

# VIVRE À RENNES AU QUOTIDIEN

Daily life in Rennes





### SE RESTAURER

Pour manger, plusieurs choix s'offrent à vous :

#### > Cuisiner chez vous

Vous trouverez à Rennes de nombreux commerces d'alimentation, des supermarchés en ville et des grandes surfaces à la périphérie.

Pour des produits frais, rendez-vous aux marchés. Ils ont lieu chaque semaine dans les différents quartiers. Voici les deux principaux :

- La Criée - Rennes Centre, tous les jours 9h - 19h
- Marché des Lices (2ème plus grand marché de France) - Rennes Ste Anne, samedi, 7h - 13h

Pour la liste et les horaires des marchés par quartier, voir le site [metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)

#### > Manger à l'extérieur

Un large choix s'offre à vous : cafés, fast-foods, brasseries, restaurants de quartier, restaurants gastronomiques... Les prix varient en fonction du type d'établissement. Comptez 5€ pour un sandwich et 20€ pour un menu en restaurant de quartier.

#### > Se restaurer sur son campus

La restauration universitaire, aussi appelée "RU" ou "Restos U", constitue la solution la plus économique pour avoir un repas complet et équilibré. Ces restaurants sont gérés par le CROUS et ouverts à l'ensemble des membres de la communauté universitaire. Le paiement du repas s'effectue obligatoirement en cashless avec la carte Izly à retirer auprès du personnel des R.U. ou l'application mobile CROUS. Le tarif d'un repas complet (année 2021-2022) est de 3,30 €

Certains établissements (INSA Rennes, Agrocampus Ouest...) possèdent leur propre restaurant et fixent eux-mêmes le prix du repas.

### LÉGENDE / KEY

	Plat du jour Dish of the day		Sandwich Sandwiches
	Plat exotique World cuisine		Paninis Paninis
	Grillades Grills		Pâtes Pastas
	Pizza Pizza		Snack Snacks
	Plat végétarien Vegetarian meal		Viennoiseries Pastries

### Adresses des principaux "Resto U" / Main University Restaurants addresses

#### CAMPUS DU CENTRE-VILLE CITY CENTRE CAMPUS

**Le Fougères**

46 rue Jean Guéhenno - Rennes  
Tél. 02 99 38 03 22  
Bus : lignes C1, 9 et 70  
Self : Du lundi au vendredi / 11h30 - 14h00  
Cafet' : Du lundi au vendredi / 10h30 - 14h30

**Duchesse Anne**

110 boulevard de la Duchesse Anne - Rennes  
Tél. 02 99 84 30 96  
Bus : lignes C1, C5 et 9  
Du lundi au vendredi / 11h30 - 13h30

**Brasserie Hoche**

2 rue Lesage - Rennes  
Tél. 02 99 27 20 80  
Bus : C1, C5, 8 et 9 - Métro A/B : Sainte-Anne  
Self : Du lundi au vendredi / 11h30 - 14h00  
Soir du lundi au vendredi / 18h30 - 20h  
Samedi / 11h30 - 13h30  
Cafet' : Du lundi au jeudi / 07h45 - 15h45

**Cafétéria Cité Internationale**

Place Paul Ricœur - Rennes  
Tél. 02 99 84 93 97  
Bus : C1, C2, C3, 11 - Métro A : Charles de Gaulle  
Du lundi au vendredi / 11h30 - 14h00

#### CAMPUS DE BEAULIEU / BEAULIEU CAMPUS

**L'Etoile**

37 avenue du Prof. Charles Foulon - Rennes  
Tél. 02 99 36 27 29  
Bus : C4 et 64 - Métro B : Beaulieu Université  
Self : Du lundi au vendredi / 11h30 - 13h30  
Cafet' : Du lundi au vendredi / 11h30 - 14h00  
Distributeur de Pizza : 24h/24, 7j/7

**L'Astrolabe**

Allée Jean d'Alembert - Rennes  
Tél. 02 99 87 07 18  
Du lundi au vendredi / 11h30 - 14h00  
Bus : lignes C4 et 32.

**Cafétéria de l'IUT**

Bus : lignes C4 et 32.  
Du lundi au vendredi / 08h30 - 15h00

#### CAMPUS DE VILLEJEAN VILLEJEAN CAMPUS

**Le Ménélik**

148 boulevard de Verdun - Rennes  
Tél. 02 99 59 50 74  
Bus : lignes C1, C5, 8 et 9 - Métro A : Anatole France  
Du lundi au vendredi / 11h30 - 13h30

**Le Métronome**

2 av. de la bataille Flandres-Dunkerque - Rennes  
Tél. 02 99 59 17 82  
Bus : ligne C4 - Métro A : Villejean-Université  
Self : Du lundi au vendredi / 11h30 - 13h45  
Cafet' : Du lundi au vendredi / 9h00 - 16h30  
Distributeur de Pizza : 24h/24, 7j/7

**La Harpe**

36 avenue Winston Churchill - Rennes  
Tél. 02 99 59 63 82  
Métro : JF Kennedy  
Du lundi au vendredi / 11h30 - 13h45

**Cafétéria du Hall B**

Campus Rennes 2  
Métro : Villejean Université  
Du lundi au jeudi / 08h15 - 16h00  
Vendredi / 08h15 - 14h45

**L'Èrève**

Campus Rennes 2  
Métro : Villejean Université  
Brasserie : Du lundi au vendredi / 11h30 - 13h45  
Sandwicherie : Du lundi au vendredi / 9h00 - 16h30  
Crêperie : Du lundi au vendredi / 11h45 - 14h00

**Cafétéria du Pôle Langues**

Campus Rennes 2  
Métro : Villejean Université  
Du lundi au jeudi / 8h45 - 16h00  
Vendredi / 8h45 - 15h00

#### CAMPUS DE KER LANN (BRUZ) KER LANN CAMPUS (BRUZ)

**Le Ker Lann**

Campus de Ker Lann - Bruz  
Tél. 02 99 05 06 30.  
Bus : ligne 57  
Self : Du lundi au vendredi / 11h30 - 14h00  
Cafet' : Du lundi au vendredi / 11h30 - 15h00

### EATING

You have several choices when you want to eat:

#### > If there is cooking facilities where you live:

There is a wide choice of food shops and supermarkets in town and malls and hypermarkets on the outskirts.

