

Présentation

Etudiante en DUT Techniques de commercialisation à l'IUT d'Annecy-le-Vieux, j'ai décidé de faire ma troisième année en DUETI en Finlande d'août 2018 à mai 2019. Ainsi, j'ai étudié à Laurea University of Applied Sciences, campus Leppavaara (ESPOO) dans la filière Business Management.

Vie pratique

Logement

Concernant le logement, le mieux est d'envoyer (le plus rapidement possible) une demande auprès d'HOAS (<https://www.hoas.fi/en/>), l'agence de logement pour les étudiants. Vous pouvez formuler vos vœux : studio seul, appartement partagé (collocation), ou appartement avec chambres partagées. Je vous déconseille fortement le dernier même si cela peut réduire votre loyer, car vous n'aurez aucune intimité. Pour ma part, j'ai vécu en collocation ce qui était mon vœux n°1 puisque le loyer s'élevait environ à 420€ (+500€ de caution), contre 520€/mois pour le studio.

Cependant, j'ai eu du mal avec l'une de mes colocs pour qui le ménage était superflu. Prévoyez un planning !

L'appartement dans lequel j'ai logé était situé dans ESPOO, à 10 minutes de marche de mon campus, Leppavaara, et 15-20 minutes d'Helsinki en train. L'appartement faisait 67m² avec 3 chambres de 12,5m² chacune. L'immeuble ne comportait pas d'ascenseur, heureusement je me trouvais seulement au 2^{ème} étage, et lors de mon arrivée j'ai pu compter sur l'aide de mon tuteur, car avec mes 2 grosses cela aurait été compliqué.

L'appartement était bien, seul bémol un lit peu confortable. Il était fourni, à l'exception des ustensiles de cuisines (assiettes, verres, poêles, fourchettes/couteaux/cuillères), ce que j'ignorais avant mon arrivée. En Finlande, il y a pas mal de magasins de second main comme Fida, vous pourrez trouver de la vaisselle à prix abordables.

Dans mon immeuble (building C), on accédait au 2 saunas, presque toutes les habitations sont équipées d'un sauna en Finlande (à réserver sur le site d'HOAS, 5 réservations par mois max), tandis que dans le A se trouvaient les machines à laver et sèche-linge (à réserver sur le site d'HOAS, 10 max par mois).

En somme, je suis satisfaite de mon appartement et de sa localisation. De plus, en cas de problème de réparation par exemple, il suffit d'envoyer un rapport à HOAS pour qu'ils interviennent (évier bouché, changement d'ampoule...).



©HOAS.fi

Finance

Prévoyez un bon budget !!

En Finlande, tout est cher ! La nourriture, les transports et surtout la vie nocturne !

↳ Argent

J'ai reçu 300€/ mois de bourse ERASMUS ce qui ne couvrait évidemment pas toutes mes dépenses, mais 75% de mon loyer. Mon conseil : économisez avant de partir.

Concernant mes transactions en carte bancaire je n'avais pas de de charges supplémentaires, je m'étais renseignée auprès de ma banque (Crédit Agricole) et j'ai pu être remboursé de toutes les frais.

J'ai également fait du baby-sitting au second semestre pour gagner un peu d'argent.

↳ Courses

Pour les grandes courses, j'essayais de privilégier les hypermarchés proches de chez moi tel que Prisma ou S-Market où les articles sont généralement moins chers. Pour des petites courses j'achetais au K-Market en bas de chez moi, c'est moins grand donc moins de choix. Je vous déconseille Alepa qui est à mon sens beaucoup trop onéreux.

Au niveau des rayons, le rangement est très différent comparé à la France, j'ai mis du temps à m'habituer et à prendre mes repères. De plus, les finnois n'achètent rien en pack, mais tout à l'unité tel que le lait, les yaourts ou encore les jus de fruits.

N'oubliez pas de recycler vos cannettes, bouteilles en verre/ plastique (...) afin de récupérer la consigne sous forme de réduction et contribuer à la santé de notre planète !

