

Plan d'accueil des étudiants internationaux en contexte de pandémie COVID-19

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.

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, le cas échéant. À cet effet, l'UdeS rend disponible en tout temps sur son site web :

- un document Plan de quarantaine (Annexe A) développé par l'Université de Sherbrooke en tenant compte de l'ensemble des exigences de quarantaine du gouvernement du Canada (voir Annexe A) pour guider l'étudiante ou l'étudiant dans la préparation de sa quarantaine;
- des liens vers [les exigences de quarantaine du gouvernement du Canada et les outils d'aide](#), incluant l'invitation à télécharger l'application ArriveCAN en vue de fournir les renseignements exigés pour entrer au Canada et transmettre les mises à jour quotidiennes sur leur état pendant la quarantaine.

De plus, un guide en préparation à l'arrivée (Annexe C) offre à l'étudiante ou l'étudiant des options, à Sherbrooke et à Longueuil :

- de transport, de l'aéroport au lieu de quarantaine, incluant les consignes à respecter lors du transport;
- de logement adéquat pour leur quarantaine qui respectent les consignes émises par la santé publique, sur le campus et à l'externe;
- de livraison de repas préparés ou d'épicerie;
- de livraison des articles de première nécessité (médicaments, produits d'hygiène personnelle, etc.).

L'étudiante ou l'étudiant doit également utiliser le [formulaire de déclaration](#) de l'Université de Sherbrooke pour prévenir, avant son arrivée, qu'elle ou il arrive de l'étranger et se place en isolement.

Options d'hébergement - période d'isolement

Pour répondre aux besoins en lien avec la pandémie, la section Hébergement de l'Université de Sherbrooke a prévu 118 chambres individuelles réparties dans 4 pavillons d'hébergement. Ceux-ci sont entièrement dédiés au service d'isolement. Ces chambres sont disponibles pour l'ensemble des personnes qui étudient à l'UdeS et les chambres respectent l'ensemble des exigences d'isolement de la santé publique.

Une chambre temporaire sera assignée à toute personne symptomatique, qui doit se mettre en isolement préventif (arrivée hors Canada), qui a eu un contact étroit avec une personne positive ou qui a reçu un diagnostic positif.

Des consignes et mesures ont été mises en place pour préserver la santé de tous et limiter la propagation du virus. Toute personne placée en isolement doit respecter ces consignes. Aucun visiteur n'est autorisé dans ces pavillons.

Lorsque la quarantaine a lieu aux résidences universitaires, l'équipe des résidences est en contact avec l'étudiant avant son arrivée.

Chaque résident doit obligatoirement compléter la formation « Les essentiels de ma vie en résidences » (UdeS ou Estudiantine, selon le cas) avant son arrivée. Une section est consacrée aux règles et mesures sociosanitaires en place aux résidences.

Aussi, avant l'arrivée des résidents, l'équipe des résidences les a invités à se procurer :

- un thermomètre;
- un couvre-visage;
- des linges pour la désinfection des surfaces à l'aide du produit nettoyant fourni par les résidences une fois par mois.

Ces items pourront leur être fournis à l'arrivée au besoin, à leurs frais.

L'annexe C présente les règles de quarantaine aux résidences universitaires.

Lorsque la quarantaine a lieu dans un logement hors-campus, l'Université de Sherbrooke rappelle les mesures sanitaires à suivre. Le thermomètre, le couvre-visage et les linges de désinfection pourront être fournis au besoin. Le protocole d'arrivée présenté à la section suivante permet de suivre le respect des consignes d'isolement.

À l'arrivée

À l'arrivée au lieu de quarantaine, l'Université de Sherbrooke jumèle la personne étudiante à une ou un mentor qui la suivra tout au long de sa quarantaine. Elle ou il veillera :

- à rappeler régulièrement les règles de quarantaine et à suivre le respect des consignes;
- à s'assurer que l'étudiante ou l'étudiant arrive à se nourrir et obtient les articles de première nécessité;
- à garder un contact régulier pour diminuer l'isolement et l'impact sur la santé mentale.
- à les inviter à faire sa déclaration volontaire quotidienne avec l'application ArriveCAN et le formulaire de déclaration de l'Université de Sherbrooke, advenant des symptômes.

Si ce n'est pas déjà fait, la personne étudiante doit remplir le formulaire de déclaration pour prévenir qu'elle se place en isolement pour une période de 14 jours.

Pendant la quarantaine, les mentors sont en contact quotidien avec les étudiants. Ils s'assurent du bien-être général des étudiants, rappellent l'importance de détecter les symptômes et les dirigent vers les ressources appropriées. En effet, dès leur arrivée et pour la durée de leurs études, les étudiants internationaux ont accès à des services d'orientation et de soutien psychologique, à des fonds d'aide financière et à un service de parrainage pour les accompagner dans leur intégration sociale.

Un fonds d'aide d'urgence est disponible pour permettre aux étudiants d'obtenir les ressources nécessaires pour se nourrir et se munir des items nécessaires pour la lutte contre les infections par la COVID-19.

Un service de prêt de téléphone est disponible pour faciliter le contact avec les étudiantes et étudiants en tout temps.

Pour les étudiants qui suivent des cours en ligne pendant leur quarantaine, des mesures d'accommodement sont mises en place pour assurer le respect de la quarantaine sans être pénalisés sur le plan académique.