Fresh produce can be found especially at the outdoor markets. They take place every week in the different neighborhoods. The main markets are:

- La Criée - Rennes Centre, Mon.-Sat. 9AM - 7PM
- Les Lices Market (France 2nd biggest outdoor market) - Rennes Ste Anne, Sat. 7AM -PM

Find the schedule on [metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)



#### > Eating out

There is a wide choice of places to eat, including cafés, brasseries, fast-foods, local restaurants, and gourmet restaurants. Prices range from €5 for a sandwich, to €20 for a meal in a local restaurant.

#### > Eating on campus

University restaurants, which are usually called 'Restos U' or 'R.U.', are the most economical solution for having a complete and well-balanced meal. These restaurants are run by the CROUS and open to all members of the university community. Some are open in the evening. The meals must be paid cashless with the Izly card or by using the CROUS mobile app. The card can be obtained from RU staff. In the 2021-2022 the price of a 3-course meal is €3.30.

Some institutions, e.g. INSA, and Agrocampus Ouest, have their own restaurant and fix the prices of their meals themselves.



En savoir plus / For further information:

Sur les restaurants universitaires / on university restaurants:  
> [crous-rennes.fr](http://crous-rennes.fr)

Sur les restaurants "classiques" / on 'classic' restaurants:  
> [tourisme-rennes.com](http://tourisme-rennes.com)





### SE DÉPLACER

#### ● Dans l'agglomération rennaise

##### EN BUS ET EN MÉTRO

#### Le réseau STAR

Composé de deux lignes de métro (ouverture du métro B prévue en 2022) et de 149 lignes de bus, il dessert toute l'agglomération rennaise. Les lignes de bus urbaines sont organisées autour des lignes de métro. Les lignes suburbaines permettent de desservir l'ensemble de l'agglomération rennaise.

#### Les horaires

Le métro et les 7 lignes de bus majeures (C1, C2, C3, C4, C5, C6 et 9) fonctionnent en semaine de 5h20 à 0h30, et de 7h30 à 0h30 les dimanches et jours fériés. Leur service est étendu jusqu'à 1h30 du jeudi au samedi. Toutes les autres lignes fonctionnent de 6h30 à 21h environ. Deux lignes "Star de nuit" circulent de 2h à 7h30, du jeudi soir au dimanche matin.

Chaque vendredi et samedi soir, toutes les communes de la Métropole sont desservies au départ de Rennes à 23h et 0h30.

Attention, les bus de nuit ne circulent pas pendant l'été.

#### Les tarifs

Le ticket standard est valable sur tout le réseau Star pendant une heure, il coûte 1,50€. Il est rechargeable : conservez-le !

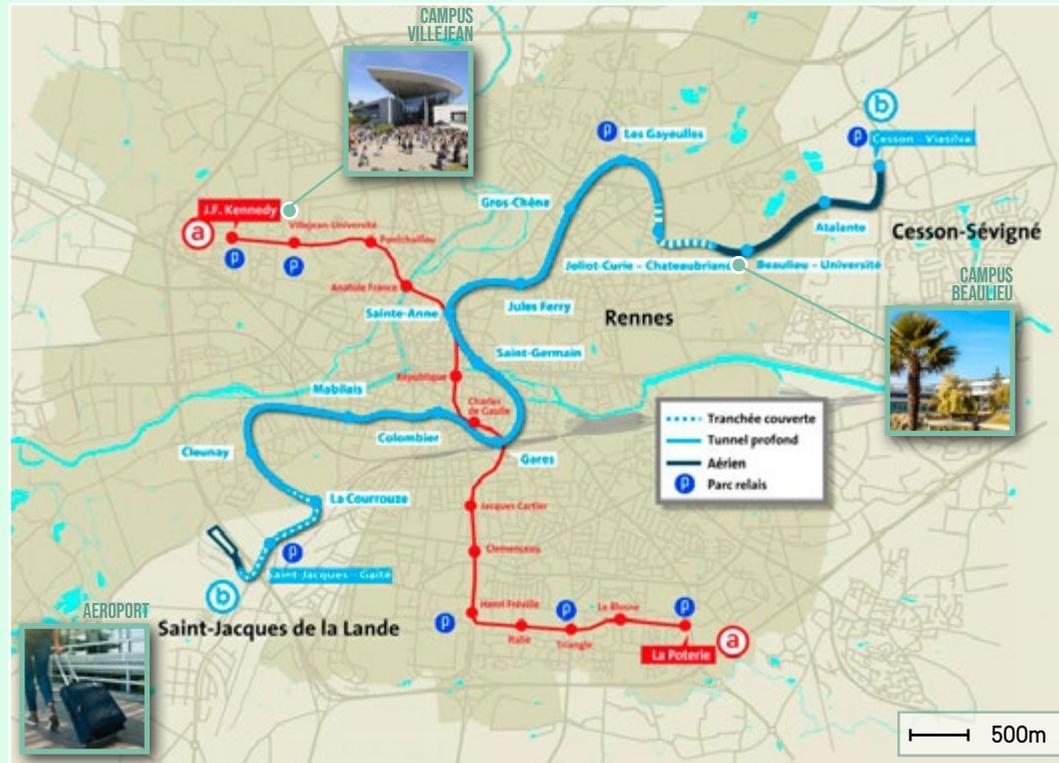
La formule 10 voyages coûte 14,50€, le PASS pluriel week-end pour 2 à 5 personnes coûte 5€.

Chaque station de métro dispose de distributeurs automatiques où l'on peut acheter ses titres de transport.

#### BON PLAN :

Si vous utilisez régulièrement le bus et le métro pour vous déplacer, il existe des formules d'abonnement plus économiques que vous pouvez vous procurer dans l'une des agences du STAR (carte Korrigo annuelle, mensuelle et hebdomadaire) ainsi que des formules tickets.

Tarifs selon l'âge et le statut.



#### ADRESSES UTILES / USEFUL ADDRESSES

##### STAR

➤ **Agence principale / Main office :**  
12 rue du Pré Botté (Métro : République)  
Du lundi au samedi de 8h30 à 18h30  
Monday to Saturday from 8:30AM to 6:30PM

➤ **Agences secondaires / Other offices :**  
Stations Villejean Université et Henri Fréville, ouvertes du lundi au vendredi de 07h30 à 12h00  
Monday to Friday from 7h30AM to noon

➤ **Info :** 09 70 821 800 // [star.fr](http://star.fr)

### GETTING AROUND RENNES

#### ● Within Rennes Métropole

##### BY BUS AND BY METRO

#### The STAR network

The STAR public transport network is made up of 2 metro lines (opening of B-line planned in 2022) and 149 bus routes. The bus routes within the city itself are organised around the metro. The out-of-town bus routes serve the whole of Rennes Métropole.