↳ *Transports*

Au niveau transports en commun les villes sont bien desservies, trains, bus, métro et tram sont accessibles avec le même abonnement. Pour ma part j'ai pris un abonnement pour 2 régions Espoo (mon lieu de vie + campus) et Helsinki où je me rendais régulièrement.

L'application HSL de la compagnie des transports en commun est essentielle à télécharger, on y trouve comment se rendre d'un point A à un point B sur une mappe avec tous les horaires des trains, l'application permet également d'acheter des tickets.

Attention, en cas de fraude, vous devrez payer une amende de 80€.

↳ *Télécommunications*

Lorsque je suis arrivée dans mon logement HOAS, on m'a fourni une carte sim de l'opérateur TELIA, toutefois, bénéficiant déjà d'un forfait français fonctionnant partout en Europe (Free, tout illimité sauf internet 25go à l'étranger), je ne l'ai pas activée.

Santé

Je n'ai pas eu de problème de santé requérant un médecin. Par précaution j'avais emmené le strict nécessaire (pansement, doliprane...), j'ai seulement acheté des pastilles pour la gorge à cause du froid.

Pendant j'avais tout de même souscrit le pack européen avec la SMERRA dans le cas où je tombais malade. Pensez tout de même à demander et prendre votre carte européenne d'assurance maladie (CEAM).

Vie universitaire

↳ *Campus*

Laurea university of applied sciences est composée plusieurs campus répartis tout autour d'Helsinki, assez éloignés les uns des autres. Les plus proche d'Helsinki étant Leppävaara et Tikkurila, 15 à 20 minutes en train. Le campus de Leppävaara qui était le mien est relativement petit, mais il a de belles installations, du matériel et enseignants de qualité.

↳ *Association étudiante : Laureamko*

Lorsque vous arriverez à l'université (campus de Leppävaara) vous aurez l'occasion de faire connaissance avec Laureamko, le BDE. Ils gèrent, en collaboration avec ESN (exchange erasmus student network) tous les évènements, sorties, voyages... Joindre le BDE coute 30€/ semestre et vous donne droit à des réductions sur ces activités.

↳ *Cours*

Concernant les cours, j'en ai personnellement suivi 4 par semestre pour atteindre mes 60 crédits, ce qui est relativement peu. Cela signifie que vous avez beaucoup de temps libre à occuper (voyages, activités, sorties, travail...). Au premier semestre j'avais involontairement choisi 2 cours en ligne. Je ne conseille pas ce type d'enseignement car on ne côtoie pas ou peu d'étudiants d'échange et encore moins le professeur. De plus, avec les cours en face à face vous travaillerez davantage à l'université que sur votre temps libre.

Pour les cours en face à face l'ambiance est plutôt décontractée, les finnois appellent même leurs professeurs par leur prénom. Concernant la notation ils sont plutôt très généreux, pour les personnes qui échouent à un test ils donnent souvent une seconde chance.

Infos utiles :

A Laurea il existe l'application TUUDO que je vous conseille de télécharger car elle est très pratique pour consulter votre emploi du temps ainsi que vos salles de cours.

Pour trouver les cours et devoirs à rendre il faut se rendre sur la plateforme OPTIMA, mais pas de panique tout vous sera expliqué lors de votre semaine d'intégration.

Voyages

Mon conseil, voyagez au maximum !

Avec l'association étudiante en partenariat avec l'agence Timetravel, vous aurez l'occasion de visiter Saint Pétersbourg en Russie, Tallinn en Estonie, ainsi que la Laponie finlandaise. Ces voyages ne sont à rater pour rien au monde, de fabuleux souvenirs pour moi avec les autres étudiants d'échange. Vous aurez la possibilité effectuer les 2 chaque semestre. Cependant, ayant fait les 2 destinations au 1^{er} semestre je vous conseille d'aller en Laponie au 2nd semestre, car dû au réchauffement climatique nous n'avons pas eu de neige au mois de novembre. Toutefois j'ai eu l'occasion d'y retourner avec ma famille en février, c'est magnifique, la neige, le husky, les aurores boréales...

