

ENRICHIR MON PARCOURS

**MES DISPOSITIFS INTERCULTURELS
ET LANGUES** 40

MES ATELIERS CULTURELS ET ARTISTIQUES 41

SPORT 42

MA VIE ASSOCIATIVE 44

MES INITIATIVES ET PROJETS ÉTUDIANTS 48

MON ENGAGEMENT 52

MA CÉSURE 54

MES DISPOSITIFS INTERCULTURELS ET LANGUES

Booster mes compétences linguistiques

Je booste mes compétences linguistiques et découvre les cultures du monde avec ces dispositifs proposés gratuitement par l'espace interculturel et langues.

Offerts chaque semestre, ils me permettent de progresser en langues, d'améliorer mes compétences interculturelles ou encore de préparer une mobilité internationale :

- ◆ **les unités d'enseignement d'ouverture en langues et cultures** pour compléter ma formation avec un cours en anglais, chinois, espagnol, italien, portugais ou français langue étrangère (FLE) autour d'une thématique originale et dans le cadre de ma licence (3 ECTS) ;
- ◆ **les ateliers de conversation** animés par des étudiants natifs pour m'améliorer en langues et découvrir d'autres cultures dans une ambiance conviviale et internationale sans évaluation ;
- ◆ **les tandems bilingues** pour pratiquer la langue maternelle de mon binôme et lui « enseigner » la mienne en échange en toute liberté et à mon rythme ;
- ◆ **l'annuaire de ressources numériques** soigneusement sélectionnées pour me permettre d'apprendre ou de progresser en ligne de façon autonome dans la langue de mon choix.

[https://www.u-pec.fr/fr/international/
interculturel-et-langues](https://www.u-pec.fr/fr/international/interculturel-et-langues)



Les arts et la culture à l'UPEC

L'université est un lieu de découverte, de création et de diffusion de la culture. À l'UPEC, les arts et la culture sont au cœur de la vie étudiante comme vecteur d'épanouissement et de réussite.

Les ateliers

Des ateliers culturels sans validation sont proposés, à chaque semestre, par le pôle culture du service Vie de campus. Les ateliers sont gratuits et se déroulent sur un semestre. Les pré-inscriptions sont ouvertes à partir du mois de septembre pour le 1^{er} semestre.

Les ateliers en UE d'ouverture

Les UE d'ouverture (UE pour Unité d'Enseignement) me permettent de découvrir des champs disciplinaires différents de ceux liés à ma formation, de valoriser mon engagement et d'encourager les pratiques artistiques, sportives ou culturelles.

La billetterie culturelle

La billetterie culturelle du pôle culture propose chaque mois plusieurs activités et sorties gratuites, à faire seul, en duo ou en groupe pour découvrir des spectacles, expositions, visites... L'UPEC tisse de nombreux partenariats pour proposer tout au long de l'année des sorties culturelles et artistiques.

Mes activités culturelles

- ◆ arts ;
- ◆ danse et musique ;
- ◆ spectacle vivant et littérature ;
- ◆ engagement et société.

INFO PRATIQUE

JE DÉCOUVRE LA LISTE
DE MES ATELIERS

<https://www.u-pec.fr/fr/vie-de-campus/culture/ateliers-artistiques-et-culturels>

MES ATELIERS CULTURELS
ET ARTISTIQUES



CONTACT

01 45 17 19 84
culture@u-pec.fr

SPORT



Pratiques sportives

L'UPEC me propose une trentaine d'activités sportives pour me dépasser, me perfectionner et repousser mes limites.

Les activités sont proposées en loisir et dans le cadre des UE d'ouverture, mais également en compétition ou en haut niveau. Sports collectifs ou de combat, sports de raquette, danses, remise en forme et bien-être, équitation, escalade, golf, natation, découvrez une palette d'activités sportives riches et variées.

Comment pratiquer des sports ou des activités physiques à l'UPEC ?

- ◆ En m'inscrivant au **SUAPS** si je souhaite pratiquer gratuitement en « loisir » ;
- ◆ en choisissant une « **UE d'ouverture** » sportive si je souhaite valider une note (3 ECTS) ;
- ◆ en m'inscrivant à l'**Association Sportive** affiliée à la Fédération Française du Sport Universitaire, si je souhaite pratiquer en **compétition**.

Comment m'inscrire ?