#### Timetables

The metro and the 7 main bus routes (C1, C2, C3, C4, C5, C6 et 9) run from about 5.20a.m. to 12.30a.m. (Monday to Saturday), and from 7.30a.m. to 12.30a.m. on Sundays and public holidays. Extended service until 1.30a.m. on Thursdays, Fridays and Saturdays. All the other routes run from about 6.30a.m. to 9p.m. Two 'Star de nuit' lines run from 2a.m. to 7.30a.m. from Thursday evening to Sunday morning.

On Friday and Saturday nights, buses leave the centre of Rennes at 11p.m. and 12.30a.m. to go to Rennes Métropole's towns and villages.

Night buses don't run during summer.

#### Fares

Each ticket costs €1.50 for one hour's transport throughout the whole STAR network. It is refillable: keep it!

A 10 tickets PASS costs €14.50, and a weekend 'pluriel' ticket for 2 to 5 people costs €5.00.

Each metro station has one or more automatic ticket machines where tickets can be bought.

#### GOOD TO KNOW:

If you regularly use the bus and metro to get around, it is cheaper to buy one of the various types of season ticket as well as the various PASS options (Korrigo - annual, monthly, or weekly) from one of the STAR offices.

Fares vary according to age and status.





#### À VÉLO

##### Vélos STAR

Système de vélos en libre-service proposé par Rennes Métropole. Plus de 50 stations et 900 vélos, en grande majorité près d'une station de métro, d'un arrêt de bus, de car ou de la gare SNCF sont à votre disposition. Empruntez un vélo dans la station de votre choix et déposez-le dans n'importe quelle autre.

> **Trajet "à la carte"** : 1€ pour un trajet unique (1h maximum) ou 2€ pour 24h + 0,50€ par heure à chaque emprunt. Vous empruntez votre vélo grâce à votre carte bancaire, directement aux bornes des stations vélos.

> **S'abonner pour un an** (abonnement chargé sur votre carte KorriGo) : 30€ ou 50€ par an selon le forfait que vous choisissez. Une caution de 150€ non encaissée vous sera demandée.

**Pour plus d'informations :**  
Tél. 09 70 821 800 // [star.fr](http://star.fr)

#### ● En dehors de Rennes

#### EN CAR

Les cars desservent près de 200 communes dans le département et assurent également des liaisons vers Nantes, Angers, Le Mont-Saint-Michel, Pontivy...

##### Gare routière

16 place de la Gare - Rennes  
Tél. 0 810 35 10 35

Métro : station Gares // Bus : C1, C2, 11, 41 ex, 42 ex  
Horaires d'ouverture : du lundi au samedi de 7h à 20h, le dimanche de 13h à 20h.

#### EN TRAIN

Rennes est dotée d'une gare TGV. Une vingtaine de liaisons quotidiennes relient Rennes à Paris en 1h26.

##### Information - réservation - achat :

- > sur Internet : [oui.sncf](http://oui.sncf)
- > par téléphone : 36 35 (0,40 € / mn)
- > à la gare SNCF (19 place de la gare - Rennes)

##### Pour aller à la gare SNCF :

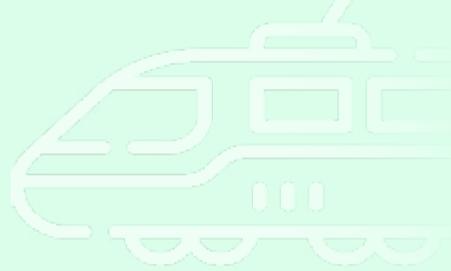
Métro : station Gares // Bus : C1, C2, 11, 41 ex, 42 ex.

**A savoir :** vous pouvez acheter votre billet en ligne, aux bornes ou au comptoir. Vous devez composer ou valider votre billet avant le départ et le conserver pendant toute la durée du transport. Des contrôleurs peuvent vérifier votre billet pendant le trajet.

#### LES TRAINS RÉGIONAUX - TER

Pour découvrir la Bretagne, vous pouvez profiter des TER BreizhGo. Les étudiants de moins de 26 ans peuvent bénéficier de tarifs préférentiels.

Plus d'infos sur [m.ter.sncf.com/bretagne](http://m.ter.sncf.com/bretagne)



#### EN AVION

L'aéroport de Rennes Saint-Jacques est situé à 15 minutes du centre-ville. Il existe de nombreux vols réguliers au départ de Rennes à destination d'une centaine de villes en France et en Europe, le plus souvent avec des correspondances à Paris ou à Lyon.

##### Aéroport de Rennes

Avenue Joseph le Brix - Saint-Jacques-de-la-Lande  
Tél. 02 99 29 60 00

Plus d'infos sur [rennes.aeroport.fr](http://rennes.aeroport.fr)

Du lundi au vendredi, de 5h à 23h  
Samedi et Dimanche, de 6h15 à 23h

##### Pour vous rendre à l'aéroport ou le quitter :

- > En bus : lignes 57 et C6
- > En taxi : environ 20€

#### EN VOITURE

Rennes est aux portes de la Bretagne. On y accède rapidement grâce à un réseau routier très développé : des quatre voies gratuites relient Nantes, Brest, Lorient ou Saint-Brieuc à Rennes, ville elle-même reliée à Paris par une autoroute.

- > Rennes - Paris : 352 km - 4h de route
- > Rennes - Nantes : 110 km - 1h30 de route
- > Rennes - Brest : 242 km - 2h30 de route

#### EN AUTOPARTAGE

Rennes dispose d'un service de location de voiture en libre service : Citiz. Ce service permet d'accéder aux véhicules en libre-service, 24h/24, 7j/7. Tarifs à partir de 2€/heure et 0,37€/km.  
Tél. 02 23 21 07 47

Plus d'infos sur [rennesmetropole.citiz.coop](http://rennesmetropole.citiz.coop)

#### BY BICYCLE

##### Vélos STAR

Self-service bike hire system offered by Rennes Métropole. Most of the 50 or so docking stations and 900 bicycles are located near metro stations, bus and coach stops, and the railway station. Hire a bike, ride it where you like, then return it to any docking station.

> **"À la carte" trip**: 1€ for a single trip (1 hour maximum) or 2€ for 24 hours + 0,50€ per hour for each trip. You can rent your bike using your credit card, directly at the docking stations.

> **Season pass (loaded on your KorriGo card)** : 30€ or 50€ per year depending on the plan you choose. A security deposit of 150€ will be required.

##### For further information

Tel. 09 70 821 800 // [star.fr](http://star.fr)

#### ● Outside Rennes

#### BY COACH

Coaches serve almost 200 towns and villages within the department of Ille-et-Vilaine, and some also travel to places such as Nantes, Angers, Mont-Saint-Michel, and Pontivy.



