

**GUIDE D'ACCUEIL DES
ÉTUDIANTES ET ÉTUDIANTS
INTERNATIONAUX EN CONTEXTE DE
PANDÉMIE**

1er décembre 2021

TABLE DES MATIERES

Entrer au Canada	3
Autorisations et documentation	3
Avant le décollage	5
Au point d'entrée	6
Formulaires de l'UQAM	7
PRÉPARER La Quarantaine OBLIGATOIRE	7
Transport vers le lieu de quarantaine	7
Hébergement.....	7
Essentiels à prévoir	9
Obligations à respecter pendant la quarantaine.....	9
En cas de maladie	9
Assurance obligatoire	10
Actions à prendre en cas de symptômes liés à la COVID-19	10
Montréal et l'uqam en temps de pandémie	10
Cours en ligne	10
Restrictions de la Direction de la santé publique	11
Enregistrement des vaccins reçus à l'extérieur du Québec et application du passeport vaccinal	11
Marché du travail	12
Vie sociale	12
Services de soutien	13
Programme de jumelage Allô!.....	13

Après avoir imposé de nombreuses restrictions à l'entrée au Canada des voyageurs internationaux, le gouvernement fédéral a mis en place des [exemptions pour les étudiants étrangers](#). Depuis le 20 octobre 2020, les étudiantes et étudiants internationaux peuvent venir au pays, à certaines conditions.

Si vous pensez venir au Canada prochainement, voici d'importantes informations. La situation liée à la pandémie de COVID-19 a plusieurs impacts que vous devez considérer ; **il est essentiel de prendre connaissance de ce qui suit avant de partir**. De plus, nous vous conseillons aussi de lire le «[Guide pour les étudiants étrangers qui arrivent au Canada en provenance de l'étranger](#)» du Gouvernement du Canada.

Si vous choisissez de venir poursuivre vos études au Canada, l'UQAM sera très heureuse de vous accueillir ! De nombreuses ressources sont disponibles pour vous aider et ce, autant avant qu'après votre arrivée. N'hésitez surtout pas à [communiquer avec l'équipe de soutien aux étudiants internationaux](#) qui se fera un plaisir de répondre à vos questions. De plus, nous vous conseillons fortement d'assister aux [webinaires](#) qui vous donneront les dernières informations sur la situation à Montréal et les mesures liées à la pandémie ainsi que de précieux conseils sur l'immigration.

Aussi, sachez que la majorité de nos services vous sont accessibles à distance. Consultez le [site web des Services à la vie étudiante](#) et le site [info études 2021-2022](#).

ENTRER AU CANADA

Puisque l'UQAM figure sur la [liste des établissements d'enseignement désignés](#) ayant un plan de préparation à la COVID-19 approuvé par la province, vous pourriez venir poursuivre vos études au Canada si vous remplissez les critères et obligations qui suivent.

Autorisations et documentation

Les changements aux restrictions de voyage s'appliquent, quel que soit votre pays d'origine ou la date à laquelle votre permis d'études a été approuvé. De plus, vous pourrez entrer au Canada même si vos cours sont offerts en ligne.

ATTENTION !

Vous ne devez pas faire de projets de voyage tant que vous ne respectez pas toutes les exigences et que vous n'avez pas reçu toutes les autorisations nécessaires.

À compter du 1^{er} décembre, Le gouvernement du Canada a mis en place des mesures additionnelles contre le variant préoccupant Omicron du virus responsable de la COVID-19. Voir le [communiqué de presse du 30 novembre](#) pour les détails.

Visitez régulièrement la page [Voyageurs vaccinés contre la covid-19 qui entrent au Canada](#) pour connaître la liste des pays visés par des mesures d'interdiction d'entrée. Les ressortissants étrangers qui se trouvaient dans l'un des pays visés au cours des 14 derniers jours se verront refuser le droit d'entrer au Canada.

De plus, **tous les voyageurs entièrement vaccinés** qui arrivent par voie aérienne en provenance de pays autres que les États-Unis seront soumis à un **test de dépistage à leur arrivée**. Les voyageurs entièrement vaccinés devront également se mettre en **quarantaine** en attendant le résultat de leur test de dépistage subi à l'arrivée.