Dépistage

L'Université de Sherbrooke a mis en place les mesures suivantes pour le dépistage :

- L'Université de Sherbrooke a mis en place un centre de dépistage pour la COVID-19 directement sur le campus principal. Ce service s'adresse à tous les étudiantes et étudiants de même qu'à tout le personnel du campus. Le centre de dépistage de l'Université est ouvert tous les jours de la semaine et est offert sur rendez-vous. Une offre complémentaire de dépistage est disponible en soirée et les fins de semaine dans les centres de dépistage de la région qui sont gérés par le CIUSSS de l'Estrie-CHUS. L'étudiante

ou l'étudiant doit alors utiliser le transport en commun en portant un masque et en respectant les autres règles sanitaires en place.

- Le site web de l'Université présente une section détaillée sur les symptômes de la COVID-19, les critères pour se faire dépister ainsi que le fonctionnement du centre de dépistage.

À l'arrivée au Canada :

- Lors de l'arrivée d'une étudiante internationale ou d'un étudiant international, au jour 12 de sa quarantaine, celle-ci ou celui-ci se voit donner un rendez-vous obligatoire au centre de dépistage du campus. Les étudiants internationaux sont priorisés afin d'avoir un accès au dépistage au jour opportun. L'étudiante ou l'étudiant doit attendre une confirmation de résultat négatif avant de mettre fin à sa quarantaine.
- Un suivi de tous les étudiants internationaux est fait afin de valider que chaque étudiante et étudiant a bel et bien fait son dépistage.

Fin de la quarantaine

La période de quarantaine compte 14 jours. Toutefois, pour mettre fin à sa période de quarantaine, l'étudiante ou l'étudiant doit avoir obtenu un résultat de test de dépistage négatif. Si ce résultat tarde à venir, la personne doit demeurer en isolement, même si les 14 jours ont été complétés.

Les mentors restent en contact avec les étudiants et veillent à leur bonne intégration dans leurs activités académiques et leur vie sociale.

En cours de session

- En cours de session, si une étudiante ou un étudiant développe des symptômes de la COVID-19, elle ou il doit :
 - déclarer ses symptômes à l'Université via un formulaire électronique pour ensuite obtenir des consignes spécifiques en matières d'isolement.
 - s'isoler dans l'une des chambres individuelles prévues aux résidences universitaires ou à son logement hors-campus si ce dernier respecte les exigences émises par la santé publique.
 - prendre rendez-vous au centre de dépistage pour se faire dépister.

En fonction du résultat du test de dépistage, la santé publique émet des recommandations à l'étudiante ou l'étudiant.

- En cas de contact étroit avec un cas positif ou sous recommandation de la santé publique, la personne étudiante doit également faire un test de dépistage et suivre ensuite les recommandations de la santé publique.

Annexe A

Consignes de quarantaine obligatoire 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 être retournée dans son pays d'origine. Cette exigence est en place au moins jusqu'au 31 octobre et pourrait être prolongée au-delà de cette date.

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 de l'imprimer afin de l'avoir en main au moment opportun.

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. Il est recommandé que la période de location soit plus longue que les 14 jours de quarantaine. En effet, si vous développez des symptômes durant la période de quarantaine, vous devrez prolonger votre isolement de 14 jours supplémentaires à partir de la date d'apparition des premiers symptômes.
- 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, consulter 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

[Maladie à coronavirus \(COVID-19\) : Restrictions, exemptions et conseils en matière de voyage](#)

Gouvernement du Québec

[Consignes aux voyageurs dans le contexte de la COVID-19](#)

Plan de quarantaine/d'isolement 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

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

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.e dans une pièce du logement le plus souvent possible
- Manger et dormir seul.e 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 suivantes à la ligne 1 877 644-4545.

Je me rendrai à un centre de dépistage/à une clinique médicale/à un hôpital, en respectant les mesures sanitaires suivantes 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

Annexe B

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

1. Déplacement en véhicule privé par un ami ou une connaissance
2. Navette (chauffeur privé) avec M. Jean-Pierre Rousseau, environ 175 \$
Réservation au minimum 24 h d'avance obligatoire à jaypeerouss@hotmail.com
3. [Location de voiture](#), environ 200 \$
4. [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

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 :

1. Cuisiner à la résidence dans les cuisines communes en vous faire livrer directement vos produits à votre chambre. Voir supermarchés avec livraison ci-bas.
2. Utiliser les **Services alimentaires de l'Université de Sherbrooke (Café CAUS)** avec livraison de plats préparés à votre chambre pour environ 500 \$ pour toute la période du confinement (35 \$/jour).

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 (rabais de 45 % pour les séjours de 7 jours ou plus)

<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>

Le 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>

Annexe C

Règles de quarantaine aux résidences :

- Port du couvre-visage en tout temps, dès la sortie de la chambre, dans les corridors, cuisines, salles de bain
- Salle de bain assignée
- Cuisine commune, max. 1 personne à la fois, max. 30 min. pour la préparation des repas; aucun repas pris sur place
- Nettoyage des surfaces touchées à l'extérieur de la chambre
- Désinfection des surfaces à l'aide de la bouteille de nettoyant fourni
- Quatre options pour l'alimentation :
 - Cuisiner à la résidence dans la cuisine commune
 - Commander l'épicerie en ligne et la faire livrer aux bureaux administratifs des résidences; une personne de l'équipe des résidences fera la livraison sécuritaire
 - Utiliser un service de traiteur (env. 500\$) pour la durée du confinement
 - Utiliser une partie des deux options précédentes, en plus de se faire livrer du resto de temps à autres; faire livrer aux bureaux administratifs des résidences; une personne de l'équipe des résidences fera la livraison sécuritaire
 - Demander à un ami de venir porter l'épicerie (ou autres) aux bureaux administratifs des résidences.
- Apporter sa literie ou se procurer un ensemble de literie avec nécessaire d'hygiène (70\$) ou sans nécessaire d'hygiène (50\$) par le biais des résidences.