##### Coach station

16 place de la Gare - Rennes  
Tél. 0 810 35 10 35

Metro station: Gares // By bus: C1, C2, 11, 41ex, 42ex

Opening times: Monday to Saturday from 7AM to 8PM, and Sunday from 1PM to 8PM.

#### BY TRAIN

Rennes has a TGV (high-speed train) station. About twenty trains a day put Rennes only 1 hour 26 minutes away from Paris.

##### Information and ticket purchase

- > online: [oui.sncf](http://oui.sncf)
- > by phone: 36 35 (€0.40/min)
- > at the railway station (19 place de la Gare - Rennes)

##### To get to the railway station

Metro station: Gares // By bus: C1, C2, 11, 41ex, 42ex

**N.B.** You can purchase your ticket online, at the ticket machine or at the counter. You must stamp (in a special punching machine named *composteur*) or validate your ticket before departure and keep it for the whole journey. Ticket inspectors may check your ticket during the trip.

#### BY REGIONAL TRAIN - TER

To discover Brittany, you can use the TER BreizhGo network. Students under 26 years old can benefit from preferential rates.

More information on [m.ter.sncf.com/bretagne](http://m.ter.sncf.com/bretagne)

#### BY PLANE

Rennes-Saint-Jacques airport is located to the south-west of Rennes, about 15 minutes from the city centre. There are many regular flights from Rennes to about a hundred cities in France and Europe.

##### Rennes Airport

Avenue Joseph le Brix - Saint-Jacques-de-la-Lande  
Tél. 02 99 29 60 00

Info: [rennes.aeroport.fr](http://rennes.aeroport.fr)

Monday to Friday: from 5AM to 11PM

Saturday & Sunday: from 6:15AM to 11PM

##### To get to and from the airport

- > By bus: no. 57 or C6 Bus stop: 'Aire Libre Aéroport'.
- > By taxi: about €20.

#### BY CAR

Rennes is the gateway to Brittany, and fast access is provided by a particularly well-developed road network. Toll-free dual-carriageways link Nantes, Brest, Lorient, and Saint-Brieuc to Rennes, which is itself linked by motorway to Paris.

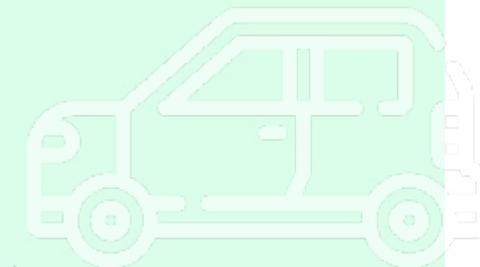
- > Rennes - Paris : 352 km - 4 hours trip
- > Rennes - Nantes : 110 km - 1h30 trip
- > Rennes - Brest : 242 km - 2h30 trip

#### CAR CLUBS

Rennes has a free-access car rental service called Citiz. As an alternative to having your own car, you can use this service to get 24/7 access to Citiz cars. Prices are from €2 an hour and €0.37 a km.

Tel. 02 23 21 07 47

More info at [rennesmetropole.citiz.coop](http://rennesmetropole.citiz.coop)





## SE SOIGNER

### Accès aux soins

#### MÉDECINS

En France, il est possible de choisir son médecin librement. Il faut néanmoins choisir un "médecin traitant".

Le rôle du médecin traitant est de coordonner les différentes consultations et examens nécessaires au suivi de votre santé. C'est lui que vous devez consulter en premier recours. Il peut, suivant la pathologie, vous renvoyer vers le professionnel de santé le plus apte à traiter votre situation.

Passer en priorité par son médecin traitant permet un meilleur remboursement des frais de santé.

Il est fortement recommandé de choisir un médecin conventionné, c'est-à-dire qui a un accord avec la Sécurité Sociale. Les médecins non conventionnés ont des tarifs plus élevés.

Pour prendre rendez-vous avec un médecin, vous pouvez contacter son secrétariat ou prendre un rendez-vous en ligne sur [doctolib.fr](http://doctolib.fr)

#### Comment choisir son médecin traitant ?

Le médecin traitant peut être un médecin généraliste ou un spécialiste. Dans tous les cas, vous devez déclarer votre choix à la Caisse Primaire d'Assurance Maladie :

> Votre médecin peut faire cette démarche en ligne, depuis son cabinet, avec votre accord.

> Vous pouvez, si vous préférez, remplir un formulaire qui doit être rempli et signé par le médecin traitant avant d'être retourné à la CPAM : [ameli.fr](http://ameli.fr)

#### A SAVOIR

Un médecin généraliste conventionné pratique un tarif de 25€  
Vous pouvez consulter les tarifs, les coordonnées et spécialisation des professionnels de santé sur [annuaire.sante.ameli.fr](http://annuaire.sante.ameli.fr)

#### PHARMACIES

En France, les médicaments ne peuvent être achetés qu'en pharmacie et les pharmaciens sont en mesure de conseiller les malades sur les médicaments à prendre. Pour des médicaments spécifiques, il faut une ordonnance, délivrée par un médecin.

#### NUMÉROS D'URGENCE À COMPOSER DEPUIS VOTRE TÉLÉPHONE :

Appel d'urgence européen : 112

**SAMU** (Service d'Aide Médicale d'Urgence) : 15

**Police** : 17

**Pompiers** : 18

**Drogues Info Service** : 0 800 23 13 13

**Alcool Info Service** : 0 980 980 930

**Tabac Info Service** : 39 89

**SOS Médecins 35** : 106 Rue Eugène Pottier (Bus 9 arrêt "De Lesseps", Bus 13 arrêt "Rennes Cleunay")  
Visites et urgences **24 H/24** et consultations au cabinet de SOS Médecins jusqu'à minuit (sur rendez-vous). Tél. 02 99 53 06 06

**Centre anti-poison** : 02 99 59 22 22

**Pharmaciens de garde** : 32 37 (0,34€ /mn)



#### HOSPITALISATION

En cas d'hospitalisation, le prix d'une journée passée à l'hôpital varie en fonction de la nature des soins et du service dans lequel le patient est hospitalisé.

#### Liste des hôpitaux publics rennais :

> **Hôpital de Pontchaillou**  
2 rue Henri Le Guilloux - Rennes  
Tél. 02 99 28 43 21  
Métro A : station Pontchaillou

> **Hôpital Sud**  
16 bd de Bulgarie - Rennes  
Tél. 02 99 28 43 21  
Bus : ligne 13 arrêt Hôpital Sud  
Métro A : station Le Blosne

infos et services : [chu-rennes.fr](http://chu-rennes.fr)

## HEALTH CARE

### Access to health care

#### DOCTORS

There is freedom of choice of doctor in France, but you have to choose a *médecin traitant*, who is your usual or family doctor, and whose role is to coordinate the various consultations and examinations necessary when dealing with your health.

