

Mon séjour en France et en Europe !

➤ JE VISITE, JE VOYAGE

FRANCE

- ✓ Offices du tourisme en France : www.tourisme.fr
- ✓ Le portail de la France : www.france.fr/vivre/detente/manifestations-culturelles-et-sportives
- ✓ Fédération française des festivals internationaux de musique : www.francefestivals.com
- ✓ Centre des monuments nationaux : www.monuments-nationaux.fr
- ✓ Liste des musées nationaux : www.rmn.fr/francais/musees/

Je visite : _____

Ville : _____

Adresse: _____

Horaire et jours d'ouverture : _____

Tarif : _____

Trajet: _____

Je visite : _____

Ville : _____

Adresse: _____

Horaire et jours d'ouverture : _____

Tarif : _____

Trajet: _____

➤ Acheter un billet de train à l'avance sur internet

www.voyages-sncf.com

Pour prévoir votre trajet et obtenir un meilleur tarif, vous pouvez acheter votre billet de train à l'avance sur internet. Choisissez l'impression du billet électronique, si elle est proposée, plutôt que le retrait à une borne automatique à la gare (plus compliqué, vous devrez utiliser la même carte bancaire que celle qui a servi à l'achat).

La gare de départ est indiquée sur le ticket et sur la confirmation d'achat que vous recevrez par internet.

Mon séjour en France et en Europe !

➤ JE VISITE, JE VOYAGE

EUROPE

- ✓ Pass train en Europe : <http://francais.interrail.eu/enfr/>
- ✓ Bus : www.eurolines.fr
- ✓ Site de l'Union Européenne : http://europa.eu/travel/index_fr.htm
- ✓ Portail européen de la jeunesse : http://europa.eu/youth/travelling_europe/index_eu_fr.html
- ✓ Sites de réservation d'avion : www.kayak.com - www.skyscanner.com - www.expedia.fr

Je visite : _____

Ville : _____

Adresse: _____

Horaire et jours d'ouverture : _____

Tarif : _____

Trajet: _____

Je visite : _____

Ville : _____

Adresse: _____

Horaire et jours d'ouverture : _____

Tarif : _____

Trajet: _____

PLUS LOIN...

Je visite : _____

Ville : _____

Adresse: _____

Horaire et jours d'ouverture : _____

Tarif : _____

Trajet: _____

COMBIEN COÛTE?

Compte tenu des nombreuses réductions attachées au statut d'étudiant, la moyenne pour un budget mensuel se situe entre 800 euros en province et 1000 euros à Paris.

Nourriture - Repas - Vie quotidienne

- ✓ 1 baguette de pain : 0,80 €
- ✓ 1 café : 1 à 2 €
- ✓ 1 camembert : 2 €
- ✓ 1 croissant : 1 €
- ✓ 1 kg de pâtes : 1 €
- ✓ 1 kg de pommes de terre : 1,20 €
- ✓ 1 kg de riz : 1,90 €
- ✓ 1 litre de lait : 1,20 €
- ✓ 6 œufs : 1,50 €
- ✓ 1 repas au restaurant universitaire (RU) : 3,05 €
- ✓ 1 repas dans un « fast-food » : 7 €
- ✓ 1 restaurant de quartier : 10 à 20 €
- ✓ 1 sandwich : 3 à 5 €
- ✓ 1 paquet de 20 cigarettes : 6 €
- ✓ 1 journal : 1,50 €
- ✓ 1 timbre poste : 0,50 € (Europe)
- ✓ 1 jeu de photos d'identité dans un photomaton : 4 photos pour 5 €
- ✓ 1 carte de téléphone pour cabines téléphoniques publiques : 50 ou 120 unités de 7,50 à 15 €
- ✓ 1 machine dans une laverie : 4,5 €

Culture - loisirs

- ✓ 1 entrée au cinéma tarif étudiant : environ 7,50 € (certaines chaînes de cinémas nationales – UGC, Gaumont – proposent des cartes illimitées à 30 euros/mois).
- ✓ 1 entrée au musée : 5 à 10 €
- ✓ 1 entrée à la piscine tarif étudiant : 1,70 €
- ✓ 1 journal : 1,20 €
- ✓ 1 lecteur DVD : 50 à 150 €
- ✓ 1 lecteur MP3 : 20 à 150 €
- ✓ 1 livre de poche : environ 6 €
- ✓ 1 nuit en chambre d'hôtel de bon confort (**): 60 €
- ✓ 1 place de théâtre : 10 à 30 €

COMBIEN COÛTE... ?

Santé

Consultations médicales :

- Généraliste : à partir de 23 € (14 € remboursés).
- Psychiatre, Neuropsychiatre, Neurologue : à partir de 37 € (24 € remboursés).
- Gynécologue - Ophtalmologue : à partir de 28 € (19 € remboursés).
- Spécialiste : à partir de 25 € (19 € remboursés).
- Dentiste : au moins 30 € (dépend du soin : traitement d'une carie, dévitalisation, détartrage...).

