

Plan institutionnel COVID-19 pour étudiants internationaux

Le plan présente les mesures mises en place à l'Université de Sherbrooke relativement à l'accueil d'étudiants en provenance de l'étranger. Il satisfait à l'ensemble des exigences de santé publique du Canada. Il est complémentaire au protocole d'urgence de l'Université de Sherbrooke pour faire face à la pandémie.

IMPORTANT

Veillez noter qu'il est de votre responsabilité de prendre connaissance de toutes les informations qui suivent et vous renseigner par vous-même sur [les conditions d'entrée au Canada](#), car elles pourraient changer d'ici le moment de votre départ, en fonction de l'évolution de la situation sanitaire au Canada et/ou à votre point de départ.

Les détenteurs de permis d'études ou de permis de travail pourraient être autorisés à entrer au Canada même en temps de pandémie, pourvu que leur établissement d'enseignement désigné apparaisse sur la [Liste des établissements désignés ayant un plan d'accueil des étudiants internationaux en contexte de pandémie COVID-19 de IRCC](#), et pourvu qu'ils respectent toutes les consignes à cet effet.

- À compter du 15 janvier 2022, [les étudiants internationaux de 18 ans et plus ne seront autorisés à entrer dans le pays que s'ils sont entièrement vaccinés](#).
- À compter du 28 février 2022, [les ressortissants étrangers non vaccinés ne pourront pas voyager à l'intérieur ou au départ du Canada](#). Les exceptions seront très limitées.

Instructions sur les conditions d'entrée et la quarantaine au Canada

Avant l'arrivée

L'Université de Sherbrooke communique avec tous les étudiants internationaux déjà inscrits et les nouveaux du trimestre à venir pour les informer des mesures à prendre en vue de leur arrivée ou retour au pays.

À cet effet, l'UdeS rend disponible en tout temps sur son site Web :

- Des consignes et un [exemple de plan de quarantaine personnalisable](#), développés par l'Université de Sherbrooke, qui tient compte de l'ensemble des exigences du gouvernement du Canada et qui offre aux étudiants des options de transport, de logement, de livraison de nourriture et d'articles de première nécessité, à Sherbrooke et à Longueuil
- Des hyperliens vers les exigences des gouvernements du Canada et du Québec
 - [Santé publique du Canada](#)
 - [Santé publique du Québec](#)
 - [Immigration, réfugiés et Citoyenneté Canada \(IRCC\)](#)

Enfin, tous les voyageurs sont tenus de remplir le [formulaire de déclaration](#) de l'Université de Sherbrooke pour prévenir, avant leur arrivée, qu'ils arrivent de l'étranger et qu'ils se placent en isolement. Si l'étudiant est [entièrement vacciné](#) avec un vaccin reconnu du Canada, la personne pourrait être exemptée d'un isolement.

Avant le départ : tous les voyageurs

- Planifiez votre quarantaine. Même si vous êtes [entièrement vacciné](#), vous aurez tout de même besoin d'un plan de quarantaine au cas où il serait déterminé à la frontière que vous ne répondez pas aux exigences requises.
- Subissez un [test moléculaire de dépistage de la COVID-19](#) dans les 72 heures précédant l'heure de départ prévue de votre vol à destination du Canada ou l'arrivée à la frontière terrestre, ou soyez prêt à présenter la preuve d'un résultat positif à un test moléculaire de dépistage de la COVID-19 effectué de 14 à 180 jours avant votre arrivée.
- Vous devez utiliser [ArriveCAN](#) pour saisir vos renseignements dans les 72 heures précédant votre arrivée au Canada, y compris votre résultat de test avant l'entrée au pays. Ayez en main votre reçu ArriveCAN ainsi que vos résultats de test.

[Les Guides de l'Université de Sherbrooke](#) ont pour mandat d'accompagner les étudiants internationaux dès leur admission à l'Université de Sherbrooke. Ils sont des étudiants qui désirent faciliter la vie étudiante des nouveaux arrivants. Tout au long de tes démarches, quelqu'un sera disponible pour répondre à vos questions et vous rediriger vers les ressources dont vous aurez de besoin. Vous bénéficierez d'un service d'accompagnement convivial et personnalisé. Si vous n'avez pas encore été jumelé et que vous connaissez votre date d'arrivée au Canada, écrivez-nous à Guides@usherbrooke.ca !