It is this *médecin traitant* (family doctor/GP) that you must consult first of all. If necessary they will be able to redirect you to a specialist doctor or any other healthcare professional.

The first step is to visit your GP, which allows for a better reimbursement of your health care costs.

It is strongly recommended that you choose a doctor who is covered by a convention, i.e. who has an agreement with the state social security system. Doctors who do not have an agreement have higher fees.

There are English-speaking doctors in Rennes with whom you can book an appointment. Please ask us for the list.

To make an appointment with a doctor, you can contact his office or make an appointment online on [doctolib.fr](http://doctolib.fr).

#### N.B.

A general practitioner with a convention has a fee of 25€.

You can consult the rates, contact information and specialization of health professionals on [annuaire.sante.ameli.fr](http://annuaire.sante.ameli.fr)

#### How to choose your médecin traitant?

You have to get a form from the Caisse Primaire d'Assurance Maladie. This form should be completed and signed by the chosen doctor before being returned to the CPAM:

> Your doctor can do this online, from his office, with your agreement.

> If you prefer, you can also submit a form that must be filled out and signed by the attending physician before being returned to the CPAM: [ameli.fr](http://ameli.fr)

#### PHARMACIES

In France, medicines can only be bought at a pharmacy, and pharmacists are able to give advice as to what medicines to take for a specific problem. For specific drugs, a prescription is required, issued by a doctor.

#### EMERGENCY TELEPHONE NUMBERS

**European Emergency Number - number to be dialled first: 112**

**SAMU** (ambulance): 15

**Police**: 17

**Fire service**: 18

**Drugs Information Service**: 0 800 23 13 13

**Alcohol Information Service**: 0 980 980 930

**Tobacco Information Service**: 39 89

**SOS Médecins 35**: 106 Rue Eugène Pottier (Bus 9 stop "De Lesseps", Bus 13 stop "Rennes Cleunay")  
Visits and emergencies 24 hours a day, but priority is given to emergency cases. A duty doctor is available for consultation from 10a.m. to midnight (appointment only). Tél. 02 99 53 06 06

**Poisons unit**: 02 99 59 22 22

**Duty pharmacists/chemists**: 32 37 (€0.34/min.)

#### HOSPITALISATION

If hospital treatment is required, the cost of a day's stay in hospital varies according to the type of treatment and the hospital department in which the patient is being cared for.

#### List of public hospitals in Rennes

> **Hôpital de Pontchaillou**  
2 rue Henri Le Guilloux - Rennes

Tél. 02 99 28 43 21

Tél. 02 99 28 37 02 (Accident & Emergency number)

Métro A: Pontchaillou

> **Hôpital Sud**  
16 bd de Bulgarie - Rennes

Tél. 02 99 28 43 21

Bus: no.13 Bus stop: Hôpital Sud

Métro A: Le Blosne

info and services: [chu-rennes.fr](http://chu-rennes.fr)





### ● Remboursement des frais de santé

#### CHEZ LE MÉDECIN

Vous payez le prix de la consultation (25 €). Vous êtes ensuite remboursé par la Sécurité sociale et votre mutuelle.

**Conseil :** pour le premier remboursement, il est recommandé de vous déplacer auprès de la CPAM située à Rennes, Cours des Alliés.

Les médecins sont équipés de lecteurs de Carte Vitale. Cette carte à puce, distribuée gratuitement à tous les assurés sociaux, leur permet de transmettre directement les demandes de remboursement par voie électronique à la Sécurité sociale.

Prenez toujours votre carte vitale et votre carte de mutuelle avec vous lors de vos consultations.

### ● Santé mentale

Ces services sont gratuits

**Point d'accueil Ecoute Jeunes : "Le Säs" au 4 bis**  
4 bis cours des Alliés - Rennes  
[le4bis-ij.com](http://le4bis-ij.com) rubrique Missions > Santé  
Tél. 02 99 31 87 35  
Du mardi au vendredi de 14h à 18h

**BAPU : Bureau d'Aide Psychologique Universitaire**  
11 boulevard de la Liberté - 2<sup>e</sup> étage  
Tél. 02 99 30 81 24  
> [bapu.rennes@wanadoo.fr](mailto:bapu.rennes@wanadoo.fr)  
Du lundi au samedi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h

**Happsy Hours (service du CROUS)**  
Avec ou sans rendez-vous selon disponibilités  
[apsytude.com](http://apsytude.com) rubrique "prendre RDV"  
Tél. 06 27 86 91 83  
> [rdv.apsytude@gmail.com](mailto:rdv.apsytude@gmail.com)

**SOS Amitiés Rennes**  
Tchat' en ligne sur [sos-amitie.com](http://sos-amitie.com) de 13h à 3h  
Tél. 02 99 59 71 71

#### ADRESSE UTILE POUR VOS REMBOURSEMENTS :

CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie)  
d'Ille-et-Vilaine  
7 cours des Alliés - Rennes  
Tél. 36 46  
Sur rendez-vous le lundi, mercredi et vendredi  
Libre accès mardi et jeudi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h  
[ameli.fr](http://ameli.fr)

### ● Reimbursement of healthcare expenses

#### AT THE DOCTOR'S

You pay the cost of the consultation (€25), and then you are reimbursed by the Sécurité Sociale and your mutuelle.

**A word of advice.** For the first reimbursement, it is recommended that you actually go in person to the CPAM office in the Cours des Alliés, Rennes.

Doctors have Carte Vitale readers. The Carte Vitale is a smart card which is given free of charge to everybody who is insured in the French health and social security system, and enables doctors to forward requests for reimbursement electronically to the Sécurité Sociale. This obviously reduces the time taken for reimbursements to be made.

Always take your "carte vitale" and your health insurance card (if you have one) with you during your consultations.



### AT THE PHARMACY / CHEMIST'S

If you have a prescription from your doctor, you must pay only the part of the cost which is not reimbursed by the Social Security, nor by your complementary mutual insurance, if you have one.

