

BIENVENUE À 3iS

TON GUIDE POUR T'INSTALLER ET RÉUSSIR TON EXPÉRIENCE EN FRANCE



EFFECTUER TES PREMIÈRES DÉMARCHES

T'INSCRIRE À LA SÉCURITÉ SOCIALE

La Sécurité sociale te permet d'accéder au système de santé français et d'être remboursé d'une partie de tes frais médicaux.

Pourquoi c'est important ?

- ✓ remboursement des consultations, médicaments, hospitalisations
 - ✓ accès aux soins comme les étudiants en France
- sans inscription → tu paies 100% des frais

Qui est concerné ?

- ✓ étudiants étrangers de +18 ans
 - ✓ avec visa ou titre de séjour étudiant
 - ✓ inscrits dans un établissement comme 3iS
- Inscription gratuite

À FAIRE APRÈS TON ARRIVÉE

- 1 Créer ton compte** sur <https://www.ameli.fr/> (rubrique étudiants étrangers)
- 2 Préparer tes documents**
 - passeport
 - visa / titre de séjour
 - certificat de scolarité
 - acte de naissance (parfois traduit)
 - adresse en France
 - RIB
- 3 Déposer ton dossier en ligne**
- 4 Attendre la validation** → réception de ton attestation de droits
- 5 Finaliser ton inscription**
 - obtention de ton numéro de Sécurité sociale
 - création de ton compte Ameli
 - demande de carte vitale

! À SAVOIR

- ✓ inscription possible uniquement après ton arrivée
- ✓ les délais peuvent prendre plusieurs semaines
- ✓ garde une copie de tous tes documents

CONSEIL

Tu peux compléter avec une mutuelle pour être mieux remboursé.

CHECKLIST

- J'ai créé mon compte
- J'ai envoyé mes documents
- J'ai reçu mon attestation
- J'ai demandé ma carte Vitale

À RETENIR :

- ✓ démarche obligatoire et gratuite essentielle pour ta santé en France
- ✓ te protège pendant toute la durée de tes études

OUVRIR UN COMPTE BANCAIRE

Indispensable au quotidien, un compte bancaire te permet de gérer tes dépenses, recevoir tes aides et faciliter toutes tes démarches en France.

Il te permet notamment de :

- recevoir tes remboursements (Sécurité sociale, aides au logement)
- payer facilement ton loyer et tes factures
- éviter les frais bancaires internationaux
- percevoir un salaire (job étudiant, stage)

En France, les moyens de paiement les plus utilisés sont :

- la carte bancaire (le moyen le plus courant)
- le paiement sans contact ou via mobile
- les espèces.

ACCOMPAGNEMENT 3iS

3iS travaille en partenariat avec des banques pour faciliter tes démarches :

- ouverture de compte simplifiée
- offres adaptées aux étudiants
- possibilité de prêt étudiant (souvent dès la 2^e année).

Contacts :

BNP Paribas

Nicolas Flament
nicolas.flament@bnpparisbas.com

Caisse d'Épargne

Paul Jarrige
paul.jarrige@ceapc.caisse-epargne.fr

LES ÉTAPES À SUIVRE

- 1 Choisir ta banque
 - banque classique (avec agence)
 - ou banque en ligne
- 2 Préparer tes documents
 - passeport
 - visa / titre de séjour
 - certificat de scolarité
 - justificatif de domicile
 - (parfois) numéro français
- 3 Faire la demande
 - en agence (rendez-vous)
 - ou en ligne
- 4 Ouvrir ton compte (signature du contrat) → compte actif en quelques jours
- 5 Recevoir tes accès
 - ✓ carte bancaire
 - ✓ RIB (très important pour tes démarches)
 - ✓ accès en ligne

À SAVOIR

- ✓ L'ouverture est souvent gratuite (des frais peuvent s'appliquer selon la banque)
 - ✓ les conditions varient selon les établissements
 - ✓ en cas de refus, tu peux exercer ton droit au compte via la Banque de France
- Conseil : Ouvre ton compte dès ton arrivée pour faciliter toutes tes démarches administratives

T'ASSURER

En France, une attestation de responsabilité civile est souvent demandée. Elle couvre les dommages que tu pourrais causer à d'autres personnes.

Tu peux l'obtenir :

- via ton assurance habitation
- ou auprès d'une assurance étudiante

Pense à demander ton attestation dès la souscription.