À la frontière voyageurs non vaccinés	À la frontière voyageurs entièrement vaccinés
Test de dépistage à l'arrivée	Probable test de dépistage l'arrivée
Rendez-vous directement à votre lieu de quarantaine et respectez les modalités de votre plan, soumis préalablement sur ArriveCAN.	Vous n'avez pas à vous mettre en quarantaine pendant l'attente des résultats de test.
Utilisez ArriveCAN pour vous enregistrer dans les 48 heures suivant l'arrivée. Remplissez quotidiennement une auto-évaluation des symptômes de la COVID-19 pendant la période de quarantaine.	Si le résultat du test de dépistage à l'entrée est positif, isolez-vous immédiatement et communiquez avec les autorités de santé publique locales pour obtenir des instructions supplémentaires.
Effectuez le test du 8e jour et expédiez la trousse de dépistage conformément aux instructions. Le gouvernement du Canada (1-888-336-7735) et les autorités provinciales ou territoriales communiqueront avec vous.	

Après l'arrivée

Tous les arrivants de l'extérieur du Canada à l'Université de Sherbrooke sont tenus de remplir le [formulaire de déclaration](#) pour informer qu'ils arrivent de l'étranger et, s'il y a lieu, qu'ils se placent en quarantaine ou isolement.

Consignes de quarantaine pour les personnes à destination du Canada

Toute personne qui entre au Canada doit obligatoirement avoir [un plan écrit pour se placer en isolement pendant 14 jours](#), à défaut de quoi elle pourrait se voir refuser l'entrée au Canada.

Un [exemple de plan](#) de quarantaine/d'isolement vous est fourni à titre de courtoisie à la suite des consignes. Veuillez noter que l'entrée au Canada pourrait tout de même vous être refusée, étant donné le pouvoir discrétionnaire que possède l'agent des Services frontaliers du Canada. N'oubliez pas de personnaliser ce plan et d'en [envoyer une copie par ArriveCAN](#).

Durant votre période de quarantaine

- Vous devez porter un couvre-visage à votre arrivée au pays et lors de vos déplacements.
- Vous ne devez pas prendre le transport en commun à partir de l'aéroport pour vous rendre à votre lieu de quarantaine et vous ne devez vous arrêter nulle part en route.
- Vous devez vous trouver un logement pour la durée de votre quarantaine avant votre déplacement au Canada. Votre quarantaine doit être passée dans un lieu approprié, c'est-à-dire sans la présence de personnes vulnérables (âgées de 65 ans plus ou ayant des problèmes de santé sous-jacents). Si des gens habitent au même lieu que vous, ils doivent être d'accord avec votre séjour et respecter aussi certaines consignes.
- Vous devez demeurer dans le logement où vous passez votre quarantaine.
- Vous ne devez pas vous rendre à l'Université ou dans tout autre lieu public.
- Vous ne pouvez pas vous rendre dans les magasins et/ou épiceries.
- Vous devez prendre les mesures nécessaires pour que quelqu'un s'occupe d'équiper votre lieu de quarantaine avec les articles essentiels à votre subsistance (nourriture, médicaments, produits pour le ménage, produits pour vous laver, meubles, etc.), car vous ne pourrez pas vous rendre dans les commerces à votre arrivée. Pour des idées d'entreprises qui livrent de la nourriture, des produits pharmaceutiques ou pour des services de traiteur, consultez la liste ci-jointe.
- Vous ne devez pas accueillir de visiteurs.
- Vous devez respecter les comportements d'hygiène : a) couvrir votre toux et vos éternuements, b) laver vos mains régulièrement et c) ne pas partager vos objets personnels.
- Vous devez surveiller votre état de santé pour détecter les symptômes de la COVID-19. Si des symptômes apparaissent, vous devez vous isoler et téléphoner immédiatement à l'autorité de Santé publique (1-877-644-4545) et suivre ses directives.

