



2026/2027

GUIDE DES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

BIENVENUE À SCIENCES PO RENNES !



MOT DE LA DIRECTION

Pablo DIAZ

Directeur

Marta Iglesias-Casal

Directrice des études / cycle bachelor

ENSEMBLE, REFAIRE LE MONDE !

Bienvenue à Sciences Po Rennes, dans ce beau Cloître républicain qui, nous l'espérons, stimulera votre envie d'apprendre et de connaître nos Régions et notre pays.

Le modèle Sciences Po est une invitation à la curiosité, puisque vous apprendrez plusieurs approches pour lire le monde, en croisant les disciplines des sciences humaines et sociales (droit, économie, histoire, sociologie, langues).

Ce beau modèle pédagogique, nous avons souhaité l'ouvrir de nouvelles approches liées aux enjeux contemporains : l'étude des transitions sociales, écologiques et citoyennes (Campus des Transitions), des sciences de l'ingénieur (parcours INSA/Sciences Po), du design (avec l'Ecole de Design de Nantes) et l'ouverture l'international (cursus mondes chinois, franco-allemand, cursus AEP /CEP et ISEP).

Pour nourrir votre curiosité intellectuelle, vous pourrez compter sur la bibliothèque, construite autour d'un chêne centenaire. N'hésitez pas jeter un coup d'œil aux travaux de nos équipes de recherche, qui contribuent à éclairer les citoyens sur de grands sujets contemporains : destransitions et du changement social, des inégalités et de la démocratie, ou encore des territoires et de la gouvernance.

Pour vous épanouir en parallèle des cours, vous pourrez profiter de la vie associative, toujours d'une grande richesse. Vous pourrez également faire la connaissance des étudiants internationaux qui seront nombreux cette année. Vous pourrez enfin découvrir Rennes et Caen, deux villes culturelles et festives, ainsi que la Bretagne et la Normandie, deux beaux jardins posés sur la mer, que vous aurez plaisir explorer !

Ensemble, refaire le monde sera le fil conducteur d'une programmation que nous souhaitons tourner vers l'avenir et les attentes de la jeunesse.

Nous vous souhaitons une très belle année d'étude !

PARTIE 1 : BIENVENUE À SCIENCES PO RENNES	6
LE MOT DES CO-DIRECTEURS DES RELATIONS INTERNATIONALES	6
QUI SOMMES-NOUS ?	7
LA FORMATION À SCIENCES PO RENNES : NOS PROGRAMMES INTERNATIONAUX	7
S'ORIENTER À SCIENCES PO RENNES	8
VOS INTERLOCUTEURS	9
PARTIE 2 : PRÉPARER SON ARRIVÉE À SCIENCES PO ET À RENNES.....	10
LE CALENDRIER ACADÉMIQUE 2026/27	10
L'INSCRIPTION ADMINISTRATIVE	10
LA DEMANDE DE VISA	11
SE LOGER À RENNES.....	12
LOGEMENT TEMPORAIRE	15
ÉTUDIANT EN SITUATION DE HANDICAP.....	15
FAIRE APPEL AU CENTRE DE MOBILITE INTERNATIONALE.....	16
ZEPHYR, L'ASSOCIATION POUR LES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX.....	17
BUDGET : COÛT DE LA VIE A RENNES.....	18
PARTIE 3: DÉMARCHES ADMINISTRATIVES À L'ARRIVÉE .	19
VALIDER SON VISA.....	19
OUVRIR UN COMPTE EN BANQUE.....	19
ASSURANCES ET AIDE FINANCIÈRE AU LOGEMENT.....	19
SANTÉ	20
PARTIE 4 : VOS ÉTUDES A RENNES.....	24
ACCÈS A L'INTRANET : VOTRE COMPTE SÉSAME	24
ACCÈS WIFI.....	24
LA BIBLIOTHÈQUE DE SCIENCES PO.....	25
S'INSCRIRE SUR LE CAREER CENTER.....	25
L'INTRANET DE SCIENCES PO RENNES.....	25
TROUVER ET COMPRENDRE SON EMPLOI DU TEMPS	27
LE CONTRAT D'ÉTUDES.....	28

LE PROGRAMME EN FRANCAIS.....	28
LE PROGRAMME EN ANGLAIS.....	29
LE PROGRAMME MULTIDISCIPLINAIRE	29
PARTIE 5 : INFOS PRATIQUES ET VIE ETUDIANTE.....	31
SE DÉPLACER A VÉLO.....	31
TRANSPORTS EN COMMUN : PRENDRE SA CARTE KORRIGO.....	31
RESTAURATION.....	32
TROUVER DU TRAVAIL.....	32
RECUP'CAMPUS – TROUVER DES USTENSILES DU QUOTIDIEN.....	33
FAIRE DU SPORT	33
VIE ASSOCIATIVE.....	35
RENNES ET SES ALENTOURS.....	36
NUMÉROS D'URGENCE	38

PARTIE 1 : BIENVENUE À SCIENCES PO RENNES

LE MOT DES CO-DIRECTEURS DES RELATIONS INTERNATIONALES

Chers étudiants internationaux,
Bienvenue à Sciences Po Rennes !

Laissez-nous vous présenter en quelques mots notre école, qui est désormais aussi la vôtre, dans son environnement.

Sciences Po Rennes, avec les autres Instituts d'études politiques du réseau Sciences Po, occupe une place unique dans le système d'enseignement supérieur français. C'est un établissement d'enseignement supérieur public, qui jouit d'une indépendance académique et administrative. Il offre aux futurs cadres supérieurs et hauts fonctionnaires une formation prestigieuse et efficace. Il vise également les métiers de la presse et des médias, des institutions culturelles, des organisations internationales, de la recherche et de l'enseignement et des ONG.

Le bâtiment du 19ème siècle, appelé "cloître républicain", dans lequel se trouve Sciences Po Rennes, est un cadre magnifique pour approfondir vos connaissances en politique, histoire, sciences sociales, philosophie politique. Tous les éléments sont là, dans le cadre de notre cloître, pour favoriser une vie universitaire sereine et épanouie. La soif de savoir, l'ouverture d'esprit, la tolérance, le respect, la liberté et le pluralisme des opinions, la liberté d'expression, sont nos valeurs communes. Nous devons tous nous engager à les protéger ; à cette fin, nous comptons désormais sur vous aussi.

Notre ouverture d'esprit est inspirée par la situation géographique et l'histoire de la région dans laquelle nous nous trouvons. La Bretagne est la partie la plus occidentale de la France ; et est naturellement ouverte aux horizons du monde. En raison de ses racines celtiques, la Bretagne a des liens particuliers avec les autres régions celtiques d'Europe. Mais c'est aussi de Bretagne que sont partis les premiers explorateurs du Canada ; et bien sûr, nos marins français ont parcouru le monde à partir des ports bretons. Cette riche histoire façonne la culture bretonne et rend la Bretagne particulièrement accueillante pour tout le monde. Prenez le temps de découvrir cette magnifique région, la beauté de ses paysages entre terre et mer, la richesse de ses traditions, la douceur de son art de vivre, mais aussi de partager votre propre culture avec les personnes que vous rencontrerez ici ; vous enrichirez ainsi les lieux que vous visiterez en même temps qu'ils vous enrichiront. C'est le sens même des échanges universitaires.

Avec toute l'équipe des relations internationales, nous vous souhaitons un beau et fructueux séjour à Sciences Po Rennes.

Didier Mineur et Tamara Espiñeira
Co-Directeurs de la stratégie et des partenariats internationaux

QUI SOMMES-NOUS ?

Créé en 1991, Sciences Po Rennes est un établissement public d'enseignement supérieur ayant pour vocation de former des étudiants à des métiers à responsabilités tant dans les secteurs public, privé, associatif, en France comme en Europe et dans le reste du monde. C'est l'un des trois plus récents des dix instituts d'études politiques (IEP) de France et il fait partie de la tradition française des Grandes Écoles. Les "Grandes Ecoles" sont des établissements français très sélectifs qui recrutent les élèves sur concours et assurent des formations de haut niveau (Sciences Po, HEC, Polytechnique, etc.).