Équipement électroménager, internet

- ✓ 1 abonnement internet : entre 20 et 50 €/mois selon les formules (internet-tv-téléphone, illimité vers plusieurs dizaine de pays étrangers selon les prestations).
- ✓ 1 abonnement téléphone portable : à partir de 30 €/mois selon les fournisseurs (Orange, Bouygues, SFR) ; il existe des forfaits bloqués et/ou par carte disponible dans les bureaux de tabac (à partir de 5 €).
- ✓ Four micro-ondes : de 120 à 215 €
- ✓ Aspirateur : de 60 à 110 €
- ✓ Fer à repasser : de 25 à 45 €
- ✓ Téléviseur : de 110 à 200 €
- ✓ Lecteur CD : de 55 à 190 €
- ✓ Un compact-disque : 20 €

Transport/Voyages

- ✓ 1 aller-retour Paris-Barcelone en avion : 100 à 150 €
- ✓ 1 aller-retour Paris-Bruxelles-Amsterdam en Thalys : 100 à 120 €
- ✓ 1 aller-retour Paris-Londres en Eurostar : 100 à 150 €
- ✓ 1 aller-retour Paris-Nice en TGV : 140 € (si réservé suffisamment à l'avance le prix peut descendre à 50 €)
- ✓ 1 nuit en chambre d'hôtel de bon confort (**): 80 €
- ✓ 1 carte mensuelle de transport à Paris : de 60 (dans Paris) à 123 € (lointaine banlieue)
- ✓ 1 litre d'essence : 1,70 €
- ✓ 1 vélo municipal : 1 € par jour, gratuit les 30 premières minutes à Paris, ces services – Vélib', Vélov, V3 – existent dans plusieurs grandes villes, les tarifs sont donc variables

TRAVAILLER / FAIRE UN STAGE

TRAVAILLER PENDANT LES ÉTUDES

Le titre de séjour (VLS-TS validé par l'OFII qui vaut titre de séjour) portant la mention « étudiant » donne droit à l'exercice d'une activité professionnelle salariée de 60% de la durée de travail annuelle (soit 964 heures par an), sans autorisation administrative préalable. Les heures de stage, rémunérées ou non, effectuées par l'étudiant dans le cadre de ses études (avec une convention de stage), ne sont pas décomptées.

↳ Contrat de travail / promesse d'embauche

Ces documents sont indispensables et sont soumis à des règles précises régies par la loi du travail. Ces règles vous protègent en cas de conflit avec votre employeur et vous permettent de travailler en toute légalité.

Le contrat de travail doit préciser :

- la qualification
- le salaire brut mensuel ou son taux horaire brut
- la période d'emploi
- le lieu, les jours et horaires de travail

Le portail de l'administration française :

www.service-public.fr > Etranger - Europe > Etrangers en France

↳ À noter

L'employeur doit faire une déclaration d'emploi accompagnée du titre de séjour de l'étudiant à la préfecture de police du lieu de résidence de l'étudiant, 2 jours ouvrables avant l'embauche.

↳ Salaire

Il existe en France un salaire minimum, le SMIC (Salaire Minimum Interprofessionnel de Croissance) dont le montant horaire est de 9,43 euros bruts (c'est à dire avant prélèvement des cotisations sociales obligatoires, environ 20% par heure de travail effectif). La durée du travail est limitée en France à 35 heures par semaine.

TRAVAILLER / FAIRE UN STAGE

↳ Trouver un emploi

Pensez à passer des annonces chez les commerçants de votre quartier, lisez les journaux d'annonces gratuits du quartier, surveillez les panneaux d'affichage de votre établissement, dans les supermarchés, n'hésitez pas à en parler...

- ✓ les cours de langue
- ✓ la garde d'enfant
- ✓ les traductions
- ✓ les emplois de télé-acteurs / télé-vendeurs, télé-enquêteurs..
- ✓ les emplois de serveurs, plongeurs, cuisiniers..., notamment dans des chaînes de restauration rapide.

↳ L'emploi étudiant au sein des établissements d'enseignement supérieur

Les étudiants étrangers ont la possibilité d'occuper un emploi étudiant au sein des établissements publics d'enseignement supérieur. Il s'agit d'un recrutement par contrat pour exercer diverses activités : accueil des étudiants, assistance et accompagnement des étudiants handicapés, tutorat, soutien informatique et aide à l'utilisation des nouvelles technologies, animations culturelles, scientifiques, sportives et sociales, aide à l'insertion professionnelle, promotion de l'offre de formation. Les contrats sont conclus pour une période maximale de 12 mois entre le 1^{er} septembre et le 31 août. La durée effective de travail n'excède pas 670 heures entre le 1^{er} septembre et le 30 juin et ne peut excéder 300 heures entre le 1^{er} juillet et le 31 août.

↳ Adresses utiles

- ✓ Les Centres Régionaux des Œuvres universitaires et Scolaires - CROUS proposent, dans chaque région de France des emplois à l'attention des étudiants. Annonces affichées dans leurs locaux ou sur leur site internet : www.crous.fr
- ✓ Le Centre d'Information et de Documentation Jeunesse (CIDJ) et ces centres régionaux (CRIJ) diffusent des annonces dans leurs locaux et vous informe : www.cidj.asso.fr
- ✓ Studyrama : www.studyrama.com
- ✓ L'Étudiant : www.letudiant.fr/jobsstages.html