PAYER LA CVEC

Avant ton inscription définitive à 3iS, tu dois t'acquitter de la CVEC (Contribution de Vie Étudiante et de Campus). Cette contribution nationale concerne la majorité des étudiants, y compris les étudiants internationaux.

La CVEC permet de financer des services qui améliorent ta vie étudiante :

- santé et bien-être
- activités sportives
- projets culturels
- accompagnement social et prévention.

Montant : 103 € par an (montant indicatif, révisé chaque année)

Comment faire ?

1. Crée ton compte sur le site officiel : <https://cvec.etudiant.gouv.fr>
 2. Paie la contribution (ou fais valoir ton exonération)
 3. Télécharge ton attestation CVEC
- obligatoire pour finaliser ton inscription à 3iS

Exonération

Tu peux être exonéré dans certains cas :

- étudiant boursier du gouvernement français
- réfugié ou bénéficiaire d'une protection internationale
- étudiant en programme d'échange spécifique

À RETENIR

- ✓ démarche obligatoire (paiement ou exonération)
- ✓ attestation indispensable pour ton inscription
- ✓ à faire avant ton arrivée ou dès que possible



METTRE EN PLACE TA TÉLÉPHONIE ET TON INTERNET

À ton arrivée en France, disposer d'un numéro de téléphone et d'un accès à Internet est essentiel pour tes démarches, tes études et ta vie quotidienne. Un numéro français te sera souvent demandé (banque, logement, Sécurité sociale...).

TÉLÉPHONIE & INTERNET - Deux solutions

Carte SIM prépayée (à l'arrivée)

- ✔ disponible facilement (aéroport, tabac, supermarché, boutiques)
- ✔ activation rapide, sans engagement
- ✔ idéale pour les premiers jours

Forfait mobile (recommandé)

- ✔ appels, SMS et Internet inclus
- ✔ tarifs avantageux (environ 10 à 20 €/mois)
- ✔ souvent sans engagement

→ Opérateurs principaux : Orange, SFR, Bouygues Telecom, Free Mobile

ACCÈS À INTERNET

Sur le campus

- Wi-Fi gratuit à 3iS
- identifiants fournis à ton arrivée

Conseils

- privilégie les offres sans engagement
- vérifie la quantité de données (4G/5G)
- utilise le Wi-Fi du campus pour économiser
- compare les offres avant de choisir

Documents à prévoir

Pour souscrire un forfait :

- passeport
- justificatif de domicile
- RIB / IBAN

FINALISER TES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES À 3iS

Pour préparer ton arrivée dans les meilleures conditions, quelques démarches sont à finaliser avant la rentrée.

Accéder à la plateforme étudiante

Connecte-toi à My3iS : www.my3is.fr

- ✔ déposer ta photo → elle servira pour le trombinoscope et ta carte étudiante

Signer tes documents

- ✔ signer le règlement intérieur (disponible sur My3iS)
 - ✔ répondre aux enquêtes internes
- elles permettent d'améliorer la qualité des cours et la vie étudiante



**DÉCOUVRIR TON
ENVIRONNEMENT DE VIE**

Découvrir ton campus

Le campus bordelais de 3iS t'accueille dans un environnement entièrement dédié aux métiers de la culture et de la création.

Un campus d'exception

- ✔ 2 bâtiments répartis sur 6 500 m² d'espaces pédagogiques et techniques
- ✔ 1 résidence étudiante à proximité
- ✔ plus de 600 étudiants formés chaque année

