

Guía del estudiante

Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées

2018-2019



Université
Fédérale
Toulouse
Midi-Pyrénées

welcomedesk.univ-toulouse.fr

**THINK OUT OF THE BOX,
THINK TOUL'BOX!**



Université
Fédérale
Toulouse
Midi-Pyrénées



EDITORIAL

La Universidad Federal de Toulouse reúne 4 universidades, incluyendo un Instituto Nacional Politécnico que agrupa 6 escuelas, un Instituto Nacional Universitario, 12 escuelas de ingeniería y escuelas especializadas, 7 organismos de investigación y el Centro Hospitalario Universitario.

Convencidas de que el éxito de sus estudios se basa en la calidad de la formación que le proponen, pero también en las condiciones de vida adaptadas a sus necesidades, estas instituciones han querido crear lugares y eventos unificadores y acogedores para acompañarle. Apasionante y exigente, la nueva vida estudiantil que comienza también suele ser el comienzo de una vida autónoma o el descubrimiento de una nueva ciudad.

Para abordarla mejor, hemos elaborado, con nuestras instituciones y para ellas, una guía cuya finalidad es facilitarle esta etapa, como complemento del acompañamiento que le propondrá el establecimiento en el que se matricule.

Completada y actualizada con la información más importante, esta guía está traducida al inglés, español y chino. También le proponemos un Plan de Estudiante que presenta los diferentes campus, así como un complemento específicamente dedicado al Alojamiento.

Como complemento de estos documentos de recursos, la Universidad Federal de Toulouse ha creado un lugar para usted: el Accueil Welcome Desk. Situado en el 41 allées Jules Guesde en Toulouse, nuestros servicios, que hablan varios idiomas, le recibirán atentamente, así como los actores ineludibles: la Caisse d'Allocation Familiale (CAF), el CROUS, el Rectorado (Centro de Información y de Orientación de enseñanza superior), y de septiembre a diciembre los servicios de la Prefectura de Alto Garona (permisos de residencia). Según la época del año, también estarán presentes otros colaboradores. La prueba del éxito de esta ventanilla única son los 150.000 estudiantes a los que se ha recibido desde septiembre de 2015. Para completar la oferta, un nuevo sitio web welcomdesk.univ-toulouse.fr le permite encontrar en unos clics toda la información útil actualizada.

Y como la vida de estudiante también incluye hermosos encuentros y descubrimientos sorprendentes, le esperamos del 20 de septiembre al 20 de octubre en todas las ciudades de la Academia para la 13ª edición de la Semana del Estudiante semaineetudiant.univ-toulouse.fr.

Philippe Raimbault,
Presidente de la Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées

ÍNDICE



01

**EL ACCUEIL
WELCOME DESK**

Página 6



02

**ESTUDIAR EN LA ACADEMIA
DE TOULOUSE**

Página 8



03

**ENCONTRAR
ALOJAMIENTO**

Página 18



04

RESTAURACIÓN

Página 23



05

**LA SALUD,
ASEGURARSE**

Página 26



06

**VIDA PRÁCTICA,
FINANZAS Y EMPLEO**

Página 32

DESCARGAR LA GUÍA EN FRANCÉS, INGLÉS, ESPAÑOL Y CHINO

welcomedesk.univ-toulouse.fr



07

CULTURA

Página 38



08

TRANSPORTES

Página 43



09

INICIATIVAS Y EMPRENDIMIENTO

Página 46



10

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Página 48



11

INTERNACIONAL

Página 50



12

CONTACTOS

Página 56

Director de la publicación: Philippe Raimbault / **Servicio de Comunicación**

Seguimiento de la edición: Rachel Abovici, Farida Aouladomar y Rebecca Pustoc'h

Creación gráfica y maquetación: Agencia ICOM - 2018-06-4847

Créditos de las fotos: Didier Taillefer, Frederic Maligne, Patrick Dumas y Benjamin Hamousin

Atención: parte de la información contenida en esta guía puede variar durante el año

más información en: welcomedesk.univ-toulouse.fr

01. EL ACCUEIL WELCOME DESK



Université
Fédérale
Toulouse
Midi-Pyrénées

Dedicado a los estudiantes, este espacio de asesoramiento y servicios reúne las misiones de la Universidad Federal, el rectorado (CIO de Sup) (Centro de Información y de Orientación de enseñanza superior), la CAF y la Prefectura (oficina para estudiantes extranjeros). Estas dos últimas han transferido la recepción de su público estudiante, así como una delegación del Crous.

Nuestro objetivo es centralizar la información y asesorarle, en los diferentes aspectos de la vida estudiantil: saber dónde y cómo buscar un alojamiento adecuado, descubrir las ofertas y las buenas propuestas culturales, estar acompañado en su proyecto asociativo, saber a quién dirigirse para trabajar o convertirse en un estudiante emprendedor, cuidar la salud, conocer las ofertas de transporte, deportivas, etc.

Los equipos multilingües también reciben en este entorno acogedor a los beneficiarios de las ofertas de las distintas misiones (Toul'Box, alojamiento, cultura, iniciativas estudiantiles, etc.) y en él se puede consultar el catálogo de las formaciones propuestas por los centros de formación universitarios y las escuelas superiores.

Los equipos trabajan en colaboración con los diferentes actores de la vida del estudiante de las entidades universitarias, así como los otros participantes, para ayudarle en todos los ámbitos: SNCF, organismos de alojamiento, OFII, Campus France, Ayuntamiento, Metrópoli y el Consejo Regional, CRIJ, AFEV, asociaciones de estudiantes, etc.



Para completar la oferta, la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées está desarrollando nuevos proyectos, como la formación para las asociaciones.

Horario: de lunes a viernes de 9:00 a 18:00 h.

> Servicios de la Prefectura: de septiembre a diciembre y de mayo a julio de 9:00 a 12:00 h / 13:00 a 15:00 h

> Centro de Información y de Orientación de enseñanza superior: de lunes a jueves, con cita previa por la mañana y sin cita previa por la tarde. Concierte una cita con el CIO en nuestro sitio web welcomedesk.univ-toulouse.fr

> CAF: todo el año de 9:00 a 17:00 h

> Crous: de 9:00 a 12:45 h y de 13:30 a 17:00 h de septiembre a diciembre y de 9:00 a 12:00 h de enero a agosto

Atención: los horarios pueden variar, consulte el sitio web:

welcomedesk.univ-toulouse.fr

También puede informarse en la página Facebook de la Universidad:

www.facebook.com/univtoulouse



02.

ESTUDIAR EN LA ACADEMIA DE TOULOUSE

Enseñanza superior en Francia

UNIVERSIDADES Y ESCUELAS

Para matricularse en la enseñanza superior, debe tener un bachillerato francés o un título francés o extranjero equivalente.

Hay dos tipos principales de formación:

- > formación universitaria: en todos los ámbitos (arte, salud, humanidades, ciencias sociales, ciencias y tecnologías, etc.)
- > formación de enseñanza superior impartida en escuelas secundarias: clases preparatorias para las Escuelas Superiores, Secciones Técnicos Superiores, etc.
- > escuelas: ingeniería, comercio, arquitectura, veterinaria, formación agronómica, etc.

ORGANIZACIÓN DE LOS ESTUDIOS

Con objeto de convalidar los títulos a nivel europeo y facilitar la movilidad de estudiantes e investigadores, los países europeos han adoptado un sistema de enseñanza superior común.



Este sistema se basa en:

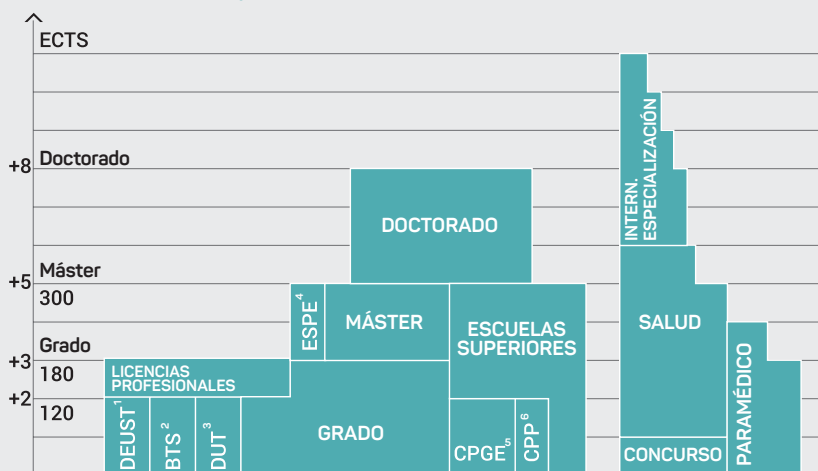
- > una división de los estudios en GMD: Grado (Bachillerato + 3), Máster (Bachillerato + 5), Doctorado (Bachillerato + 8)
- > Semestralización de los estudios (1 año = 2 semestres)
- > una organización de la formación en UE (Créditos) asignaturas obligatorias, optativas o libres, que incluyen clases magistrales, trabajos tutelados y prácticos, prácticas en empresas, memorias, etc.
- > un cómputo del volumen de estudios y del progreso de los estudiantes en ECTS (European Credit Transfer System). Cada UE corresponde a un determinado número de ECTS, y un semestre validado corresponde a 30 ECTS

Información:

www.enseignementsup-recherche.gouv.fr

www.diplomatie.gouv.fr

Años de estudio después del bachillerato



1. Título de Estudios Universitarios Científicos y Técnicos
2. Título de Técnico Superior
3. Título Universitario Tecnológico
4. Escuela Superior de Profesorado y Educación
5. Clases Preparatorias para las Escuelas Superiores
6. Ciclo Preparatorio Politécnico

Elegir su plan de estudios en la academia de Toulouse

Construir su proyecto de orientación para su futura inserción profesional es una etapa clave de su recorrido que requiere que sea consciente de las capacidades, proyectarse en el futuro y desarrollar sus ambiciones. Elegir un camino sabiendo dónde se desea ir y en un sector que le convenga, favorecerá el éxito de sus estudios: prepárese lo mejor que pueda, sobre todo informándose sobre la oferta de formación.

DISPOSITIVOS DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN

Existen muchos dispositivos, lugares de información y recursos que le permitirán completar su búsqueda y le ayudarán en su proceso de orientación y en la construcción de su proyecto.

INFORMACIÓN

> **Los Centros de información y orientación (CIO):** reciben al público en general e informan y asesoran individualmente sobre los estudios, las calificaciones y las profesiones.

> **El Centro de Información y Orientación de enseñanza superior en el Accueil-Welcome Desk,** le informa y le aconseja sobre todas las cuestiones relacionadas con la orientación. Para concertar una cita, envíe un E-mail a saio-ciosup@ac-toulouse.fr.

> **Los Servicios Comunes de Universitarios de Información y Orientación (SCUIO) de los centros de estudios:** reciben, informan y acompañan a los estudiantes en su proceso de orientación e inserción profesional.

> **La ONISEP:** elabora y divulga abundante información sobre formación y profesiones.

> **Las ferias informativas:** como InfoSup, donde puede informarse sobre toda la formación propuesta en la Academia de Toulouse, definir sus elecciones y precisar su proyecto.

> **Las Jornadas de puertas abiertas de los centros de estudios:** durante las cuales puede obtener una valiosa información sobre los cursos y conocer a profesores y estudiantes.

> **Campus France:** informa a los estudiantes internacionales sobre la enseñanza superior en Francia, les orienta en la elección de su formación y en la elaboración de sus expedientes de candidatura y de solicitud de visado.

Apueste por su futuro

La Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées, con la ayuda de los representantes de la Región, ha establecido una cartografía completa de la oferta de formación que proponen los Centros de enseñanza superior que la integran.

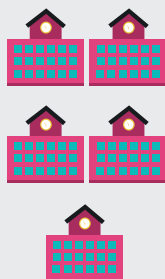
Consulte la cartografía de las formaciones en www.formations.univ-toulouse.fr.