La pluridisciplinarité qui caractérise la formation, associée à une pédagogie innovante, permet aux étudiants d'acquérir des connaissances et des compétences spécifiques, reconnues et recherchées par les entreprises, les collectivités, les associations... dans un monde et une société en perpétuelle évolution.

La formation initiale, cursus en cinq ans, est basée sur un modèle pédagogique unique. Une formation pluridisciplinaire d'excellence dans le domaine des sciences humaines et sociales (droit, économie, histoire, sciences politiques) qui permet d'appréhender une grande diversité d'approches et d'outils d'analyse du monde contemporain, ses enjeux et transformations en devenir.

Sciences Po Rennes accueille chaque année plus de 1100 étudiants en formation initiale dont une centaine d'étudiants internationaux. L'établissement répond également aux besoins de la formation continue tout au long de la vie grâce à des programmes adaptés aux différents publics : salariés, indépendants, chefs d'entreprise, demandeurs d'emploi, élus...

LA FORMATION À SCIENCES PO RENNES : NOS PROGRAMMES INTERNATIONAUX

Que ce soit pour un semestre ou pour un an, les étudiants ont le choix entre trois programmes d'études :

- Le programme en français est proposé aux étudiants d'échange souhaitant suivre la totalité de leur cursus en français. Il met en avant un tronc commun obligatoire orienté vers la connaissance de la langue et la culture française ainsi que l'innovation pédagogique.
- Le programme en anglais offre une introduction générale aux paysages politiques, sociaux et culturels de la France et de l'Europe, et examine les questions et débats importants dans la France d'aujourd'hui ; tous les cours sont dispensés en anglais.

À l'issue du semestre ou de l'année et si validation des enseignements, ces deux premiers programmes permettent à l'étudiant de recevoir, en plus de son relevé de notes, une certification ou un diplôme selon la durée de son séjour.

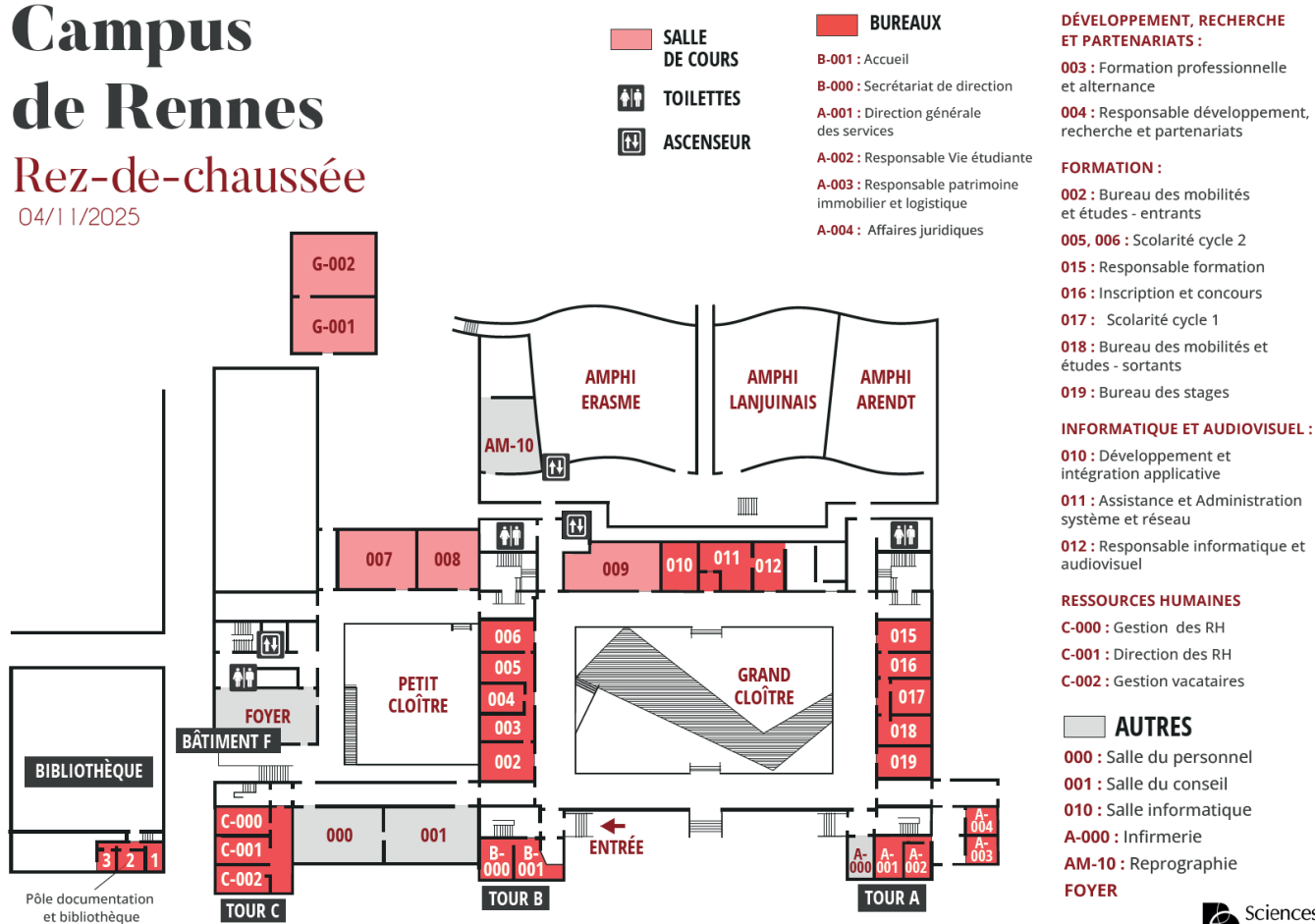
- Le programme pluridisciplinaire est proposé aux étudiants d'échange pour un séjour d'une année ou d'un semestre sans condition d'obtention maximale de crédits ECTS ou de suivre des cours obligatoires. L'étudiant aura la possibilité de choisir des cours proposés dans les offres de première année, deuxième année, quatrième année et programmes internationaux.

S'ORIENTER À SCIENCES PO RENNES

Campus de Rennes

Rez-de-chaussée

04/11/2025



Notre campus se trouve en plein centre-ville de Rennes et est accessible grâce à différentes lignes de bus et le métro ligne B. Les arrêts de bus et métro les plus proches de Sciences Po Rennes sont :

- Arrêt Jules Ferry : métro ligne B
- Arrêt Guéhenno : bus line C1

VOS INTERLOCUTEURS

Le bureau d'accueil des étudiants internationaux est le point de contact principal des étudiants avant et pendant leur séjour à Sciences Po Rennes. Il est situé au rez-de-chaussée du grand cloître (bureau 019).

Pour toute question au moment de la préparation de votre mobilité ou pendant votre séjour à Sciences Po Rennes :

- Lisa Mazières-Badetz, coordinatrice de la mobilité entrante, incoming@sciencespo-rennes.fr

Vous pourrez être reçu au bureau d'accueil des étudiants selon les horaires suivants :

- Lundi après-midi de 13h30 à 16h
- Mardi après-midi de 13h30 à 16h
- Mercredi matin de 9h à 12h
- Jeudi après-midi de 13h30 à 16h

Retrouvez également tout l'international de Sciences Po Rennes sur Instagram !



PARTIE 2 : PRÉPARER SON ARRIVÉE À SCIENCES PO ET À RENNES

LE CALENDRIER ACADÉMIQUE 2026/27

	Semestre d'automne	Semestre de printemps
JOURNÉES D'ACCUEIL (OBLIGATOIRE)	Les étudiants sont attendus sur le campus à partir du 24 août 2026	Les étudiants sont attendus sur le campus à partir du 4 janvier 2027
DÉBUT ET FIN DES SEMESTRES 2024/2025	Début : 31 août, 2026 Fin : 18 déc. 2026	Début : 4 janvier 2027 Fin : 14 mai 2027
PÉRIODE D'EXAMENS :	Du 7 au 18 décembre 2026	Du 12 avril au 14 mai 2027
VACANCES :	Toussaint : du 26 octobre au 30 novembre 2026 Noël : du 19 décembre 2026 au 3 janvier 2027	Hiver: du 22 au 26 février 2027 Pâques : du 26 au 30 avril 2027

Dates importantes/jours fériés (pas de cours):

Mercredi 11 novembre 2026 (Armistice)

Lundi 29 mars 2027 (lundi de Pâques)

Jeudi 6 mai 2027 (Ascension)

L'INSCRIPTION ADMINISTRATIVE

L'inscription administrative est la démarche qui vous permet de devenir officiellement un étudiant de Sciences Po Rennes et d'être enregistré dans son système de gestion et dans son système informatique.