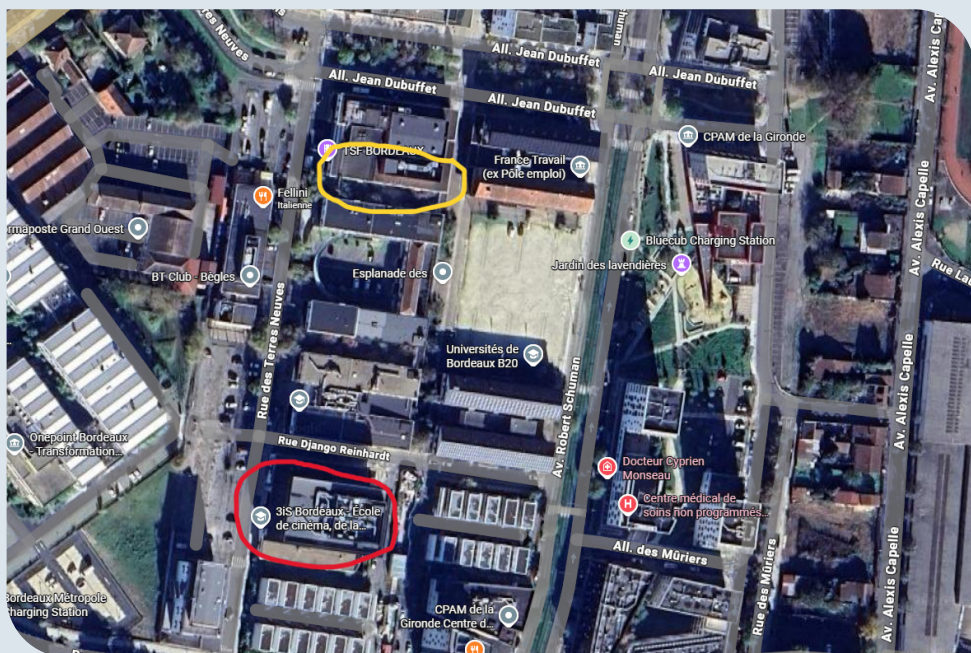
Des équipements professionnels

- ✔ plateaux de tournage
- ✔ studios son et radio
- ✔ régies TV et studios de streaming
- ✔ SoundLab
- ✔ salle de projection de 300 places

L'esprit 3iS

Un campus conçu pour te permettre d'apprendre, expérimenter et créer dans des conditions proches du monde professionnel.

Les bâtiments du campus 3iS Bordeaux :



Bâtiment Reinhart 36 :

36 rue des Terres Neuves, 33130 Bègles

Principalement dédié au cinéma et à l'audiovisuel, ce bâtiment est le lieu central de création et de production au sein du campus.

plusieurs plateaux de tournage

✓ un plateau de spectacle vivant

✓ → utilisé pour les projets et les événements (soirées, concerts live)

amphithéâtres et salles de cours

✓ salle de projection

✓ studio d'enregistrement, mixage, radio

✓ → utilisé par les étudiants en acting, son...

Un espace polyvalent, au cœur de la vie étudiante et des projets artistiques.



Bâtiment Dubuffet 10 :

10 rue des Terres Neuves, 33130 Bègles

Ce bâtiment est principalement dédié aux étudiants en animation et en jeu vidéo.

Tu y trouveras :

- des salles informatiques équipées de PC et de tablettes graphiques
- des salles de dessins
- un grand studio d'enregistrement professionnel avec un piano



ACCÉDER AU CAMPUS ET TE DÉPLACER

Le campus principal de 3iS Bordeaux est situé au bâtiment 36 - Reinhart :
36 rue des Terres Neuves, 33130 Bègles
Arrêt de tramway : La Belle Rose/Terres Neuves

Bâtiment Dubuffet :
10 rue des Terres Neuves 33130 Bègles
Arrêt de tramway/bus : Terres Neuves

Les deux bâtiments sont accessibles à quelques minutes à pied depuis l'arrêt Terres Neuves, mais le bâtiment 36 – Reinhart est plus proche de l'arrêt La Belle Rose.

Tramway

Le campus est bien desservi par les transports en commun :

- lignes Tramway C et F (Ligne C destination Villenave-Pyrénées et Ligne F destination Gare de Bègles)

Gares à proximité :

- Gare de Bordeaux Saint-Jean

BUS

Plusieurs lignes desservent le campus :

- Ligne H1
- Ligne H2
- Ligne 20
- Ligne 54.

ACCÈS EN VOITURE

Parking devant le bâtiment

DEPUIS LES AÉROPORTS

Depuis l'aéroport de Mérignac

Tramway ligne F (Aéroport-Gare de Bègles)

Taxi / VTC possible (30 minutes environ)

ABONNEMENTS CONSEILLES

Pour te déplacer facilement à Bordeaux et dans la métropole : abonnements TBM disponibles : <https://boutique.infotbm.com/>

✔ Abonnement jeune (moins de 28 ans) : cet abonnement te donnent un accès illimité aux tramways, bus, bateau.

APPLICATIONS MOBILE

Tu peux aussi gérer tes déplacements directement depuis ton téléphone :

- ✔ TBM
- ✔ Yego : Scooter
- ✔ eDOG : Scooter
- ✔ Pony : vélos et trottinettes
- ✔ DOTT : vélos et trottinettes

Comment faire ?

