



ASSOCIATIONS AIDE AUX DÉMARCHES  
BUDDY SYSTEM

DÉPART DÉFLE  
TITRE DE SÉJOUR

# BIENVENUE WELCOME

GUIDE MOBILITÉ  
SUMMER SCHOOL  
ÉTUDIANT INTERNATIONAL  
ARRIVÉE ÉVÈNEMENTS

En français ? Cliquez-ici !



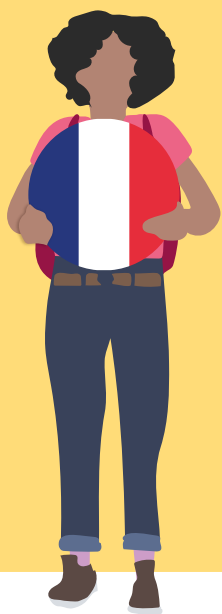
¿ En español ? Haz clic aqui



In English? Click here



**EN FRANÇAIS**



1

## RÉALISE TES DÉMARCHES

feel  
français



## FEEL FRANÇAIS

**Tu as besoin d'aide pour ton installation en France ?**

Fais toutes tes démarches (logement, visa, banque, assurances...) et trouve toutes les informations utiles (vidéos tutorielles) sur une seule application web.

**Comment ?** Utilise ce code **6753098** sur [school.feelfrancais.com/registration](https://school.feelfrancais.com/registration)

## SITE WELCOME

**Tu veux tout savoir sur ta nouvelle vie à L'Université de Lorraine ?**

Trouve toutes les informations sur tes démarches, sur la vie de campus et étudiante en Lorraine et tous nos services d'accueil, sur le site Welcome disponible en Français et Anglais.

**Comment ?** Trouve toutes les informations ici: [welcome.univ-lorraine.fr/](https://welcome.univ-lorraine.fr/)



2

## INFORME-TOI

3

## PRÉPARE-TOI



## UL PREP' DAYS

**Tu as des questions sur le visa, le logement, ton budget, la banque... ?**

Participe à nos webinaires pour préparer ton séjour en France, **du 4 au 13 juin 2024**. Obtient des informations et pose-nous tes questions en direct.

**Comment ?** Programme et inscription sont disponibles [ici](#)

## COURS D'ÉTÉ EN FRANÇAIS

**Tu as besoin d'améliorer ton Français avant la rentrée ?**

Participe au programme intensif de FLE organisé par le DéFLE-Lorraine.

**Comment ?** Le programme et l'inscription sont disponibles [ici](#)



4

## APPRENDS LE FRANÇAIS

5

## TROUVE UN PARRAIN



## BUDDY SYSTEM

**Tu cherches un ami pour t'accueillir en Lorraine ?**

Le Buddy System te permet de rencontrer un étudiant de l'université. Ton Buddy (parrain) répondra à tes questions et te fera découvrir ta nouvelle vie en Lorraine.

**Comment ?** Inscription rapide et gratuite [ici](#)

## ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES

**Tu veux rencontrer d'autres étudiants internationaux et Français ?**

Les associations pour les étudiants internationaux, « ESN Nancy » et « Comme Un Poisson dans l'Eau » à Metz, te proposent un accueil en gare, de l'aide et des événements festifs et culturels tout au long de l'année.

**Prends contact :**

[Facebook ESN Nancy](#)

[Facebook CUPE à Metz](#)



6

## FAIS DES RENCONTRES

7

## SAVE THE DATE



## WELCOME! DAY

**Tu veux vivre un moment convivial à ton arrivée ?**

Participe aux Welcome! Days au mois de septembre, à Nancy et à Metz. Au programme : village associatif et institutionnel, jeux, concerts et le fameux french apéro !

**Comment ?** Programme et inscription [ici](#)

## WELCOME DESK

**Tu as des questions sur tes démarches (visa, logement...) ?**

Notre équipe du Welcome Desk (Bureau d'accueil) te réponds en français, anglais et espagnol, par mail, visio ou téléphone.