Cette inscription vous permettra d'avoir un numéro d'étudiant français ainsi qu'une carte d'étudiant et un certificat de scolarité qui seront des documents officiels pour prouver votre statut d'étudiant en France à plusieurs titres (CAF, banques, réductions étudiantes, etc.). Vous pourrez également avoir accès à l'intranet de Sciences Po Rennes.

Le bureau des étudiants internationaux vous enverra un lien d'accès au logiciel Pegase qu'il faudra compléter de plusieurs documents (document d'identité, carte étudiante, visa, etc.)

Une fois cette inscription effectuée, la personne en charge des étudiants internationaux vous remettra à votre arrivée votre certificat de scolarité et votre carté étudiante. Vous recevrez également un mail pour l'activation de votre compte Sésame qui vous donne accès à l'intranet de Sciences Po Rennes.

LA DEMANDE DE VISA

Les ressortissants de l'Union Européenne et de l'Espace Économique Européen ne sont pas concernés par les titres de séjour. Cependant, afin de pouvoir bénéficier d'une couverture santé en France, ils doivent demander la Carte Européenne d'Assurance Maladie (CEAM) auprès de leur régime de sécurité sociale.

Pour les autres nationalités :

Le visa long séjour valant titre de séjour (VLS-TS) est désormais accordé à l'ensemble des étudiants étrangers (à l'exception des ressortissants algériens, régis par un texte particulier).

Le visa long séjour valant titre de séjour mention "étudiant", abrégé en VLS-TS "étudiant", permet de séjourner en France de quatre mois à un an afin d'y suivre des études supérieures. Il donne le droit de :

- ☐ Voyager librement dans tous les pays d'espace Schengen
- ☐ Travailler 964 heures par an, soit 20 heures par semaine, pour compléter ses ressources.
- ☐ Bénéficier de VISALE, la caution locative étudiante gratuite
- ☐ Recevoir une allocation logement de la CAF
- ☐ Prolonger son séjour au-delà de la durée de validité du titre de séjour délivré

La demande de VISA doit se faire sur le Site du Gouvernement.



Attention : selon votre pays d'origine la demande de visa doit se faire via **Campus France** et non directement sur le site du gouvernement français. Cette procédure « Etudes en France » devient la procédure de référence pour les pays hors UE. Les étudiants qui résident dans l'un des 66 pays concernés par la procédure "Études en France" doivent faire une demande spécifique d'inscription dans un établissement d'enseignement supérieur.

Une fois sur le territoire français, le visa devra être validé via une [plateforme en ligne](#). Cette même plateforme permet le renouvellement du titre de séjour.

Afin de mieux comprendre les démarches liées au VISA, veuillez regarder la vidéo ci-dessous :



SE LOGER À RENNES

RÉSIDENCE UNIVERSITAIRE DU CROUS

Sciences Po Rennes a mis en place un partenariat avec le CROUS (Centre Régional des Œuvres Universitaires), organisme qui gère les résidences étudiantes. Cette coopération nous permet de proposer à certains d'entre vous des conditions de logement correctes, à un prix modéré. Les logements proposés par cette coopération sont des chambres de 9m² environ au prix de 265.99€/mois. La cuisine est collective.

Lors de l'appel à candidature, Sciences Po Rennes vous demandera d'indiquer dans le formulaire si vous souhaitez disposer d'une chambre en résidence universitaire. Si vous êtes admis en résidence universitaire, Sciences Po vous délivrera une notification de logement ainsi que la procédure à suivre auprès de la résidence. Cependant, le nombre de chambres attribuées par le CROUS est très réduit.

Attention : si vous commencez votre séjour en résidence universitaire, vous vous engagez à y rester jusqu'à la fin de votre mobilité. Si vous souhaitez quitter la résidence, le CROUS et Sciences Po Rennes se réservent le droit de conserver le dépôt de garantie et/ou de vous demander de régler les loyers restants.

Sachez que les draps et couvertures vous seront fournis sur demande, que vous pourrez disposer du four à micro-ondes et des plaques électriques de la cuisine commune, mais que vous devrez prévoir votre vaisselle. Vous pourrez demander une connexion Wi-Fi pour vos

ordinateurs personnels.

Une fois que Science Po vous aura indiqué que vous êtes logés en résidence, les étudiants concernés devront réserver leur chambre en versant un acompte de 100€. À votre arrivée, vous devrez verser un dépôt de garantie équivalent à un mois de loyer, ainsi que le loyer du premier mois directement auprès de la Cité Universitaire et vous vous engagerez à respecter les dates prévues pour le paiement des autres loyers.

La résidence vous demandera à votre arrivée de fournir plusieurs documents dont une attestation d'assurance multirisque. L'attestation d'assurance multirisque habitation est un élément obligatoire pour pouvoir louer un logement en France. Plusieurs compagnies d'assurance offrent ce service. Ils existent aussi des offres moins chères pour les étudiants et résidences universitaires.

STUDAPART

Studapart est une plateforme de logement en ligne qui rend la location plus simple quelle qu'en soit la durée. La plateforme regroupe des annonces de particuliers (chambre chez l'habitant, studio, colocation) mais présente aussi les différentes résidences étudiantes disponibles à Rennes.

Comment ça marche ?

Détaillez vos critères de location (budget, localisation, etc.), la plateforme vous indiquera les résultats les plus pertinents.

Une fois votre logement ciblé, téléchargez votre pièce d'identité et les informations de votre garant pour compléter votre dossier sur la plateforme. Un coup de cœur ? Échangez avec le loueur via la messagerie instantanée. Ensuite, libre à vous d'organiser ou non une visite. Réservez et payez en ligne

Réservez le logement en effectuant le premier paiement sur la plateforme. Du dossier de location à la signature du bail, vos démarches sont simplifiées et digitalisées.

ESPACIL HABITAT

Entreprise sociale pour l'Habitat au sein d'Action Logement Immobilier, Espacil Habitat accompagne, depuis plus de 65 ans, les évolutions en matière d'habitat en apportant des solutions adaptées à la diversité des parcours résidentiels et en répondant aux besoins spécifiques des territoires, notamment en matière de résidences temporaires de logements pour jeunes.

Pour candidater, il est nécessaire de faire sa demande sur [espacil-habitat.fr](https://www.espacil-habitat.fr). Il sera important de choisir 3 résidences, et non qu'une seule. Cela permettra d'augmenter les chances d'obtenir un logement.

Le budget moyen pour un T1 sur Rennes est d'environ 388 € TCC.

Pour pouvoir bénéficier d'un logement chez Espacil Habitat, vous devrez correspondre aux conditions d'admission suivantes :

- ☐ Être étudiants, jeunes de moins de 30 ans en formation ou en stage et personnes titulaires d'un contrat de professionnalisation ou d'apprentissage
- ☐ Avoir des ressources inférieures aux plafonds d'admissions.
- ☐ Justifier d'un reste à vivre suffisant (10 euros par jours)
- ☐ Pour les personnes de nationalité étrangère, justifier d'un titre de séjour en cours de validité permettant l'accès au logement social

Plusieurs pièces justificatives pourront vous être demandées, voici les plus récurrentes :

- ☐ Titre de séjour valide ou carte de séjour temporaire de 1 an
- ☐ Certificat de scolarité
- ☐ Garantie Visale
- ☐ Notification de bourse si boursier

LOGEMENT CHEZ UN PARTICULIER

Si vous ne pouvez pas bénéficier d'une chambre en cité universitaire, vous pouvez louer un logement privé, c'est-à-dire un logement géré par un particulier ou une agence immobilière. Avant de louer un logement privé, vous devez savoir si vous souhaitez vivre seul ou en collocation. La collocation est la solution la plus économique et la plus pratique pour les étudiants d'échange.

Vous pourrez trouver différentes offres de logement sur les réseaux sociaux (« étudiants de Rennes » sur Facebook, par exemple) ou des sites de petites annonces comme Le Bon Coin. Pour louer un logement privé, vous devrez obligatoirement souscrire à une assurance habitation. Plusieurs compagnies d'assurance offrent ce service.