Concernant Tallinn, il est très facile de s'y rendre et pour peu cher, 10€ aller-retour en ferry en environ 2h, 2h30. C'est une petite ville mais très mignonne pour faire de belles photos.

Je suis aussi allée à Copenhague au Danemark, très belle ville je vous conseille également. Il est aussi très facile de voyager en Norvège ou Suède depuis Helsinki.

Je garde un très bon souvenir de mon ERASMUS en Finlande. Ce fut une année enrichissante pleine de rencontres. En effet, j'ai pu faire la connaissance d'étudiants provenant des 4 coins du monde : Autriche, Chine, Pays-Bas, Mexique, Chili etc., avec lesquels je suis toujours en contact et que je projette de revoir cette année. Rien que pour ces superbes rencontres, je vous recommande de partir en ERASMUS.

L'ERASMUS c'est aussi une occasion unique de voyager, choisissez bien votre destination. Pour ma part outre pour la culture, j'ai aussi la Finlande pour sa localisation. En effet, c'était pour moi l'opportunité unique de réaliser mon rêve : visiter la Laponie, voir les aurores boréales et les huskies, mais aussi découvrir la Russie, l'Estonie, le Danemark...

Au niveau de l'anglais, la pratique lors des cours en France et la pratique « réelle » en ERASMUS sont 2 choses totalement différentes. Malgré des débuts timides, j'ai osé aller vers les autres. Les étudiants d'échange ainsi que les finnois sont très ouverts et pas du tout dans le jugement. Ils savent vous écouter et vous aider à vous améliorer. Ainsi j'ai gagné en fluidité, en confiance et élargi mon vocabulaire.

Sur le plan culturel c'était également très instructif, même si la Finlande appartient à l'Europe, leurs traditions et coutumes sont différentes des nôtres. Ce sont des personnes d'apparence plutôt froides et distantes, ils n'ont par exemple pas pour habitude de s'asseoir à côté d'un inconnu dans train, sauf si ce dernier est bondé. Cependant, une fois la conversation engagée, les finnois sont agréables, à l'écoute, serviables et surtout, la majorité d'entre eux parlent anglais, ce qui est fort appréciable pour nous étudiants étrangers.

Concernant les activités, les finnois pratiquent le sport en salle, ils font aussi beaucoup de vélo et adorent par-dessus tout le sauna ! C'est l'élément incontournable à avoir dans sa maison. Il faut savoir que les finnois se rendent aux saunas nus ce qui est très paradoxales avec leur attitude froide et distante.

Pour ce qui est des difficultés que j'ai rencontrées, je dirais qu'au début c'était compliqué de me repérer dans les supermarchés, l'organisation et les rangements sont très différent de la France (ex : ils achètent tout à l'unité, pas de pack de lait/ jus de fruit etc.)

De plus les indications des rayons sont évidemment en finnois. Sur les produits certains sont traduit en anglais, pour la composition et les instructions, mais d'autres seulement en danois, suédois et norvégien. Au premier semestre j'ai pris un cours d'introduction au finnois ce qui m'a aidé pour les courses, par exemple le lait demi-écrémé se dit « Kevyt-Maito ».

A noter que très rares sont les boucheries et boulangeries, voire inexistantes, les finnois achètent tout en supermarché ou au marché local.

Il faut aussi savoir en amont que selon les masters et écoles que vous demandez pour l'année qui suit vous serez amené à rentrer en France au S2 pour passer certains concours. Pour ma part les billets étant parfois trop cher, 250€ à 350€ sur la période février mars, je n'ai pas pu passer certains concours comme pour l'IAE Lyon par exemple. Par chance l'école où je souhaitais effectuer mon Master Marketing, l'IAE Annecy-Le-Vieux, sélectionne les candidats sur dossier. Donc mon conseil serait de vous y prendre très à l'avance pour acheter vos billets si vous avez des concours ou entretiens à passer.