**Comment ?**

Contacte-nous ou prends rendez-vous

[ici](#)



8

## BÉNÉFICIE D'UN ACCOMPAGNEMENT

9

## PARLE-NOUS DE TON HANDICAP



## HANDICAP

### Tu as un handicap ?

L'Université de Lorraine est là pour t'aider et t'accompagner tout au long de tes études.

**Comment ?** Trouve toutes les informations [ici](#)

## DÉFLE

### Tu as besoin d'améliorer ton niveau en français ?

Le Département de Français Langue Etrangère de l'UL propose des cours de français de tous niveaux tout au long de l'année.

### Comment ?

Trouve toutes les informations [ici](#)



10

## AMÉLIORE TON FRANÇAIS

11

## N'OUBLIE PAS



## TITRE DE SÉJOUR

### Tu es venu en France avec un visa ?

A ton arrivée en France en fonction de ton type de visa (voir mention sur ton visa), tu dois valider ton visa (VLS-TS) OU demander un titre de séjour.

Si tu es déjà en France et que tu souhaites continuer tes études l'an prochain, tu dois demander le renouvellement de ton titre de séjour en cours 4 à 2 mois avant sa fin de validité (durée).

### Comment ?

Sur le site [ANEF](#)

En cas de question, [contacte-nous](#)

## SUAPS (SERVICE DES SPORTS)

### Tu as envie de faire du sport ?

Le département du sport de l'université (SUAPS) propose gratuitement et pour tous les étudiants plus de 72 activités sportives.

### Comment ?

Catalogue d'activités proposées et inscription disponibles [ici](#)



12

## VIENS BOUGER TON CORPS !

13

## PROFITE DE LA VIE ÉTUDIANTE



### MDE (MAISON DE L'ÉTUDIANT)

#### Tu as envie de t'amuser ?

Les MDE sont des lieux (Metz et Nancy\*) où tu peux venir après les cours pour te détendre (instruments de musique, babyfoot, jeux, gaming...). Les MDE proposent aussi une programmation d'événements culturels, d'ateliers, de projets étudiants...

**Comment ?** Trouve toutes les informations [ici](#)

\*Tu es dans une autre ville, renseigne-toi auprès de ta scolarité sur les lieux d'accueil des étudiants.

## LES ASSOCIATIONS DE TON CAMPUS

#### Envie de t'investir ou partager un de tes talents ?

Sur chaque campus de l'Université de Lorraine tu pourras trouver des associations ou des BDE (Bureau des élèves) de filière. Tu pourras trouver des associations humanitaires, culturelles, sportives etc.

**Comment ?** Trouve toutes les informations [ici](#)



14

## ENGAGE-TOI!

15

## PRENDS SOIN DE TOI



### SSE (SERVICE DE SANTÉ ÉTUDIANTE)

#### Tu as besoin d'une aide médicale ou psychologique ? Tu as des difficultés financières ?

Le SSE est à ton écoute et te mettra en relation gratuitement avec des spécialistes (médecins, assistantes sociales) gratuitement.

#### Comment ?

Trouve le SSE le plus près de ton Campus [ici](#)  
Prends rendez-vous [ici](#)

## SOIP (SERVICE D'ORIENTATION ET D'INSERTION PROFESSIONNELLE)

#### Tu as besoin d'aide pour ton projet d'études (orientation, réorientation), professionnel, recherche de stage ou d'emploi ?

Le SOIP te conseille et t'accompagne tout au long de ton parcours à l'Université.

**Comment ?** Retrouve toutes les informations [ici](#)



16

## PROJETTE-TOI

**IN ENGLISH**



1

## START THE PROCESS

feel  
français



## FEEL FRANÇAIS

### Need help settling in France?

Do all your formalities (accommodation, visa, banking, insurance, etc.) and find all the useful information (tutorial videos) on a single web application.

**How?** Use this code 6753098 on [school.feel-francais.com/registration](https://school.feel-francais.com/registration).

## WELCOME SITE

### Do you want to know everything about your new life at Université de Lorraine?

Find out all you need to know about campus and student life in Lorraine and all our welcome services on the Welcome website, available in French and English.