Cada formación está geolocalizada en los 11 campus universitarios:

Albi, Auch, Cahors, Castres, Figeac, Foix, Millau, Montauban, Rodez, Tarbes y Toulouse,
que incluyen:

5

Institutos
Universitarios
de Tecnología
(IUT)



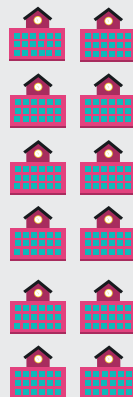
4

universidades



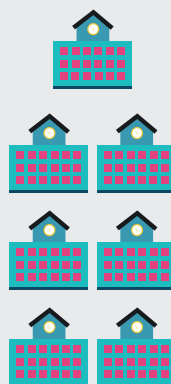
12

escuelas
de ingeniería



7

institutos
y escuelas



LA FORMACIÓN UNIVERSITARIA ABARCA TODOS LOS ÁMBITOS DE LA ENSEÑANZA SUPERIOR

- > Artes, letras e idiomas
- > Derecho, Economía y Gestión
- > Humanidades y Ciencias Sociales
- > Ciencia, Tecnología y Salud
- > Ciencias y Técnicas de Actividades Físicas y Deportivas

Existen más de 900 formaciones distribuidas en todo el territorio. Ergonómico y fácil de usar, este sitio le permite realizar consultas por ciudad, centro de formación, área, título, palabra clave, modalidad de formación (alternancia, formación a distancia, inicial, continua, etc.).

Con tan solo unos clics, encontrará información detallada, precisa y completa para cada formación, incluida una presentación de la formación, las condiciones de ingreso, el programa, los contactos en los centros de enseñanza, las posibilidades de continuación de los estudios y las salidas profesionales.

Consulte la cartografía de la oferta de formación en:

www.formations.univ-toulouse.fr

También puede consultar este sitio en los ordenadores que están a disposición del público en el Accueil-Welcome Desk de la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées (41 Jules Guesde en Toulouse), donde se le podrá orientar en su búsqueda de información.



Université
Fédérale
Toulouse
Midi-Pyrénées





Formarse en alternancia

El reto de la alternancia es trabajar mientras sigue sus estudios, pero sobre todo obtener una experiencia profesional y un título al mismo tiempo (en contrato de profesionalización o de aprendizaje).

Los centros de enseñanza proponen formaciones de 2 a 5 años después del bachillerato que combinan la enseñanza universitaria y la experiencia en empresa. Tienen como objetivo facilitar la inserción profesional y favorecer el aumento de competencias.

Puede encontrar toda la información en:

welcomedesk.univ-toulouse.fr/lalternance



Estudiantes discapacitados



Información sobre las condiciones de accesibilidad, acogida y acompañamiento propuestas por cada centro de enseñanza superior:

welcomedesk.univ-toulouse.fr
www.handi-u.fr

Ayudas y alojamientos adaptados:

www.crous-toulouse.fr/handicap

Información:

www.enseignementsup-recherche.gouv.fr
www.diplomatie.gouv.fr
www.onisep.fr/content/download/882868/16510993/le/Handi_TOULOUSE.pdf

Beneficiarse del convenio "Atouts pour tous":

- Encuentre unas prácticas, un empleo, un padrino en empresa... con nuestras empresas colaboradoras.
 - Infórmese sobre todas las acciones puestas en práctica en el marco del convenio (ayuda humana y técnica, tutoría, ayuda para el interpretariado de los alumnos y estudiantes sordos, etc.)
- > Para ello, visite el sitio "Atouts pour tous" de Toulouse o póngase en contacto con el referente discapacidad de su centro de enseñanza.

www.atoutspourtous-toulouse.fr

Si está estudiando y tiene un Trastorno del Espectro Autista (TEA), puede beneficiarse de las acciones de la red "Construire une Université Aspie-Friendly" (Construir una Universidad Aspie-Friendly):

- acompañamiento para la transición hacia la enseñanza superior
- adaptación pedagógica de los recorridos
- construcción progresiva de un recorrido profesional

www.aspie.univ-toulouse.fr

Descubrir las ciudades universitarias de la academia

MONTAUBAN Y TARN Y GARONA

También llamada “Ciudad de Ingres”, Montauban es conocida por ser la cuna de uno de los pintores más ilustres del siglo XIX, Jean-Auguste-Dominique Ingres y del escultor Antoine Bourdelle. Ciudad de arte, pero también segundo polo de actividad de la antigua región de Mediodía Pirineos, Montauban y Tarn y Garona reciben a los estudiantes en más de 40 formaciones, desde el Grado hasta el Máster pasando por Títulos de Técnico Superior (BTS) y Licencias profesionales.

AUCH

Situada a menos de una hora de Toulouse, la capital de Gascuña y su núcleo urbano ofrecen un entorno excepcional para estudiar en condiciones idóneas. También ofrece un atractivo parque de viviendas de alquiler, locales y equipamientos modernos en todos los centros de enseñanza para después del bachillerato, una oferta cultural rica y variada, un patrimonio histórico de gran calidad y un entorno protegido.

TARBES

Gracias a las diferentes formaciones ofrecidas (Títulos universitarios, Títulos de Técnicos Superiores, Clases preparatorias a las escuelas superiores, Grados, Másteres y Doctorados), Tarbes es un importante centro universitario (www.cutp.net). El núcleo urbano de Tarbes, situado entre llanuras, océano y montañas, es un polo en el que la investigación tiene su importancia. A medio camino entre Toulouse y la costa atlántica, Tarbes se encuentra al pie de los Pirineos, a menos de media hora de las estaciones de esquí.

CAHORS

Ciudad de Arte e Historia, Cahors cuenta con un patrimonio excepcional y numerosos equipamientos. Es la capital del departamento de Lot y una ciudad ideal para estudiar y vivir. La apertura del Polo Patrimonio de la Universidad Toulouse-Jean Jaurès en Cahors completa una ya amplia oferta con el IFSI y el ESPE, el Lycée des Territoires, la CCI de Lot y los institutos de educación secundaria y tecnológica. La vida de los estudiantes es dinámica gracias a las personas que, sobre el terreno, asesoran y ayudan a los estudiantes en sus proyectos (página Facebook: Vie Étudiante Cahors).

TOULOUSE

Clasificada como “mejor ciudad de Francia para estudiar” en diferentes encuestas y desde hace varios años, Toulouse ha experimentado un intenso desarrollo demográfico y económico que la convierte en una metrópoli de dimensiones internacionales. La llamada “Ciudad Rosa” también se caracteriza por un auge artístico de gran amplitud que pone de relieve un patrimonio cultural rico y variado. Toulouse acoge al 91% de los estudiantes de la academia y a la mayoría de los laboratorios de investigación. Esta concentración en materia de enseñanza superior y de investigación es un reflejo de sus actividades económicas.

FIGEAC

Situado en el centro de una ciudad turística, el IUT de Figeac (430 estudiantes) es conocido por la calidad de la vida de los estudiantes (transportes gratuitos, alojamientos espaciosos y a precios moderados) y ofrece 3 departamentos de formación: Ingeniería Mecánica y de Producción (1 Título Universitario Tecnológico y 2 Licencias profesionales); Técnicas de comercialización (1 Título Universitario Tecnológico y 2 Licencias profesionales); Carreras sociales (2 Título Universitario Tecnológico).

RODEZ

La ciudad está situada a menos de dos horas de Montpellier y de Toulouse y propone a más de 3.000 estudiantes una oferta de formación variada, con títulos de estudios universitarios de dos a cinco años después del bachillerato: 70 formaciones impartidas en 9 centros universitarios, incluido el IUT (UT Capitoile) y el Instituto Universitario Nacional Champollion. Además, la ciudad acoge a sus estudiantes en un marco de vida agradable con numerosas actividades deportivas, culturales y de ocio.

ALBI

Clasificada en el Patrimonio Mundial de la UNESCO desde 2010, Albi evoluciona rápidamente. Con un centro urbano clasificado, Albi ofrece una calidad urbanística que combina la autenticidad de una ciudad episcopal, un centro de ciudad agrupado alrededor de la catedral Sainte-Cécile, única por estar construida con ladrillo rosa, y una vida urbana donde todo se puede hacer a pie. Desde hace dos años, el museo Toulouse Lautrec ha reafirmado la dimensión cultural internacional de la ciudad. Actualmente Albi está desarrollando un nuevo barrio "Les Cordeliers" con equipamiento de alto nivel, "le grand théâtre" que permite posicionarse como complemento de Toulouse en una oferta diversificada de espectáculos en vivo. También es una ciudad deportiva y asociativa, y todos estos elementos han favorecido la instalación de numerosos centros de enseñanza superior: El Instituto Nacional Universitario Champollion, la Escuela de Minas de Albi, la ESPE y el IUT Paul Sabatier.

MILLAU

Millau posee un patrimonio histórico y arquitectónico rico y variado. Los dólmenes prehistóricos repartidos por los páramos cercanos y el puente que cruza el río Tarn simbolizan la Ciudad Medieval. Su industria orientada exclusivamente hacia la piel y el guante ha fraguado las mentalidades del período contemporáneo. Su viaducto, prodigio de tecnología, finalizado en 2004, recuerda que Millau siempre ha estado situada en una importante vía de comunicación.

FOIX

El Centro Universitario de Foix y de Ariège acoge a estudiantes franceses y extranjeros para seguir una formación profesional especializada y reconocida en cuestiones de desarrollo de territorios, turismo sostenible, patrimonio y formación en profesiones relativas a la educación. Gracias al apoyo continuo y fundamental del Consejo departamental de Ariège y de la ciudad de Foix, los estudiantes y los profesores se benefician de un excelente marco de trabajo.

CASTRES

Castres combina el conocimiento tradicional en los sectores del textil, el granito y la madera y actividades más recientes como la mecánica, la farmacia y la cosmética (Laboratorios Pierre Fabre). Castres también es una ciudad de guarnición militar y del rugby. Desde hace varios años, Castres desarrolla un auténtico polo de enseñanza superior: Instituto Nacional Universitario Champollion, IUT A Paul Sabatier e Instituto de Formación profesional en Enfermería.



Centros de enseñanza superior y de investigación de la Universidad Federal

Toulouse Midi-Pyrénées

UT1 Capitole Université Toulouse Capitole	UT2J Université Toulouse Jean Jaurès	UT3 Paul Sabatier Université Toulouse III Paul Sabatier	INPT Institut National Polytechnique de Toulouse
INSA Toulouse Institut National des Sciences Appliquées de Toulouse	ISAE SUPAERO Institut Supérieur de l'Aéronautique et de l'Espace	INUC Institut National Universitaire Champollion	ENSAT École Nationale Supérieure Agronomique Toulouse
ENAC École Nationale de l'Aviation Civile	ENSFEA École Nationale Supérieure de Formation de l'Enseignement Agricole	ENSA Toulouse École Nationale Supérieure d'Architecture de Toulouse	ENSEEIH École Nationale Supérieure d'Électrotechnique, d'Électronique, d'Informatique, d'Hydraulique et des télécommunications
IMT Mines Albi École Nationale Supérieure des Mines d'Albi-Carmaux	ICAM Institut Catholique d'Arts et Métiers de Toulouse	Sciences Po Toulouse	ENSIACET École Nationale Supérieure des Ingénieurs en Arts Chimiques et Technologiques
TBS Toulouse Business School	CREPS Centre de Ressources, d'Expertise et de Performance Sportives	isdAT Institut Supérieur des Arts de Toulouse	EI PURPAN École d'Ingénieurs de Purpan
			ENIT École Nationale d'Ingénieurs de Tarbes
			ENM École Nationale de la Météorologie
			ENVT École Nationale Vétérinaire de Toulouse