PRATIQUE EN LOISIR LIBRE ET GRATUITE

Je m'inscris par mail ou sur les lieux de pratiques (terrains, salles et gymnases).

PRATIQUE EN UE D'OUVERTURE NOTÉE

Je m'inscris sur **eCampus** (octobre et janvier) ou directement sur les lieux de pratiques.

PRATIQUE D'UN SPORT EN COMPÉTITION*

Rendez-vous sur le lieu de pratique sportive, pour rencontrer l'enseignant.

POUR LES SPORTIFS DE HAUT NIVEAU (SHN) OU BON NIVEAU (SBN)

Je contacte **Benoît COURAUD**, enseignant EPS en lien avec toutes les composantes de l'UPEC.

* niveau débrouillé à expert



SUAPS
01 45 17 13 84
suaps@u-pec.fr



BENOÎT COURAUD
01 45 17 13 84
couraud@u-pec.fr

Les associations

Près d'une centaine d'associations existent à l'UPEC. Elles contribuent à la vie étudiante et de campus et sont un relais indispensable entre les étudiants et les différents services de l'université.

LES ASSOCIATIONS DE REPRÉSENTATION ÉTUDIANTE

Représentées par les élus étudiants dans les **différents conseils** de l'université, elles s'engagent à **défendre mes droits et mes intérêts** et participent à la prise de décisions, nécessaires à l'amélioration des conditions de vie et d'étude, pour favoriser la réussite.

LES ASSOCIATIONS DE FILIÈRE

Elles permettent aux étudiants d'une même formation de mener des actions collectives, en mettant en pratique **les savoirs théoriques** acquis via des projets concrets.

LES BUREAUX DE VIE ÉTUDIANTE (BDE)

Ils agissent pour favoriser la **cohésion et le lien social** au sein d'une même composante et pour favoriser l'intégration via l'organisation de soirées ou de séjours étudiants. Les BDE travaillent à faire vivre l'entraide et la solidarité au sein d'une filière, notamment via du tutorat ou activités de soutien.

LES ASSOCIATIONS CULTURELLES, ARTISTIQUES OU SPORTIVES

Elles contribuent à l'**animation de la vie étudiante** en s'impliquant dans de nombreuses **activités** (organisation d'événements, rencontres sportives ou artistiques, concerts, spectacles).

LES ASSOCIATIONS DE SOLIDARITÉ, DE CITOYENNETÉ

Engagées, elles mettent en place des projets de sensibilisation :

- ◆ défense des droits humains ;
- ◆ défense des libertés individuelles et fondamentales ;
- ◆ droit des femmes et des enfants ;
- ◆ égalité femmes-hommes ;
- ◆ lutte contre l'homophobie ;
- ◆ lutte contre le racisme et l'antisémitisme.

DEVENIR BÉNÉVOLE DANS UNE ASSOCIATION ÉTUDIANTE

En devenant bénévole dans une association étudiante de l'UPEC, je bénéficie d'une expérience qui me permet :

- ◆ de rencontrer d'autres étudiants ;
- ◆ de faire vivre mon université et mon campus ;
- ◆ de défendre une cause qui me tient à cœur et de m'investir dans des projets réels ;
- ◆ d'acquérir des compétences et de contribuer ainsi à ma formation citoyenne et à mon insertion professionnelle.

Créer une association à l'UPEC

Si je souhaite créer une association au sein de l'université, l'UPEC me permet de réaliser mes projets et de bénéficier d'un accompagnement personnalisé. Association culturelle, de solidarité, sportive, de filière ou de représentation syndicale : je suis guidé tout au long de mes démarches.

Quelles étapes ?

- ◆ Je réunis un collectif d'au moins deux étudiants de l'UPEC ;
- ◆ je définis le projet de l'association et ses objectifs avec précision ;
- ◆ je prends rendez-vous avec le service Vie de campus ;
- ◆ je rédige les statuts (membres, objectifs, organisation, fonctionnement de l'association) ;
- ◆ j'organise une assemblée constitutive qui doit donner lieu à un compte-rendu écrit ;
- ◆ j'obtiens l'accord de la présidence de l'université via le service Vie de campus afin de valider la domiciliation de mon association ;
- ◆ je déclare mon association en préfecture ;
- ◆ je souscris une assurance et j'ouvre un compte bancaire pour mon association.