Par ailleurs, il faut noter que plus de la majorité des étudiants d'échange restent seulement 1 semestre, et passent le second dans un autre pays. Je regrette de ne pas avoir pu moi aussi couper mon année en 2 pays. Même si j'ai beaucoup aimé la Finlande, il est vrai que j'aurais aimé découvrir d'autres horizons.

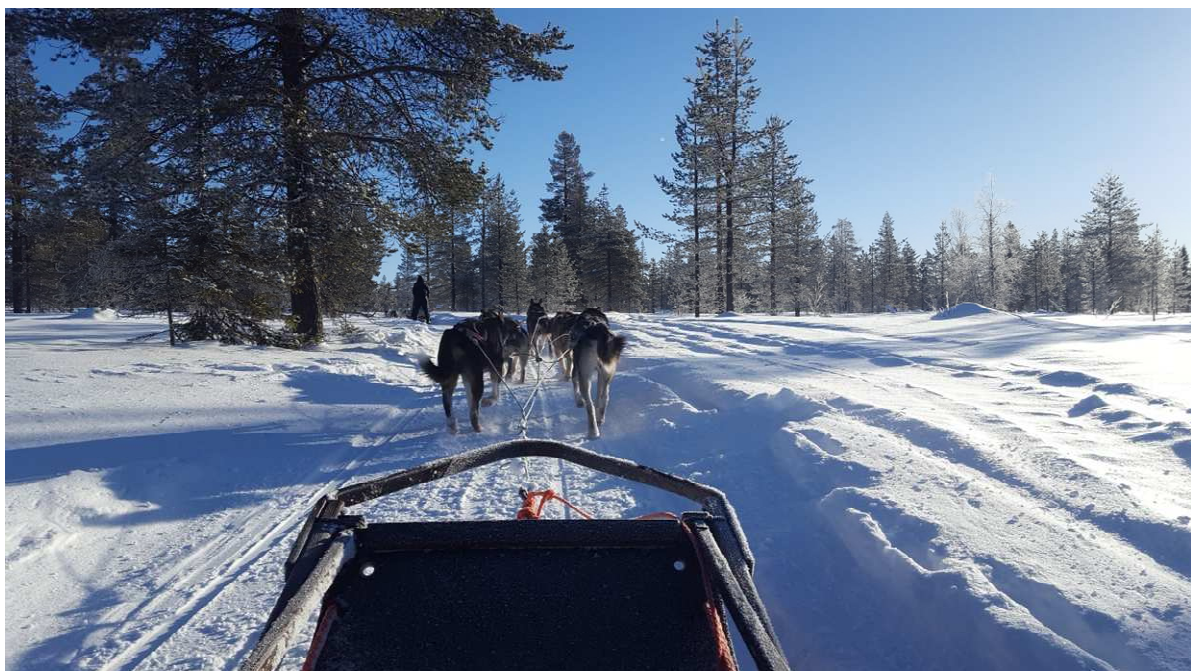
Au niveau de l'encadrement, le service des Relations Internationales de l'IUT m'a grandement aidé en répondant à mes questions mais aussi pour les démarches administratives. Avant le départ, j'ai aussi pris contact avec un étudiant qui avaient étudié à Laurea afin d'avoir quelques renseignements et conseils sur les commerces, les logements, températures...

De plus, Laurea propose un système de parrainages pour les étudiants étrangers. Ainsi, on m'a attribué un tuteur d'une gentillesse sans pareil puisqu'il m'a accueillie à l'aéroport, accompagnée jusqu'à mon appartement en portant ma valise, et m'a fournie mes clés. Je l'ai contacté quelques mois avant mon départ pour faire connaissance et l'informer de ma date d'arrivée.

Avant de partir, un Néerlandais avait créé un groupe WhatsApp avec 6-7 étudiants d'échange de pays différents, dont je faisais partie. C'était vraiment une très bonne idée car cela nous a permis de nous rencontrer dès le lendemain de mon arrivée, et ils se sont révélés être les personnes avec qui j'ai passé la plupart de mon temps.