COLABORADOR DE LA ENSEÑANZA SUPERIOR Y LA INVESTIGACIÓN

CHU: Centre hospitalier universitaire

ORGANISMOS DE INVESTIGACIÓN

CNRS: Centre National de la Recherche Scientifique

Inra: Institut National de la Recherche Agronomique

Inserm: Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale

IRD: Institut de Recherche et Développement

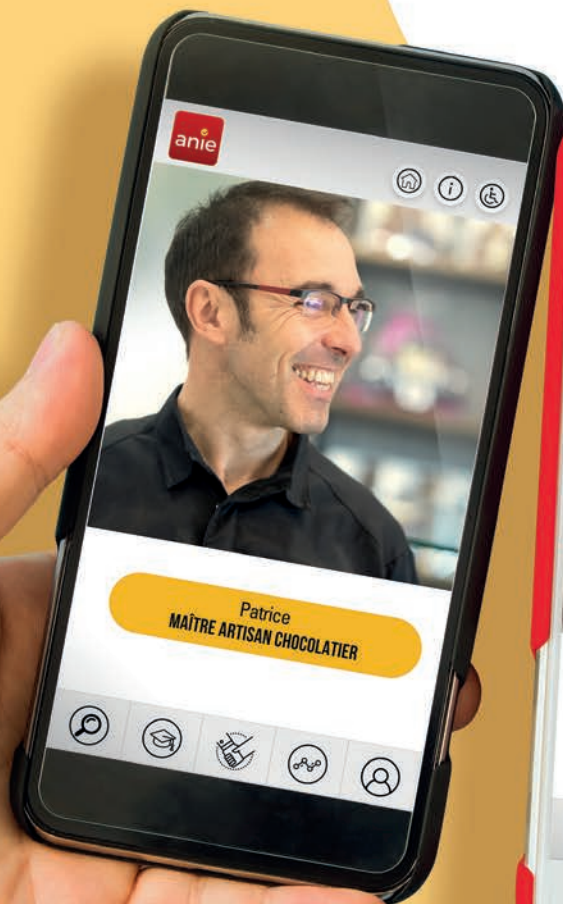
ONERA: Office National d'Études et de Recherches Aéronautiques

CNES: Centre National d'Études Spatiales

MÉTÉO FRANCE



L'APPLI DE LA RÉGION QUI CONNECTE EMPLOYEURS ET APPRENTIS



03. ENCONTRAR ALOJAMIENTO

En el Accueil-Welcome Desk, se le informará y acompañará en su búsqueda de alojamiento. La información más completa se encuentra en una nueva guía totalmente dedicada al alojamiento de estudiantes en Toulouse y en las otras ciudades donde está presente la Universidad Federal, ¡disponible en el Accueil-Welcome Desk!

LA BÚSQUEDA DE ALOJAMIENTO

¡Encontrar alojamiento no siempre es tarea fácil!

Hay que comenzar con bastante antelación (en septiembre y octubre es sumamente difícil) y conocer previamente el presupuesto del que se dispone.

Además, muchas entidades (bancos, embajadas, consulados, prefecturas para el visado etc.) piden un comprobante de domicilio.

Debe saber también que algunas escuelas superiores disponen de alojamientos en su propio campus.

RESIDENCIAS PRIVADAS DE ESTUDIANTES

Consulte las ofertas y haga su reserva online en www.adele.org

AGENCIAS INMOBILIARIAS

¡Tenga cuidado con los vendedores de listas!

www.fnaim.fr

www.seloger.com

www.snpi.com

www.unis-immo.fr

KAP'S COLOC SOLIDAIRES

¿A quiénes está destinado?

A los estudiantes de 18 a 30 años que deseen participar 4 horas semanales en un proyecto solidario viviendo en un apartamento compartido con otros estudiantes del kap's. ¡Este compromiso está reconocido por la universidad y tiene un valor añadido en el currículum!

Presentación de las candidaturas entre abril y agosto:

www.kolocsolidaire.org/toulouse



PARTICULARES

Central Crous
www.lokaviz.fr

CRIJ: las ofertas pueden consultarse en las agencias Crij y en www.crij.org

Fuera de Toulouse: CLAJ, Réseau Information Jeunesse (BIJ, PIJ): www.crij.org/reseau-ij

www.pap.fr

www.leboncoin.fr

También puede solicitar información en el servicio de vida estudiantil de su centro de enseñanza.

RESIDENCIAS UNIVERSITARIAS DEL CROUS

Atención: dado que el número de plazas es limitado es preciso hacer la solicitud con antelación:

www.messervicesetudiants.gouv.fr

Algunas residencias ofrecen alojamientos compartidos:

www.crous-toulouse.fr/colocation

HABITACIÓN EN UNA CASA DE FAMILIA

www.chambrealouer.com

www.swapandstudy.com

www.accommodation-for-students.com

www.lokaviz.fr

Inmersión lingüística en una familia de acogida para estudiantes extranjeros:

www.ac-tif.fr/fr

ALOJAMIENTOS COMPARTIDOS

www.crij.org

www.bubbleflat.com

www.lacartedescolocs.fr

www.appartager.com

www.lokaviz.fr

¡No olvide las redes sociales!

HOGAR / RESIDENCIAS HABITAT JEUNES

www.habitatjeunesmidipyrenees.org

www.foyers-catholiques.org

ORGANISMOS HLM

Todos los estudiantes tienen derecho a solicitar un alojamiento social:

www.demandelogement31.fr

(lista de las entidades en la pestaña “les partenaires”)

Algunas residencias de estudiantes HLM proponen alojamientos compartidos.

ALOJAMIENTO INTERGENERACIONAL

Asociación Mieux Ensemble:

www.mieuxensemble-toulouse.fr

Asociación Ensemble2générations:

www.ensemble2generations.fr

REQUISITOS Y GASTOS INEVITABLES

Buscar un alojamiento

1 Encontrar un avalista

El avalista se compromete a pagar el alquiler del arrendatario, así como los gastos de comunidad si este último no pudiera hacer frente a sus obligaciones. Puede ser una persona física o jurídica.

Aval VISALE: todos los estudiantes hasta 30 años (incluidos) alojados en el parque de alquiler privado o social.

2 Definir un presupuesto

Conocer previamente su presupuesto y los gastos que deberá pagar cada mes y durante el año. Asegúrese de que dispondrá de una suma de dinero suficiente para un eventual alojamiento temporal a su llegada y poder pagar los gastos indispensables para la instalación en el alojamiento.

3 Establecer un expediente para el alojamiento y llevarlo consigo durante las visitas

Los documentos que se suelen solicitar son los siguientes: la fotocopia de documento de identidad (DNI, pasaporte o permiso de residencia), la tarjeta de estudiante o el certificado de escolaridad y el documento de identificación bancaria. Los documentos de su avalista si se trata de una persona física y no una entidad (en cuyo caso deberá presentar el certificado correspondiente): las últimas tres nóminas y el certificado de empresa, el justificante de domicilio, el documento de identidad y la última notificación tributaria.

Tenga cuidado: nunca pague en efectivo y no pague el alquiler ni la señal antes de firmar el contrato. ¡No subestime la importancia del tiempo de trayecto hasta su centro de enseñanza!

En la firma

1 Pago de la fianza

Por lo general, corresponde al alquiler de un mes sin incluir los gastos de comunidad, y se le devolverá cuando abandone la vivienda, deduciendo, en su caso los eventuales daños que se hayan producido.

Existe la posibilidad de solicitar el anticipo LOCA-PASS (préstamo a interés 0%):

<https://locapass.actionlogement.fr>
www.visale.fr – 04 72 13 21 99

2 Pago del primer mes de alquiler

3 Pago de gastos de agencia y de expediente

4 Inventario

Es la descripción del estado de la vivienda, anote todas las degradaciones aparentes.

5 Presentación del certificado de seguro de la vivienda

Es obligatorio para garantizarle contra todos los riesgos. Puede suscribirse con un banco, una mutua (LMDE o VITTAVI-Réseau Emevia) o una compañía de seguros privada.

Después de la firma

1 Solicitar una ayuda de alojamiento a la CAF

www.caf.fr

Información y presentación del expediente en el Accueil-Welcome Desk.

2 Elija a su proveedor de energía

(electricidad, gas)

Estudiantes en alternancia:

Action Logement acompaña a los estudiantes en alternancia en su búsqueda de alojamiento y en el pago de los alquileres gracias al dispositivo Mobili-Jeune que permite asumir parte del alquiler hasta 100 € mensuales:

alternance@groupecileo.com
www.actionlogement.fr



l'accueil
welcome desk

La Tarjeta Joven de la Región ofrece asistencia para el alojamiento de los aprendices. Se trata de una suma anual calculada en función de los ingresos fiscales. Esta ayuda está reservada a estudiantes en situación de doble residencia que no reciben ayudas de la CAF para su segunda residencia. Sólo se puede obtener a través de una red de estructuras de alojamiento concertadas con la Región.

www.laregion.fr/La-Carte-Jeune-Region-c-est-quoi-35189

Cambiar de domicilio, irse de Toulouse

1 El preaviso

Puede rescindir su contrato de alquiler en cualquier momento, siempre que respete el plazo de preaviso que es de un mes en Toulouse. La solicitud se realiza enviando al propietario una carta certificada con acuse de recibo. El día de la salida se debe realizar un inventario del estado de la vivienda, redactado con el propietario. El alojamiento debe dejarse en el estado en que se encontraba el día de la entrada.

2 Devolución de la fianza

El inventario de la vivienda se comparará con el establecido el día de inicio del alquiler para establecer si el propietario puede reclamar gastos de reparación. Sólo algunos desperfectos se le pueden imputar (agujeros en las paredes, falta de mantenimiento, etc.). Si el inventario de entrada y el de salida son conformes, el propietario dispone de un plazo de un mes para devolverle la fianza y, en el caso contrario, de 2 meses.

3 Rescisión de sus contratos y abonos

Antes de irse de Toulouse o de su alojamiento, deberá rescindir los contratos de:

- > Electricidad, agua, gas, teléfono e internet
- > Cancelar sus contratos, abonos y cuentas
- > Cancelar el contrato de seguro de la vivienda: por carta certificada con acuse de recibo, con una copia de su inventario del día de la salida.
- > Cerrar su cuenta bancaria (si abandona Francia)

SERVICIOS PARA UNA LLEGADA LLAVE EN MANO

Toul'box (véase la página 47): welcomedesk.univ-toulouse.fr/node/362

Campus France, para los estudiantes becarios BGE, BGF

ASESORÍA JURÍDICA

En caso de litigio o para cualquier cuestión relativa al alojamiento, póngase en contacto con:

Adil 31: por teléfono los asesores le informan de 9:00 a 11:00 h y de 14:00 a 16:00 h Tel. 05 61 22 46 22 y en: www.adil31.org

UFC Que choisir: www.quechoisir.org

Ayuntamiento de Toulouse: www.toulouse.fr

EQUIPARSE POR POCO DINERO

La asociación Le Tri Sera Top de la UT2J: talleres de reparación de bicicletas, ropa de segunda mano, muebles baratos (Más información: [facebook > Le Tri Sera Top](https://www.facebook.com/LeTriSeraTop)) 95 rue Vauquelin 31000 Toulouse

la Glanerie: www.la-glanerie.org

Le Réseau Envie: para adquirir electrodomésticos de segunda mano www.envie.org

El servicio de alquiler de muebles nuevos para estudiantes con transporte incluido: www.location-pour-etudiants.fr

www.freecycle.org – www.donnons.org

Crous

Toulouse
Occitanie

¡Todos los días,
el Crous le acompaña
en su vida de estudiante!



BECAS

Becas en base a criterios sociales y ayudas financieras para acompañar sus estudios.

41.632* estudiantes becarios en la academia.



ALOJAMIENTO

Alojamientos para estudiantes en residencias y en casas de particulares certificados en la central Lokaviz.fr.

10.337* plazas en residencias universitarias.



RESTAURACIÓN

Comidas completas a 3,25 €* , venta de comida para llevar adecuada y equilibrada en los campus.

2.597.741* comidas servidas y 43* puntos de restauración.



CULTURA

Animaciones, una sala de espectáculos (Mac), talleres, ayudas y concursos para estimular todos los talentos. 4.000* estudiantes reunidos en la Mac durante las actividades culturales.



ACCIÓN SOCIAL

Apoyo, asesoramiento y escucha para ayudarle en caso de problemas personales.

14.211* estudiantes recibidos por la(o)s asistentes sociales.



TRABAJOS PARA ESTUDIANTES

Empleos en restaurantes, residencias, servicios y las instalaciones de los colaboradores. 253* estudiantes contratados en las unidades de servicio del Crous.