Vous devrez également avoir un garant qui couvrira vos loyers en cas d'impayés. Si vous n'avez pas de garant, vous pouvez souscrire à la garantie VISALE. La [caution locative VISALE](#) est la solution pour les étudiants qui envisagent de louer un logement, meublé ou non-meublé, auprès d'un propriétaire ou d'un bailleur, qu'il soit privé ou public. Le propriétaire ou le bailleur reste toutefois libre d'accepter ou non un locataire qui bénéficie de VISALE pour présenter une garantie sur le paiement des loyers et des charges.

Si vous passez par une agence immobilière, vous devrez vous acquitter de frais d'agence dépendant du type de location.

Attention : veillez à bien organiser la fin de votre location. Vous devez prévenir votre agence ou votre propriétaire au moins un mois avant votre départ. L'agence ou le propriétaire se réserve le droit de vous faire régler le dernier mois entamé si ce préavis n'a pas été respecté.

Dans le cas où vous avez des difficultés pour trouver un logement, vous pouvez faire appel au

service du CMI. Vous pouvez aussi prendre contact avec l'association Zephyr qui vous aidera dans vos démarches de recherche et peut également vous mettre en contact avec des étudiants français qui recherchent des colocataires.

ATTENTION AUX ARNAQUES !

Pour les étudiants étrangers, la recherche d'un hébergement est un défi. Qu'est-ce qui se fait en France ? Comment se déroulent les démarches de location ? Pour éviter de tomber sur des arnaques, voici quelques conseils :

Méfiez-vous des loyers trop attrayants

Parfois, on a de la chance et on tombe sur des bonnes offres. C'est bien de pouvoir économiser, par contre, les escrocs vont souvent proposer des logements pour un prix bien inférieurs à ce qu'on trouve sur le marché. Soyez vigilant(e)s quant aux offres trop attrayantes.

N'envoyez jamais de l'argent en avance

Insistez pour ne pas payer d'acomptes, ni des « frais de réservation », etc. Vous payez quand vous avez un exemplaire signé du bail et que vous vous êtes assuré que vous pouvez habiter dans le logement (après une visite, par exemple).

N'envoyez pas de documents confidentiels

Pour éviter toute usurpation d'identité, n'envoyez pas de documents telles que votre carte d'identité, passeport, etc.

Si le propriétaire ne peut jamais vous rencontrer en personne, il peut vous parler de n'importe où en France ou à l'étranger. Acceptez une offre ou rencontre avec un professionnel (agence) ou un particulier pouvant se déplacer à Rennes. Si vous avez des doutes, suivez votre instinct !

LOGEMENT TEMPORAIRE

Si vous n'avez pas trouvé de logement, mais que le début de votre séjour approche, nous vous conseillons de trouver un logement temporaire, de 20 jours ou plus. Il sera beaucoup plus simple de visiter et moins risqué de réserver un logement que vous avez visité sur place.

Nous vous proposons quelques solutions à Rennes :

- ☐ Auberge de jeunesse ; 10 Canal Saint-Martin 35700 Rennes ; à partir de 25€/nuit
- ☐ Hôtel HISSEO ; 45 bd de Solférino 35000 Rennes ; à partir de 24€/nuit
- ☐ INSA de Rennes ; sur le campus de Beaulieu ; à partir de 14€/nuit en chambre et 24€/nuit en studio.

ÉTUDIANT EN SITUATION DE HANDICAP

En cas de handicap ou de maladie invalidante, vous pouvez bénéficier :

- D'un aménagement des épreuves d'examen ou de contrôle continu (tiers-temps, secrétaire, adaptation de l'épreuve)
- D'un accès à des outils informatiques

La consultation du Service de Santé des Etudiants (SSE) est obligatoire afin de pouvoir bénéficier de ces aménagements. Le médecin ou l'infirmière qui vous recevra, vous délivrera un certificat médical que vous devrez remettre à la personne en charge des étudiants internationaux à Sciences Po Rennes.

FAIRE APPEL AU CENTRE DE MOBILITE INTERNATIONALE

Le Centre de mobilité internationale (CMI) de Rennes apporte des services aux étudiants, doctorants et chercheurs internationaux concernés par une mobilité sur le site de Rennes. Le CMI vous propose des rendez-vous individuels afin de vous accompagner dans vos démarches (recherche de logement, demande et validation du visa, etc). Ces rendez-vous sont gratuits et vous permettent de réaliser les démarches directement avec les agents du CMI.



Scannez ou cliquez sur le QR code pour prendre rendez-vous !

ZEPHYR, L'ASSOCIATION POUR LES ÉTUDIANTS INTERNATIONAUX

Zephyr est l'association d'accueil des étudiants étrangers de Sciences Po Rennes. Elle a pour but de faciliter l'intégration des étudiants étrangers dans la vie de l'IEP et dans la vie étudiante Rennaise. Tout au long de l'année, l'association surnommée Daddy Miguel, vous accompagnera dans vos démarches administratives de début d'année, pour vos cours mais aussi au bout de la nuit! Retrouvez-les sur Instagram !



Contact : zephyrassociation@gmail.com

BUDGET : COÛT DE LA VIE A RENNES

Pour aider à préparer son budget, voici une estimation des dépenses principales pour un étudiant à Rennes. Attention ces données sont à titre indicatif et peuvent varier selon les dépenses de chacun.

Dépenses principales		Montant
Logement (loyer mensuel)	Chambre en résidence universitaire CROUS	265€99
	Logement privé (colocation ou studio seul)	350€ à 600€
Restauration/alimentation	Repas au restaurant universitaire	1€
	Budget moyen mensuel courses	250€ à 350€
Transport	Ticket de transport 1h	1€70
	Abonnement mensuel – de 26 ans	25€20
	Abonnement mensuel + de 26 ans	52€95

Durant l'année universitaire 2023/24 et le semestre d'automne 2024/25, la dépense mensuelle moyenne pour un étudiant international à Sciences Po Rennes était de 673€.

PARTIE 3: DÉMARCHES ADMINISTRATIVES À L'ARRIVÉE

VALIDER SON VISA

Les étudiants munis d'un visa ou un titre de séjour doivent, une fois sur le territoire français, la faire valider. Vous pouvez faire cela soit [directement en ligne](#), soit en vous adressant au CMI qui peut vous accompagner dans cette démarche.

OUVRIR UN COMPTE EN BANQUE

Tous les étrangers séjournant en France durant au moins trois mois peuvent ouvrir un compte bancaire en fournissant :

- ☐ Une pièce d'identité
- ☐ Une attestation de scolarité ou une copie de la carte étudiante
- ☐ Un justificatif de domicile en France (quittance de loyer, facture d'électricité, etc.)

Parfois, les banques proposent des offres spéciales pour les étudiants, dont la carte bancaire, le compte et la fermeture du compte peuvent être gratuits ! Nous vous conseillons donc de vous informer auprès des différentes banques sur les avantages dont vous pouvez bénéficier.

Les étudiants d'échange qui bénéficient d'une bourse de mobilité versée par Sciences Po Rennes devront fournir un RIB comportant des informations bancaires correspondant à la zone SEPA.

ASSURANCES ET AIDE FINANCIÈRE AU LOGEMENT

L'AIDE PERSONNALISÉE AU LOGEMENT

Comme les étudiants français, les étudiants étrangers peuvent bénéficier de l'APL (Aide Personnalisée au Logement) créée pour palier au prix élevé des logements en France.

Attention : les étudiants extra-communautaires ne sont pas éligibles à ce type d'aide, seuls les étudiants ressortissants de l'UE peuvent en faire la demande.

L'APL, contrôlée par les services de la CAF (Caisse d'Allocations Familiales), peut être obtenue par les étudiants résidant **au moins 3 mois** en France. Cette aide est calculée en fonction du montant du loyer et des ressources de l'étudiant. Son attribution n'est donc pas automatique et son montant est calculé au cas par cas.

Attention ! Pour le versement de l'aide, vous devez être titulaire d'un compte bancaire en France. Les démarches pour obtenir cette aide peuvent être relativement longues, il est fortement conseillé de compléter son dossier de demande d'aide au logement dès que vous avez un logement.