#### USEFUL ADDRESS FOR REIMBURSEMENT:

CPAM (Caisse Primaire d'Assurance Maladie)  
d'Ille-et-Vilaine  
7 cours des Alliés - Rennes  
Tél. 36 46  
Sur rendez-vous le lundi, mercredi et vendredi  
Libre accès mardi et jeudi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h  
English language helpline - 0811 36 36 46  
[ameli.fr](http://ameli.fr)

### ● Mental health

These services are free of charge

**Young people's listening centre : "Le Säs" at 4 bis**  
4 bis cours des Alliés - Rennes  
[le4bis-ij.com](http://le4bis-ij.com) section Missions > Santé  
Tél. 02 99 31 87 35  
Tuesday to Friday from 2pm to 6pm

**BAPU**  
(Bureau d'Aide Psychologique Universitaire)  
(university psychological help service)  
2nd floor - 11 boulevard de la Liberté  
Tél. 02 99 30 81 24  
> [bapu.rennes@wanadoo.fr](mailto:bapu.rennes@wanadoo.fr)  
Open Monday to Saturday - 9:30a.m. to 12 noon and 2p.m. to 6p.m.

Happsy Hours (CROUS service)  
With or without appointment according to availability  
[apsytude.com](http://apsytude.com) section "prendre RDV"  
Tél. 06 27 86 91 83  
> [rdv.apsytude@gmail.com](mailto:rdv.apsytude@gmail.com)

**SOS Amitiés Rennes**  
Online chat on [sos-amitie.com](http://sos-amitie.com) from 1pm to 3am  
Tél. 02 99 59 71 71



#### ATTENTION

> Consultez toujours votre médecin traitant en priorité pour être mieux remboursé par la Sécurité Sociale et la Mutuelle

> Avant tout déplacement à l'étranger : renseignez-vous auprès de votre centre de Sécurité Sociale avant votre départ.



#### À LA PHARMACIE

Si vous avez une ordonnance de votre médecin, vous ne payez que la partie des frais qui n'est pas remboursée par la Sécurité sociale, ni par votre mutuelle complémentaire, si vous en avez une.



© QUEVROUX Philippe

#### N.B

> Always consult your regular doctor (médecin traitant) first in order to be better reimbursed by the Social Security and the Mutuelle.

> If you are planning to travel abroad: contact your Social Security office before you leave.





### Action sociale et santé

#### TROUVER DE L'AIDE

Le service social étudiant est à la disposition des étudiants souhaitant obtenir aide, conseil et informations. Des professionnels :

- > vous écoutent
- > vous informent
- > interviennent dans tous les domaines de la vie quotidienne : budget, logement, accès aux droits, etc.
- > vous conseillent dans vos démarches administratives et sociales
- > vous orientent vers les services compétents de l'université, CROUS, SSE, Mutuelles étudiantes, CAF (Caisse d'Allocations Familiales)
- > vous aident à surmonter des difficultés d'ordre personnel, social, familial, dans le respect du secret professionnel

Pour toute information, vous pouvez contacter les organismes suivants :

#### CROUS

##### Service Social

7 place Hoche

Tél. 02 30 30 09 30

Retrouvez l'adresse mail de la personne à contacter en fonction de votre filière sur [crous-rennes.fr](http://crous-rennes.fr) rubrique "action sociale"

#### INSA

##### Espace Santé Prévention Handicap

Tél. 02 23 23 86 60

> [eloise.brault@insa-rennes.fr](mailto:eloise.brault@insa-rennes.fr)

#### LGBT+ : À QUI PARLER ?



##### ISKIS

Centre LGBTI+ de Rennes

Tél. : 02 99 33 26 08

> [contact@iskis.org](mailto:contact@iskis.org) // [iskis.org](http://iskis.org)

##### COMMUNE VISION

Association étudiante LGBTI+

Université Rennes 2

> [communevision@gmail.com](mailto:communevision@gmail.com)

### LE SSE : SERVICE DE SANTÉ DES ÉTUDIANTS

Le SSE se compose d'une équipe de médecins, infirmières, assistantes sociales, psychologues, psychiatres, diététiciens et d'un secrétariat qui répond aux demandes de rendez-vous et vous oriente vers les différents professionnels du service.

Ce service est ouvert aux étudiants des établissements suivants :

- |                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| > Université de Rennes 1 | > Centrale Supélec |
| > Université Rennes 2    | > EHESP            |
| > Institut Agro          | > ESIR             |
| > ENSAI                  | > ENSSAT           |
| > ENSCR                  | > EESAB            |
| > INSA Rennes            | > IPAG             |
| > Sciences Po Rennes     | > ISTIC            |

Le SSE propose gratuitement :

- > une visite/bilan de prévention systématique à chaque étudiant durant le cursus de licence
- > une visite médicale pour les étudiants dont le cursus les expose à des risques particuliers
- > un accompagnement sur les aménagements d'études pour les étudiants handicapés
- > des actions de prévention et d'éducation à la santé
- > la délivrance d'une contraception d'urgence, etc.

Tout au long de l'année, les étudiants peuvent solliciter des consultations médicales

#### LE SSE - SERVICE SANTÉ DES ÉTUDIANTS :

Du lundi au vendredi de 8h30 à 17h00  
[sse@univ-rennes2.fr](mailto:sse@univ-rennes2.fr) / [sse.univ-rennes.eu](mailto:sse.univ-rennes.eu)

> **Sur le campus de Beaulieu**  
Université de Rennes 1  
Campus de Beaulieu - bâtiment 21  
Tél. 02 23 23 55 05

> **Sur le campus de Villejean**  
Université de Rennes 2  
Bâtiment Erève - 2ème étage  
Tél. 02 23 23 70 85

### Student social welfare and health

#### FINDING HELP

The student welfare service offers students help, advice, and information. It is based at various places in Rennes' universities. These professionals:

- > listen to you,
- > give you information,
- > help you to deal with the various aspects of everyday life, e.g. money and budgeting, housing, and access to student rights and entitlements in association with all student-related services,
- > give you advice on administrative and social service-related procedures,
- > point you towards the appropriate services for your needs, e.g. CROUS, student health insurance companies (*mutuelles étudiantes*), and the CAF (*Caisse d'Allocations Familiales*),
- > help you to deal with personal, social, and family problems, while respecting professional confidentiality.

If you need any information, contact the following organisations:

#### CROUS - Service Social

7 place Hoche

Tel. 02 30 30 09 30

Retrouvez l'adresse mail de la personne à contacter en fonction de votre filière sur [crous-rennes.fr](http://crous-rennes.fr) rubrique "action sociale"

#### INSA

##### Espace Santé Prévention Handicap

Tel. 02 23 23 86 60

> [eloise.brault@insa-rennes.fr](mailto:eloise.brault@insa-rennes.fr)



### LE SSE : SERVICE DE SANTÉ DES ÉTUDIANTS STUDENTS HEALTH CENTERS

The SSE is composed of a team of doctors, nurses, social workers, psychologists, psychiatrists, dieticians and a secretariat that responds to requests for appointments and directs you to the various professionals in the unit.