ASSOCIATIONS



Labelliser une association

Les demandes de labellisation sont à déposer au pôle initiatives étudiantes accompagnement des associations et projets étudiants du service Vie de campus, chaque fin d'année universitaire.

La labellisation concerne les associations domiciliées à l'UPEC depuis plus d'un an et qui ont réalisé au moins un projet accompagné par un service universitaire ou une composante, ou qui ont participé à au moins une action transversale organisée par l'université.

La labellisation a pour objectif de valoriser les associations étudiantes dynamiques en leur octroyant différents avantages, notamment :

- ◆ une subvention de fonctionnement ;
- ◆ un espace de travail partagé ou un local au sein d'un campus en fonction des disponibilités ;
- ◆ un soutien logistique, matériel et de communication ;
- ◆ des formations à la conduite de projets.



CONTACT

01 45 17 65 21

association@u-pec.fr

Organiser un événement

Le pôle Initiatives étudiantes, accompagnement des associations et projets étudiants, me soutient dans l'organisation de mon projet et me met en relation avec les services dédiés, pour un soutien logistique ou matériel. m'accompagne dans l'organisation de mon projet et me met en relation avec les services dédiés, pour un soutien logistique ou matériel.

Tout au long de l'année universitaire, je peux effectuer une demande en envoyant un mail au pôle Initiatives étudiantes à l'adresse association@u-pec.fr

Cette demande doit être faite :

- ◆ **AU MOINS 2 MOIS** avant en cas d'événement ou manifestation nécessitant un dispositif de sécurité et une autorisation de la mairie ou de la préfecture
- ◆ **AU MOINS 10 JOURS** avant l'événement pour un événement de type stand, conférence, activité de vie associative, etc.

À savoir

Monter un projet c'est se fixer un objectif précis et se donner les moyens de l'atteindre. Je dois :

- ◆ DÉFINIR CLAIREMENT MON PROJET
- ◆ ÉTABLIR UN BUDGET
- ◆ RÉFLÉCHIR À UN CALENDRIER GLOBAL
- ◆ TROUVER DES PARTENAIRES
- ◆ COMMUNIQUER
- ◆ RÉALISER
- ◆ ÉVALUER LE PROJET



Financer mon projet

Le Fonds de Soutien aux Initiatives Étudiantes (FSIE), issu des fonds de la CVEC, me permet de financer mes projets. Avant de déposer ma demande de subvention, il est essentiel de prendre rendez-vous avec le pôle initiatives étudiantes, accompagnement des associations et projets étudiants du service Vie de campus.

Télécharger le dossier de demande de subvention.

<https://www.u-pec.fr/fr/vie-de-campus/vie-associative-et-engagement/initiatives-et-projets-etudiants/dossier-fonds-de-soutien-aux-initiatives-etudiantes-fsie>





Communiquer sur mon projet

Lorsque j'obtiens un financement FSIE, je participe à l'animation de la vie étudiante à l'UPEC et à la notoriété de l'établissement. Ainsi, je participe à la construction de l'image et à la notoriété de l'université.

En bénéficiant d'une subvention, je m'engage à :

- ◆ faire apparaître le label CVEC sur tous les supports matériels et numériques ;
- ◆ faire une communication sans stéréotype de sexe ;
- ◆ faire au moins un retour sur mon projet, soit par le biais d'un bilan écrit (articles, textes, photos, vidéos), soit par une exposition ouverte à tous sur l'un des sites de l'UPEC, soit par la tenue d'un stand sur un des sites de l'UPEC.

Le président de l'association est responsable des affichages et des distributions réalisées par ses membres. Il contrôle la réalisation et la diffusion des outils de communication, en accord avec le service Vie de campus, qui prend conseil auprès de la Direction de la communication, qui peut également l'accompagner.



CONTACT
association@u-pec.fr

MON ENGAGEMENT

Devenir un étudiant engagé

En tant qu'étudiant, je peux m'engager dans le monde associatif, comme bénévole ou dans le cadre d'une mission de service civique. Grâce à mon engagement **je contribue au développement de la vie de mon université et construit mon parcours de citoyen engagé.**

Je peux demander que mes compétences, connaissances et aptitudes acquises au cours de cet engagement, soient validées dans le cadre de mon diplôme.