Vous pouvez faire une demande directement sur le [site de la CAF](#).

LES ASSURANCES

□ Visale

En France, il est obligatoire pour les locataires de fournir un engagement de caution solidaire. Ce document doit être rempli par une personne solvable, qui accepte de s'engager à payer le loyer pour toute la durée du bail en cas de défaillance de votre part.

Si vous avez des difficultés pour trouver un garant, une solution économique et pratique est le dispositif VISALE. Il vous permet d'avoir une garantie gratuite et rapide. Cette caution prend en charge le paiement du loyer et des dégradations locatives de la résidence principale, en cas de défaillance du locataire.

Trouver plus d'infos sur le [site de Visale](#)

□ L'assurance habitation

L'assurance du logement est obligatoire que ça soit dans les résidences universitaires ou en logement privé. Cette assurance vous protège des différents risques (incendie, dégâts des eaux,) et doit être remise au bailleur dès votre entrée dans le logement. Vous trouvez cette assurance chez une mutuelle ou un assureur privé. Ils existent aussi des offres pour les étudiants et les résidences universités à un prix bas en ligne.

Vous trouverez ces assurances sous forme de « multirisque habitation », qui inclue une **assurance responsabilité civile**.

SANTÉ

AFFILIATION À LA SÉCURITÉ SOCIALE

En France, le choix d'un médecin est libre, le coût d'une consultation en cabinet privé est en moyenne de 30 € pour un généraliste et de 41 € pour un spécialiste. À de très rares exceptions près, il faut payer la prestation médicale au moment même où elle est accomplie. Le remboursement s'effectue de diverses manières, selon que vous êtes ressortissant ou non de l'Union Européenne et selon votre âge.

□ Étudiants de l'Union Européenne ou de l'Espace Économique Européen

Vous êtes étudiant ressortissant de l'UE avec une carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Vous continuez à utiliser votre carte pour avoir accès à des soins en France. Les étudiants ressortissants de l'Union Européenne, Lichtenstein, l'Islande, la Norvège ou de la Suisse, peuvent se faire rembourser leurs soins auprès de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM) de Rennes, sur présentation de la feuille de soins remise par le médecin, l'ordonnance et une copie de votre CEAM. Le remboursement est alors effectué sur la base du remboursement Sécurité sociale (environ 70% de la dépense). Si vous souhaitez obtenir le

remboursement du complément, il faudra adhérer à une mutuelle.

- **Vous n'êtes pas ressortissant de l'Espace Économique Européen et vous avez moins de 28 ans.**

Vous pourrez bénéficier de la sécurité sociale française et du remboursement de vos frais de santé quel que soit le type de visa avec lequel vous êtes arrivés en France pour faire vos études (VLS-TS ou VLS-T).

Vous devez d'abord vous inscrire dans votre établissement d'enseignement supérieur : Sciences Po Rennes. Ensuite, vous devez vous inscrire à la Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM). L'inscription est **gratuite** et se fait en ligne en vous connectant au [site de la CPAM](#) dédié aux étudiants étrangers. Il est disponible **en français et en anglais**.

- **Vous n'êtes pas ressortissant de l'Espace Économique Européen et vous avez plus de 28 ans**

Il vous est fortement conseillé de vous inscrire auprès de la CPAM directement et de souscrire une assurance privée en France, de préférence.

Besoin d'aide ? Visionnez le tutoriel d'affiliation à la sécurité sociale :



LE SERVICE DE SANTÉ DES ÉTUDIANTS (SSE)

Comme les étudiants de Sciences Po Rennes, vous pouvez profiter du SSE du campus Campus Centre. Le SSE peut, sur rendez-vous, vous délivrer un certificat médical (non-contagion, pour le sport...), vous proposer des consultations spécialisées (gynécologie, diététique, aide médico-psychologique), ainsi qu'une information sur les MST et le Sida, les vaccinations...



Une psychologue effectue également des permanences à Sciences Po Rennes, une fois par semaine.

SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Le BAPU, Bureau d'Aide Psychologique Universitaire, propose un soutien psychologique qui s'adresse aussi bien aux étudiant.e.s de l'enseignement supérieur privé, que de l'enseignement public.

Il s'agit de permettre à chacun, au cas par cas, de traiter un point crucial, de cerner ce qui déborde ou angoisse. Les consultations, la rencontre avec un psy, offre la possibilité d'opérer un déplacement, mais aussi l'invention d'un nouveau savoir-faire et/ou de réponses inédites pour s'orienter dans le monde.

La prise en compte de ce qui se dit dans les entretiens, permet de faire d'une impasse un point de passage vers une construction plus proche de ses désirs propres.

La prise de rendez-vous avec un praticien peut se faire directement [en ligne](#).

DOCTOLIB

Si vous avez besoin d'un rendez-vous chez un spécialiste, l'application Doctolib peut vous aider à trouver des praticiens à Rennes. Cette application est utilisée par une grande partie des médecins en France et vous pouvez y prendre des RDV pour un médecin généraliste ou un spécialiste (dentiste, ophtalmo,...). Vous pouvez télécharger l'appli sur votre iPhone ou dans le Play Store.

SOS MÉDECINS

SOS Médecin constitue ce que l'on appelle une permanence de soins. Autrement dit, il est possible que vous rencontriez un problème de santé au cours de la nuit, ou encore pendant un

jour férié ou un dimanche. Dans ce cas, les cabinets de médecins ne sont pas ouverts.

Deux centres de consultation sur rendez-vous exclusivement :

□ Rennes Cleuney

Sur rendez-vous : de 10h à minuit tous les jours, dimanches et jours fériés inclus

Adresse : 106 rue Eugène Pottier – 35000 Rennes

Bus : Bus 9 et 13 en direction de Cleunay. Descendre à l'arrêt « De Lesseps » ou « Rennes Cleunay ». Puis 5 min de marche.

□ Rennes Nord

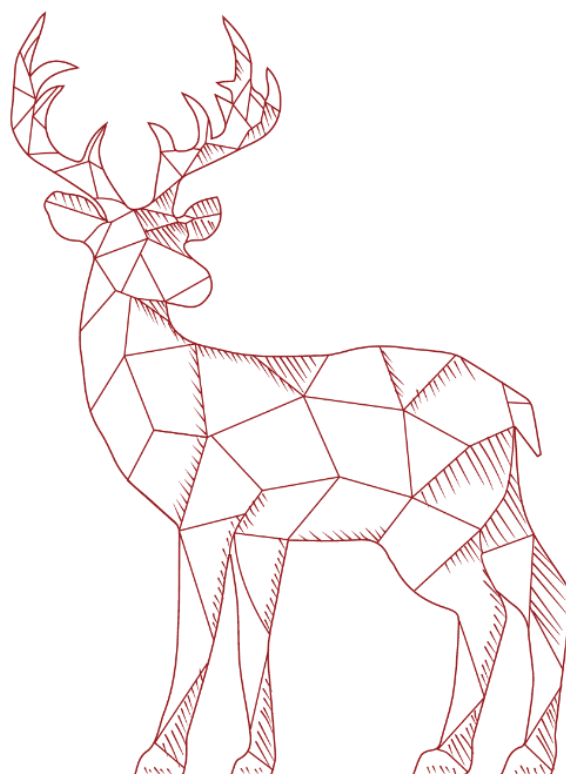
Sur rendez-vous : de 13h à 19h les samedis et de 14h à 20h les dimanches et jours fériés

Adresse : Cabinet de consultation SOS Médecins, Clinique Saint-Laurent – 320 Avenue Général George Patton – 35706 Rennes

Bus : Arrêt « Saint-Laurent » pour les Ligne C3 et 9

Sos Médecins c'est aussi des visites au domicile en cas d'urgence 24 h / 24 et 7 jours / 7 et des soins remboursés sans dépassement d'honoraires pour les assurés relevant du régime d'assurance maladie français.

Numéro joignable 24h/24h : +33 2 99 53 06 06



PARTIE 4 : VOS ÉTUDES A RENNES

ACCÈS A L'INTRANET : VOTRE COMPTE SÉSAME

Il vous ouvre les portes de l'univers numérique de Sciences Po Rennes ! Suite à votre inscription administrative à Sciences Po Rennes, vous recevrez sur votre adresse privée un mail intitulé « [gestion-identité-notification] Sésame - Activer votre compte informatique ».