This service is open to students at the following establishments:

- |                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| > Université de Rennes 1 | > Centrale Supélec |
| > Université Rennes 2    | > EHESP            |
| > Institut Agro          | > ESIR             |
| > ENSAI                  | > ENSSAT           |
| > ENSCR                  | > EESAB            |
| > INSA Rennes            | > IPAG             |
| > Sciences Po Rennes     | > ISTIC            |

#### LE SSE - SERVICE SANTÉ DES ÉTUDIANTS :

Monday to Friday: 8.30a.m. to 5.00p.m.  
[sse@univ-rennes2.fr](mailto:sse@univ-rennes2.fr) / [sse.univ-rennes.eu](mailto:sse.univ-rennes.eu)

> **On the Beaulieu campus**  
University of Rennes 1  
Campus de Beaulieu - bâtiment 21  
Tél. 02 23 23 55 05

> **On the Villejean campus**  
University of Rennes 2  
Bâtiment Erève - 2ème étage  
Tél. 02 23 23 70 85

The SSE offers free of charge:

- > a routine health check for every undergraduate student during their degree course
- > a medical appointment for students whose degree course exposes them to specific risks
- > support for disabled students in the organisation of their studies
- > ill-health prevention and health education activities
- > the dispensing of post-coital/morning after contraception

Throughout the year students can ask for medical consultations:

- > General medicine, including the issuing of medical certificates, and vaccinations
- > Gynaecology
- > Nutrition
- > Psychiatry
- > Tobacco addiction





## ENFANTS & CONJOINT

### ● Garde des enfants en bas-âge

Il existe différentes structures pouvant accueillir les enfants de moins de 3 ans :

- > Les accueils collectifs municipaux ou crèches municipales, proposent un regroupement d'enfants de moins de 3 ans, dans un centre agréé, tous les jours de la semaine.
- > Les crèches parentales sont gérées par une association de parents qui paient les services d'une équipe de professionnels de la petite enfance, dans un cadre de vie personnalisé et aménagé pour des enfants âgés de 3 mois à 3 ans.
- > Les crèches associatives gérées et animées par des salariés qualifiés et les parents
- > Les micros-crèches, structures d'accueil pouvant accueillir au maximum dix enfants
- > Les haltes-garderies pour un accueil occasionnel des enfants.

D'autres options sont également possibles :

- > L'employée de maison à domicile est la solution la plus coûteuse (le SMIC\* est de 1 645 € brut par mois pour 35 heures + les charges patronales).
- > Le baby-sitting le soir est pratiqué par de nombreux lycéens et étudiants (autour de 8 €/heure).
- > Assistance Maternelle 35 : Pour trouver une assistante maternelle dans le quartier de votre choix avec leur disponibilité : [assistantsmaternels35.fr](http://assistantsmaternels35.fr)

### EN SAVOIR PLUS

L'Etoile  
Centre d'information sur l'accueil de la petite enfance  
2 rue Jacques Gabriel  
Tél. 02 99 67 11 70  
[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)



### ● Système éducatif

La scolarité en France est obligatoire de 3 à 16 ans. L'enseignement est gratuit dans les établissements publics et payant dans les écoles privées, mais les programmes scolaires sont les mêmes, car ils sont établis au niveau national.

La plupart des établissements scolaires proposent des services de restauration aux élèves à midi et, pour ce qui concerne les écoles maternelles et élémentaires, des services de garderie avant et/ou après l'école.

### ● Scolarité

#### INSCRIPTION EN ÉCOLE MATERNELLE OU PRIMAIRE

Pour inscrire son enfant dans une école, il faut que la famille soit déjà arrivée sur le territoire français et possède une adresse en Ille-et-Vilaine.

Vous devez prendre contact avec la DIVEL (division des élèves), à l'inspection académique, qui vous proposera un entretien préliminaire à l'inscription. A l'issue de cet entretien, l'enfant devra passer des tests dans sa langue maternelle ou en français s'il le parle.

Tél. 02 99 25 10 20 // [ce.dsden35@ac-rennes.fr](mailto:ce.dsden35@ac-rennes.fr)

#### INSCRIPTION EN COLLÈGE

L'inscription se fait auprès de l'inspection académique. Les élèves âgés de 12 ans sont systématiquement accueillis en collège. Une évaluation de leur niveau de langue est réalisée par l'enseignant de FLE (français langue étrangère).

#### POUR LES ÉLÈVES DE PLUS DE 16 ANS

Chaque élève est reçu au CIO (Centre d'information et d'orientation) par un conseiller d'orientation. Les élèves scolarisés en lycée ou lycée professionnel peuvent bénéficier d'un soutien en FLE (français langue étrangère). Infos : [ac-rennes.fr/cio-rennes](http://ac-rennes.fr/cio-rennes)

Age	Classe	Ecole / School	Enseignement	Exam	
3	PS : Petite Section	Maternelle Pre-school	Enseignement Primaire Primary Education		
4	MS : Moyenne Section				
5	GS : Grande Section				
6	CP : Cours Préparatoire	Elémentaire ou Primaire Primary School			
7	CE1 : Cours élémentaire 1				
8	CE2 : Cours Elémentaire 2				
9	CM1 : Cours Moyen 1				
10	CM2 : Cours Moyen 2				
11	6ème	Collège Middle School	Enseignement Secondaire Secondary Education		
12	5ème				
13	4ème				
14	3ème	Lycée High School			Brevet
15	Seconde				
16	Première				Baccalauréat
17	Terminale			Baccalauréat	

SYSTÈME ÉDUCATIF EN FRANCE  
FRANCE EDUCATIONAL SYSTEM

#### COLLÈGE ENROLMENT

The regional education authority deals with enrolment. Pupils aged 12 are enrolled in *collège* as a matter of course. The level of their French is assessed by an FLE (French as a foreign language) teacher.

### ● Allocations familiales

Les étrangers résidant régulièrement en France avec des enfants mineurs peuvent bénéficier des prestations familiales. Renseignements auprès de la CAF.

## CHILDREN & SPOUSE

### ● Educational system

Attendance at school in France is compulsory between the ages of 6 and 16. Education is free in state schools, but must be paid for in private schools. However, the syllabuses are the same in both state and private schools because they are drawn up at the national level.

Most schools offer catering facilities for pupils at midday as well as, in the case of nursery and primary schools, a child-minding service both before and after school.