Enfin, si je devais repartir, je prévois un plus gros budget pour voyager davantage, j'irais en Lettonie, Lituanie, Pologne, Allemagne, Islande... J'achèterais également plus de vêtements chauds car l'hiver est rude, j'ai pu expérimenter jusqu'à -23° à Helsinki : gants, bottes, bonnets, écharpes et collants sont les jeans étaient indispensables pour moi.

N'hésitez plus, PARTEZ, RENCONTREZ, VOYAGEZ !



ANNEXE 4 : FICHE COÛT DE LA VIE

2022-2023

Commission pédagogique du

2022-2023

A retourner EN VERSION ELECTRONIQUE (et non pas manuscrite) au Service des
Relations Internationales de votre IUT

Nom et prénom de l'étudiant(e) : Gaëlle F.

Etudiant à l'IUT (cocher la case correspondante) Annecy de Chambéry

dans le département 74

Université d'accueil à l'étranger : Laurea University of Applied Sciences (Leppavaara)

Ville et pays : ESPOO, FINLANDE

Dépenses de départ et d'installation	
Transport <input checked="" type="checkbox"/> avion <input type="checkbox"/> train <input type="checkbox"/> voiture <input type="checkbox"/> autre :	300€ aller-retour
Cours de langue	0€
Frais d'inscription à l'étranger	0€
Livres et matériel scolaire	0€
Caution pour le loyer	500€
Assurances	20€/mois
Visa	0€
Autres dépenses :	0€
TOTAL DES DEPENSES DE DEPART ET D'INSTALLATION	820€

Dépenses mensuelles	
Loyer Cochez : <input checked="" type="checkbox"/> colocation <input type="checkbox"/> logement privé <input type="checkbox"/> logement individuel <input type="checkbox"/> logement universitaire	423€ / mois
Chauffage, électricité, eau (si non inclus dans le loyer)	€ / mois
Nourriture	200€ / mois
Téléphone	16€ / mois
Transports sur place	60€ / mois
Autres dépenses :	€ / mois
- voyages	250€ / mois
TOTAL DES DEPENSES MENSUELLES	949€ / mois

Recettes	
Rémunération (emploi sur place, job, stage...)	0€ / mois
Bourses de mobilité Cochez : <input checked="" type="checkbox"/> Erasmus+ <input type="checkbox"/> Explo'ra Sup <input checked="" type="checkbox"/> AMI	300€ / mois
Bourse complémentaire d'aide à l'installation	0€
Autres recettes :	
TOTAL DES RECETTES	300€

Commentaires éventuels :

Rapport de fin de séjour DUETI Alexandre B (dept. INFO), Laurea, Finlande

Vie pratique :

-Logement : comment l'avez-vous trouvé (adresses de sites ou coordonnées d'organismes), type de logement, accès à ce logement, prix des loyers, caution...

Je suis arrivé en Finlande à la fin du mois d'août, 4 jours seulement avant le début du semestre. À l'époque, je dormais dans un hôtel car je n'avais reçu aucune offre de la part de HOAS (la Fondation pour le logement étudiant de la région d'Helsinki) et lorsque j'ai demandé en juillet à l'université d'accueil si elle avait des conseils à me donner sur la façon de trouver un logement, ils m'ont répondu que je devais attendre les premiers jours de réunion pour voir d'autres étudiants dans le même cas et trouver une solution ensemble. Pour ma part j'ai continué à chercher sur de nombreux sites d'hébergement, mais je me suis rendu compte que seul, j'allais déboursé beaucoup d'argent car le marché immobilier de la région métropolitaine d'Helsinki est très coûteux.

J'avais réservé une semaine dans une chambre d'hôtel pour avoir un peu de temps pour trouver un logement, mais après cette semaine, je n'avais plus rien et le prix des hôtels en Finlande est très élevé. Il fallait donc vraiment que je trouve quelque chose à la fin de la semaine !