Étape 1 : Suivez le lien indiqué dans le mail

Étape 2 : Une fois la fenêtre ouverte, entrez votre identifiant, sésame et code de sécurité, communiqués sur votre adresse mail privée. Puis cliquez sur activer.

Étape 3 : Lisez la charte informatique de l'Université et cochez la case « J'accepte » puis continuez. N'oubliez pas de choisir un mot de passe (Attention au passage du clavier QWERTY vers AZERTY, dans les cas des étudiants internationaux, veillez à choisir un mot de passe facile à retenir !).

Étape 4 : Après avoir cliqué sur "valider" puis « Continuer », **vous devrez impérativement activer les services adresse de messagerie électronique et stockage**. Pour cela, rendez-vous ici :

<https://ent.univ-rennes1.fr/f/welcome/normal/render.uP>

Identifiez-vous, puis cliquez sur "mon compte" et "gérez mon compte sésame". Une fois cette étape effectuée, rendez-vous dans "Gérer mes services". Activez votre service de messagerie. **N'oubliez pas d'enregistrer !**

Il est très important, que vous activiez votre service mail, puisque vous allez y recevoir tous les emails de la part du bureau des étudiants internationaux ! **Sans l'activation de ce service, il sera impossible de vous inscrire aux examens.**

ACCÈS WIFI

Pour vous connecter au réseau Wifi de l'IEP, effectuer une recherche des réseaux wifi disponibles et cliquez sur « eduspot ». Une page web va s'ouvrir, il vous suffit ensuite de sélectionner « se connecter » dans la catégorie Personnels et étudiants. Vous devrez ensuite indiquer votre établissement de référence « SciencesPo Rennes », en cliquant sur la flèche du menu déroulant et en cliquant ensuite sur « sélectionner ». Il vous suffira pour terminer de renseigner vos identifiants sésame (l'identifiant reçu par mail et le mot de passe que vous avez défini).

En choisissant le réseau « eduroam », vous pouvez également utiliser les identifiants de votre université d'origine.

LA BIBLIOTHÈQUE DE SCIENCES PO

Lieu incontournable dans vos études, la bibliothèque de l'IEP est l'endroit où vous pourrez travailler seul ou en groupe, consulter et emprunter de multiples ressources (livres, revues, DVD, jeux, BD et ressources numériques). Vous pourrez accéder à un téléviseur et lecteur DVD, mais aussi emprunter tablettes et liseuses, casques et plaids ! Vous y trouverez également des postes informatiques et un copieur-scanner.

Présentez-vous avec votre carte étudiante à la bibliothèque, pour qu'ils puissent activer votre compte. La Bibliothèque est ouverte du lundi au vendredi de 9h à 19h. Le catalogue et toutes les ressources en ligne sont accessibles depuis le portail documentaire :



S'INSCRIRE SUR LE CAREER CENTER

Le Career Center rassemble de nombreuses offres (offres de stages, offres d'alternances, offres d'emploi, ...), mais aussi des informations et conseils sur la recherche de stage et d'emploi. Un outil de professionnalisation qui vous permettra également de gérer et de vous inscrire à des événements (Forums de l'emploi, Forum des masters ...).

Vous pouvez vous inscrire sur cette page : <https://sciencespo-rennes.jobteaser.com/fr>
Utilisez votre adresse mail sciences Po.

L'INTRANET DE SCIENCES PO RENNES

Pour accéder à l'intranet :

Étape 1 : Rendez-vous sur la page [de Sciences Po Rennes](#)

Étape 2 : Cliquez sur « Intranet »





Emploi du temps 2.

Aucun résultat trouvé

Outils

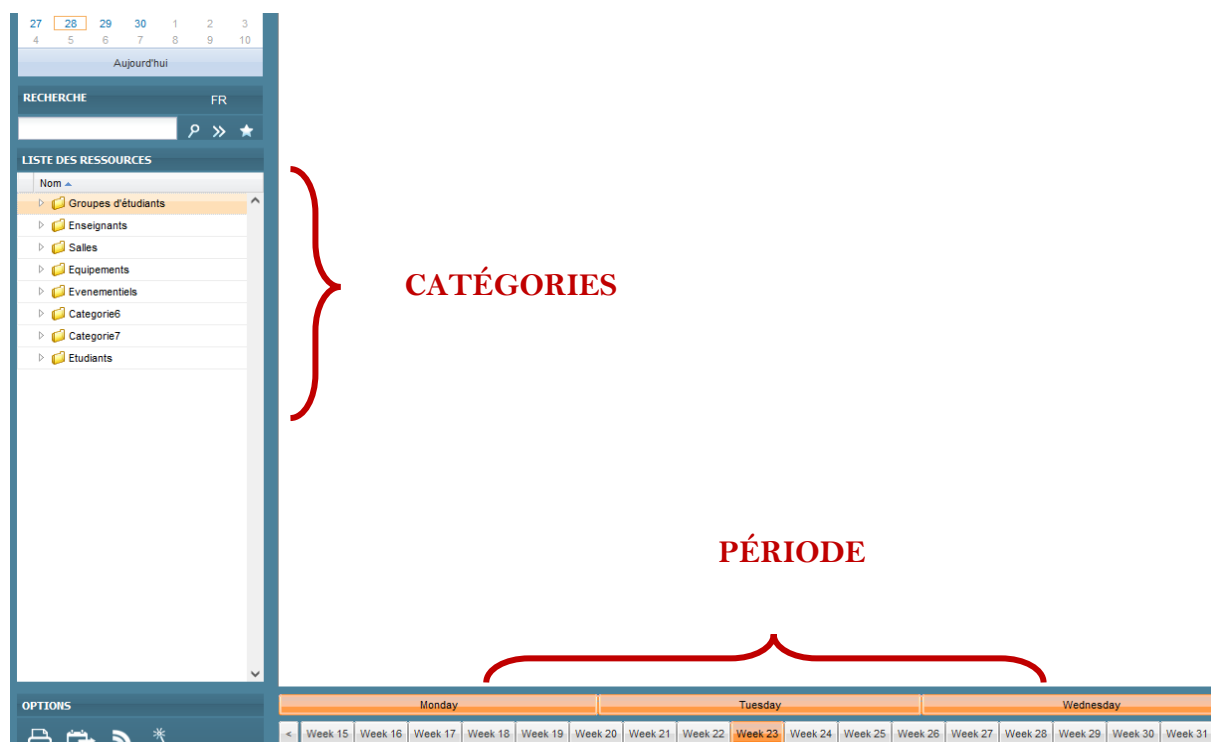


Étape 3 : Connectez-vous avec vos identifiants sésame. Vous arriverez sur la page d'accueil de l'intranet où vous pourrez trouver votre messagerie **(1)** ainsi que votre emploi du temps **(2)** (une fois que vous aurez choisi vos enseignements) et l'emploi du temps général (toutes promotions confondues) pour pouvoir choisir vos cours **(3)**.

TROUVER ET COMPRENDRE SON EMPLOI DU TEMPS

Étape 1 : Une fois connecté sur l'intranet, cliquez sur « **Emploi du temps ADE** » (3).

Étape 2 : Vous retrouverez à gauche des catégories pour lesquelles vous souhaitez voir l'emploi de temps. En bas, vous pouvez choisir la période qui vous intéresse.



Étape 3 : sélectionner le fichier « groupe d'étudiants/trainees ». Vous verrez apparaître les sous-fichiers « Coursus international AEP/CEP » (anglais) ou (français). Cliquez sur le programme vous correspondant. Les cours obligatoires apparaîtront dans cette section.

Étape 4 : comprendre la vignette



Étape 5 : les étudiants du programme en français seront amenés à choisir des cours magistraux (CM) parmi les différents niveaux d'études à Sciences Po (1^{ère}, 2^{ème}, 4^{ème} années)

Pour retrouver l'emploi du temps de ces niveaux, vous devrez sélectionner dans le volet de droite, le niveau correspondant au cours.