Demande en ligne (ou directement dans une agence pour TBM).

Pense prévoir :

- une photo d'identité
- une pièce d'identité

(si besoin) un certificat de scolarité pour le tarif étudiant

TE RESTAURER AU QUOTIDIEN

Plusieurs solutions s'offrent à toi sur le campus et à proximité pour te restaurer facilement.

Sur le campus

cafétérias avec micro-ondes pour réchauffer tes repas

distributeurs automatiques (boissons et encas)

Refectory (Commandez vos repas en ligne avant 10h30 et venez les chercher à la cafétaria)

À proximité

- ✔ Boulangeries (Les Petits pains de Louise, Le Moulin des Boulevards...)
- ✔ Supermarché Casino
- ✔ Restaurants (Brasserie, Fellini (italien), Resto & Cie)
- ✔ Restauration rapide (Barger Burger, Tutti Pizza, Yaki Yaki, Cosy Tacos)

BON À SAVOIR

Les options spécifiques (végétarien, etc.) peuvent être limitées sur place. Cuisiner toi-même reste souvent la solution la plus simple et la plus flexible.

UTILISER LES OUTILS NUMÉRIQUES DE L'ÉCOLE

À 3iS, plusieurs outils numériques sont à ta disposition pour organiser ton travail, suivre ta scolarité et communiquer facilement.

Wi-Fi sur le campus

- ✓ accès Wi-Fi gratuit sur tout le campus
- ✓ identifiants fournis à ton arrivée
- ✓ connexion facile pour ordinateur, téléphone et tablette

Outils de travail

- ✓ Microsoft 365 (Word, Excel, PowerPoint)
→ pour rédiger, analyser et présenter tes projets
- ✓ travail collaboratif en ligne avec les autres étudiants

Suivi de ta scolarité

- ✓ YPAREO
→ planning de cours
→ notes
→ assiduité

Un outil essentiel pour suivre ton parcours au quotidien.

Communication & Cours à distance

- ✓ Microsoft Teams
→ visioconférences
→ échanges avec enseignants et étudiants
→ partage de documents
→ travail en groupe

Insertion professionnelle

- ✓ Accès à un jobboard
→ offres de stages, d'emplois et d'alternance
→ opportunités des entreprises partenaires
→ conseils et ressources pour tes candidatures



À RETENIR

Ces outils t'accompagnent tout au long de tes études pour faciliter ton organisation, ta communication et ta réussite.

T'INTÉGRER À LA VIE ÉTUDIANTE

À 3iS, tout est mis en place pour faciliter ton intégration, aussi bien académique que culturelle.

Ton accueil

Dès ton arrivée, plusieurs temps forts t'aident à prendre tes repères et rencontrer d'autres étudiants :

- ✓ accueil avec les référents internationaux
- ✓ découverte du campus et des équipes
- ✓ soirée d'intégration (septembre / octobre)
- ✓ événements tout au long de l'année.

Rejoindre des associations et clubs

La vie étudiante est animée par des associations et clubs, idéals pour créer du lien et partager tes passions.

✓ BDE (Bureau des Étudiants)

→ événements, soirées, sorties et activités

- Sylvie Molines - smolines@3is.fr
- bde_vision (Instagram)
- communication.bdx@3is.fr

✓ Clubs étudiants

- Club Cinéma : adrien.bouriette@3is.fr
- Club Apiculture : Imames@3is.fr
- Club Doublage : arthur.bailly@3is.fr
- Club Echecs : alexandre.moro@3is.fr
- Club Jeu Vidéo : paul.deriviere@3is.fr
- Club Photos : maxence.emo@3is.fr
- Club Sport : carla.roche@3is.fr
- Club Musique : yanis.karolczakzamprogno@3is.fr

Ouverts à tous, les clubs sont un excellent moyen de s'intégrer rapidement et de rencontrer d'autres étudiants.

Tu peux même créer ton propre club avec l'accompagnement de l'école !

SORTIR ET PROFITER DE LA VIE LOCALE

Bordeaux offre de nombreuses possibilités pour te détendre et profiter de ta vie étudiante en dehors des cours.

À proximité du campus, tu trouveras facilement des lieux pour voir un film, sortir entre amis ou passer un moment convivial.