* Cifras 2017

Encuentre todos los servicios del Crous
en el Espace Case 58 rue du Taur en Toulouse,
0 806 800 131 (precio de una llamada local)
y en www.crous-toulouse.fr



04. RESTAURACIÓN

El Crous



El Crous de Toulouse-Occitanie propone una amplia oferta de restauración y asequible para todos los estudiantes. Crous truck, Côté Ru, Vélo La Pause, cervecería, cafetería, resto'U, etc., hay 43 restaurantes Crous en la academia de Toulouse.

Todas las prestaciones del Crous: www.crous-toulouse.fr/restauration

Información en tiempo real: desde la mañana hasta la noche e incluso los fines de semana, es posible saber dónde y qué comer cerca de donde se encuentra: geolocalización, menús y horarios en la aplicación "Mobile Crous"

Pago: en Resto'U, los estudiantes pagan su comida con su tarjeta MUT, su Smartphone o su Pass Crous gracias a su cuenta Izly.

AMAP - Cestas de frutas y verduras

Amap Zest

Varias asociaciones de estudiantes de las tres universidades de Toulouse se han agrupado para formar una AMAP (Asociación para la Agricultura sostenida por la comunidad), con el nombre de ZEST. Cestas de frutas y verduras ecológicas, locales y de temporada, cultivadas en Rouède en los Pirineos. El contenido varía cada semana y contiene como mínimo 5 tipos de frutas y verduras diferentes.

Distribución de las cestas: los martes desde finales de septiembre hasta el 30 de mayo (excepto durante las vacaciones de Navidad) entre las 18:30 y las 19:30 h.

Hall del Edificio B de la residencia universitaria del Arsenal (detrás del comedor universitario).

Inscripción: los días de distribución Precio:

6,50 € / cesta + 5 € de inscripción/año

Contacto: www.facebook.com/amapzest/



El Servicio Interuniversitario de Medicina Preventiva y de Promoción de la Salud

ACCIONES DE PREVENCIÓN SOBRE LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN



El SIMPPS organiza durante todo el año acciones de información y sensibilización en torno a la alimentación: jornadas temáticas, distribución de cestas de frutas y verduras locales (en base a criterios sociales), talleres de cocina y animaciones lúdicas sobre la nutrición.

Se proponen citas gratuitas de apoyo en el ámbito de la nutrición: entrevistas con dietistas y apoyo multidisciplinario por parte del equipo de VITAFORM.

Para más información sobre nuestras acciones de nutrición: 05 61 55 73 55

Visítenos en la página de Facebook de SIMPPS Toulouse para seguir nuestra actualidad.

Las tiendas de comestibles solidarias

Las tiendas solidarias luchan contra la exclusión y favorecen la ayuda mutua respetando la libertad, la autonomía y la dignidad humana, auspiciando su inserción de forma estable.

Este dispositivo de ayuda en alimentos suele estar respaldado por asociaciones de ayuda a terceros (alimentación, higiene, limpieza).

Los beneficiarios son los miembros de la asociación. El acceso está sujeto a criterios socioeconómicos y/o familiares (CCAS - Ayuntamiento). El beneficiario se convierte en un consumidor que elige sus productos de consumo entre una gama propuesta.

asso.lamap@gmail.com (metro Rangueil)

fr-fr.facebook.com/soliciales/ (metro Mermoz)

www.maintendue31.org (metro Barrière de Paris)

cap-centre@orange.fr (metro St. Michel - Marcel Langer)

Mercados de Toulouse*

> Mercado de Beaumarché

Un mercado de pequeños productores de la región situado en el campus de la UT2J
Debajo del dosel forestal
Los martes de 11:30 a 14:30 h.

> Mercado Universi'Terre

Un mercado de productores de la región situado en el campus de la UT3
Aparcamiento frente al edificio administrativo
Los lunes de 15:30 a 19:00 h

> Mercado cubierto Víctor Hugo

Place Victor-Hugo - Toulouse
De martes a domingos de 7:00 a 13:30 h
Metro línea A Capitole

> Mercado cubierto Carmes

Place des Carmes - Toulouse
De martes a domingos de 7:00 a 13:30 h
Metro línea B Carmes

> Mercado cubierto Saint--Cyprien

Place Roguet - Toulouse
De martes a domingos de 7:00 a 13:30 h
Metro línea A Saint-Cyprien République

>> Mercado Saint-Aubin

Place Saint-Aubain - Toulouse
Los domingos de 7:00 a 14:00 h.
Metro línea B François Verdier

> Mercado Cristal

Boulevard de Strasbourg
et d'Arcole - Toulouse
De martes a domingos de 7:00 a 13:30 h
Metro línea B Jeanne d'Arc

MERCADOS ECOLÓGICOS*

> Mercado de Toulouse Saint-Aubin: los domingos por la mañana, para productores

> Mercado de Toulouse Sept-Deniers: 105 route de Blagnac, los domingos por la mañana: 2 productores con la etiqueta AB (Agricultura ecológica)

> Mercado de Toulouse

Place du Salin: los martes y los sábados por la mañana, un productor con la etiqueta AB

> Mercado de Toulouse place

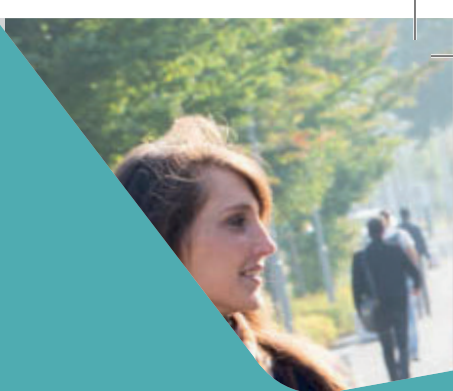
Arnaud Bernard: los sábados por la mañana

> Mercado Monplaisir

Jardin Monplaisir: los sábados de 8:00 h a 13:00 h

* Lista no exhaustiva

05. LA SALUD, ASEGURARSE



EL SIMPPS



SERVICIO INTERUNIVERSITARIO DE MEDICINA PREVENTIVA Y DE PROMOCIÓN DE LA SALUD



El SIMPPS es un servicio médico y social exclusivo para los estudiantes. Se proponen consultas de enfermería, revisiones médicas y evaluaciones de enfermería de prevención con convocatoria o concertación de cita. Las consultas médicas (médicos de cabecera o especialistas), la atención médico-psicológica y las entrevistas sociales se realizan con cita previa.

El SIMPPS también tiene como misión la promoción de la salud y durante todo el año académico organiza acciones sobre temas de salud sexual, salud mental, adicciones, vacunación y nutrición. Algunas acciones se llevan a cabo con la Agencia Regional de Salud: distribución de cestas de frutas y verduras locales, talleres culinarios, talleres de gestión del estrés y acciones sobre adicciones.

Ya sea en el marco de las jornadas nacionales de prevención o de concienciación (lucha contra el SIDA, donación de órganos, etc.), el SIMPPS también colabora con asociaciones de estudiantes

Contacto asistente de promoción de la salud: 05 61 55 73 55 - referente: 05 61 55 78 84

Siga nuestra actualidad en nuestra página
Facebook SIMPPS Toulouse.

Para concertar una cita:

De lunes a viernes de 8:30 a 17:00 h

Universidad Toulouse 1 Capitole:

- Para concertar una cita con un(a) asistente social y/o un médico 05 61 63 37 25

Universidad Toulouse Jean Jaurès:

- Para concertar una cita con un(a) asistente social y/o una revisión médica obligatoria:

05 61 50 41 41

- En caso de urgencia médica o cita con un

médico de cabecera o un especialista:

05 61 50 38 61

Universidad de Toulouse III - Paul Sabatier:

- Para concertar una cita con un(a) asistente social y/o una revisión médica obligatoria:

05 61 55 73 67

- En caso de urgencia médica o cita con un médico de cabecera o un especialista:

05 61 55 73 59

Otras delegaciones en la región:

- Dirigirse al servicio de escolarización del centro



El Crous



LA ENFERMERA

Una enfermera del Crous se encarga de las permanencias para los estudiantes en las residencias universitarias Arsenal y Chapou de Toulouse. Reservada para los estudiantes de las residencias del Crous.

Contactos y horarios: www.crous-toulouse.fr/infirmiere

LO(A)S ASISTENTES SOCIALES

Su cometido es acogerle y escucharle independientemente de su problema (social, familiar, psicológico, administrativo, económico, etc.).

www.crous-toulouse.fr/les-assistants-sociales

PERMANENCIAS PSICÓLOGO

Un especialista en psicología recibe gratuitamente con o sin cita previa a los residentes del Crous (en inglés y francés).

Los martes de 18:00 a 21:00 h en la residencia universitaria de Rangueil en el Tripode Curie

Los miércoles de 18:00 a 21:00 h en la residencia universitaria del Arsenal

Atención: los lugares y los horarios pueden variar

Para informarse y concertar una cita: www.crous-toulouse.fr/ecoutesoutien

TALLERES DE SOFROLOGÍA Y DE TOMA DE LA PALABRA EN PÚBLICO

El Crous propone a los residentes talleres para ayudarles en la gestión del estrés y de su recorrido.

www.crous-toulouse.fr/actualite/sophrologie

Otros organismos de ayuda y de educación para la salud

CDPEF

Centros Departamentales de Planificación y de Educación Familiar.

Consultas gratuitas con ginecólogos y médicos de cabecera. Distribución de métodos anticonceptivos e información de IVG (interrupción voluntaria del embarazo).

Toulouse: 05 62 13 23 77 (Recepción sin cita previa / Consultas con cita previa) 3, rue du Pont Vieux (metro Esquirol o Saint Cyprien).

De lunes a viernes de 8:30 a 17:00 h.

Otras delegaciones en la región: diríjase a los centros de cada departamento.

Teléfono gratuito nacional "Sexualidad, Anticoncepción, interrupción voluntaria del embarazo" (gratuito y anónimo): 0 800 08 11 11

CEGIDD

Centro Gratuito de Información de Detección y Diagnóstico

Tests de detección y diagnóstico de Infecciones de Transmisión Sexual, gratuitos y anónimos.

Toulouse: 05 61 77 78 88 / 05 61 77 80 32; cegidd31@chu-toulouse.fr

Cité de la Santé - 20, rue du Pont Saint-Pierre (metro Saint-Cyprien).

Sin cita previa de lunes a viernes a partir de las 9:00 h.

Con cita previa de lunes a jueves de 13:15 a 17:00 h, los lunes por la tarde de 18:00 a 21:00 h

Centros de detección en la región: www.sida-info-service.org/Centre-De-Depistage-VIH-Sida-Region-Midi-Pyrenees



MFPF

Movimiento Francés para la Planificación Familiar.

- Entrega de tests de embarazo y de preservativos;
- Asesoría y acompañamiento; Anticoncepción; embarazo; interrupción voluntaria del embarazo; sexualidad; infecciones de transmisión sexual;
- Violencias y discriminaciones.

Toulouse: www.haute-garonne.planning-familial.org

05 61 25 54 17 - contact@planningfamilial31.fr

23 rue Moiroud, 31500 Toulouse (metro Marengo)

Sin cita previa, lunes y martes de 13:30 a 17:00 h, miércoles de 13:30 h a 18:00 h, jueves de 13:30 a 17:30 h.