Heureusement, lors de la première journée de réunion, j'ai rencontré 3 autres étudiants français qui cherchaient également un logement. En effet, ils étaient dans la même situation que moi, ils n'avaient pas reçu d'offre HOAS. Nous avons donc commencé à chercher un logement où vivre tous les quatre, car plus nous serions nombreux, moins nous aurions à payer mais nous avons vite compris que la mission allait être difficile. Nous étions tous issus de la même université mais pas du même campus. Un seul étudiant étudiait sur le même campus que moi. Trouver un lieu qui convienne à tous deviendra bientôt une tâche impossible à résoudre puisque les deux campus étaient distants et reliés par des lignes de train différentes. Nous avons finalement décidé de scinder le groupe et de rechercher deux par deux des appartements séparés. Après trois jours intensifs de recherches et après l'envoi de mails et d'appels téléphoniques, j'ai enfin trouvé un logement à Pasila, un quartier situé entre l'école et le centre-ville, près d'une gare facilement accessible. Je ne suis resté qu'un semestre dans cet appartement parce que mon colocataire, un étudiant en commerce français originaire de Dunkerque, n'est resté qu'un semestre en Finlande.

C'est pourquoi, pour le second semestre, je n'ai pas fait les mêmes erreurs que lors du premier semestre. Cette fois, j'ai envoyé une demande pour un appartement HOAS dès la date d'ouverture, dans les minutes qui ont suivis, afin d'être le premier et être sûr que HOAS me fasse une proposition. Cela s'est produit car ils m'ont envoyé une offre exactement à l'endroit où je voulais être, un studio pour moi-même en plein centre-ville.

- Finances : contraintes, moyens de paiement, transactions...

Pour payer j'ai utilisé la même carte de crédit que j'utilise en France. J'ai néanmoins notifié ma banque que j'allais vivre à l'étranger. Je n'ai pas rencontré de problèmes lié à des transactions. Quand je suis allé à deux reprises en Suède (pays qui n'utilise pas l'euro) lorsque j'effectuais un paiement avec ma carte je devais payer un petit supplément d'environ 90 centimes à chaque transaction. Pour effectuer des virements vers des comptes étrangers pour payer mon loyer par exemple, j'ai dû appeler ma banque afin qu'elle ajoute un compte étranger comme bénéficiaire ce que je ne pouvais pas le faire moi-même.

- Santé : couverture sociale et complémentaire, système de santé local...

Etant donné que j'étais étudiant en Finlande qui fait partie de l'Union Européenne j'ai utilisé ma carte européenne d'assurance maladie et ma mutuelle française. Cependant je n'ai pas eu à utiliser le système de santé finlandais.

- Télécommunications : tarifs, solution conseillée...

Avec la nouvelle loi européenne sur les télécommunications entre pays de l'union européenne, je n'ai pas eu besoin de changer de forfait mobile. J'ai pu avec mon forfait actuel utiliser la 4G en Finlande avec 50 gigas, le même nombre qu'en France et passer des appels vers la France sans payer de supplément. J'ai eu néanmoins un petit problème lorsque je suis allé en voyage en Russie. Là-bas le prix des données mobiles est très élevés et n'ayant pas désactivé l'itinérance de mon mobile j'ai consommé quelques mégas octets de données qui m'ont coûté environ 50€. Il faut donc faire très attention lorsque l'on voyage dans un pays en dehors de l'Union Européenne.

- Vie universitaire : système administratif, déroulement des cours, relations professeurs-étudiants...

J'ai pu personnaliser mes cours. Bien que j'étudie l'informatique, j'ai eu l'opportunité de sélectionner quelques cours de business ainsi que de suivre des cours en ligne, chose que je n'avais jamais fait auparavant.

Les relations professeurs-étudiants sont beaucoup plus fortes en Finlande qu'en France. En Finlande, nous appelons nos professeurs par leurs prénoms et nous organisons souvent des repas avec eux.

- Stage : comment trouver un stage, rythme de travail, rémunération, fonctionnement des relations de travail...