Cinéma

UGC Ciné Cité Bordeaux

Un grand complexe de cinéma proposant les dernières sorties, des films en version originale et une programmation variée. Facilement accessible en transports.

Bars & restaurants

The Houses of Parliament

Un pub anglais très populaire auprès des étudiants, parfait pour regarder des matchs, boire un verre et profiter d'une ambiance internationale.

Central Hostel Bordeaux

Un lieu hybride avec bar et restaurant, très fréquenté par les jeunes. Ambiance détendue, idéale pour rencontrer d'autres étudiants.

La Guinguette Chez Alriq

Un lieu emblématique en bord de Garonne, parfait en été pour profiter de concerts, de la restauration et d'une ambiance festive en plein air.

Loisirs

Darwin Ecosystème

Un lieu alternatif unique mêlant espace culturel, skatepark, cafés et événements. Très apprécié des étudiants pour son ambiance créative et engagée.





**T'ADAPTER À
LA VIE EN FRANCE**

COMPRENDRE LES CODES CULTURELS

Découvrir la France, c'est aussi s'adapter à de nouvelles habitudes. Ces petits codes du quotidien peuvent sembler anodins, mais ils jouent un rôle important dans les relations avec les autres. Voici quelques repères pour t'aider à te sentir rapidement à l'aise :

La ponctualité

Être à l'heure est très important en France, surtout pour les cours, les rendez-vous et les projets de groupe. Un retard peut être perçu comme un manque de respect. Si tu es en retard, pense toujours à prévenir.

Les formules de politesse

Les salutations sont essentielles dans la vie quotidienne. Pense à dire :

- « bonjour » en arrivant
- « merci »
- « au revoir » en partant

C'est attendu dans tous les contextes : école, commerces, administration...

Le vouvoiement

En France, on utilise généralement le « vous » avec :

- les enseignants
- le personnel de l'école
- les personnes que tu ne connais pas

Le « tu » vient plus tard, quand la relation devient plus informelle.

Un style de communication direct

Les Français peuvent parfois paraître directs dans leur façon de parler. Ce n'est pas de l'impolitesse, mais une manière d'être claire et efficace.

Anticiper les démarches administratives

Les démarches (logement, sécurité sociale, banque...) peuvent prendre du temps. Anticipe au maximum et garde toujours tes documents à portée de main.

Le respect des règles de vie collective

Respecter les consignes, les horaires et les espaces communs est essentiel pour une bonne vie en groupe. Cela concerne :

- les salles de cours
- les équipements
- les lieux partagés

À RETENIR

Ces codes peuvent sembler nouveaux au début, mais tu vas rapidement t'y habituer. Avec le temps, ils deviendront naturels et t'aideront à mieux t'intégrer dans la vie quotidienne en France.



T'ADAPTER AU CLIMAT ET AU QUOTIDIEN

Bordeaux bénéficie d'un climat tempéré, avec des saisons bien marquées mais généralement agréables à vivre.

En hiver

Les températures sont fraîches (entre 2 °C et 7 °C), avec parfois de l'humidité. La neige est rare, mais peut apparaître ponctuellement.

En été

Les températures varient entre 20 °C et 25 °C, avec quelques périodes plus chaudes pouvant dépasser 30 °C.

À RETENIR



Prévois simplement des vêtements adaptés à chaque saison : un manteau pour l'hiver et des tenues légères pour l'été. Pas besoin d'équipement spécifique, le climat reste facile à vivre au quotidien.

ACCÉDER AUX SOINS ET AU SYSTÈME DE SANTÉ

En France, le système de santé est accessible et de qualité. Voici comment te soigner facilement en cas de besoin.

Consulter un médecin

Tu peux voir un médecin généraliste pour les soins courants, ou un spécialiste si nécessaire (dentiste, dermatologue...).

Une consultation coûte généralement entre 25 € et 50 €, avec un remboursement partiel si tu es inscrit à la Sécurité sociale.

Choisir un médecin traitant

En France, il est recommandé de déclarer un médecin généraliste comme "médecin traitant".

Cela permet :

- un meilleur suivi médical
- un meilleur remboursement de tes soins

Tu peux choisir ton médecin librement, notamment via l'application Doctolib.

Prendre rendez-vous facilement

Le plus simple est d'utiliser l'application Doctolib. Elle te permet de trouver un médecin près de chez toi, réserver un créneau rapidement, consulter les disponibilités en temps réel et même faire une téléconsultation.