Pour être admissible en tant que [voyageurs entièrement vaccinés](#), vous devez avoir reçu au moins deux doses d'un vaccin accepté ou un mélange de deux vaccins acceptés ou au moins une dose du vaccin Janssen/Johnson & Johnson, au moins 14 jours avant la journée de votre voyage. Les vaccins acceptés sont: Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca, Janssen/Johnson & Johnson, Bharat Biotech, Sinopharm et Sinovac.

Tous les voyageurs, peu importe leur statut vaccinal, doivent toujours subir **un test de dépistage** 72 heures avant et à leur arrivée au Canada, fournir leurs informations de voyage via l'application **ArriveCan** et avoir **un plan de quarantaine** de 14 jours en prévision d'un éventuel test positif à l'arrivée.

Consultez la page [Voyageurs vaccinés contre la covid-19 qui entrent au Canada](#) pour toutes les précisions.

***Attention :** À compter du **15 janvier 2022**, les étudiants internationaux de 18 ans et plus ne seront autorisés à entrer au pays que s'ils sont entièrement vaccinés avec l'un des vaccins approuvés pour l'entrée au Canada.

Consultez le [Communiqué de presse](#) et le [Document d'information](#) publiés le 19 novembre 2021 pour les détails.

De plus, depuis le **30 octobre 2021**, les voyageuses et les voyageurs en **partance** d'aéroports canadiens **doivent être entièrement vaccinés** afin de monter à bord de leur transport. Jusqu'au **28 février 2022**, les ressortissants étrangers qui résident temporairement au Canada et qui y sont entrés sans avoir été vaccinés ou en étant partiellement vaccinés seront autorisés à quitter le pays sans avoir été entièrement vaccinés. **Après cette date, les ressortissants étrangers devront être entièrement vaccinés pour monter à bord d'un avion ou d'un train au Canada.** Consultez la page [COVID-19 Monter à bord d'avions, de trains et de bateaux de croisière au Canada](#) pour les détails.

Jusqu'au 14 janvier 2021, la quarantaine demeure obligatoires pour les voyageurs qui ne sont pas entièrement vaccinés. Consultez la page [Entrer au Canada par voie aérienne pendant la pandémie de COVID-19](#) pour les détails.

Notez que la vaccination est accessible et gratuite pour les étudiants internationaux. Voir la section [vaccination contre la covid-19](#) de notre site internet pour les détails.

Ainsi, **avant de partir, vous devez avoir en main** :

- Un certificat d'acceptation du Québec (CAQ) valide (sauf si vous faites un séjour d'échange de moins de 6 mois) ;
- Un permis d'études valide ou une lettre d'introduction pour le point d'entrée qui montre que votre demande de permis d'études a été approuvée ou qu'il vous est possible de faire la demande d'un permis d'études à votre entrée au Canada (ressortissants américains, de Saint-Pierre-et-Miquelon et du Groenland), sauf si vous faites un séjour d'échange de moins de 6 mois ;
- Un plan de quarantaine adéquat;
- Une attestation d'inscription au trimestre en cours.

Bien que ce ne soit pas une exigence du gouvernement canadien, certaines compagnies aériennes demandent une preuve d'inscription au trimestre actuel pour monter à bord. Certains agents des services frontaliers l'exigent également. Si vous arrivez trop tôt, l'agent des services frontaliers peut vous refuser l'entrée au pays. Vous pouvez commander votre attestation au Registrariat [ici](#). Il est important de préciser que vous souhaitez recevoir le document par courriel dans la section « remarques ».

Les membres de votre famille immédiate, s'ils sont entièrement vaccinés, seront en mesure de vous accompagner au Canada. Pour plus d'informations, nous vous conseillons de [participer à un des webinaires](#) offerts par l'équipe de soutien aux étudiants internationaux.