Otras delegaciones en la región: www.planning-familial.org/annuaire

HOSPITALES

Albi: www.ch-albi.fr - 22, boulevard du Général Sibille - 05 63 47 47 47

Auch: www.ch-auch.fr - allée Marie Clarac - 05 62 61 32 32

Cahors: www.ch-cahors.fr - 335, rue du Président Wilson - 05 65 20 50 50

Castres/Mazamet: www.chic-cm.fr - 6, avenue de la Montagne noire - 05 63 71 63 71

Figeac: www.ch-geac.fr - 33, rue des Maquisards - 05 65 50 65 50

Foix: www.chi-val-ariege.fr - RN 20 / Sortie 9, chemin de Barrau, Saint-Jean de Verges
05 61 03 30 30

Montauban: www.ch-montauban.fr - 100, rue Léon Cladel - 05 63 92 82 82

Rodez: www.ch-rodez.com - Avenue de l'Hôpital - 05 65 55 12 12

Tarbes: www.ch-bigorre.fr - Site de la Gespe, boulevard de Lattre de Tassigny 0562515151

Toulouse: www.chu-toulouse.fr - 05 61 77 22 33

Hay dos grandes hospitales universitarios:

- Hospital Rangueil: 1 av. du Professeur Jean Poulhes (Acceso: metro línea B hasta la parada Université Paul Sabatier y, después, autobús 88 hasta la parada CHR Rangueil)
- Hospital de Purpan: pl. du Docteur Baylac (Acceso: tranvía y líneas de autobús L2, 45, 46, 63 y 66 hasta la parada Purpan u Hôpital Purpan)

Seguridad social estudiante y seguro de enfermedad complementario

Los estudiantes se benefician de la cobertura de sus gastos sanitarios en caso de enfermedad o maternidad. La cobertura de enfermedad se desglosa en 2 seguros:

RÉGIMEN OBLIGATORIO

El seguro obligatorio, llamado "Sécurité sociale" (Seguridad social) cubre el reembolso de la atención sanitaria en caso de enfermedad (70%) o maternidad.

A partir del comienzo del año escolar 2018, se suprime la seguridad social estudiante.

Para los nuevos estudiantes, será suficiente actualizar la tarjeta Vitale (en un terminal de farmacia, por ejemplo o en la CPAM). Seguirán afiliados al régimen del que ya dependían (generalmente el de sus padres).

Para aquellos que el año anterior estuvieran afiliados a una seguridad social estudiante, este cambio se producirá en 2019.

Aquellos que nunca hubieran estado afiliados a un régimen de seguro de enfermedad (especialmente los estudiantes procedentes de fuera de Francia), deberán inscribirse en la CPAM (régimen general).

Los estudiantes europeos conservan su afiliación al seguro de enfermedad de su país de origen. El reembolso de los gastos sanitarios se realiza después de obtener la tarjeta sanitaria europea.

Más información: <https://etudiants.ameli.fr>

SEGURO COMPLEMENTARIO

El seguro complementario (mutua) no es obligatorio, pero es muy recomendable, en particular para el reembolso del 30% de los gastos que no cubre la seguridad social.

Algunos estudiantes también pueden seguir beneficiándose de la mutua complementaria de sus padres. Se pueden solicitar ayudas financieras:

El Pass Mutuelle Etudiant de la región Occitania: ayuda de 100 € para estudiantes menores de 28 años becarios en base a criterios sociales del Crous (o de la región en cuestión para las formaciones sanitarias y sociales) para la afiliación a un seguro de enfermedad complementario con una de las mutuas colaboradoras del dispositivo (consultar la lista en www.laregion.fr/PassMutuelleEtudiant). Nota: en el momento de la impresión no se ha confirmado su renovación.

La Cobertura de Enfermedad Universal Complementaria (CMUC) o la Ayuda para el pago del seguro complementario (ACS) son dos dispositivos gestionados por la CPAM que permiten que los estudiantes con pocos recursos dispongan de un seguro de enfermedad complementario.

Para saber si tiene derecho, consulte el sitio de la CPAM www.ameli.fr.

LISTA DE PROFESIONALES SANITARIOS BILINGÜES EN TOULOUSE

Médicos de cabecera:

Dra. Béatrice Bellamy (español e inglés): 49, grande rue St Michel / 05 61 53 37 43
Dr. Alain Berniolles (inglés): 15 bis, rue de la Concorde / 05 61 62 48 86
Dra. Agnès Lafforgue (inglés): 67, allées Charles de Fitte / 05 61 36 23 94
Dr. Mesplede y Dr. Fortune (inglés): 156, avenue Jean Rieux / 05 61 80 93 90
Médicos de guardia las 24 h: 05 61 49 66 66

Osteópatas:

Jérôme Sion (inglés): 44, rue Gambetta / 06 22 82 05 26 / sion.jerome@sfr.fr
Thomas Mouries (inglés): 2 bis, d'Arcole / 06 30 77 69 73

Dentistas:

Dr. Mailhes y Dr. Sabatie (inglés): 60, route d'Albi / 05 61 48 70 94

Psicólogos:

James Wilson (inglés): 25, rue du Languedoc / 06 24 08 71 41 james@toulousetherapy.com
www.toulousetherapy.com
Deborah de Camaret (inglés): 20, quai de Tounis / 05 31 54 12 91
www.psychologue-decamaret-toulouse.fr

Ginecólogos:

Dra. Patricia Lanco Saint-Guily (inglés, alemán y español): 31, rue Raymond IV
05 34 43 03 00

06. VIDA PRÁCTICA, FINANZAS Y EMPLEO

Banco

La apertura de una cuenta bancaria es un procedimiento obligatorio para efectuar pagos (y recibir, por ejemplo, ayudas de la CAF)

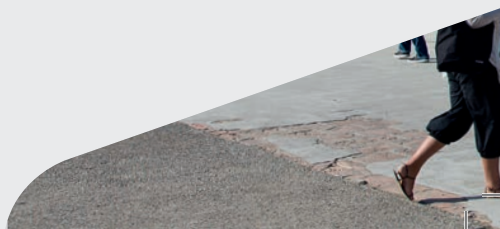
Documentos que hay que presentar:

- > un documento de identidad (pasaporte, visado, permiso de residencia, etc.)
- > un documento que justifique su domicilio (factura de teléfono, electricidad, recibo del alquiler, certificado de alojamiento temporal, etc.)
- > certificado de seguro de la vivienda
- > la tarjeta de estudiante o el certificado de escolaridad

Ayudas financieras

LAS AYUDAS DEL CROUS

- > Becas según criterios sociales: la solicitud (Expediente Social Estudiante) debe hacerse obligatoriamente lo antes posible entre el 15 de enero y el 31 de mayo en la página www.crous-toulouse.fr
- > Otras ayudas: urgencia, ayudas específicas equivalentes a becas para situaciones especiales (reanudación de los estudios, ruptura, etc.) www.crous-toulouse.fr/aides



FINANCIAR SU DOCTORADO

Para encontrar una solución para financiar el doctorado:

- > las 15 escuelas doctorales proponen cada año, en junio, un concurso de contratación para seleccionar a los beneficiarios del CDU (contrato doctoral único)
- > Otra solución es acudir a un laboratorio de investigación de la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées y a su futuro director de tesis que dirige proyectos de investigación de diversa índole (ANR, CIFRE, etc.)

Prácticas y contratos de trabajo

Las prácticas obligatorias de una duración de 2 meses o más, están sujetas a un marco legal y deben estar obligatoriamente retribuidas en un 15% del tope máximo de la retribución horaria de la Seguridad Social (523 € netos para un trabajo a jornada completa de 35 horas).

Todos los contratos deben firmarse antes del primer día de trabajo:

- trabajos estacionales (verano, vacaciones, etc.)
- trabajos para estudiantes (20 horas semanales como máximo)
- trabajo temporal puntual

¿Dónde informarse?:

- en los servicios de la Vida estudiantil de los centros de enseñanza

SCUIO-IP de su centro de enseñanza
Crous, Pôle Emploi

> CRIJ: www.crij.org

> La central Crous del trabajo para estudiantes: www.jobaviz.fr

> www.letudiant.fr

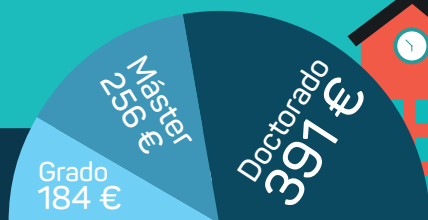
> www.infostages-job.com



GASTOS ANUALES

FORMACIÓN ESCOLARIZACIÓN

Derechos de matrícula (2017-2018)



VIVIENDA

Fianza
(Cuando se entre en el apartamento)
1 mes de alquiler vivienda vacía
2 meses de alquiler vivienda amueblada

Seguro de la vivienda
En el momento del alquiler
de 30 a 110 €

Impuesto sobre la vivienda
(a mediados de noviembre)
de 250 a 550 €

GASTOS MENSUALES



TELÉFONO FIJO
INTERNET
de 30 € a 50 €

ELECTRICIDAD
GAS
de 30 € a 50 €



Autobús / Metro /
Tranvía
www.tisseo.fr



Tren
www.sncf.fr



Bicicleta
Abono VéloToulouse

20 €/año

CONTRIBUCIÓN ESTUDIANTE

(prevención sanitaria y social, deporte, cultura)

pagar antes de la matrícula

90 €

(salvo excepciones)

SEGURO DE ENFERMEDAD COMPLEMENTARIO

(Mutua, CMUC, etc.)

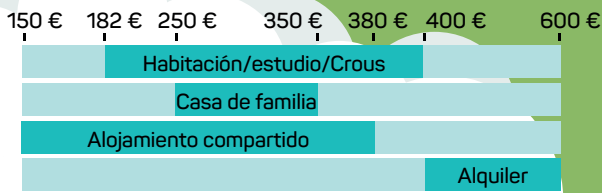
entre **60 €** y

600 €

viembre)

€

VIVIENDA



200 €

aproximadamente

ALIMENTACIÓN

(Nota: 3,25 € la comida en el Resto U)

GASTOS DIVERSOS

(Ocio, ropa, etc.)

200 €

aproximadamente



Asesoramiento jurídico, derechos y obligaciones

SITIOS GENERALISTAS

Enumeran el conjunto de las asociaciones de consumidores:

> Centre Technique Régional de la Consommation (Centro Técnico Regional del Consumo):

www.ctrc-mp.fr

> Union Française des Consommateurs (Unión Francesa de Consumidores), UFC Que Choisir:

www.quechoisir.com

IMPUESTOS

Cuando se cumple la mayoría de edad, se deja de estar vinculado a la unidad familiar de los padres a efectos fiscales (declarará usted solo su renta a hacienda).

Sin embargo, existe una opción que permite seguir vinculado a la unidad familiar de los padres a efectos fiscales. En este caso, los padres se beneficiarán de una reducción de su tributación por el efecto del coeficiente familiar.

Para poder solicitar seguir vinculado a la unidad familiar de sus padres a efectos fiscales, debe:

> ser menor de 21 años,

> ser menor de 25 años y justificar que sigue estudiando.

Declarar los impuestos sobre la renta de 2018: el servicio de declaración online está abierto las 24 horas, de abril a mayo aproximadamente.

Preste atención a su declaración de la renta si no tiene televisor: marque la casilla que lo indica. De lo contrario, tendrá que pagar el impuesto audiovisual.

Más información en: www.impots.gouv.fr

El impuesto sobre la vivienda debe pagarlo la persona que vive en el alojamiento en cuestión el 1 de enero del año en curso. Para 2018, deberá pagarlo si era inquilino el 1 de enero de 2018.

Lo cobra el municipio donde se sitúa la vivienda donde está alojado. Es un modo de colaborar en la financiación de los servicios prestados al vecindario, los equipamientos colectivos, etc.

Los estudiantes alojados en las residencias universitarias del Crous están exentos.

2018 20 SEPT > 20 OCT

semaineetudiant.univ-toulouse.fr

07. CULTURA

Fuera de las horas lectivas, se puede disfrutar de la ciudad y de las actividades que ofrece. Y, además, los estudiantes suelen beneficiarse de tarifas ventajosas...

Direcciones de interés

Servicios de la vida estudiantil y servicios culturales

La mayoría de los centros de enseñanza tienen un servicio cultural que propone una programación (espectáculos, conciertos, exposiciones, conferencias, encuentros, etc.) y talleres de práctica artística, y se presenta como un enlace de información sobre la vida cultural de la ciudad.