Aller en pharmacie

Les pharmacies sont très accessibles. Tu peux y acheter des médicaments, demander conseil ou réaliser certains soins. Les pharmaciens sont là pour t'aider gratuitement. Repère-les facilement grâce à la croix verte.

Pharmacies de garde

En cas de besoin la nuit, le week-end ou les jours fériés, certaines pharmacies restent ouvertes. Tu peux les trouver en ligne ou en appelant une pharmacie à proximité.

Hôpitaux et urgences

En cas de problème sérieux, tu peux te rendre aux urgences ou dans un centre médical. Les urgences sont à réserver aux situations graves (accident, douleur intense, difficulté à respirer...).

Conseils pratiques

Crée ton compte Doctolib dès ton arrivée

Garde toujours tes documents (carte Vitale, assurance...)

N'hésite pas à demander conseil en pharmacie

En cas de doute, consulte d'abord un médecin généraliste

GÉRER TA VIE PRATIQUE AU QUOTIDIEN

Prises & électricité

En France, les prises sont de type C et E, avec une tension de 230 V.

Si tu viens d'Europe, tes appareils fonctionneront généralement sans problème.

Sinon, pense à prévoir un adaptateur (et parfois un convertisseur selon ton matériel).

Courses et commerces

Tu trouveras facilement tout le nécessaire près du campus : supermarchés (comme Auchan), boulangeries, pharmacies, papeteries ou encore magasins de téléphonie.

Les grandes surfaces proposent souvent des produits variés, y compris internationaux et à prix accessibles.

Alimentation et régimes spécifiques

L'offre alimentaire est assez diversifiée en France. Tu pourras trouver des options végétariennes, véganes, sans porc ou sans lactose.

Les produits sans gluten sont disponibles mais parfois plus chers, et des produits halal existent dans certains magasins spécialisés.

À RETENIR

Tu trouveras facilement tout ce dont tu as besoin au quotidien.
Pense simplement à t'équiper d'un adaptateur électrique dès ton arrivée.





SONIC
the hedgehog
the hedgehog

AD
ED



CONDUIRE EN FRANCE

Ton permis est-il valable ?

- Permis européen : tu peux conduire librement pendant toute la durée de tes études.
- Permis hors UE : tu peux conduire jusqu'à 1 an après ton arrivée, si ton permis est valide, traduit en français (si nécessaire) et conforme à ton visa.

Après ce délai, tu devras l'échanger ou passer le permis français.

Assurance obligatoire

Assurer ton véhicule est indispensable en France. Elle couvre au minimum les dommages causés aux autres. Conduire sans assurance est illégal.

Règles de base

- Conduite à droite
- Ceinture obligatoire
- Téléphone interdit sans kit mains libres
- Alcool très réglementé
- Vitesse : 50 km/h en ville, 80 km/h sur route, 110 à 130 km/h sur autoroute

Stationnement

Le stationnement est souvent payant en ville et parfois réservé aux résidents. Fais attention aux amendes en cas d'infraction.

Des parkings sont disponibles à proximité du campus.

Louer ou partager une voiture

Pas de véhicule ? Tu peux opter pour la location, l'autopartage ou le covoiturage, très répandus en France.

CONSEILS PRATIQUES

- Vérifie ton permis avant d'arriver
- Pense à le faire traduire si besoin
- Compare les assurances
- Privilégie les transports en commun en ville

À SAVOIR

À Bordeaux, la voiture n'est pas indispensable grâce aux transports en commun. Mais elle peut être utile pour tes stages, tes projets ou pour explorer la région.

TRAVAILLER PENDANT TES ÉTUDES

En France, tu peux travailler pendant tes études pour financer ton quotidien, gagner de l'expérience et t'intégrer plus facilement.

Conditions pour les étudiants internationaux

Si tu es étudiant hors Union européenne, tu peux travailler jusqu'à 964 heures par an (environ 20h/semaine) avec un visa étudiant valide, généralement sans autorisation supplémentaire.

Salaire

Le salaire minimum (SMIC) est d'environ 11 à 12 € brut/heure (environ 9 € net). Il peut varier selon le type de job et ton expérience.

Où trouver un job étudiant ?

Plusieurs options s'offrent à toi :

- En ligne : sites spécialisés et plateformes d'emploi
- Exemples : Indeed, Hellowork, emploi.org
- Sur le campus : missions ponctuelles et opportunités via 3iS
- À proximité : restaurants, cafés, supermarchés, cinémas, événements

N'hésite pas à déposer ton CV directement sur place, c'est souvent très efficace.

