




GUIDE D'ACCUEIL POUR ÉTUDIANTES ET ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX EN CONTEXTE PANDÉMIQUE

Novembre 2021



Créé par :

L'Équipe du Bureau des activités internationales

TABLE DES MATIÈRES

VOTRE ARRIVÉE EN CONTEXTE DE PANDÉMIE	4-5
.....	
ÉLÉMENTS À INCLURE - PLAN DE QUARANTAINE	6
.....	
DES RESSOURCES POUR VOUS !	7-11
.....	
NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS SOUTENIR !	12-14
.....	
ANNEXE	15



BIENVENUE
AU COLLÈGE
AHUNTSIC!

1

VOTRE ARRIVÉE EN CONTEXTE DE PANDÉMIE

EN CONTEXTE DE PANDÉMIE : CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR ET FAIRE.

Votre arrivée prochaine au Collège Ahuntsic s'inscrit dans un contexte socio sanitaire où le Canada tente toujours de limiter au maximum la propagation de la COVID-19. Des lignes directrices provenant de la [santé publique](#) ont été émises à ce sujet et elles se doivent d'être respectées par toutes les personnes se retrouvant en sol canadien. En tant qu'institution québécoise qui vous accueillera, le Collège souhaite vous guider dans le respect de vos obligations par l'intermédiaire de son personnel.

Dès votre arrivée, vous devrez :

- porter un masque dans tous les lieux publics;
- laver fréquemment vos mains;
- garder une distance de 1 mètre avec les gens;
- tousser dans votre coude.

Vous trouverez dans ce document des informations et des ressources pertinentes qui concernent votre arrivée au Canada. Dans le contexte de la COVID-19, le gouvernement canadien a mis en place des [restrictions de voyages](#). Pour le moment, seules les personnes exemptées de ces [restrictions de voyage](#) peuvent venir au Canada.

[Veuillez noter qu'à compter du 15 janvier 2022](#), certains groupes de voyageurs actuellement exempts de certaines exigences relatives à l'entrée au Canada ne seront admis au pays qu'une fois entièrement vaccinés au moyen des [vaccins approuvés](#) par Santé Canada. Après le 15 janvier, les ressortissants étrangers non vaccinés ou partiellement vaccinés ne seront autorisés à entrer au Canada que s'ils répondent aux critères des exceptions limitées. Les autres ressortissants étrangers non vaccinés ou partiellement vaccinés se verront interdire l'entrée au Canada.

De plus, tous les voyageurs arrivant au Canada par voie aérienne en provenance de pays autres que les États-Unis seront soumis à un [test de dépistage à leur arrivée](#).

Même si vous êtes entièrement vacciné.e.s, vous devez soumettre un [plan de quarantaine](#). Votre éligibilité à être exempté de quarantaine sera déterminée à la frontière.

¹La rédaction de ce guide a été inspirée par une communication écrite composée par le Service de la mobilité et des activités internationales du cégep Édouard-Montpetit en juin 2020 pour leurs étudiantes et étudiants internationaux.

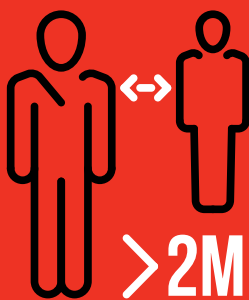
MESURES À SUIVRE EN TOUT TEMPS



Porter un masque dans
les lieux publics



Vous laver fréquemment
les mains



Garder une distance de
2 mètres avec les gens



Tousser dans votre coude

2

ÉLÉMENTS À INCLURE

DANS VOTRE PLAN DE QUARANTAINE



Adresse du lieu de résidence pendant la quarantaine et numéro de téléphone où vous joindre.



Votre moyen de transport entre l'aéroport et votre lieu de résidence – votre trajet sera-t-il direct, porterez-vous un masque pendant le trajet ?



Comment accéderez-vous à votre lieu de résidence et quelles précautions sanitaires sont envisagées si une remise des clés en personne est prévue ?



Comment prévoyez-vous obtenir les produits de base pour 14 jours d'isolement dans votre lieu de résidence

(meubles, électroménagers, vaisselle, nourriture, produits de nettoyage et d'hygiène, literie, médicaments, etc.) ?



Serez-vous la seule personne à occuper le lieu de résidence ?

Si non, est-ce que toutes les personnes seront en quarantaine en même temps ? Y aura-t-il des personnes vulnérables ?