LE CONTRAT D'ÉTUDES

Afin de confirmer leurs choix de cours, les étudiants devront utiliser l'application de choix de cours de Sciences Po Rennes. Les étudiants du programme Erasmus complèteront en plus un contrat d'études à faire valider par leur université et à remettre à la personne en chargée des étudiants internationaux. Ils pourront compléter ce contrat d'études via la plateforme EWP de leur établissement d'origine si elle est disponible.

Les étudiants issus de programmes bilatéraux, ISEP ou en candidature individuelle devront exclusivement utiliser l'application pour leur choix de cours.

Après leur arrivée, les étudiants auront jusqu'à deux semaines pour choisir les différents cours sur l'application et rendre leur contrat d'études. **Sans l'utilisation de l'application de choix de cours, il ne sera pas possible de les inscrire aux examens.**

Les étudiants doivent prendre un minimum de 30 ECTS pour un semestre et de 60 ECTS pour une année d'études. Le programme pluridisciplinaire ne requiert pas de maximum de crédits mais les étudiants doivent choisir 3 cours minimum.

LE PROGRAMME EN FRANCAIS

COURS OBLIGATOIRES

Ces cours sont obligatoires à chaque semestre. Le cours du semestre 2 est enseigné dans la continuité de celui du semestre 1 et est donc différent.

- ☐ Histoire et de civilisation française (6 ECTS / semestre)
- ☐ Une conférence de français langue étrangère. Les étudiants francophones peuvent choisir une autre conférence de langue après avis de l'enseignant de français et après accord de l'enseignant responsable du suivi pédagogique des étudiants en échange. (6 ECTS/semestre)

COURS AU CHOIX

- Ces cours sont à choisir dans la liste des **cours magistraux (CM)** de 1^{ère}, de 2^{ème} et de 4^{ème} année (1^{ère} année de Master) transmise par email. Les étudiants doivent obligatoirement choisir 3 cours par semestre et en respecter les modalités de contrôle des connaissances. En raison des emplois du temps et de la charge de travail, nous déconseillons aux étudiants de suivre plus de 5 cours. Ces cours sont crédités de 6 ECTS.
- Les étudiants qui souhaitent suivre en complément des cours de langue étrangère peuvent le faire dans la mesure des places disponibles et de la compatibilité des emplois du temps, et ce après accord de l'enseignant responsable du cours, du responsable du programme et validation de la scolarité. Si ce cours est validé, l'étudiant obtiendra 3 ECTS.

TROUVER LES DESCRIPTIFS DE COURS

Veuillez consulter le [catalogue des cours](#), disponible sur notre site web. Veuillez noter que chaque programme possède son propre catalogue. Veuillez à consulter le bon catalogue. Le nombre de crédits pour un cours peut varier d'un programme à l'autre.

LE PROGRAMME EN ANGLAIS

Le programme offre une introduction générale aux paysages politiques, sociaux et culturels de la France et de l'Europe. Il permet aux étudiants maîtrisant peu le français de pouvoir suivre des cours à Sciences Po Rennes.

Les étudiants inscrits à ce programme doivent suivre tous les cours qu'il comprend. Il s'agit d'un programme bloqué.

Les cours valent 6 ECTS par semestre. Le programme comporte un cours de français obligatoire, les autres cours obligatoires appartiennent au domaine des sciences sociales et des sciences politiques. Les étudiants qui auront un niveau de français correct (suite à l'évaluation et la répartition dans les groupes de niveau) devront suivre, en complément du cours de français, un cours magistral en français parmi ceux offerts aux étudiants de 1^{ère}, 2^{ème} et 4^{ème} année.

Ce programme étant ouvert à une trentaine d'étudiants, n'ayant pas ou peu de français à leur arrivée, Sciences Po Rennes se réserve le droit d'opérer une sélection. Principalement composé de professeurs invités, ce programme change chaque année.

LE PROGRAMME MULTIDISCIPLINAIRE

Le programme pluridisciplinaire est proposé aux étudiants en échange pour un séjour d'un an ou d'un semestre, sans obligation d'obtenir un nombre maximum de crédits ECTS ou de suivre des cours obligatoires. Les étudiants peuvent choisir parmi les cours proposés en première

année, en deuxième année, en quatrième année et dans les programmes internationaux.

TROUVER LES DESCRIPTIFS DE COURS

Veillez consulter le [catalogue de cours](#) disponible sur notre site web. Veillez noter que chaque programme possède son propre catalogue. Veillez à consulter le bon catalogue. Le nombre de crédits pour un cours peut varier d'un programme à l'autre.



PARTIE 5 : INFOS PRATIQUES ET VIE ETUDIANTE

SE DÉPLACER A VÉLO

Sciences Po Rennes est engagé dans la transition écologique et vous encourage à vous déplacer à vélo ! Des supports cycle vous attendent à l'entrée principale de l'IEP. Si vous n'avez pas de vélo personnel, vous pouvez en louer sur Rennes en vous rendant à la [Maison du Vélo](#), qui propose de nombreux services (location de VAE, atelier d'autoréparation, marquage de vélo pour lutter contre le vol, vélo-école, conférences, exposition...).

Vous pouvez également faire réparer votre vélo grâce à l'association La petite Rennes (qui organise également habituellement des ventes de vélos d'occasions). Le réseau Star (réseau de transports rennais) propose par ailleurs à ses usagers un service de vélos libre-service, accessible par carte bancaire (formule libre) ou en souscrivant à un abonnement d'un an. Bornes les plus proches : Fac de Droit et Rectorat.

TRANSPORTS EN COMMUN : PRENDRE SA CARTE KORRIGO

La Carte KorriGo Services est la carte d'accès aux transports publics de toute la Bretagne ainsi qu'à de nombreux services : piscines rennaises, les Champs Libres, bibliothèques universitaires, dispositif sortir, etc. Elle permet de charger vos titres du réseau STAR (bus, métro) de Rennes Métropole, ainsi que d'utiliser d'autres services comme manger au restaurant universitaire, emprunter des ouvrages des bibliothèques universitaires et des documents de la bibliothèque de Sciences Po Rennes, accéder aux activités et équipements sportifs, accéder au photocopieur de Sciences Po Rennes, etc.

Vous pouvez obtenir votre carte soit en la commandant en ligne, soit en prenant rendez-vous dans une agence Star. Il vous faudra votre pièce d'identité et une photo d'identité. Attention, le tarif mensuel peut dépendre de votre âge.

Informez-vous auprès une agence de Star pour trouver le tarif qui vous correspond.



RESTAURATION

LES RESTAURANTS UNIVERSITAIRES

En tant qu'étudiants vous pourrez bénéficier des « Restos U » mis à disposition par le CROUS. Le prix d'un menu est fixé à 3€30 (sur présentation de la carte étudiante). Bonus : certains Restos U sont même ouverts le samedi !

Deux restaurants universitaires aux abords du Cloître de Sciences Po Rennes : situés au 106 Boulevard de la Duchesse Anne (ouvert du lundi au vendredi de 11h30-13h30) et au 46 rue de Fougères à Rennes (ouvert du lundi au vendredi de 8h30-17h).

IZLY

[Izly](#) est une application mobile de paiement sans contact sur tous les campus de France. C'est la solution de paiement sans contact sécurisé dans les restaurants universitaires. Avec Izly, réglez vos achats avec **votre smartphone ou avec votre carte étudiante**.

C'est plus pratique : plus besoin d'espèces.

C'est plus rapide : moins d'attente en caisse.

C'est plus sécurisé : vos données bancaires et personnelles sont protégées.

PRÈS DE SCIENCES PO RENNES

Vous pourrez trouver dans les rues adjacentes à l'IEP, des petits commerces de proximité ainsi que des boulangeries. D'autres restaurants de restauration rapide peuvent également intéresser certains étudiants.

TROUVER DU TRAVAIL

L'étudiant étranger peut exercer une activité salariée, sans autorisation, durant ses études en France. Il peut travailler jusqu'à 60% d'un temps plein.

L'étudiant non-européen peut travailler à titre accessoire pendant ses études s'il est titulaire d'un visa de long séjour "étudiant" valant titre de séjour ou d'une carte de séjour temporaire portant la mention "étudiant". La possession d'un de ces titres ouvre droit à toutes les activités salariées en France métropolitaine.

Les étudiants européens et suisses peuvent séjourner en France sans titre de séjour et ont librement accès au travail en France, à l'exception des jeunes bulgares et roumains.