Todos los eventos culturales científicos y técnicos de los centros de enseñanza miembros y asociados de la Universidad Federal Toulouse Midi-Pyrénées:

welcomedesk.univ-toulouse.fr

Póngase en contacto con el departamento cultural y/o de Vida estudiantil de su centro de enseñanza:

Espacio Cultural de UT1 Capitole:
www.ut-capitole.fr/campus/art-et-culture/

CIAM - La Fabrique de l'Université Toulouse
- Jean Jaurès:
www.ciam.univ-tlse2.fr

Polo Cultura de l'UT3 Paul Sabatier:
univ-tlse3.fr en la pestaña Culture

Departamento cultural de la ENAC:
www.enac.fr en la pestaña Vie des campus

Departamento cultural del INSA:
www.insa-toulouse.fr en la pestaña
INSA Toulouse

Acción cultural en el INU Champollion (Albi):
www.univ-jfc.fr/vie-etudiante/action-culturelle

La Misión Cultura e Iniciativas de Estudiantes de
la Universidad Federal Toulouse Midi-Pyrénées:
welcomedesk.univ-toulouse.fr/culture



Otros organismos

Crous: talleres culturales y concursos para descubrir nuevos talentos musicales y literarios de la región, sala de espectáculos MAC: www.crous-toulouse.fr/culture

Ayuntamientos: Los ayuntamientos suelen proponer ofertas a los estudiantes.

En Toulouse existe la tarjeta Toulouse Culture que le permite acceder a muchos descuentos; también existe la chequera Toulouse Jeunes que le propone ventajas en un amplio abanico de actividades deportivas y culturales (como la inscripción gratuita a la Biblioteca de Toulouse, véase al lado).

Bibliotecas universitarias o municipales:

la tarjeta de estudiante MUT da acceso a todas las bibliotecas de la red universitaria de Toulouse. Igualmente, la tarjeta de abono a la biblioteca de Toulouse permite acceder a las otras 22 bibliotecas situadas en los diferentes barrios de la ciudad, entre las que se encuentra la Mediateca José Cabanis. Podrá llevarse en préstamo libros, CDs o DVDs, gratis o a una tarifa reducida.

Además, todos los sitios culturales tienen tarifas adaptadas a los pequeños presupuestos de los estudiantes y algunos son gratuitos.

Eventos que propone la Universidad Federal Toulouse Midi-Pyrénées

> La Noche Europea de los Investigadores – 28 de septiembre de 2018

En Toulouse (Ciudad del Espacio) y Albi, más de 200 investigadores de todas las disciplinas, desde la arqueología hasta la física o la química, pasando por la sociología, la economía, el derecho, la medicina o incluso las matemáticas, comparten con el público en general su pasión por la investigación. ¡Gratis!

welcomedesk.univ-toulouse.fr

> La semana del estudiante – del 11 al 20 de octubre de 2018 en Toulouse y del 20 de septiembre al 20 de octubre de 2018 en los otros centros universitarios

La Semana del Estudiante es el gran festival de inicio del curso académico en la ex Región de Mediodía Pirineos. En cada una de las 11 ciudades participantes (Auch, Albi, Cahors, Castres-Mazamet, Figeac, Foix, Millau, Montauban, Rodez, Tarbes y Toulouse) se propone un recorrido de descubrimiento entre el (los) campus y la ciudad con eventos culturales, deportivos y amistosos. El objetivo es que los estudiantes descubran su entorno y que se establezcan lazos de fraternidad más allá de los estudios.

semaineetudiant.univ-toulouse.fr



> Festival Entre en scène ! (¡Entra en escena!) – Otoño y primavera

Este Festival interuniversitario de teatro se desarrolla en dos etapas. El 1er acto tiene lugar en noviembre (reanudación de espectáculos y etapas de trabajo) y el 2º acto en los meses de marzo y abril (creación y difusión). Cada año unas doce compañías de estudiantes tolosanos actúan en las universidades, escuelas, residencias universitarias, museos, etc. Para la ocasión, se organizan cursos de descubrimiento y de técnica teatral. ¡Gratuito!

welcomedesk.univ-toulouse.fr/entre-en-scene

> Mi tesis en 180 segundos

En este concurso los doctorandos pueden presentar el tema de su investigación, en francés y con términos sencillos a un auditorio profano y diversificado. Cada estudiante debe exponer en tres minutos, de manera clara y, concisa pero convincente, su proyecto de investigación. Todo ello utilizando una sola diapositiva. ¡Gratuito!

www.univ-toulouse.fr

> Reuniones Explorador

Podrá reunirse con investigadores de toda la región de Occitania para charlar de sus temas predilectos, sus pasiones y sus hallazgos.

- En Toulouse: Cafés Quai des Savoirs - Todos los martes a las 18:00 h y algunos domingos del mes a las 16:00 h en el café el Quai des Savoirs, 39 allées Jules Guesde

- También en la Academia de Montpellier con reuniones propuestas por la asociación Kimiyo y la Universidad de Montpellier.

agenda-cst.univ-toulouse.fr/ Pestaña Rencontres

> “Les Curieuses Visites Curieuses” (Curiosas, visitas curiosas) – de mayo a octubre

Con la “Curieuse visite curieuse” (Curiosa visita curiosa), experimentamos la mezcla de contenido científico con una visita guiada, una parte de historia, imaginación, fantasía, humor y poesía. ¡Gratis! pero con reserva.

www.univ-toulouse.fr/culture/rendez-vous-grand-public/curieuses-visites-curieuses

> Lab'OC, el laboratorio de patrimonio – todo el año

Desde Grisolles hasta Capestang, pasando por Toulouse, el Lab'OC le cita a lo largo del Canal del Mediodía para que descubra su historia y su universo. De una forma divertida y virtual, abordará los campos científicos relacionados con él como la física, la hidráulica, la mecánica de fluidos, la historia, la arquitectura, el urbanismo, la flora y la fauna, etc.



Manténgase conectado

La Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées le mantiene informado a lo largo de todo el año sobre su actualidad, la de los centros universitarios y de la ciudad de Toulouse. Espectáculos, exposiciones, conferencias, festivales de estudiantes... ¡Todas las herramientas para no perderse nada!

Magazine U'zoom, el arte y la cultura en los campus universitarios: una selección de eventos culturales esenciales relacionados con los campus y las asociaciones de estudiantes presentados bajo la forma de artículos y entrevistas.

welcomedesk.univ-toulouse.fr/uzoom

Puede recibir la agenda de la cultura y de las ciencias y las técnicas mensualmente
www.univ-toulouse.fr/agenda-culture-sciences



L'Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées
présente

EXPLOREUR

les rencontres

DÉCOUVRIR COMPRENDRE PARTAGER

**Toute l'année,
des chercheurs viennent à votre rencontre
sur tout le territoire Occitanie !**

ÉVÉNEMENTS // ATELIERS // EXPÉRIENCES // QUIZ // DÉBATS

ACCÈS
LIBRE &
GRATUIT

**Rejoignez la team #Exploreur
Vivez les sciences autrement !**



PROJET COFINANCÉ PAR LE FOND EUROPÉEN DE DÉVELOPPEMENT RÉGIONAL



Université
Fédérale
Toulouse
Midi-Pyrénées

www.univ-toulouse.fr/exploreur



#EXPLOREUR

08. TRANSPORTES

La ciudad de Toulouse propone varios tipos de transporte urbano. Los detalles y la información están disponibles en el Accueil-Welcome Desk.

Autobús, metro y tranvía



La red de transporte urbano de Toulouse está gestionada por Tisséo. Los abonos deben cargarse en la tarjeta Pastel (documento de identidad con foto) o en la tarjeta de estudiante MUT en una agencia Tisséo o e-agencia (Accueil-Welcome Desk). Horarios, rutas, información y tarifas: www.tisseo.fr/ aplicación móvil disponible.

Bicicleta



VéloToulouse, ¿y si montara en bicicleta?

20 €/año – número de trayectos ilimitado

¡El abono es inmediato en las tarjetas de estudiante MUT pastel!

www.velo.toulouse.fr

La asociación “Le Zinc” en el campus de la UT3 propone bicicletas usadas, o le ayuda reparar la suya

La asociación “La Maison du Vélo” (La Casa de la bicicleta) propone precios especiales a los estudiantes para el alquiler de bicicletas (antirrobo y mantenimiento incluidos) al mes (8 €) o un año (80 €), y un taller de auto-reparación y cursos: www.maisondouvelotoulouse.com.

Vehículo compartido

www.covoiturage.tisseo.fr

www.blablacar.fr

www.idvroom.com - vehículo compartido diario



Vehículos de uso temporal

Información: www.toulouse.citiz.coop

Información y abonos: 116 grande rue Saint-Michel - 31400 Toulouse

Hay dos flotas de vehículos (61 en total) en libre servicio las 24 horas del día con una tarjeta o mediante una APP. El precio incluye todo: combustible, asistencia técnica, seguro, estacionamiento, etc. El precio depende de la duración y de la distancia.

Citiz: Reserva previa por teléfono, internet o APP, plaza de aparcamiento garantizada en una de las 23 estaciones al devolver el vehículo, una amplia gama de vehículos.



Yea: Un acceso espontáneo, sin reserva, gracias a la geolocalización, la devolución del vehículo es libre en un amplio perímetro en el centro de la ciudad de Toulouse, y flexible sin hora de restitución.



Tren



Las nuevas ofertas TER (Tren Expreso Regional)

En curso de modificación en el momento de la edición

www.ter.sncf.com/midi-pyrenees/offres/bons-plans-etudiants/pack-illimite-jeunes



Para viajar por Francia:

La tarjeta joven 18 - 27 años

50 €/año

Un mínimo del 30% de descuento garantizado en todos los trenes TGV e

Intercités con reserva obligatoria

Más información:

www.sncf.com/fr/tarifs-reduits/carte-jeune

La tarjeta TGV Max (Trenes de alta velocidad)

de 16 a 27 años

79 €/mes: viajes ilimitados en todos los trayectos de TGV e Intercités con reserva obligatoria. Más información: www.sncf.com/fr/offres-voyageurs/cartes-tarifs-grandes-lignes/tgvmax

Clubéo

**Plus vous validez
plus vous gagnez !**



Tisséo - DLR



**Cumulez des points à chaque
trajet et choisissez vos cadeaux
sur la boutique Clubéo !**

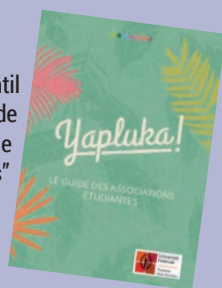
Inscription sur clubeo.tisseo.fr

09. INICIATIVAS Y EMPRENDIMIENTO

¿Le gustaría montar y desarrollar proyectos, dinamizar la vida estudiantil en su campus, o más allá? Sí... Pero, ¿cómo puede hacerlo? ¿Por dónde empezar? El elemento clave para que tenga éxito en su proyecto asociativo es estar bien asesorado. La Universidad Federal ha editado Yapluka, guía práctica de asociaciones estudiantiles. En ella, podrá encontrar mucha información, consejos, sugerencias metodológicas y herramientas que pueden ayudarle en su gestión diaria.

> welcomedesk.univ-toulouse.fr/yapluka

También puede ponerse en contacto con los responsables de la vida estudiantil de su centro de enseñanza (véase la lista más abajo). Por último, la Ciudad de Toulouse propone una ayuda sumamente valiosa con la guía del organizador de eventos (disponible en la página web del Ayuntamiento, en la pestaña "Services" y después "Vie associative").



FINANCIAR SU PROYECTO

Existen varios fondos de ayuda para realizar proyectos de estudiantes de carácter asociativo o individual:

> FSDIE (Fondo de Solidaridad y Desarrollo de Iniciativas Estudiantiles) de las universidades (véanse los contactos más adelante).

> Para los otros centros de enseñanza, diríjase a la Oficina del Estudiante (BDE en francés).

> Culture - Actions du Crous: el Crous le ayuda a convertirse en un actor de la vida cultural universitaria apoyando económicamente sus proyectos.

www.crous-toulouse.fr/cultureactions

Atención a las fechas límite de presentación de los expedientes y a las condiciones de atribución de las subvenciones, que no son siempre las mismas en todas partes.

¿DÓNDE INFORMARSE?