Avant le décollage

Avant le décollage, **vous devez aussi avoir en main** :

- Votre reçu ArriveCAN (imprimé ou sous forme de capture d'écran, attention aux [fraudes](#), l'inscription à ArriveCAN est gratuite);
- Votre résultat négatif au test de dépistage de la COVID-19 effectué dans les 72 heures avant le vol;

Tous les voyageurs aériens dont la destination est le Canada doivent soumettre leurs renseignements électroniquement au moyen d'[ArriveCAN](#) 72 heures avant leur arrivée au Canada. Cela comprend leurs coordonnées et leurs renseignements de voyage, le résultat de leur test de COVID-19, leur preuve de vaccination (le cas échéant), leur plan de quarantaine, une auto-évaluation de leurs symptômes de COVID-19 et des renseignements détaillés sur les pays qu'ils ont visités au cours des 14 jours précédant leur arrivée au Canada. Les voyageurs souhaitant entrer au Canada doivent être en mesure de fournir leur reçu [ArriveCAN](#) à un agent des services frontaliers, qui vérifiera que les renseignements des voyageurs ont préalablement été numérisés ».

De plus, Transport Canada a donné des [consignes aux transporteurs aériens](#) de refuser l'embarquement à toute personne présentant des symptômes liés à la COVID-19 (fièvre, essoufflement, toux) ou ne portant pas de couvre-visage.

Il peut être pertinent de prendre une assurance annulation au cas où l'embarquement vous serait interdit pour des raisons de santé. De plus, ayez tous vos documents d'immigration à portée de main, car il se peut qu'ils vous soient demandés avant de permettre l'embarquement.

Pour un résumé des modalités d'entrée, veuillez consulter le document du gouvernement canadien [Entrer au Canada par voie aérienne pendant la pandémie de COVID-19](#).

Au point d'entrée

À votre arrivée, c'est l'Agence des services frontaliers du Canada qui déterminera si vous êtes autorisé à entrer sur le territoire et si vous bénéficiez d'une exemption des mesures de quarantaine. Plusieurs facteurs seront considérés et la décision finale revient à l'agent des services frontaliers qui se basera sur l'information que vous lui donnerez.

Une fois le processus de l'ASFC terminé, les voyageurs doivent passer un test de dépistage moléculaire de la COVID-19 à leur arrivée au Canada avant de quitter l'aéroport. Pour sauver du temps à votre arrivée, vous pouvez réserver en avance votre test en fonction de votre heure d'arrivée. Consultez la page [Entrer au Canada par avion : Dépistage de la COVID-19 pour les voyageurs](#) pour accéder au site de réservation. Si vous n'êtes pas entièrement vacciné, vous recevrez également une trousse de dépistage à utiliser au 8^e jour de votre quarantaine.

Voyageurs qui ne sont pas exemptés

- Vous vous rendez à votre lieu de quarantaine.
- Vous utilisez la trousse de dépistage selon les consignes reçues.
- Vous utiliserez Arrive CAN pour le suivi quotidien de votre état de santé.

Si votre test d'arrivée est positif :

- vous serez contacté par les autorités locales de santé publique
- suivez leurs instructions

Voyageurs qui sont exemptés

Si votre test d'arrivée est négatif :

- observez les [mesures de votre autorité locale de santé publique](#)
- tenez une liste de tous vos contacts étroits pendant vos 14 premiers jours au Canada
- conservez des copies de votre preuve de vaccination pendant 14 jours

Si votre test à l'arrivée est positif :

- isolez-vous immédiatement des autres
- vous serez contacté par les autorités locales de santé publique
- suivez leurs instructions
- conservez des copies de votre preuve de vaccination pendant 14 jours

Pour vérifier si vous pouvez être exempté, consultez le site [Voyageurs vaccinés contre la COVID-19 qui entrent au Canada](#)

Formulaires de l'UQAM

L'équipe de soutien aux étudiants internationaux vous demande de **remplir un [formulaire d'enregistrement](#)** afin de recueillir des renseignements qui les aideront à vous offrir un soutien personnalisé. Vous pouvez compléter le formulaire lorsque vous avez tous les documents nécessaires à votre arrivée, que vos billets d'avion sont achetés et que vos préparatifs sont complétés.