Si non, décrivez vos conditions d'isolement (pièce privée ou partagée, salle de bains privée ou partagée, désinfections des lieux communs, etc.).



Que prévoyez-vous faire pendant vos 14 jours en quarantaine ?

Vous ne pouvez sortir pour des activités de tourisme, buanderie, école, achats, épicerie, démarches administratives, achat cellulaire, etc. ou recevoir de visite dans votre résidence (amis, famille, etc.)

3

DES RESSOURCES POUR VOUS !



**NOURRITURE, MÉDICAMENTS,
PRODUITS D'HYGIÈNE
ET DE NETTOYAGE**



**POUR VOTRE RÉSIDENCE :
ÉLECTRICITÉ ET
TÉLÉCOMMUNICATIONS**



**POUR VOS ÉTUDES ET VOTRE
INTÉGRATION AU COLLÈGE**



**AUTRES RESSOURCES
ET SITE WEB**

NOURRITURE



MAGASINS D'ALIMENTATION

Certains magasins d'alimentation permettent les commandes en ligne et livreront vos denrées directement à votre domicile dans un délai variant entre une journée et une semaine. Vous pourrez y trouver des produits de nettoyage et d'hygiène, mais en moins grande quantité que dans les pharmacies. Voici 3 exemples : [Maxi](#), [IGA](#), [Métro](#), marché d'alimentation.

ASTUCES POUR ÉCONOMISER :

- Consultez la circulaire (dépliant en ligne et en magasin) qui présente les aubaines de la semaine et qui vous donne une idée des catégories de produits que vous pouvez retrouver dans le magasin.
- Recherchez la « **marque maison** » qui offre une bonne gamme et qualité de produits, mais à prix moindre que les marques connues. Pour Maxi, ce sont les produits de la marque *Sans nom* et *Choix du président*, pour IGA, ceux de la marque *Compliments*, pour Métro, ceux de la marque *Sélection*.



BOÎTES « PRÊTES À CUISINER »

Des entreprises livrent des boîtes « prêtes à cuisiner » qui contiennent tous les aliments spécifiques à des recettes choisies (il ne reste qu'à les cuisiner). Il faut commander au moins une semaine à l'avance. Voici 3 exemples : [Hellofresh](#), [GoodFood](#), [Cook it](#).



RESTAURANT ET LIVRAISON

Les **restaurants** livrent de la nourriture prête à être consommée immédiatement. Vous pouvez commander en ligne (ou par téléphone) auprès d'un restaurant local en visitant ces sites web : [Resto en ligne](#), [Top Menu](#)

MÉDICAMENTS, PRODUITS D'HYGIÈNE ET DE NETTOYAGE



PHARMACIES

Dans les pharmacies, vous pourrez vous procurer vos médicaments prescrits, des médicaments en vente libre, des produits de beauté, de santé, d'hygiène, de nettoyage, quelques denrées non périssables et des articles de papeterie. Elles offrent le service de livraison à domicile. Voici des exemples des principales pharmacies : [Famiprix](#), [Jean Coutu](#), [Pharmaprix](#), [Uniprix](#), [Brunet](#).

POUR VOTRE RÉSIDENCE : ÉLECTRICITÉ ET TÉLÉCOMMUNICATIONS

À moins d'avis contraire, l'électricité, l'Internet, une ligne téléphonique fixe et la connexion à des chaînes de télévision (autres que celles du réseau public) ne sont pas inclus dans votre loyer. Les résidences sont habituellement chauffées à l'électricité. Il faudra donc prévoir la mise en service



ÉLECTRICITÉ

[Hydro-Québec](#) est le seul fournisseur d'électricité. Vous pouvez faire brancher l'électricité en ligne sans que quelqu'un doive se déplacer chez vous. Vous pouvez aussi le faire par téléphone.



INTERNET, TÉLÉPHONIE ET TÉLÉVISION

Plusieurs fournisseurs offrent les services de téléphonie cellulaire, d'Internet et de câblodistribution (télévision) de manière combinée.

Téléphonie cellulaire : Il existe plusieurs fournisseurs. Il sera possible de vous procurer un téléphone, une carte SIM ou un forfait en ligne. Le délai de livraison est d'environ une semaine. Pour vous aider à choisir votre forfait cellulaire, [cliquez sur cet article](#).