En el Accueil–Welcome Desk de la Universidad Federal Toulouse Midi-Pyrénées: concertación de citas y documentación
Contacto: Zeld LANNES, 05 61 14 80 22, association@univ-toulouse.fr

Capitole UT1: Servicio de comunicación
Contacto: Françoise LATTES, francoise.lattes@ut-capitole.fr

UT3 Paul Sabatier:
Division de la Vie Étudiante (División de Vida Estudiantil) (DVE)
Contactos:
Simon CNUDE, 05 61 55 60 83, scnudde@adm.ups-tlse.fr
Audrey PETCHY, 05 61 55 72 83, audrey.petchy@univ-tlse3.fr

UT2J: Associations et Initiatives Étudiantes (PAIE). Contacto: Mehdi BOUBAKER
05 61 50 24 11, paie@univ-tlse2.fr

Crous: Servicio Cultural
Contacto: Emile GALBANI, 05 61 12 54 55
culture@Crous-toulouse.fr

INP Toulouse: Mission Vie étudiante (Misión de Vida Estudiantil).
Contacto: Françoise SILVESTRE
francoise.silvestre@ensiacet.fr

Institut National Universitaire JF Champollion:
Champollion: Service Communication, Vie étudiante et Action Culturelle (Servicio de Comunicación, Vida estudiantil y Acción Cultural)
Contacto: Charline MARCOS, 05 63 48 19 70,
charline.marcos@univ-jfc.fr

Listas más completas de los contactos útiles en internet:

- > Sitio web de la Universidad Federal (centros de enseñanza superior, servicios públicos, estructuras privadas): welcomedesk.univ-toulouse.fr/contacts-asso
- > Sitio web de la asociación Animafac (anuario de las asociaciones de estudiantes y fichas temáticas): www.animafac.net/annuaire

CONVIÉRTASE EN UN ESTUDIANTE EMPRENDEDOR: EL POLO ÉCRIN

PEPITE ECRIN es un dispositivo de promoción de la cultura emprendedora en la enseñanza superior realizado por la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées: creación o compra de una empresa, microemprendimiento, profesiones liberales, emprendimiento social o emprendimiento en organizaciones existentes.

¿Tiene un proyecto de creación de actividad (empresa, asociación, etc.)? ECRIN PÉPITE puede acompañarle a través del Estatus Nacional de Estudiante-Emprendedor y el título universitario asociado. En el programa: un acompañamiento colectivo en forma de talleres y conferencias, acceso libre a un espacio de coworking y la posibilidad de sustituir las prácticas de fin de curso por un período de trabajo en su propio proyecto.

El dispositivo PÉPITE ECRIN está dirigido a todos los estudiantes y a los jóvenes titulados desde hace menos de tres años: puede presentar su candidatura independientemente de su recorrido, especialización y el sector de su proyecto. Organiza o apoya muchos eventos de sensibilización y formación para el emprendimiento, durante todo el año.

Contactos: www.univ-toulouse.fr/ecrin y ecrin@univ-toulouse.fr

10. ACTIVIDADES DEPORTIVAS



Practicar una actividad deportiva paralelamente a los estudios es una excelente manera de relajarse después de una larga jornada de clases y también de hacer nuevas amistades. Para que pueda practicar su actividad preferida, por simple ocio o en competición, los centros de enseñanza y los ayuntamientos han desarrollado numerosas ofertas y descuentos.

En los centros de enseñanza:

Los Servicios Universitarios de Actividades Físicas y Deportivas (SUAPS/DAPS) se encargan de enseñar y organizar prácticas deportivas.

Cada centro propone una variada oferta deportiva a precios asequibles, a veces con la posibilidad de sumar créditos ECTS con esta práctica (UE EPS).

> Universidades: www.ut-capitole.fr/campus/sport/,
www.univ-tlse2.fr/accueil/vie-des-campus/sport/, polesport.univ-tlse3.fr/

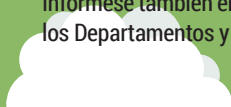
> Escuelas e institutos: Centro de Actividades Físicas y Deportivas.

Ayuntamientos:

Las páginas web de los ayuntamientos tienen abundante información sobre deporte. En ellas, podrá encontrar los enlaces hacia los clubs y las asociaciones, el calendario de los principales eventos, los horarios de las instalaciones municipales (piscinas, etc.) o las ofertas y descuentos para jóvenes y estudiantes.

Ejemplo del Ayuntamiento de Toulouse: www.toulouse.fr/web/sports

Infórmese también en los otros organismos de la vida universitaria como el CROUS, el CRIJ, los Departamentos y la Región.



CURIEUSE

VISITE CURIEUSE

{ Découvrez autrement
les sites scientifiques
de Toulouse et sa région }



..... ASTRONOMIE
..... MINÉRALOGIE
..... ARCHÉOLOGIE
..... BOTANIQUE
..... MÉDECINE

© Les Chemins Buissonniers - n° de Licence d'entreprise spectacle : 2-1104866 / 3-1104867

11. INTERNACIONAL

Estudiar en Francia

CIUDADANOS EUROPEOS

Los ciudadanos del Espacio Económico Europeo (EEE) y de Suiza no necesitan visado para entrar en Francia. Basta con un pasaporte o un documento de identidad no caducado. Algunas administraciones le pedirán una copia de su partida de nacimiento.

CIUDADANOS NO EUROPEOS

Los ciudadanos originarios de un país no perteneciente al EEE necesitan visado. La solicitud se realiza en el Consulado o en la Embajada de Francia de sus países respectivos. A su llegada al territorio francés los estudiantes extranjeros con un visado de tipo D (estudiantes) no necesitan pedir un permiso de residencia en la Prefectura.

Deberán realizar una primera solicitud de permiso de residencia en la Prefectura: los estudiantes con Visado C "oposiciones" admitidos a estas oposiciones, Visado D "menor de edad escolarizado" que ha alcanzado la mayoría de edad (18 años), Visado D "en prácticas" y Visado D "estudiante" y de nacionalidad argelina.

Sin embargo, los estudiantes con visado D "estudiante" deberán enviar al OFII (Organismo francés de inmigración y de Integración), al llegar, el formulario de entrada en territorio francés (entregado por las autoridades consulares francesas junto con el visado) correctamente cumplimentado (la dirección es muy importante) así como una fotocopia del pasaporte, del visado y del sello de entrada en territorio francés o en el espacio Schengen, a la siguiente dirección:

Office Français de l'Immigration et de l'Intégration - Direction territoriale de Toulouse:
7, rue Arthur Rimbaud - CS 40310 - 31023 Toulouse cedex 2.

El OFII les enviará una carta convocándolos para estampar un timbre especial en su pasaporte que valide su visado.

Información disponible en el Accueil-Welcome Desk: puede consultar toda la información y las noticias en el sitio <https://welcomedesk.univ-toulouse.fr/>





Université
Fédérale
Toulouse
Midi-Pyrénées

TOUL'BOX: PARA AYUDARLE EN SU INSTALACIÓN

Para facilitar sus trámites relacionados con su llegada y su instalación en Toulouse y en su región, la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées propone paquetes de servicios adaptados a su situación y necesidades.

Para ello, el dispositivo Toul'Box le acompaña desde su casa hasta su instalación para anticipar tu estancia lo mejor posible.

Imagine que a su llegada todo está listo: reserva de alojamiento, servicio de recepción en el aeropuerto, apertura de una cuenta bancaria, tarjeta personal de transporte público, etc.

Consulte nuestros diferentes paquetes en nuestro sitio web www.toulbox.univ-toulouse.fr y elija el que más le convenga.

¿A quiénes está destinado?

Estudiantes, docentes e investigadores de una de las instituciones miembro de la Universidad Federal Toulouse Midi-Pyrénées.

¿CÓMO INSCRIBIRSE?

Basta con crear una cuenta y hacer un pedido online en www.toulbox.univtoulouse.fr

Al crear su cuenta, dispone automáticamente un espacio personal en el sitio donde puede presentar los documentos necesarios para su pedido que será atendido por un operador de Toul'Box.

Para cualquier información adicional, no dude en contactarnos:

toulbox@univ-toulouse.fr

BUDDY SYSTEM - APADRINARSE ENTRE ESTUDIANTES

La asociación Erasmus Student Network France tiene como objetivo la ayuda mutua de los estudiantes, "students helping students". Su primera misión es acoger e integrar a los estudiantes internacionales en su nueva ciudad.

El BuddySystem es un sistema de apadrinamiento de los estudiantes internacionales, y especialmente europeos por estudiantes locales que integran una plataforma online y las asociaciones de la red ESN. El apadrinamiento de un estudiante internacional le permite recibir una acogida personalizada, tener una persona de contacto privilegiada para acompañarle en sus trámites administrativos, hacerle descubrir la ciudad, su lugar de estudio/trabajo o aportarle una ayuda de manera puntual y personalizada.

esntoulouse.buddysystem.eu/ – fr-fr.facebook.com/esnaser.toulouse

Viajar al extranjero



Movilidad académica, prácticas en el extranjero, año sabático, voluntariado, etc. Para los estudiantes las ocasiones de viajar al extranjero durante su carrera son múltiples.

Infórmese en el Servicio de Relaciones Europeas e Internacionales de su centro de enseñanza para saber de qué forma puede disfrutar de una experiencia en el extranjero.

El dispositivo Mouv'Box facilita su partida.

Las instituciones de enseñanza superior están convencidas de que todos los estudiantes deben tener la oportunidad de vivir una experiencia en el extranjero. Como complemento de su acompañamiento, la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées centra sus esfuerzos para alentarles en este proyecto con la Mouv'Box.

Gracias a este dispositivo, un miembro de Mouv'Box le acompaña en cada etapa de su proyecto para:

Informarle

Financiar su movilidad

Efectuar su seguimiento durante su estancia en el extranjero

Valorizar su experiencia a su regreso

¿A quiénes está destinado?

A todos los estudiantes matriculados en uno de los centros de enseñanza miembros de la Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées

Algunos ejemplos de prestaciones de servicios:

- > Informaciones online sobre los diferentes tipos de movilidad, los países, trámites para viajar al extranjero y diferentes tipos de financiación
- > Diríjase al Accueil-Welcome Desk o por internet para que gratuitamente analicemos su proyecto y le guiemos en sus trámites
- > Acceso a las ventajas de nuestros afiliados en cuestiones de salud, viajes y banco.
- > Seguimiento durante el viaje y valorización de la experiencia a su regreso
- > Servicio de pago de acompañamiento en la búsqueda de financiación (financiación pública, privada, asociativa, etc. dentro y fuera de Francia)

INSTRUCCIONES

En el sitio dedicado a los estudiantes **mouvbox.univ-toulouse.fr** podrá acceder gratuitamente a mucha información sobre la movilidad internacional

Para ir más lejos y encontrar a un operador de movilidad:

1 / Conéctese a **www.mouvbox.univ-toulouse.fr**

2 / Utilice la herramienta de establecimiento de citas y elija el servicio Mouv'Box

3 / Reúnase con su operador de movilidad en el Accueil-Welcome Desk

Si desea más información, póngase en contacto con nuestro equipo de Mouv'Box:
mouvbox@univ-toulouse.fr



Información y contactos útiles

Campus France es la agencia francesa que promueve la enseñanza superior, la acogida y movilidad internacional

Lista de las becas en el mundo en la página web de Campus France.

Becas:

- > de programas de intercambio (Erasmus, CREPUQ, etc.), véase el servicio de relaciones internacionales de los centros de enseñanza
- > de los ministerios (de enseñanza superior y de investigación/asuntos exteriores)

www.campusfrance.org/fr

Ministerio de Asuntos Exteriores:

www.diplomatie.gouv.fr/fr/venir-en-france-22365



¿TIENE ALGUNA PREGUNTA?

El servicio de relaciones internacionales de su centro de enseñanza puede acompañarle en su recorrido migratorio. Si tiene cualquier pregunta sobre su visado o permiso de residencia estudiante puede enviar un E-mail a la oficina del estudiante de la Prefectura a la siguiente dirección: **etudiants@haute-garonne.pref.gouv.fr** o **pref-scientifiques-etrangers@haute-garonne.gouv.fr** para los visados de passeport talent.

