), du point d'entrée au Canada Xyz à Xyz à (ville et lieu précis avec adresse).*

Mesures sanitaires prévues : séparation du chauffeur par une vitre ou du plexiglas, lavage et désinfection des mains, port du masque, etc. *Fournissez la preuve de réservation/paiement du transport (Via Rail par exemple). Je ne m'arrêterai nulle part en me rendant vers mon lieu de quarantaine et je porterai un masque ou un couvre-visage durant tout le trajet.*

Nourriture et soins personnels

Pendant ma période d'isolement, je prévois me nourrir et avoir des produits d'hygiène personnelle par le ou les moyens suivants :

- Achat en ligne à l'épicerie ou chez le commerce Xyz et la livraison sera effectuée à mon lieu de quarantaine.
- Livraison des restaurants suivants : ...
- La personne suivante me livrera de la nourriture (nom et coordonnées) :

Soins de santé ou d'urgence

En cas de symptôme de la COVID-19, je contacterai par téléphone les autorités sanitaires locales par téléphone au 1 877 644-4545 ou en consultant la page internet [Qui contacter en cas de symptômes du gouvernement du Québec](#). Je me rendrai à un centre de dépistage ou à un hôpital de la ville où je ferai ma quarantaine, en respectant les mesures sanitaires (port du masque ou un couvre-visage). De plus, j'informerai rapidement le personnel de mon état de santé et que j'arrive de l'étranger.

Moyens financiers

Je possède (*une carte de crédit, par exemple*) et des devises canadiennes qui me permettront d'assumer les coûts relatifs au transport, au logement et à la nourriture afin de respecter les mesures sanitaires en vigueur, pendant ma période de quarantaine.

Déclaration

Je m'engage à demeurer dans le logement où je passerai ma quarantaine, sans sortir dans un lieu public ni accueillir de visiteuses ou de visiteurs. Je respecterai les mesures d'hygiène recommandées par la Santé publique du Québec. Si des symptômes de la COVID-19 apparaissent, je téléphonerai immédiatement à l'autorité de Santé publique (1-877-644-4545) et suivrai les directives reçues.

Ma signature _____ Date _____

Mon nom _____ Numéro de passeport _____

Annexe 2

Numéros de téléphone importants à conserver

UQAR Guichet étudiant Rimouski	418-723-1986 (1 800 511-3382) - poste 1530
UQAR Guichet étudiant Lévis	418-833-8800 (1-800-463-4712) - poste 3222
Info Santé (pour parler à une infirmière ou un infirmier à propos d'un état de santé) peu importe la région du Québec	811, option 1
Services d'urgences (ambulance, police, pompier)	911
Pour chercher les coordonnées d'une personne travaillant à l'UQAR : vous pouvez chercher dans le bottin des employés	https://annuaire.uqar.ca/AnnuaireWeb