Internet, téléphonie fixe et câblodistribution (branchement pour la télévision) : Il existe plusieurs fournisseurs. Il faut généralement que quelqu'un vienne chez vous pour les branchements. Lors de votre appel au fournisseur, vous devez absolument mentionner que vous êtes en quarantaine et il prendra les mesures appropriées. Voici des exemples de grandes compagnies pour ces services, mais plusieurs autres fournisseurs existent : [Vidéotron](#), [Bell](#).

POUR VOS ÉTUDES ET VOTRE INTÉGRATION AU COLLÈGE



VOS EFFETS SCOLAIRES

L'espace [coopérative étudiante](#) du Collège Ahuntsic vous permet de vous procurer les livres et notes de cours, votre agenda ainsi que les effets scolaires et de papeterie nécessaires à vos études. Un service de vente-rachat de livres de cours usagés est proposé durant une période définie. Même si la [COOP](#) est située à l'intérieur du Collège, vous pouvez faire vos achats en ligne. Un service de livraison pourrait être disponible avec un certain délai.



CONFIRMATION D'INSCRIPTION, RÉCUPÉRATION D'HORAIRE, PAIEMENT ET PLUS

Le portail [OMNIVOX](#) est un portail qui centralise les interactions entre le Collège et vous. Vous y retrouverez les documents administratifs, une messagerie interne (MIO), votre grille de cheminement scolaire, une plateforme de communication entre enseignants et étudiants (LÉA), votre dossier personnel et une foule de modules allant du Centre de paiement au Sondage et vote. Pour créer votre compte: <https://www.collegeahuntsic.qc.ca/services-aux-etudiants/rentree-scolaire/omnivox>

Veillez noter que si des documents manquent à votre dossier où si vous n'avez pas payé vos frais de scolarité, vous n'aurez pas accès à votre choix de cours ni à votre horaire. Dans ce cas, vous devrez communiquer rapidement avec Nadjat Ramdani à l'adresse registraire@collegeahuntsic.qc.ca



ACTIVITÉS D'ACCUEIL ET D'INTEGRATION

Avant votre arrivée, vous devrez être en contact avec le Bureau des activités internationales (BAI) (coordonnées ci-contre) afin de partager les renseignements concernant votre arrivée à Montréal : date de votre arrivée, vos coordonnées, lieu de résidence, courriel et numéro de téléphone. Un suivi personnalisé sera dès lors entamé avec vous.

À votre arrivée, contactez le BAI et nous vous indiquerons les activités d'accueil et d'intégration qui seront offertes aux étudiantes et étudiants internationaux. Nous vous invitons fortement à y participer pour vous familiariser avec votre nouveau milieu de vie et d'études.

AUTRES RESSOURCES



SITES WEB INFORMATIFS

[Cégeps du Québec](#) est un site web opéré par la Fédération des Cégeps qui regroupe de l'information sur le Québec, les programmes d'études et les Cégeps du Québec, sur l'admission et l'immigration, et propose une section qui résume les mesures spéciales mises en place par les gouvernements du Québec et du Canada en lien avec la COVID-19 ainsi que les réponses aux questions les plus fréquentes.

[Accueil Plus](#) est un service d'accueil offert aux étudiantes et étudiants internationaux qui ont comme point d'entrée au Canada l'aéroport Montréal-Trudeau (YUL). Vous devrez vous [inscrire](#) afin de bénéficier des [services](#) suivants : un parcours simplifié au bureau de l'Agence des services frontaliers du Canada (ASFC) et un accueil à l'aéroport par le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration du Québec (MIFI) (suspendu pour l'automne). Vous pouvez aussi consulter la page [Facebook Accueil Plus](#).

[Je choisis Montréal](#) est un site Web qui se veut un portail pour les étudiantes et étudiants internationaux du Grand Montréal : il traite des études, de la vie, du travail et de l'immigration dans la métropole. Ce site est une initiative de Montréal International en collaboration avec le gouvernement du Québec. Au moment d'écrire ce document, il n'y a pas de section dédiée à la COVID-19.

4

NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS SOUTENIR !