**How ?** Find all the information [here](#)



2

## GET INFORMATION

3

## GET READY



## UL PREP' DAYS

### Do you have questions about visas, accommodation, your budget, banking...?

Participate in our webinars to prepare your stay in France, **from 4 to 13 June 2024**. Get information and ask us your questions live.

**How?** The program and registration are available [here](#)

## FRENCH SUMMER SCHOOL

### Do you need to improve your French before the start of the academic year?

Participate in the intensive FLE program organised by DéFLE-Lorraine.

**How ?** The program and registration form are available [here](#)



4

## LEARN FRENCH



# AT YOUR ARRIVAL

5

## FIND A BUDDY



## BUDDY SYSTEM

**Are you looking for a friend to welcome you here in Lorraine?**

The Buddy System helps you meet a university student. Your Buddy will answer your questions and help you discover your new life in Lorraine.

**How?** Quick and free registration [here](#)

## STUDENT UNIONS

**Do you want to meet other international and French students?**

The international student associations, ESN Nancy and Comme Un Poisson dans l'Eau (CUPE) in Metz, offer you a welcome at the train station, help and festive and cultural events throughout the year.

**How to get in touch ?**

[Facebook ESN Nancy](#)

[Facebook CUPE à Metz](#)



6

## MEET PEOPLE

7

## SAVE THE DATE !



## WELCOME! DAY

**Do you want to have a great time on arrival?**

Participate in Welcome! Days in September, in Nancy and Metz. The program includes a village of associations and institutions, games, concerts and the famous French apéro!

**How?** The program and registration [here](#)

## WELCOME DESK

**Do you have any questions about formalities (visa, accommodation, etc.)?**

Our Welcome Desk team will answer you in French, English and Spanish, by email, video or telephone.

**How can we help?** Contact us or make an appointment [here](#)



8

## USE OUR HELP

9

## TELL US ABOUT YOUR DISABILITY



### DISABILITY

#### Do you have a disability?

Université de Lorraine is here to help and support you throughout your studies.

**How can we help?** Find all the information [here](#)

### DÉFLE

#### Do you need to improve your level of French?

UL's Department of French as a Foreign Language offers French courses at all levels throughout the year.

**How ?** Find all the information [here](#)



10

## IMPROVE YOUR FRENCH

### RESIDENCE PERMIT

#### Did you come to France with a visa?

When you arrive in France and depending on the type of visa you have (see note on your visa), you must validate your visa (VLS-TS) or apply for a residence permit.

If you are already in France and wish to continue your studies next year, you must apply to renew your current residence permit 4 to 2 months before it expires.

**How do you do this?** On the [ANEF website](#) If you have any questions, [contact us!](#)



11

## DON'T FORGET

### SUAPS (SPORTS)

#### Do you feel like doing some sport?

The university's sports department (SUAPS) offers more than 72 sport activities free of charge to all students.

#### How can you get involved?

Catalogue of activities on offer and registration available [here](#)



12

## MOVE YOUR BODY

13

## ENJOY STUDENT LIFE



### MDE (MAISON DE L'ÉTUDIANT)

#### Want to have some fun?

The MDEs (\*Metz and Nancy) are places where you can come after classes to relax (musical instruments, table football, games, gaming, etc.). The MDEs also offer a programme of cultural events, workshops, student projects, etc. **How can you get there?**

#### Find all the information [here](#)

\*If you are in another town, contact your academic establishment to find out where students are welcome.

## ASSOCIATIONS ON YOUR CAMPUS

#### Want to get involved or share one of your talents?

On every campus of the Université de Lorraine you will find associations or student unions (BDE). You can find humanitarian, cultural and sports associations, etc.

**How can you get involved?** Find all the information [here](#)



14

## GET INVOLVED

15

## STAY HEALTY



### SSE (STUDENT HEALTH SERVICES)

#### Do you need medical or psychological help? Are you having financial difficulties?

The SSE is there to help you and will put you in touch with specialists (doctors, social workers) free of charge.