Documents nécessaires

Pour travailler, tu auras besoin de :

- ton visa ou titre de séjour valide
- ton numéro de sécurité sociale
- un RIB (compte bancaire français)
- parfois un certificat de scolarité

Contrat de travail

Avant de commencer, tu dois signer un contrat (CDD, temps partiel...).

Il précise tes horaires, ton salaire et tes missions : c'est une protection essentielle pour toi.

Concilier études et travail

Travailler est une bonne opportunité, mais tes études restent ta priorité.

Avec une formation intensive comme à 3iS, il est recommandé de viser :

- 8 à 10h/semaine : idéal pour garder un bon équilibre
- 10 à 15h/semaine : possible si tu es bien organisé
- +15h/semaine : peut devenir difficile à gérer

Choisis des horaires adaptés

Privilégie un job proche du campus ou de ton logement

Anticipe les périodes de projets ou d'examens

Conseils pratiques

- Prépare un CV clair (en français ou en anglais)
- Commence tes recherches dès le début d'année
- Sois ponctuel et professionnel
- Active ton réseau (étudiants, enseignants, associations)

Et après la 1^{re} année ?

- ✓ De nouvelles opportunités peuvent s'ouvrir : stages, alternance (selon conditions)
- ✓ ou missions en lien avec ton domaine d'études.

INSTALLER LES APPLICATIONS UTILES

Quand tu arrives à Bordeaux, certaines applications vont rapidement devenir tes meilleures alliées. Elles te permettent de te déplacer, te soigner, t'organiser et profiter de la vie étudiante... sans stress.

Tu peux en télécharger quelques-unes avant même ton arrivée.

Se déplacer facilement

- **Google Maps** : Idéal pour te repérer et trouver des lieux (restaurants, commerces, adresses...)
- **TBM** : Acheter et gérer tes titres de transport, consulter les infos officielles du réseau
- **SNCF Connect** : Réserver des trains pour voyager en France ou en Europe

Manger et faire des économies

- **Deliveroo** : Se faire livrer facilement
- **Too Good To Go** : Acheter des invendus à prix réduit (très économique)
- **TheFork** : Réserver des restaurants (souvent avec réductions)

Gérer ta santé

- **Doctolib** : Prendre rendez-vous chez un médecin → Accéder à la téléconsultation

Indispensable dès ton arrivée

Gérer ton budget

- **Application de ta banque** → Suivre tes dépenses et faire des virements
- **Lydia / PayPal** : Rembourser facilement tes amis (très utilisé entre étudiants)

Logement & vie pratique

- **Leboncoin** : Trouver un logement, des meubles ou de bonnes affaires
- **CAF** (site ou application) : Suivre tes aides au logement (si concerné)



Vie étudiante & communication

- **Microsoft Teams / Outlook / OneDrive** : Tes outils de travail à 3iS
- **WhatsApp** : L'application la plus utilisée pour communiquer (groupes de classe, projets...)

Se déplacer autrement

TBM : Louer des vélos en libre-service dans toute la ville

À RETENIR

Tu n'as pas besoin de toutes les utiliser, mais ces applications vont rapidement devenir indispensables pour simplifier ton quotidien en France. Bien équipé, tu gagneras du temps... et tu profiteras beaucoup plus de ton expérience.





**TROUVER DE L'AIDES ET
DES CONTACTS UTILES**

TES CONTACTS À 3IS

À 3iS, plusieurs équipes sont là pour t'accompagner à chaque étape de ton parcours. N'hésite jamais à les contacter : leur rôle est de t'écouter, de te conseiller et de t'aider.

Service des admissions internationales

international@3is.fr / ygondje@3is.fr

+33 6 69 19 92 45

Ce service est ton interlocuteur principal en tant qu'étudiant international.

Il t'accompagne avant ton arrivée, pendant ton installation et tout au long de ton année.

Tu peux les contacter pour :

- tes démarches administratives
- ton installation en France
- toute question liée à ta vie étudiante

Magasin 3iS

magasin_bx@3is.fr

Tu peux y emprunter gratuitement du matériel (caméras, son, lumière...) pour tes projets. Le magasin principal est situé dans le bâtiment 36, au troisième étage.