Nous vous contacterons pour nous assurer que vous êtes bien arrivé, que tout se passe bien et que vous avez toutes les informations nécessaires. Vous aurez ainsi accès à une personne-ressource que vous pourrez contacter au besoin.

PRÉPARER LA QUARANTAINE OBLIGATOIRE

Tous les voyageurs doivent avoir un plan de quarantaine. Même les voyageurs entièrement vaccinés doivent prévoir un endroit où ils pourront s'isoler en attendant le résultat du test de dépistage effectué à l'arrivée. Le plan doit couvrir une période de 14 jours au cas où ils développeraient des symptômes de la covid-19 ou obtiendraient un résultat positif au test de dépistage effectué à l'arrivée.

Vous devez soumettre votre plan de quarantaine *via* [ArriveCAN](#) 72 heures avant votre arrivée au Canada. À votre arrivée, l'agent des services frontaliers vérifiera que vos renseignements ont bien été numérisés. De plus, notez que de sévères sanctions peuvent être imposées aux personnes qui ne respectent pas leur plan de [quarantaine](#) alors qu'ils sont tenus de s'y conformer.

[Consultez notre aide-mémoire qui vous aidera à concevoir votre plan de quarantaine](#)

Transport vers le lieu de quarantaine

Votre plan de quarantaine doit prévoir les moyens à prendre dès que vous quitterez l'aéroport: où irez-vous et par quel moyen de transport ?

Le gouvernement du Canada demande d'utiliser autant que possible un **moyen de transport privé**. Donc, idéalement, vous prendrez un taxi ou demanderez à quelqu'un de venir vous chercher. Vous devrez porter votre masque en tout temps durant le trajet et ne pas vous arrêter en route.

Hébergement

Vous devez être en mesure de vous rendre directement à votre lieu de quarantaine, endroit où vous logerez jusqu'à la fin de votre quarantaine de 14 jours et duquel vous ne pourrez sortir (sauf pour recevoir des soins médicaux, s'il y a lieu).

Critères pour le lieu de quarantaine

Afin de choisir votre lieu de quarantaine, vous devez tenir compte des [exigences du gouvernement](#) qui sont :

- un lieu de quarantaine approprié qui dispose des produits de première nécessité et dans lequel ne vit aucune personne susceptible de tomber plus gravement malade si elle contracte le virus (personnes âgées de plus de 65 ans, personnes malades ou immunosupprimées); et
- un lieu où il vous est possible de vous tenir à l'écart des personnes qui habitent avec vous (distance de 2 mètres en tout temps).

On vous demande de ne pas vous mettre en quarantaine dans des lieux tels que :

- un milieu de vie de groupe ou en communauté;
- un foyer dans lequel vivent des familles nombreuses ou beaucoup de personnes;
- un petit appartement que vous partagez, ou avec des colocataires qui n'ont pas voyagé avec vous;
- un camp, une résidence pour étudiants ou tout autre milieu de vie de groupe où il y a un contact étroit entre les personnes et des aires communes;
- un lieu partagé avec des personnes qui travaillent ou assurent des services dans un établissement, une maison de soins ou un lieu de travail qui compte des populations à risque.

Logement à long terme

Évidemment, votre lieu de quarantaine peut être le même que votre lieu de résidence à long terme, en autant qu'il réponde aux exigences énoncées ci-dessus.

À titre d'exemple, si vous avez prévu aller habiter chez votre tante âgée de 70 ans, vous ne pourrez vous y rendre qu'après votre quarantaine. Par contre, si vous avez loué un studio où vous habiterez seul, ce lieu peut également vous servir pour la quarantaine.

Si vous n'avez pas encore trouvé de logement à long terme, vous pouvez [consulter notre site web](#) pour des conseils et des ressources.

Résidences universitaires

Si vous avez un bail pour loger aux [résidences universitaires](#) pendant vos études, il vous est aussi possible d'y faire votre quarantaine dans le respect des consignes sanitaires. Nous vous invitons à communiquer avec les résidences universitaires pour vérifier les disponibilités si cette option vous intéresse.