**Find the SSE closest to your Campus [here](#)  
Make an appointment [here](#)**

### SOIP (ORIENTATION)

#### Do you need help with your studies (orientation, reorientation), career, work placement or job search?

SOIP will advise and support you throughout your time at the University.

#### How can SOIP help?

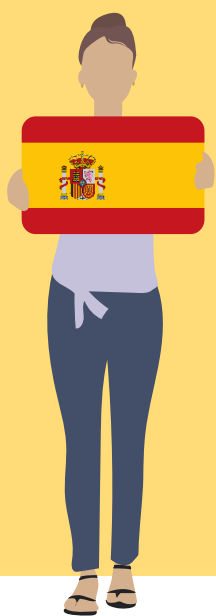
Find all the information [here](#)



16

## MAKE FUTURE PLANS

**EN ESPAÑOL**



# ANTES DE TU MOBILIDAD

1

## HAZ TUS TRAMITES

f e e l  
français



## FEEL FRANÇAIS

### ¿Necesitas ayuda para instalarte en Francia?

Realiza todos los trámites (alojamiento, visado, apertura de cuenta bancaria, seguros, etc.) y encuentra toda la información que necesitas (videos tutoriales) en una única aplicación web.

### ¿Cómo hacerlo?

Utiliza este código **6753098** en [school.feelfrancais.com/registration](https://school.feelfrancais.com/registration).

## WELCOME SITE

### ¿Quieres saberlo todo sobre tu nueva vida en la Université de Lorraine ?

Descubre toda la información que necesitas sobre los trámites, el campus y la vida estudiantil en Lorena y todos nuestros servicios de acogida en el sitio web Welcome, disponible en francés y en inglés.

### ¿Como?

Consulta [aquí](#) toda la información.



2

## INFÓRMATE

## UL PREP' DAYS

### ¿Tienes preguntas sobre el visado, el alojamiento, tu presupuesto, el banco, ... ?

Apúntate a nuestros webinarios de información para preparar tu estancia en Francia, **del 4 al 13 de junio de 2024**.

### ¿Cómo participar?

Programa e inscripción [aquí](#).



3

## PREPÁRATE

## COURS D'ÉTÉ EN FRANÇAIS

### ¿Necesitas mejorar tu francés antes del inicio del curso académico?

Participa al programa intensivo FLE organizado por el DéFLE-Lorraine (Departamento de Francés como Lengua Extranjera).

### ¿Cómo participar?

El programa y el formulario de inscripción están [aquí](#).



4

## APRENDE FRANCÉS

5

## ENCUENTRA UN ESTUDIANTE COMO PADRINO



## BUDDY SYSTEM

**¿Buscas una amistad que te dé la bienvenida en Lorena?**

El Buddy System te ofrece la posibilidad de conocer a un estudiante de la Université de Lorraine. Tu Buddy contestará a tus preguntas y te ayudará a descubrir tu nueva vida en Lorena.

**¿Cómo funciona?**

Inscripción rápida y gratuita [aquí](#)

## ASOCIACIONES ESTUDIANTILES

**¿Quiere conocer a estudiantes internacionales y franceses?**

Las asociaciones para los estudiantes internacionales, ESN Nancy y Comme Un Poisson dans l'Eau Metz, te proponen una acogida en la estación, ayuda y animaciones festivas y culturales durante todo el año.

**¿Cómo participar?**

Contacta con :

[Facebook ESN Nancy](#)

[Facebook CUPE en Metz](#)



6

## CONOCE A GENTE

7

## RESERVA LA FECHA



## WELCOME! DAY

**¿Te gustaría disfrutar de una bienvenida cordial a tu llegada?**

¡Participa en los Welcome! Days en septiembre, en Nancy y Metz. En el programa: stands informativos e institucionales, juegos, conciertos y el famoso apéro francés.

**¿Cómo participar?**

Programa e inscripciones [aquí](#).

## WELCOME DESK

**¿Tienes alguna pregunta sobre los trámites que debes realizar (visado, alojamiento, etc.)?**

Nuestro equipo del Welcome Desk te ayudará en francés, inglés y español, por correo electrónico, videoconferencia o teléfono.