Pour plus de détails sur les consignes aux voyageurs et les conditions de la quarantaine obligatoire :

- Gouvernement du Canada
[COVID-19 : voyage, dépistage, quarantaine et frontières](#)
- Gouvernement du Québec
[Consignes aux voyageurs dans le contexte de la COVID-19](#)

Plan de quarantaine de 14 jours de M./Mme. Xyz

Transport

Lorsque j'arriverai à (point d'entrée au Canada, par exemple aéroport Xyz) dans la ville de Xyz, j'ai prévu d'utiliser le moyen de transport privé suivant, afin de me rendre jusqu'au point de transit (ville et lieu précis avec adresse) ou jusqu'au lieu où je passerai ma période de quarantaine (ville et lieu précis avec adresse) :

Transport Xyz, du point d'entrée au Canada Xyz à Xyz à (ville et lieu précis avec adresse)

Mesures sanitaires prévues : séparation du chauffeur par une vitre ou du plexiglas, lavage et désinfection des mains, port du masque, etc. Fournissez la preuve de réservation/paiement du transport.

Je ne m'arrêterai nulle part en me rendant vers mon lieu de quarantaine et je porterai un masque ou un couvre-visage durant tout le trajet.

Logement

Le lieu où je passerai les 14 jours de ma quarantaine, et plus si nécessaire, sans la présence de personnes vulnérables (âgées de 65 ans plus ou ayant des problèmes de santé sous-jacents), est le suivant :

Adresse exacte du lieu

Mentionnez si vous vivrez seul ou avec d'autres. Si vous pensez devoir partager le lieu avec d'autres personnes, expliquez la configuration des pièces du logement ainsi que les mesures sanitaires prévues lors de l'utilisation des pièces en commun (toilettes, cuisine, salon...). Fournissez la preuve écrite de l'accord de vos colocataires, si vous prévoyez passer votre quarantaine dans le même endroit qu'eux. Fournissez la preuve de réservation/paiement du lieu où vous passerez votre quarantaine.

Je m'engage également à suivre les consignes suivantes :

- Demeurer seul dans une pièce du logement le plus souvent possible
- Manger et dormir seul dans une pièce du logement
- Éviter le plus possible d'être en contact avec les autres personnes du logement. Si c'est impossible, garder une distance d'au moins 2 mètres entre moi et les autres. Couvrir mon nez et ma bouche si je dois m'approcher à moins de 2 mètres
- Aérer souvent le logement et ma chambre en ouvrant une fenêtre (si la météo le permet).

Nourriture et soins d'hygiène

Pendant ma période d'isolement, je prévois me nourrir par le ou les moyens suivants :

Achat en ligne au supermarché Xyz et livraison à la porte.

Service de traiteur fourni par mon lieu d'hébergement avec livraison à la porte.

Utilisation d'une cuisine à usage restreint, avec les mesures sanitaires suivantes : Dépôt à la porte de nourriture par des amis ou de la famille. Fournissez la liste des commerces ou des amis/famille, avec leur adresse et un moyen de les contacter, qui vous aideront à vous procurer de la nourriture.

Soins de santé ou d'urgence

En cas de malaise ou de symptôme de COVID-19, je contacterai par téléphone les autorités sanitaires locales au 1 877 644-4545.

Je me rendrai à un centre de dépistage, à une clinique médicale ou à un hôpital, en respectant les mesures sanitaires suivantes, c'est-à-dire en portant un masque ou un couvre-visage, et j'informerai le personnel dès mon arrivée que j'ai voyagé à l'étranger.

Moyens financiers

Je possède une carte de crédit et des devises canadiennes qui me permettront d'assumer les coûts relatifs au transport, au logement, à la nourriture ainsi qu'aux soins de santé ou d'urgence, au besoin, nécessaires afin de respecter les mesures sanitaires en vigueur à l'arrivée, pendant ma période d'isolement et durant mon séjour au Canada.

Déclaration

Je m'engage à demeurer dans le logement où je passerai ma quarantaine, sans sortir dans un lieu public ni accueillir de visiteurs. Je respecterai les mesures d'hygiène, comme recommandé par la Santé publique du Québec. Si des symptômes de la COVID-19 apparaissent, je m'isolerais et téléphonerai immédiatement à l'autorité de Santé publique (1-877-644-4545) et suivrai les directives reçues.

Signature

Nom

Date de naissance

Numéro de passeport

Veuillez ajouter à votre plan toute preuve de réservation ou de paiement pour votre transport et votre logement.

Services utiles pour votre quarantaine

Services utiles pour votre quarantaine à Sherbrooke

Il sera nécessaire de détenir une carte de crédit pour faire des achats en ligne. Au Québec, lorsque vous effectuez un achat il faut ajouter 15 % (taxes) sur les prix indiqués. Par contre, plusieurs articles à la consommation ne sont pas taxables.