Hôtels

Si vous ne savez pas où loger durant votre quarantaine, quelques hôtels vous offrent des tarifs privilégiés. Les coûts varient entre 950\$ et 1400\$.

Si cette option vous intéresse, vous n'avez qu'à remplir le [formulaire en ligne](#). Une personne vous contactera pour confirmer la disponibilité de l'hébergement.

Si vous avez des questions ou besoin de conseils supplémentaires quant au transport ou à l'hébergement, [communiquez avec l'équipe de soutien aux étudiants internationaux](#) qui pourra vous aider.

Essentiels à prévoir

Vous devez prévoir tout ce dont vous aurez besoin jusqu'à la fin de votre période de quarantaine. Vous devrez vous rendre directement à votre lieu de quarantaine et vous ne pourrez pas sortir de votre résidence. À moins d'indication contraire, la durée totale de votre quarantaine doit être de 14 jours à partir de votre date d'arrivée au Canada.

Nourriture, médicaments et biens de premières nécessités

Vous devriez déjà [repérer les commerces](#) se trouvant à proximité de votre lieu de quarantaine et voir s'ils offrent la livraison.

Internet

Vous devrez avoir accès à un réseau internet fiable. Vérifiez si votre lieu de quarantaine est équipé. Si ce n'est pas le cas, vous devrez [trouver un fournisseur](#) (et prévoir les coûts afférents).

Argent et carte de crédit

Pendant toute la période de quarantaine, vous ne pourrez pas sortir, même pour travailler ni pour vous ouvrir un compte bancaire canadien. Vous devrez donc être en mesure de subvenir à vos besoins sans travailler ou en ayant un travail qui se fait à distance.

De plus, comme vous devrez fort probablement commander vos biens de premières nécessités en ligne ou par téléphone, vous aurez besoin d'une carte de crédit. Faites les démarches auprès de votre institution bancaire afin d'obtenir une carte de crédit qui sera fonctionnelle au Canada.

Obligations à respecter pendant la quarantaine

Durant votre quarantaine, vous devrez respecter plusieurs [directives émises par le gouvernement du Canada](#). Parmi celles-ci on trouve :

- Surveiller votre état de santé et remplir une autoévaluation quotidienne des symptômes via [ArriveCAN](#) ou par téléphone au 1-833-641-0343;
- Ne pas quitter votre résidence, ni recevoir de visiteurs;
- Répondre aux appels du gouvernement fédéral provenant du 1-888-336-7735;
- Suivre les instructions liées à la trousse de dépistage reçue à votre arrivée.

EN CAS DE MALADIE

La pandémie de COVID-19 amène plusieurs restrictions et obligations en lien avec la santé. Il est important de prendre connaissance de ce que vous devez faire pour vous conformer aux exigences.

Assurance obligatoire

En tant qu'étudiant étranger, vous avez l'[obligation de souscrire à l'assurance médicale](#) de l'UQAM (dont Desjardins est l'assureur). Aucune autre assurance ne sera acceptée, sauf si vous obtenez la couverture médicale de la RAMQ ou une couverture médicale d'un organisme de coopération pour les boursiers.

ATTENTION !

Si vous deviez recevoir des soins médicaux liés à une condition préexistante, les frais seraient couverts par Desjardins jusqu'à un **maximum de 10 000\$ seulement**. Ce montant ne couvre pas plus de 3 jours d'hospitalisation et n'est pas suffisant pour une seule journée d'hospitalisation en soins intensifs. Ce risque est à considérer dans votre décision de venir au Canada.

Actions à prendre en cas de symptômes liés à la COVID-19

Voici ce que vous devez faire si vous ressentez des symptômes liés à la COVID-19 :

Si les symptômes se manifestent durant votre quarantaine, vous devez aviser le gouvernement du Canada, tel que mentionné ci-dessus.

Si les symptômes se manifestent après la période de quarantaine, vous devez :

1. Aviser l'UQAM en remplissant le [formulaire d'autodéclaration](#) ;
2. Remplir le [questionnaire d'autoévaluation](#) du gouvernement du Québec et/ou aller [passer un test de dépistage](#).