Erasmus / mobilités internationales

julie.beaulier@3is.fr / erasmus@3is.fr

Pour préparer un échange, un séjour à l'étranger ou découvrir les opportunités internationales.

Service financier

service-comptabilite@3is.fr smolinesbrissot@3is.fr

Pour toute question liée aux frais de scolarité, paiements ou situations financières particulières.

Vie scolaire

viescolaire.bordeaux@3is.fr

Ton contact pour l'emploi du temps, les absences, les documents administratifs et l'organisation de ta scolarité.

Communication

ebalettini@3is.fr / communication.bdx@3is.fr

Pour valoriser tes projets, participer à des événements ou clubs, ou toute demande liée à l'image de l'école.

Support informatique

support@3is.fr

En cas de problème technique (Wi-Fi, plateformes, matériel...), ce service t'aide rapidement.

Relations entreprises (stages, alternance)

alavolee@3is.fr atauziede@3is.fr

Pour t'accompagner dans ta recherche de stage, d'alternance et préparer ton insertion professionnelle.

Référent VHSS (violences et harcèlement)

mdesport@3is.fr

Une personne de confiance, à ton écoute dans un cadre confidentiel et bienveillant. Que tu sois victime ou témoin, tu peux en parler librement. Tu seras écouté, accompagné et orienté sans obligation de démarche officielle.

Référentes handicap

smangin@3is.fr

Elles accompagnent les étudiants ayant des besoins spécifiques (handicap, santé, situation temporaire...). Des aménagements peuvent être mis en place pour faciliter cours, examens et organisation. Les échanges sont confidentiels et adaptés à ta situation.

À RETENIR

Tu n'es jamais seul : ces équipes sont là pour t'accompagner, répondre à tes questions et t'aider à réussir ton expérience à 3IS.



Santé & Urgences

- En cas d'urgence, ces numéros sont disponibles 24h/24 :
- 112 – Numéro d'urgence européen
- 15 – SAMU (urgence médicale)
- 17 – Police
- 18 – Pompiers

Ces services sont gratuits et accessibles à tout moment.



ORGANISER TES
30 PREMIERS JOURS

Ton arrivée en France est une étape importante. Entre l'installation, les démarches administratives et la découverte de ton nouvel environnement, il est normal de te sentir un peu perdu au début.

Pas d'inquiétude : avance simplement étape par étape. Voici une checklist claire pour t'aider à bien démarrer ton premier mois.

CHECKLIST DE TON PREMIER MOIS

Démarches administratives prioritaires

- À faire rapidement après ton arrivée :
- Valider ton visa étudiant (OFII) si nécessaire
- T'acquitter de la CVEC (obligatoire pour ton inscription)
- T'inscrire à la Sécurité sociale (Assurance Maladie)
- Créer ton compte Ameli (remboursements de santé)
- Créer un compte impots.gouv (si tu travailles ou restes plusieurs mois)

Vie pratique

- Pour t'installer sereinement :
- Ouvrir un compte bancaire en France
- Souscrire une assurance habitation (obligatoire)
- Obtenir une ligne téléphonique française
- Faire ton état des lieux d'entrée (logement)

Déplacements

- Pour gagner du temps au quotidien :
- Obtenir ta carte de transport (TBM)
- Repérer tes trajets domicile ↔ campus
- Vie étudiante

Pour bien t'intégrer :

- Activer tes outils numériques (My3iS, Microsoft 365, YPAREO, Teams)
- Découvrir le campus et ses services
- Participer aux événements d'intégration

Documents importants

- À sécuriser dès le début :
- Scanner et sauvegarder tes documents (passeport, visa, assurance, etc.)
- Garder toujours une copie (papier ou numérique)

+ BONUS (fortement recommandé)

- Vérifier l'ouverture des compteurs (électricité, internet)
- Acheter une carte SIM temporaire dès ton arrivée
- Créer ton compte Doctolib (pratique pour la santé)
- Repérer une pharmacie et un médecin proche de chez toi
- Créer un compte sur des plateformes de job étudiant (si besoin)
- Te renseigner sur les aides au logement (CAF)



À RETENIR

Tu n'as pas besoin de tout faire immédiatement. Certaines démarches prennent du temps : l'important est de t'organiser progressivement et de prioriser. Et surtout : tu n'es pas seul. Les équipes de 3iS sont là pour t'accompagner à chaque étape de ton installation.