Je n'ai pas réalisé de stage durant mon séjour à l'étranger je ne suis donc pas en mesure de décrire cette partie. J'ai néanmoins cherché à trouver du travail, malheureusement sans succès car la plupart des postes recrutaient des personnes sachant parler le finnois mais aussi car il me fallait un document que j'aurais mis plusieurs mois à obtenir. Cependant, j'ai eu un aperçu du monde du travail en Finlande car par l'intermédiaire de l'université, nous avons travaillé en projet avec des entreprises et il nous fallait étudier leurs méthodes de travail.

- Vie quotidienne : climat, rythme de vie, horaires d'ouverture, transports, nourriture, loisirs, anecdotes...

Le climat de la Finlande est caractérisé par des hivers très froids et un ensoleillement différent de celui observé en France dû à la situation géographique du pays. Durant le premier semestre, il arrivait que le soleil se couche à 15h, ce qui de prime abord est vraiment étrange mais on s'y habitue au fil du temps. De même, durant le deuxième semestre, c'était l'inverse, le soleil se levait à 3 heures du matin. Le rythme de vie est donc vraiment différent du rythme de vie français. Le repas était décalé car là-bas, on dine habituellement vers 18 heures.

Les transports sont très efficaces en Finlande. Je prenais le métro ainsi que le train tous les jours et je n'ai constaté que très peu de retards (souvent dû à la neige).

Le sauna est un élément important de la culture finlandaise. Il y a environ trois millions de saunas en Finlande pour un peu plus de cinq millions d'habitants, soit une moyenne d'un par ménage. Les finlandais ne considèrent pas le sauna comme un luxe mais plutôt comme une nécessité. C'est un lieu de détente où on y invite les amis et la famille. Dans mon bâtiment, il y avait un sauna que je pouvais réserver 1 heure 4 fois par mois. J'invitais donc souvent des amis et mes amis m'invitaient aussi à partager le leur.

J'ai eu l'opportunité d'apprendre le finnois pendant un semestre. Cela m'a énormément aidé à la compréhension du monde qui m'entourait.

J'ai également pu assister à un match de hockey, qui étonnamment n'est pas pas le sport national finlandais (le sport national finlandais est le Pesäpallo, un sport collectif proche du baseball inventé en Finlande). C'était un match de la Kontinental Hockey League, Helsinki affrontant Severstal, une équipe russe. C'était une expérience unique car même si j'avais déjà vu des matchs de hockey en France l'ambiance y était ici totalement différente.

b) Bilan et suggestions

- Quel bilan faites-vous de ce séjour à l'étranger ? Quelles ont été les principales difficultés que vous avez rencontrées ? Vos projets personnels et professionnels ont-ils évolué au cours de ce séjour ? En quoi ?

Je fais un bilan vraiment positif de ce séjour. Je pense que cette expérience a été une des plus enrichissantes que j'ai eu la chance de réaliser au cours de ma vie. Les principales difficultés que j'ai rencontrées ont été principalement la recherche de logement qui a été assez difficile. Comme je l'ai expliqué plus haut, le fait de ne pas être sur place et de ne pas avoir reçu d'offre de la part de l'association des étudiants locale, couplé à l'université d'accueil qui ne m'a pas beaucoup aidé, n'ont pas facilité cette tâche. Néanmoins, j'ai quand même réussi à trouver un logement convenable une fois sur place.

Mon projet professionnel s'est confirmé durant ce séjour. J'ai eu l'opportunité de prendre des cours d'informatique qui s'intègrent à mon cursus mais aussi d'élargir mon horizon avec des cours de business. Avant de me rendre en Finlande, je savais que je voulais continuer dans l'informatique tout en me spécialisant un peu plus dans la gestion et les cours que j'ai suivis ont confirmé ce choix.

- Avez-vous eu besoin d'être encadré(e), préparé(e) et orienté(e) avant et pendant votre séjour ? Comment cela s'est-il passé ? Quel rôle a joué votre établissement dans cette préparation ? Avant votre départ, êtes-vous entré(e) en contact avec des étudiants ayant déjà effectué un séjour dans le même établissement d'accueil que vous ? Avec des étudiants étrangers venant de votre établissement d'accueil ?