Il est aussi possible de contacter la ligne d'information sur le coronavirus (COVID-19) par téléphone au 514-644-4545.

Dès que vous ressentez des symptômes, gardez vos distances avec quiconque et portez un couvre-visage si vous devez sortir.

MONTRÉAL ET L'UQAM EN TEMPS DE PANDÉMIE

Comme partout dans le monde, la pandémie de COVID-19 frappe encore le Canada. La situation évolue constamment et peut varier grandement entre le moment où vous préparez votre séjour et le moment de votre arrivée. Il est de votre responsabilité de vous tenir informé et de vous conformer aux mesures en vigueur. Consultez le site du gouvernement du Québec [La maladie à coronavirus \(COVID-19\) au Québec](#) pour connaître le niveau d'alerte à Montréal et les mesures en place.

Cours en ligne

L'UQAM prévoit que la très grande majorité des cours du trimestre d'hiver 2022 à l'UQAM seront offerts en mode présentiel.

La situation évolue rapidement et les mesures s'ajustent continuellement. Le site [info études 2021-2022](#) est mis à jour au fur et à mesure que de nouvelles consignes sont émises; vous y trouverez de précieuses informations sur les services offerts.

Restrictions de la Direction de la santé publique

Avec les différents [niveaux d'alertes](#), viennent diverses mesures visant à contrôler la crise sanitaire. De sévères amendes peuvent être imposées aux personnes qui ne respectent pas les [règles en vigueur](#). Nous vous conseillons fortement de prendre connaissance des restrictions avant d'arriver.

Vaccination

Si vous avez reçu 2 doses des vaccins autorisés au Canada, il n'est pas nécessaire d'être vacciné à nouveau, mais vous devez enregistrer ces vaccins afin d'obtenir une preuve vaccinale (code QR). Les vaccins autorisés sont : Pfizer-BioNTech, Moderna, AstraZeneca, Covishield, Bharat Biotech, Sinopharm, Sinovac et Janssen/Johnson & Johnson (exception : 1 seule dose requise).

Si vous n'avez reçu aucune dose de vaccin ou une seule dose, prenez rendez-vous dès maintenant ou à présentez-vous à un site de vaccination sans rendez-vous (après votre quarantaine).

Si vous avez reçu un autre type de vaccin que ceux autorisés au Canada, communiquez avec le 1 877-644-4545 ou prenez rendez-vous en ligne sur [quebec.ca/vaccinocovid](#) en cochant l'option « dépannage covid ». Un professionnel de la santé évaluera votre couverture vaccinale. Selon les vaccins reçus, il est possible qu'il vous recommande une dose supplémentaire afin d'accroître votre protection contre la COVID-19.

À noter que ces recommandations pourront évoluer en fonction de l'évolution des connaissances sur la COVID-19 et les vaccins, par exemple les vaccins autorisés au Canada et par l'OMS.

Enregistrement des vaccins reçus à l'extérieur du Québec et application du passeport vaccinal

Depuis le 1er septembre 2021, un passeport vaccinal est requis pour fréquenter certains lieux publics et commerces du Québec, suivant une hausse de cas de COVID-19 (ex. : bars, gyms, restaurants).

Il est possible d'enregistrer les vaccins reçus à l'extérieur du Québec et d'obtenir une preuve vaccinale électronique du Québec (un code QR) afin de fréquenter ces lieux.

Il est nécessaire de prendre rendez-vous sur le site [Quebec.ca/vaccinCOVID](#) pour enregistrer les vaccins reçus à l'extérieur du Québec, en cochant l'option « Dépannage vaccin COVID-19 » sur l'application de rendez-vous.

Il est également possible de composer le 1 877 644-4545.

Les personnes concernées devront ensuite se présenter à une clinique de vaccination indiquée sur la plateforme afin de fournir une preuve vaccinale et d'être évaluées par un professionnel de la santé.

Accès aux services de vaccination du Québec

- La prise de rendez-vous est accessible :

En ligne sur le site [Quebec.ca/vaccinCOVID](https://quebec.ca/vaccinCOVID)

Par téléphone au 1 877 644-4545.