Transport

Aéroport de Montréal à destination de Sherbrooke. Durée du déplacement environ 2 heures.

Choix possibles

Les mesures sanitaires telles que prescrites par les autorités provinciales et fédérale s'appliqueront à l'ensemble de ces moyens de transport.

[Limocar](#) : environ 30 \$

[Aéronavette](#) : environ 120 \$

[Location de voiture](#), environ 200 \$

[Taxi Aéroport de Montréal à Sherbrooke](#), environ 300 \$

Logement

Résidences de l'Université de Sherbrooke

Chambre à occupation simple, meublée avec réfrigérateur. Salle de bain et cuisine communes.

Réservation et information sur les modalités avant votre départ à : Residences@USherbrooke.ca

Application du protocole respectant les règles sanitaires en vigueur

Autres services d'hébergement privé

<https://www.destinationsherbrooke.com/fr/visiteurs/ou-dormir>

Alimentation

Services alimentaires de l'Université de Sherbrooke (Café CAUS)

Deux options sur le campus :

Cuisiner à la résidence dans les cuisines communes en vous faisant livrer directement vos produits à votre chambre. Voir supermarchés avec livraison ci-bas.

Utiliser les Services alimentaires de l'Université de Sherbrooke (Café CAUS).

Nourriture et soins d'hygiène

Supermarchés avec livraison

Provigo : <https://www.provigo.ca/>

IGA : <https://iga.ca>

Restaurants avec livraison

<https://www.destinationsherbrooke.com/fr/soutien-a-l-industrie/etablissements-touristiques-de-sherbrooke>

Prêt à cuisiner

Good Food : <http://www.makegoodfood.ca>

Cook it : <https://www.chefcookit.com>

Prêt à manger

Le Lunch Box : <https://lelunchbox.ca>

WeCook : <https://www.wecookmeals.ca>

Pharmacies avec livraison

Uniprix : <https://www.uniprix.com>

Jean Coutu : <https://www.jeancoutu.com>

Services utiles pour votre quarantaine à Longueuil

Il sera nécessaire de détenir une carte de crédit pour faire des achats en ligne. Au Québec, lorsque vous effectuez un achat il faut ajouter 15 % (taxes) sur les prix indiqués. Par contre, plusieurs articles à la consommation ne sont pas taxables.

Transport

Des taxis sont disponibles de l'Aéroport de Montréal à Longueuil, le déplacement devrait prendre environ 1 heure selon l'heure de votre arrivée au Canada.

[Taxi Aéroport de Montréal](#)

Hébergement

Hôtel Sandman Longueuil

<https://www.sandmanhotels.com/locations/quebec/montreal-longueuil/hotels>

Hôtel Le Dauphin

<https://www.hotelsdauphin.ca/hotels/montreal-longueuil>

Nourriture et soins d'hygiène

Supermarchés avec livraison

Metro Plus : <https://www.metro.ca/trouver-une-epicerie/126>

IGA : https://www.iga.net/fr/recherche_de_magasin/magasin/0360-iga-extra-place-longueuil

Provigo : <https://www.provigo.ca/>

Restaurants avec livraison

Asiana : <https://restaurantasiana.com>

Pizza Pizza : <https://www.pizzapizza.ca>

Le Mantra : <https://restaurantmantra.ca>

Les Rôtisseries Benny : <https://rotisseriesbenny.com>

St-Hubert : <https://www.st-hubert.com>

Nouilles Orientales : <http://www.nouillesorientales.com>

La Villa : <http://restaurantlavilla.ca/fr/>

Miss Bella : <http://missbella.ca>

Basha : <http://www.bashalongueuil.ca>

Prêt à cuisiner

Good Food : <http://www.makegoodfood.ca>

Cook it : <https://www.chefcookit.com>

HelloFresh : <http://www.hellofresh.ca>

Prêt à manger

Le Lunch Box : <https://lelunchbox.ca>

WeCook : <https://www.wecookmeals.ca>

Fit Menu : <https://fitmenu.biz>

Pharmacies avec livraison

Brunet : <https://www.brunet.ca>

Jean Coutu : <https://www.jeancoutu.com>

Uniprix : <https://www.uniprix.com>