CURSOS DE IDIOMAS

> **1 - La Universidad Federal de Toulouse Midi-Pyrénées** propone cursos de aprendizaje y de perfeccionamiento del idioma francés (FLE) y de otras lenguas modernas) (LVE).

Estas clases están dirigidas a los estudiantes de grado (en movilidad), de máster, doctorandos y posdoctorandos, profesores e investigadores vinculados a los centros de enseñanza de la Universidad Federal.

> Clases de francés (FLE) e inglés: **www.toulbox.univ-toulouse.fr**

> Para otros idiomas extranjeros: **lve@univ-toulouse.fr**

> **www.univ-toulouse.fr/formation/perfectionnement-en-langues**

> **2 - En los centros de enseñanza:**

CRL (Centros de recursos en idiomas)

Los espacios multimedia dedicados a los idiomas abren sus puertas todo el año para que desarrolle sus capacidades en materia de idiomas.

> **3 - Centros e institutos culturales extranjeros**

Estos centros proponen clases de idiomas pero también son actores culturales en las ciudades al asociarse a festivales, conferencias, etc., para incentivar el idioma en cuestión.

Association Amitié France Portugal
www.aafp.chez-alice.fr

Association L'Italie à Toulouse
www.litalieatoulouse.com

Centre Dante-Alighieri
www.ladante.fr

Cercle franco-hellénique
cercle.toulouse.free.fr

Goethe Institut
www.goethe.de/toulouse

Institut d'études Andorranes

> 4 - Alliance Française

www.alliance-toulouse.org

> 5 - Asociaciones

www.iea.ad

ieact@andorra.ad

Instituto Cervantes
www.toulouse.cervantes.es

Association Tchín-Tchine
Clases de chino en Toulouse
www.tchin-tchine.com

La Maison de l'Europe
www.europe-toulouse.eu
05 61 53 94 86



12. CONTACTOS

Aquí puede consultar todas las direcciones de los diferentes contactos que figuran en la guía en azul, por orden alfabético.

>> Université Fédérale Toulouse

Midi-Pyrénées et Accueil-Welcome Desk
41 allées Jules Guesde
CS 61321 - 31013 Toulouse Cedex 6
www.univ-toulouse.fr

>> Conseil Régional de Midi-Pyrénées

22 boulevard du Maréchal Juin
31406 Toulouse Cedex 9
+33 (0)5 61 33 50 50 - www.midipyrenees.fr

>> CRIJ (Centre Régional d'Information Jeunesse)

17 rue de Metz - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 21 20 20
crij-tlse@crij.org - www.crij.org

>> Crous (Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires)

58 rue du Taur - 31070 Toulouse
0806 800 131
www.crous-toulouse.fr

>> Rectorado

+33 (0)5 61 17 70 00 - www.actoulouse.fr
Informaciones administrativas
Tel. 3939

TRÁMITES ADMINISTRATIVOS

>> Cite administrative

Boulevard Armand Duportal
31074 Toulouse Cedex
+33 (0)5 67 73 64 79 - www.travail.gouv.fr

>> MAE (la Mutuelle Assurance Élèves)

55 rue Bayard - 31000 Toulouse
+33 (0)5 34 41 53 53 - www.mae.fr

>> Mairie d'Albi

16 rue de l'Hôtel de Ville - 81023 Albi Cedex 9
+33 (0)5 63 49 10 10
www.mairie-albi.fr

>> Mairie d'Auch

Hôtel de Ville - Place de la Libération
BP 321 - 32007 Auch Cedex
+33 (0)5 62 64 12 11 - www.mairie-auch.fr

>> Mairie de Castres

BP 10406 - 81108 Castres Cedex
+33 (0)5 63 71 58 58 - www.ville-castres.fr

>> Mairie de Figeac

BP 205 - rue de Colomb - 46100 Figeac
+33 (0)5 65 50 05 40 - www.ville-figeac.fr

>> Mairie de Moutauban

9 rue de l'Hôtel de Ville - 82000 Montauban
+33 (0)5 63 22 12 00 - www.montauban.com

>> Mairie de Tarbes

1 pl. Jean Jaurès - 65000 Tarbes
+33 (0)5 62 44 38 38 - www.tarbes.fr

>> Mairie de Toulouse

Place du Capitole - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 22 29 22

>> Services de l'état civil de Toulouse

8 rue du Colonel Pélissier
+33 (0)5 61 22 30 26 / 27
www.mairie-toulouse.fr

>> Mairie de Rodez

Place Eugène Raynaldy - 12000 Rodez
+33 (0)5 65 77 88 00 - www.mairie-rodez.fr

>> Taxe d'habitation et redevance audiovisuelle

www.impots.gouv.fr

ALOJAMIENTO

>> ADIL 31 (Agence départementale d'information sur le logement)

4 rue Furgole - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 22 46 22 - www.adil31.org

>> CAF (Caisses d'Allocations Familiales)

+33 (0)5 61 99 77 00 - www.caf.fr
Información general:
+33 (0)8 20 25 31 10

Mission Accueil Logement de l'Université Fédérale

+33 (0)5 61 14 58 48
logement@univ-toulouse.fr

>> Résidence Abitel

1 rue Tastavin - 31100 Toulouse
+33 (0)5 61 44 05 70

>> Résidence de Jolimont

2 avenue Yves Brunaud 31500 Toulouse
+33 (0)5 34 30 42 80

>> Service Logement du Crous

0806 800 131
www.crous-toulouse.fr

TRANSPORTE

>> Aéroport de Toulouse-Blagnac

Tel. 3654 o +33 (0)8 25 38 00 00
www.toulouse.aeroport.fr

>> Gare routière

68 boulevard Pierre Semard - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 61 67 67 (autobuses regionales)

>> Gare SNCF (Matabiau)

64 boulevard Pierre Sémard - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 10 10 00
www.sncf.fr

>> Tisséo-SMTC (autobús-metro)

9 rue Michel Labrousse
31081 Toulouse Cedex 1
+33 (0)5 61 41 70 70 - www.tisseo.fr

EMPLEO

>> Afev Toulouse

25 rue Magendie - 31400 Toulouse
+33 (0)5 34 31 94 00
www.toulouse.afev.org

>> DDTEFP (Direction Départementale du Travail, de l'Emploi et de la Formation Professionnelle)

>> Pôle emploi

www.pole-emploi.fr - +33 (0)8 11 55 01 31

EMBAJADAS Y CONSULADOS DE TOULOUSE

www.mfe.org/annuaires/annuaires.htm
+33 (0)5 34 41 34 81

>> **Bélgica:** 3 rue Mage
05 61 52 67 93

>> **Brasil:** 26 rue Saint-Antoine du T
05 62 30 44 59

>> **Canadá:** 10 rue Jules de Rességuier
05 61 52 19 06

>> **Dinamarca:** 41 rue d'Alsace Lorraine
05 34 44 98 37

>> **España:** 16 rue Sainte- Anne
05 34 31 96 60
www.exteriores.gob.es/consulados/toulouse

>> **Estados Unidos:** 25 allées Jean Jaurès
05 34 41 36 50
www.french.toulouse.usconsulate.gov

>> **Finlandia:** 3 rue Maxime Jouret
05 61 80 80 91

>> **Alemania:** 24 rue de Metz
05 61 52 35 56

>> **Gran Bretaña:** English Enterprises
20 chemin de Laporte - 05 61 15 02 02

>> **Italia:** 19bis rue Riquet
05 34 66 89 90 / www.constolosa.esteri.it

>> **México:** 34 rue d'Aubuisson
05 34 41 74 40

>> **Marruecos:** 57 avenue Jean Rieux
05 62 47 10 47
www.consulat.ma/fr/consulat.dfm

>> **Países Bajos:** 32 rue d'Alsace Lorraine
05 61 13 64 94

>> **Polonia:** 9 rue Cancé
06 24 68 75 07

>> **Portugal:** 33 avenue Camille Pujol
05 61 80 43 45

SALUD

>> CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie)

3 boulevard Léopold Escande
31093 Toulouse cedex 9

>> Centre d'examen de santé de Toulouse

+33 (0)5 61 14 75 75

>> LMDE (L'assurance maladie et mutuelle étudiante)

97 rue Riquet - 31007 Toulouse
+33 (0)969 369 601
(coste de una llamada local)
www.lmde.com

>> SOS Médecins:

+33 (0)5 61 33 00 00

>> Centro de vacunación:

+33 (0)5 61 22 23 46
17 pl. de la Daurade, Toulouse

>> Farmacia nocturna:

+33 (0)5 61 62 38 05
76 all. Jean Jaurès, Toulouse

>> Croix Rouge Écoute:

+33 (0)8 00 85 88 58

>> Drogas/alcohol/tabaco información servicios:

+33 (0)8 00 23 13 13

>> Sida información servicios:

+33 (0)8 00 84 08 00

>> VITTA VI (seguro de enfermedad estudiantes)

7 rue des Lois - 31000 Toulouse
+33 (0)825 825 715 - www.vittavi.fr

>> Pass Mutuelle de la Région Occitanie:

www.laregion.fr/PassMutuelleEtudiant

INTERNACIONAL

>> Campus France

www.campusfrance.org/fr

>> Maison de l'Europe

32 rue de la Dalbade - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 53 94 86
europetoulouse@wanadoo.fr

>> OFII

7 rue Arthur Rimbaud - CS 40310
31203 Toulouse cedex 2
+33 (0)5 34 41 72 20
toulouse@ofii.fr - www.ofii.fr

>> Préfecture

Servicios administrativos
(permisos de residencia, etc.):
1 rue Sainte-Anne - 31000 Toulouse
Acogida de estudiante extranjeros:
+33 (0)5 34 45 34 64

ORIENTACIÓN

>> CIO du SUPAccueil-Welcome Desk

41, allées Jules Guesde - 31000 Toulouse
saio-ciosup@ac-toulouse.fr
www.ac-toulouse.fr

>> DEFLE

Université Toulouse 2 - Jean Jaurès
5 allées Antonio Machado - 31058 Toulouse
+33 (0)5 61 50 45 10
+33 (0)5 61 50 42 38
defle@univ-tlse2.fr
www.w3.defle.univ-tlse2.fr/accueil.php
Cursos de verano: etedefle@univ-tlse.fr

>> ONISEP

58 allées Jean Jaurès - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 17 82 10 - www.onisep.fr

VIDA ASOCIATIVA

>> Animafac

info@animafac.net - www.animafac.net

>> Centre toulousain du volontariat

95 grande rue Saint-Michel - 31400 Toulouse
+33 (0)5 61 25 94 90
ctv31@aliceadsl.fr

>> Mission Culture et Initiatives Etudiantes

+33 (0)5 61 14 80 22
culture@univtoulouse.fr

NÚMEROS ÚTILES

NÚMEROS DE EMERGENCIA

>> Número de emergencias europeo: 112

>> Policía: 17

>> Bomberos (incendio, accidente, problema de salud): 18

>> SAMU: 15 o +33 (0)5 34 39 33 33

OTROS

>> AVF Toulouse
(Accueil des Villes Françaises)

43 place des Carmes - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 55 39 81

>> Office de tourisme

Donjon du Capitole - 31000 Toulouse
+33 (0)5 61 11 02 22
www.ot-toulouse.fr - infos@ot-toulouse.fr

>> Abono EDF-GDF

+33 (0)8 10 13 10 00
www.edf.fr - www.gazdefrance.fr

>> Reparación gas:

+33 (0)8 01 13 14 33

>> Reparación electricidad

+33 (0)8 10 13 13 33

>> Compagnie générale des eaux
de Toulouse

+33 (0)5 61 34 77 77

>> Ciber Cafés en la ciudad

Acceso internet en el CRIJ

>> Objetos perdidos en Toulouse

+33 (0)5 62 27 63 00

>> Pérdida de tarjeta bancaria

+33 (0)8 92 70 57 05

>> Información telefónica

www.pagesjaunes.fr



Université
Fédérale

Toulouse
Midi-Pyrénées

**UNIVERSITÉ FÉDÉRALE
TOULOUSE MIDI-PYRÉNÉES**

41 allées Jules Guesde
31 013 Toulouse

www.univ-toulouse.fr



@Univ_Toulouse