Beaucoup d'informations et de ressources sont mises à votre disposition afin de rendre votre arrivée au Québec la plus simple, sécuritaire et efficace possible. Au Collège Ahuntsic, vous aurez à interagir avec plusieurs intervenantes et intervenants tout au long de votre parcours et le Bureau des activités internationales vous orientera avec plaisir à ce sujet ! Afin de bien vous orienter dès le départ, voici un aperçu des personnes et services qui soutiennent les étudiantes et étudiants internationaux :

Services et personnes-ressources	Rôle	Coordonnées
Bureau des activités internationales Annie Murray : Directrice adjointe Michèle Bruneau : Conseillère pédagogique Geneviève Plourde : Secrétaire	Accueil logistique et soutien à l'intégration culturelle, sociale et pédagogique des étudiantes et étudiants internationaux. Liaison et références vers les autres services du Collège en fonction des besoins.	annie.murray@collegeahuntsic.qc.ca Joignable 24h/24h en cas d'urgence : 514 217-0257 michele.bruneau@collegeahuntsic.qc.ca international@collegeahuntsic.qc.ca
Service de la formation continue et du cheminement scolaire et Registrariat Valérie Lajoie : Directrice adjointe et Registraire Nadjet Ramdani : Agente de soutien administratif	Accueil administratif (document d'admission au Collège, permis d'études, assurances, frais de scolarité)	registraire@collegeahuntsic.qc.ca nadjet.ramdani@collegeahuntsic.qc.ca



Services et personnes-ressources	Rôle	Coordonnées
Aide pédagogique individuelle	Aide pédagogique individuelle (API) attitrée à chaque étudiant et étudiante (selon le programme) pour un soutien dans son cheminement académique, de l'admission à la sanction.	api@collegeahuntsic.qc.ca
Espace coopérative étudiante Ahuntsic	Achats de vos livres et effets scolaires en ligne	https://www.coopahuntsic.qc.ca/
Site Internet de notre Collège	Une mine de ressources pour apprivoiser votre nouveau milieu académique et social.	collegeahuntsic.qc.ca
Section spéciale		
Une section spéciale du site pour les étudiantes et étudiants internationaux	Rassemble des réponses aux questions récemment posées en raison du contexte de la pandémie, sous forme d'une Foire aux questions.	https://www.collegeahuntsic.qc.ca/international/etudiants-internationaux/FAQ-etudiants-internationaux
Une section spécifique pour se familiariser avec le numérique : « Réussir à distance »	Permet d'en savoir davantage sur les façons de vous préparer pour la session, vous familiariser avec le numérique, communiquer avec vos collègues et le personnel enseignant, suivre vos cours et étudier, etc.	https://www.collegeahuntsic.qc.ca/services-aux-etudiants/reussir-a-distance
Une adresse courriel pour vous orienter vers les ressources qui pourront répondre à vos questions	Vous offre de l'aide si vous ne trouvez pas de réponses à une question sur le site Internet. Une personne vous répondra dans un délai de 24 heures.	reussiradistance@collegeahuntsic.qc.ca
Résidence du Collège Ahuntsic Rachel Therrien : gestionnaire	La Résidence vous offre un lieu d'hébergement sécuritaire et à coûts abordables.	http://residence.collegeahuntsic.qc.ca Inforesidence@collegeahuntsic.qc.ca



Ressources médicales externes au Collège

Ligne info-santé générale et gratuite	Répond à vos questions 24h/24h si vous avez des doutes ou questions sur votre état de santé.	8-1-1
Ligne santé COVID-19	Vous guide si vous ressentez des symptômes spécifiques à la COVID-19	1 877 644-4545

Nous espérons qu'après la lecture de ce guide¹, vous vous sentez mieux outillés pour votre arrivée au Québec et au Collège Ahuntsic en ces temps particuliers. Si vous avez des questions ou que vous avez besoin d'aide pour planifier votre quarantaine, n'hésitez pas à communiquer avec le Bureau des activités internationales ; nous sommes honorées d'être votre comité d'accueil et votre porte d'entrée pour vous orienter dans notre beau grand Collège.

Au plaisir de faire votre connaissance très prochainement !

L'Équipe du Bureau des activités internationales



5

ANNEXE

LIENS WEB UTILISÉS DANS CE DOCUMENT

canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/2019-nouveau-coronavirus-fiche-information.html

canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/coronavirus-covid19/restrictions-exemptions-voyage.html#quarantaine

canada.ca/fr/sante-publique/services/maladies/2019-nouveau-coronavirus/derniers-conseils-sante-voyageurs.html

canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/coronavirus-covid19/visiteurs-travailleurs-temporaires-etudiants.html#ss2

canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/immigrer-canada/interdiction-territoire.html

canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/populations-vulnerables-covid-19.html

cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Problemes_de_sante/covid-19/20-210-19W_consignes-retour-pays-etranger.pdf?1588362903

hydroquebec.com/residentiel/espace-clients/demenagement/devenir-client.html

cegepsquebec.ca/covid-19/

accueilplus.ca

jechoisismontreal.com/fr/