- Les étudiants peuvent également se rendre à un site de vaccination sans rendez-vous, après leur quarantaine.

Consultez [la liste des cliniques sans rendez-vous](#).

Si requis, il est possible de prendre rendez-vous pour la 2e dose dès le premier rendez-vous.

Preuve canadienne de vaccination contre la COVID-19

La preuve de vaccination canadienne vous permettra d'accéder à des services hors Québec et facilitera vos déplacements à l'intérieur et à l'extérieur du Canada.

- La plupart des personnes qui se sont fait vacciner au Canada pourront obtenir une preuve de vaccination canadienne contre la COVID-19 auprès de la province ou du territoire où elles ont été vaccinées.
- Les personnes vaccinées à l'extérieur du Canada peuvent demander aux autorités de la province ou du territoire où elles habitent s'il est possible d'enregistrer leurs documents de vaccination en échange d'une preuve canadienne.
- Pour obtenir plus de détails sur la preuve de vaccination canadienne contre la COVID-19 et savoir comment l'obtenir, consultez la page Canada.ca/preuve-vaccinale.

Marché du travail

Les mesures sanitaires prises pour contrôler la pandémie impactent grandement le marché de l'emploi à Montréal. À titre d'illustration, les bars et les restaurants, qui offrent de nombreux emplois à temps partiel bien rémunérés, ont dû mettre à pied plusieurs milliers de travailleurs au plus fort de la pandémie à cause des fermetures temporaires et de la baisse d'achalandage.

De plus, avec les cours en ligne et le télétravail, le campus de l'UQAM offrait moins d'opportunités d'emploi étudiant au cours de la dernière année. Il y a actuellement de nombreux emplois disponibles à Montréal, mais une hausse des cas de covid-19 pourrait éventuellement impacter de nouveau le marché de l'emploi.

Vie sociale

Montréal est une ville dynamique, accueillante et chaleureuse. De nombreux attraits font sa renommée. Cependant, en contexte de pandémie, certains de ces attraits pourraient fermer, du moins temporairement. Certes, vous pourrez toujours marcher dans les rues du Vieux-Montréal, grimper le Mont-Royal, aller vous chercher des bagels sur la rue St-Laurent, mais dans les prochains mois, vous ne pourrez peut-être pas vivre une

expérience aussi riche. Qui plus est, le campus de l'UQAM, lui aussi d'habitude si vibrant et animé sera possiblement moins fréquenté en fonction de l'évolution des règles sanitaires.

Services de soutien

La crise sanitaire et les mesures en place peuvent avoir des répercussions au niveau psychologique, ce qui n'est pas à négliger dans votre projet de voyage. Notez que l'UQAM vous offre plusieurs services de soutien. Que ce soit à partir de votre pays d'origine, en présence sur le campus ou bien virtuellement, vous avez accès à plusieurs ressources pour briser l'isolement, pour faire face aux changements, pour obtenir des conseils lorsque vous vivez une situation difficile.

Pour du soutien psychologique, vous pouvez participer aux [cafés-rencontres virtuels](#), prendre part au [projet Résilience](#) ou bien obtenir une [consultation individuelle](#). Vous pouvez aussi bénéficier d'autres services tels que des [conseils en soutien socioéconomique](#), [du soutien à l'apprentissage](#), des [conseils en information scolaire et insertion professionnelle](#). Le [Centre sportif](#) quant à lui offre plusieurs activités dont une variété de cours en ligne.

Programme de jumelage Allô!

Afin de faciliter votre arrivée à Montréal et votre intégration à l'UQAM, nous vous conseillons de vous inscrire au [programme de jumelage Allô!](#) qui vous offre la possibilité d'être jumelé à une étudiante, un étudiant qui fréquente déjà l'UQAM et qui connaît bien Montréal. Ainsi, ce parrain ou cette marraine sera là en cas de questionnements, que ce soit en lien avec votre nouveau milieu universitaire ou pour mieux connaître la ville. Même à distance, cette personne pourra vite devenir une ressource précieuse !