Oui j'ai eu besoin d'être encadré, surtout au début. En particulier pour les démarches administratives. Je ne suis pas rentré en contact avec des étudiants ayant déjà effectué un séjour dans le même établissement d'accueil que moi et avec des étudiants étrangers venant de votre établissement d'accueil car je n'en ai pas éprouvé le besoin. Je voulais également partir à la découverte et ne pas avoir trop d'informations et plutôt découvrir les choses sur place.

- Si vous deviez repartir à l'étranger, quelles erreurs éviteriez-vous ? Comment vous y prépareriez-vous ? Que suggèreriez-vous à ceux qui vont partir ?

Si je devais repartir à l'étranger, tout d'abord, j'essayerais de vraiment me renseigner plus en avance sur la recherche de logement. Je pense m'y être pris un peu trop tard et c'est sans doute pour cela que je n'ai pas reçu d'offre de la part de l'organisation étudiante. La prochaine fois, je ferais donc en sorte de m'y prendre plus tôt et de m'assurer d'avoir un logement avant de partir plutôt que de devoir en chercher un une fois sur place. Je suggèrerais donc à ceux qui vont partir de ne pas négliger la recherche de logement car c'est un point très important.

- Quelles améliorations estimez-vous intéressantes d'apporter aux échanges internationaux ?

Je trouve que c'est une très bonne chose d'avoir accès à une ou des bourses de mobilité. C'est un soutien non négligeable. Je dirais qu'il est donc primordial de maintenir ces bourses. La Finlande étant un pays très cher elle fait partie des pays où la bourse est la plus importante. Pourquoi ne pas augmenter un peu cette bourse car même si elle est plus élevée que dans d'autres pays, le pays reste cher et une aide plus conséquente serait plus confortable ?

Une autre amélioration qui existe déjà dans d'autres universités étrangères est de payer un vol d'avion aller retour aux étudiants afin qu'ils puissent rentrer chez eux une fois durant la période d'échange. Je trouve que c'est une très bonne idée pour faire une petite coupure durant l'échange sans que cela ne revienne trop cher à l'étudiant.

ANNEXE 4 : FICHE COÛT DE LA VIE

A retourner EN VERSION ELECTRONIQUE (et non pas manuscrite) au Service des Relations Internationales de votre IUT

Nom et prénom de l'étudiant(e) : Alexandre B

Etudiant à l'IUT (cocher la case correspondante) d'Annecy

dans le département : Informatique

Université d'accueil à l'étranger : Laurea University of Applied Sciences

Ville et pays : Espoo, Finlande

Dépenses de départ et d'installation	
Transport Cochez : <input checked="" type="checkbox"/> avion <input type="checkbox"/> train <input type="checkbox"/> voiture <input type="checkbox"/> autre :	€170
Cours de langue	0€
Frais d'inscription à l'étranger	290€
Livres et matériel scolaire	0€
Caution pour le loyer	1400€
Assurances	0€
Visa	0€
Autres dépenses :	€
TOTAL DES DEPENSES DE DEPART ET D'INSTALLATION	1860€

Dépenses mensuelles	
Loyer Cochez : <input type="checkbox"/> logement universitaire <input type="checkbox"/> logement privé <input type="checkbox"/> logement individuel <input checked="" type="checkbox"/> colocation	750 € / mois
Chauffage, électricité, eau (si non inclus dans le loyer)	0€ / mois
Nourriture	200€ / mois
Téléphone	€ / mois
Transports sur place	57 € / mois
Autres dépenses :	€ / mois
TOTAL DES DEPENSES MENSUELLES	1057€ / mois

Recettes	
Rémunération (emploi sur place, job, stage...)	0€ / mois
Bourses de mobilité Cochez : <input checked="" type="checkbox"/> Erasmus+ <input checked="" type="checkbox"/> Explo'ra Sup <input type="checkbox"/> AMI	395€ / mois
Bourse complémentaire d'aide à l'installation	0€
TOTAL DES RECETTES	395€