Durée de travail autorisée :

L'étudiant peut accomplir 964 heures de travail maximum par an (60 % de la durée annuelle légale du travail). Cette durée commence à partir de la délivrance du titre de séjour ou de

la validation du visa de long séjour valant titre de séjour (VLS-TS).

La préfecture peut retirer son droit au séjour à l'étudiant qui ne respecte pas cette limite.

RECUP'CAMPUS – TROUVER DES USTENSILES DU QUOTIDIEN

Chaque année, les étudiants d'échanges achètent plusieurs ustensiles ménagers (casseroles, assiettes, couverts) mais doivent s'en débarrasser une fois leur séjour terminé. Pour éviter le gaspillage, tout en aidant de nouveaux étudiants à économiser de l'argent, une association inter-campus organise un échange des matériels gratuit.

Pour plus d'information, suivez l'association sur les réseaux sociaux :

[Facebook de Recup' Campus](#)

[Instagram de Recup'Campus](#)

FAIRE DU SPORT

Pratiquer une activité sportive est idéal pour s'épanouir durant son cursus. Les bienfaits sont connus : convivialité, réduction du stress, amélioration du sommeil. C'est aussi une très belle façon de lier connaissance et amitiés. Le sport à Sciences Po Rennes, c'est aussi l'ouverture au plus grand nombre, de tous les niveaux, dans le respect des différences, alors venez comme vous êtes !

REJOIGNEZ LE BUREAU DES SPORTS (BDS) DE SCIENCES PO RENNES

Une diversité de sports vous sera proposée (football, rugby, handball, pétanque), avec des entraînements tout au long de l'année et des tournois avec d'autres écoles et établissements. Contact : bds.sciencespo.rennes@gmail.com

RENCONTREZ D'AUTRES ETUDIANTS AVEC LE SIUPS

Le Service Interuniversitaire des Activités Physiques et Sportives vous propose d'accéder une vaste palette d'activités sportives, qu'elles soient individuelles ou collectives, en salle ou en plein air. Il vous suffit de vous connecter votre espace SUIAPS Rennes 1, de vous préinscrire aux activités et de choisir les créneaux horaires. Il vous faudra ensuite valider votre préinscription en vous rendant sur le lieu de l'activité.

Attention : les places étant limitées, nous vous conseillons de vous préinscrire dès que possible ! Plus d'infos :



VIE ASSOCIATIVE

LES ASSOCIATIONS ETUDIANTES A SCIENCES PO RENNES

Les associations font partie intégrante de la vie étudiante et culturelle de Sciences Po Rennes. Elles contribuent aujourd'hui son dynamisme et son rayonnement, par leur capacité fédératrice et leur implication dans la vie citoyenne. Deux référents inter-assos (étudiants en 2A) coordonnent la vie associative et font le relais avec l'administration.

ASSOCIATION	CONTACT / INSTAGRAM
Cercle des étudiants	@carreydesetudiants
Bureau des Sports	@bruno.desports
Bureau des Arts	@bernardhenridesarts
Le Chapitre Association d'éloquence	@carreydesetudiants
Best Alternative to a Negotiated Agreement (BATNA) Diplomatie, relations internationales	@batna.spr
Révol vert Ecologie, ESS	@rayvolvert
SAGA Association LGBTQ+	@sagatha.christie
Sciences Po Rennes TV Média TV associatif	@sciencesporennestv
Ysegoria Conférences, débats, événements	@ysegoria.scpoennes
Pachamama Cultures de l'Amérique latine	@pamela_chamama
Solidareizh Initiatives sociales et solidaires	@solidareizh.scpr
Zephyr Intégration des étudiants internationaux	@daddymiguell
Les Pieds Dans Le Cloître Magazine des étudiants	@LpdlcRennes
La bande à coco Promotion des valeurs des gauches	Facebook: Mouvement Germinal
Nouvelles Rênes Association féministe	@nouvellesrenes

In Vino Veritas Gastronomie	@Yves.vino
Parlement des étudiants de Rennes Initiation au débat parlementaire	@pe.rennes
Les Décaentés Pô les associatifs du Campus de Caen	asso.decaentes@gmail.com @asso.decaentes
Défis Voile	voile.sciencesporennnes@gmail.com @voile_scsporennnes

ERASMUS STUDENT NETWORK (ESN)

Cette association rennaise pour l'insertion des étudiants internationaux organise non seulement des sorties dans des villes françaises et des parcs des loisirs, mais aussi des sorties after work chaque semaine. C'est ici que vous allez rencontrer les étudiants internationaux d'autres écoles et universités de Rennes. Retrouvez-les sur Instagram :



RENNES ET SES ALENTOURS

EN ILLE ET VILAINE

□ Saint Malo

Une très belle ville avec des plages apparaissent et disparaissent avec la marée, c'est *Saint Malo*. Située sur la Côte Nord de la Bretagne, la ville est facilement accessible en train en partant de Rennes. Cela fait une parfaite excursion d'une journée ! Vous pouvez vous balader dans la ville intra-muros en goutant des spécialités bretonnes et puis vous mouiller les pieds en vous promenant au bord de la mer. Informez-vous bien sur la marée, pour pouvoir visiter les îles « Grand Bé » et « Petit Bé »



□ Dinard

Juste en face de Saint-Malo se trouve Dinard, station balnéaire aimée par les bretonnes. Vous y trouvez aussi des grandes Villas jolies à admirer, si vous voulez changer de décor. Il y a aussi un Bus mer à moins de 10€ aller/retour entre Dinard et Saint-Malo, si vous souhaitez encore vous balader à Saint-Malo après votre baignade.



□ Les sentiers de Cancale à la Pointe du Grouin

En Bretagne, nos côtes sont diverses et il faut absolument se balader au moins une fois au bord de la mer. Si vous n'avez pas de voiture à votre disposition, nous recommandons de faire une promenade sur les sentiers de *Cancale* qui mènent à la *Pointe du Grouin*. Vous pouvez admirer la mer de la Côte d'Emeraude pendant toute votre excursion et prendre des photos des belles falaises. Pour arriver à Cancale, nous proposons des prendre le train pour aller à Saint-Malo et puis prendre la ligne 5 à partir de la gare.



VERS D'AUTRES HORIZONS

□ Le Mont Saint Michel

Un village parfois entouré par la mer, parfois dans des vastes surfaces de sable, cela se trouve à la commune du Mont Saint Michel. Un site magnifique, accessible à pied ou par des navettes. Il s'agit d'un village encerclé de murs et tout en haut du village, il y a une grande abbaye avec vue sur la mer.

□ Carnac

Connue pour ses alignements des Menhirs (type des Mégalithes) et station balnéaire, Carnac attire chaque année des touristes. Il y a des nombreux alignements mégalithiques, c'est à vous

de décider lesquelles vous voulez visiter ! Si vous avez terminé de découvrir Carnac, vous pouvez également visiter Vannes, une jolie petite ville, ne pas très loin de Carnac.

□ Nantes

Vous voulez visiter autre métropole ? Nantes est parfait pour une excursion d'une journée, si vous avez envie de voir une grande ville. Elle est facile d'accès en train ou en bus. La ville a des beaux jardins, des grands musées et – bien sûr – « les machines de l'île ». N'ayez pas peur si vous tombez nez à nez avec un éléphant grandeur nature, il fait partie de la collection des machines !

RESTEZ INFORMÉ SUR LA VIE DU CAMPUS

Pour avoir tous les nouvelles sur des activités qui concernent Sciences Po Rennes (événements, voyages des étudiants, dossiers importants) et pouvoir partager des contenus intéressants liés aux principaux acteurs qui font l'établissement (associations, enseignants-chercheurs, projets étudiants, et plus encore), Suivez Sciences Po sur les réseaux sociaux :

Instagram: @sciencespo_rennes
@spr_relations_internationales
Facebook: @Sciences Po Rennes
Twitter : @Sc_Po_Rennes
LinkedIn : @Sciences Po Rennes
Youtube : sciences Po Rennes

NUMÉROS D'URGENCE

- Le numéro d'urgence européen : 112
- SAMU : 15
- Pompiers : 18
- Police : 17
- Centre antipoison : +33 2 99 59 22 22
- SOS Médecins Rennes : +33 2 99 53 06 06