La reconnaissance de mon engagement est accordée par mon responsable de formation si les compétences acquises dans l'engagement relèvent de celles attendues dans le cursus d'étude.

Le SCUIO peut accompagner l'enseignant ou le BAIP sur la valorisation de mes compétences. Les compétences acquises dans le cadre de l'engagement sont inscrites au supplément du diplôme, qu'elles soient traduites ou non en ECTS.

Je m'engage pour :

- ♦ contribuer à construire mon université et la société, dans un esprit d'ouverture, de solidarité et de responsabilité sociale ;
- ♦ participer à la vie de l'université et de mes campus, via des actions culturelles, artistiques, sportives et citoyennes ;
- ♦ acquérir des compétences que je peux valoriser.

Quel engagement ?

- ♦ Un engagement dans un mandat d'élu ;
- ♦ un engagement associatif ;
- ♦ un engagement en tant que porteur de projet à caractère social, humanitaire ;
- ♦ un engagement dans un service civique.

Comment faire ma demande dans ma formation ?

Jé dépose une demande écrite à la scolarité ou au BAIP de ma composante chargée de traiter les dossiers, au plus tard **trois semaines** après le début des enseignements de chaque semestre.

Le formulaire se trouve sur le site de l'UPEC. La demande est adressée au responsable de la formation, elle est accompagnée des justificatifs correspondant à ma situation d'engagement.

Plus d'infos et formulaire sur :

<https://www.u-pec.fr/fr/vie-de-campus/vie-as-sociative-et-engagement/engagement-etudiant/la-valorisation-de-l-engagement-etudiant-a-l-upec>



Les élections étudiantes

En tant qu'étudiant je suis appelé à **voter** pour élire **mes représentantes et représentants** dans les différentes instances de l'université.

Désignés pour 2 ans, **les élus et élues étudiants** s'engagent à défendre mes intérêts, aux côtés des représentantes et représentants du personnel administratif et enseignant.

Les élections me permettent d'élire différents représentants :

- ◆ représentants étudiants dans les trois conseils de l'université ;
- ◆ représentants au conseil de ma faculté, mon école ou mon institut ;
- ◆ délégués de filière ;
- ◆ représentants au CROUS.

Je suis
DIANTE et
pour
USSITE DE
en LEA

Le dispositif

La "césure" me permet de **suspendre temporairement mon parcours universitaire** sur un semestre ou une année universitaire complète afin de réaliser un projet personnel ou professionnel, en France ou à l'étranger. **Je conserve le statut d'étudiant** et mon droit à la bourse si je le souhaite.

Pourquoi faire ?

- ◆ Un service civique ;
- ◆ un volontariat au sein du corps européen de solidarité ;
- ◆ un volontariat international ;
- ◆ un volontariat de solidarité internationale ou autre type de volontariat solidaire et associatif ;
- ◆ un engagement bénévole ;
- ◆ un projet sous statut étudiant-entrepreneur ;
- ◆ un engagement de sapeur-pompier, police ou armée volontaire ;
- ◆ une formation dans un domaine différent ;
- ◆ un stage ou un emploi en France ou à l'étranger ;
- ◆ une activité sportive ou artistique de haut niveau ;
- ◆ une aide à un proche en difficulté (perte d'autonomie, handicap, maladie).

Je candidate

- ◆ **POUR UNE CÉSURE EN 1^{RE} ANNÉE DE LICENCE**, je fais une demande de césure à l'adresse cesure@u-pec.fr.
- ◆ **POUR UNE CÉSURE À PARTIR DE LA 2^E ANNÉE**, je complète le formulaire de demande de césure via e-Candidat, en veillant à respecter le calendrier indiqué sur le site internet de l'UPEUC ou sur eCampus.

Si je reçois un avis favorable de la commission césure, je complète le contrat pédagogie établi par le référent césure de ma composante et l'imprimé de mobilité si je pars à l'étranger.

Une fois le cursus terminé

Je me réinscris selon le calendrier et la procédure d'inscription de l'université.

Je peux demander à valoriser mon expérience auprès du responsable pédagogique de ma formation.

Infos pratiques

Je m'acquitte des frais d'inscription réduits pour une césure annuelle et complets pour une césure semestrielle.

Je demande ou non le maintien de mon droit à la bourse.

Je bénéficie d'un accompagnement unique via cesure@u-pec.fr.