**¿Cómo podemos ayudarte?** Contacta con nosotros o solicita una cita [aquí](#).



8

## BENEFÍCIATE DE AYUDA

9

## HÁBLANOS DE TU DISCAPACIDAD



## DISCAPACIDAD

### ¿Necesitas mejorar tu nivel de francés?

El Departamento de Francés como Lengua Extranjera de la UL ofrece cursos de francés de todos los niveles durante todo el año.

¿Cómo informarte? Encuentra [aquí](#) toda la información.

## DÉFLE

(FRANCS PARA EXTRANJEROS)



### ¿Necesitas mejorar tu nivel de francés?

El Departamento de Francés como Lengua Extranjera de la UL ofrece cursos de francés de todos los niveles durante todo el año.

¿Cómo informarte? Encuentra [aquí](#) toda la información.

10

## MEJORA TU FRANCÉS

## PERMISO DE RESIDENCIA

### ¿Has entrado en Francia con un visado?

Cuando llegues a Francia, según el tipo de visado que tengas (ver mención en tu visado), tendrás que validar tu visado (VLS-TS) o solicitar un permiso de residencia.

Si ya vives en Francia y deseas continuar tus estudios aquí el año que viene, debes solicitar la renovación de tu permiso de residencia actual o solicitar un nuevo permiso de residencia entre 4 y 2 meses antes de que tu permiso actual caduque.

¿Cómo hacerlo? En la página web de la [ANEF](#) Si tienes preguntas, [contacta](#) con el Welcome Desk.

11

## NO TE OLVIDES DE NADA



## SUAPS (DEPORTE)

### ¿Te quieres practicar algún deporte?

El Servicio Universitario de Deportes (SUAPS) ofrece más de 72 actividades deportivas gratuitas a todos los estudiantes.

### ¿Cómo puedes informarte?

Catálogo de actividades e inscripciones disponibles [aquí](#).



12

## VEN A MOVER EL CUERPO

13

## DISFRUTA DE LA VIDA ESTUDIANTIL



### MDE (MAISON DE L'ÉTUDIANT)

#### ¿Quieres divertirte?

En las MDE- Maison de l'Étudiant (\*Metz y Nancy) podrás venir después de las clases para relajarte (instrumentos de música, fútbolín, juegos, ludoteca, etc.). Las MDE también ofrecen un programa de animaciones culturales, talleres, proyectos de estudiantes, etc.

#### ¿Cómo informarte?

Encuentra [aquí](#) toda la información

\*Si estás en otra ciudad, contacta con tu departamento de estudios para informarte sobre los lugares donde los estudiantes pueden reunirse y divertirse.

## ASOCIACIONES DE TU CAMPUS

#### ¿Quieres participar o compartir uno de tus talentos?

En cada campus de la Université de Lorraine encontrará a asociaciones o BDE (Bureau des élèves) en función de su componente de formación. Podrás descubrir asociaciones humanitarias, culturales, deportivas, etc.

#### ¿Cómo puede participar?

[Aquí](#) encontrará toda la información.



14

## PARTICIPA EN ASOCIACIONES

### SSE (SERVICIO DE SALUD PARA ESTUDIANTES)

#### ¿Necesitas ayuda médica o psicológica? ¿Tienes dificultades económicas?

El SSE está a tu disposición para escucharte y ponerte en contacto con especialistas (médicos, trabajadores sociales) de forma gratuita.

#### ¿Cómo, dónde ?

Encuentra aquí el SSE más cercano a tu campus

**Pide cita aquí: <https://rdv-sumpps.univ-lorraine.fr>**



15

## CUÍDATE

### SOIP (ORIENTACIÓN)

**Proyecto de estudios (orientación, reorientación), proyecto profesional, prácticas o búsqueda de empleo:** ¡ el SOIP te aconseja y te acompaña a lo largo de toda tu carrera!

#### ¿Cómo puede ayudar SOIP?

[Aquí](#) encontrará toda la información



16

## PROYÉCTATE