### ● Schools

#### NURSERY AND PRIMARY SCHOOL ENROLMENT

To enrol your child in a nursery or primary school, your family must already be in France and have an address in Ille-et-Vilaine.

You must contact the DIVEL office at the regional education authority, and they will give you an appointment for a pre-enrolment interview. At the end of this interview children will have to take tests in their native language or in French if they speak it.

Tél. 02 99 25 10 20 // [ce.dsden35@ac-rennes.fr](mailto:ce.dsden35@ac-rennes.fr)

### ● Childcare facilities for young children

Rennes City Council offers a range of options for looking after small children (i.e. aged under 3).

The various facilities which can welcome the under-3s are:

- > *Crèches municipales* offer care for children aged under 3 in approved nurseries every week day.
- > *Crèches parentales* are run by parents' associations, which pay for the services of a team of childcare professionals. A personalised and well-equipped environment is provided for children aged from 3 months to 3 years.
- > *Crèches associatives* are run by qualified staff and parents.
- > *Micros-crèches* take a maximum of 10 children.
- > *Haltes-garderies* are day nurseries where children can be left on an occasional basis.

**Other options are also available:**

- > Nanny (childcare in your own home): the most expensive solution. (France's national minimum wage is €1,645 gross per month for 35 hours of work a week. In addition, employers' contributions must also be paid).
- > Babysitting: done by many high school and university students in the evening for about €8 per hour.
- > Childminder: To find a childminder in your neighbourhood and check their availability, consult [assistantsmaternels35.fr](http://assistantsmaternels35.fr)

### FOR FURTHER INFORMATION

L'Etoile  
Small children information centre  
2 rue Jacques Gabriel  
Tél. 02 99 67 11 70  
[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)



### ● Family allowances/benefits

Since 2004 most foreigners who are legally living in France with their minor children have the right to claim family allowances/benefits.





### COMMUNIQUER

#### ● Téléphone (mobiles et cartes internationales)

##### COMMENT TÉLÉPHONER ?

En France, les numéros de téléphone comportent dix chiffres.

- > Pour téléphoner à l'étranger : [00] [indicatif du pays] [numéro de téléphone].
- > Pour téléphoner en France depuis l'étranger (en règle générale) : [00] [33] [numéro de téléphone sans le premier 0]. Exemple d'exception : depuis les Etats-Unis et le Canada composer le [011] [33] [numéro de téléphone sans le premier 0].

Pour avoir accès aux services de renseignements téléphoniques, il faut composer un numéro à six chiffres commençant par "118". Exemple : 118 712 (Orange), 118 008 (opérateur Pages Jaunes)...

##### LE TÉLÉPHONE MOBILE

Forfait avec ou sans abonnement, système de carte prépayée : les opérateurs proposent différentes formules.

Lors de votre souscription, vérifiez attentivement la durée du contrat signé, qui est souvent de 2 ans.

Il est tout de même possible de résilier le contrat plus tôt, moyennant le paiement d'une pénalité de sortie.

**Conseil :** certains opérateurs téléphoniques ont des partenariats avec l'étranger. Renseignez-vous auprès de votre opérateur d'origine.

Vérifiez que votre chargeur de batterie téléphonique est adaptable au courant de 220 V (volts).

##### QUELQUES ADRESSES DANS RENNES

- |   |   |
|---|---|
| > <b>SFR</b><br>20 rue de Nemours<br>Tél. 02 99 77 93 76<br>sfr.fr            | > <b>BOUYGUES TELECOM</b><br>9 rue le Bastard<br>Tél. 09 86 01 01 53<br>Bouygestelecom.fr |
| > <b>ORANGE</b><br>Place de la République<br>Tél. 09 69 37 03 64<br>orange.fr | > <b>FREE CENTER</b><br>15 quai Lamartine<br>Tél. 10 44<br>free.fr                        |



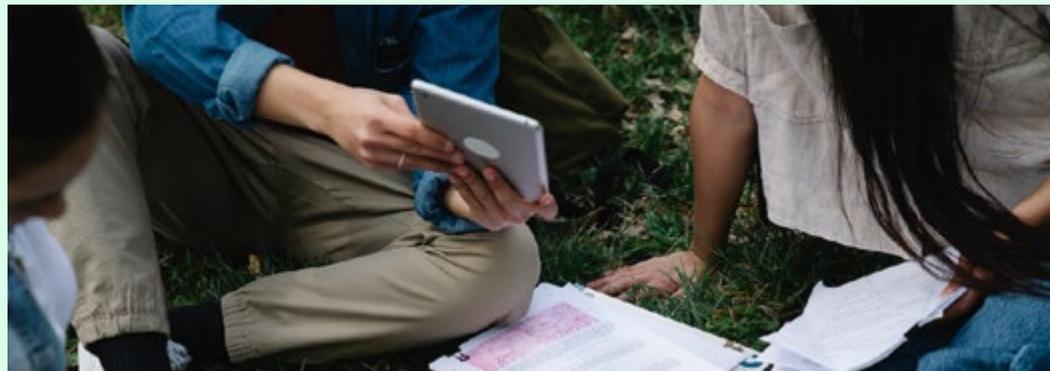
##### LES FORFAITS MOBILES SANS ENGAGEMENT

Il existe, depuis quelques années, de nouvelles marques de forfaits moins chers et sans engagement. Il faudra, en revanche, fournir vous-même le téléphone.

**Attention :** ces prestations sont uniquement disponibles en ligne et offrent très peu de service client et de moyen de contact direct.

**SOSH :** sosh.fr

**RED by SFR :** red-by-sfr.fr



### COMMUNICATING

#### ● Telephone (international calls and mobiles)

##### HOW TO MAKE A TELEPHONE CALL

French telephone numbers have ten figures.

- > To phone abroad: [00] [international dialling code of country] [telephone number without the first '0'].
  - > To phone France from abroad (in most cases): [00] [33] [telephone number without the first '0'].
- An example of one exception: from the USA and Canada dial [011] [33] [telephone number without the first '0'].

To contact directory enquiries, dial a six-figure number beginning with '118', e.g. 118 712 (Orange), or 118 008 Pages Jaunes (Yellow Pages).

##### MOBILE PHONES

Mobile phone operators offer a variety of package deals.

When taking out a phone contract carefully check the period of the contract you sign (often 2 years).

Nevertheless, it is possible to cancel the contract after one year in return for the payment of an early termination fee.

**A word of advice.** Certain phone operators have partnerships with foreign operators. Ask your operator in your home country for information.

Check that your telephone battery charger can be adapted for a current of 220V (volts).

##### USEFUL ADDRESSES IN RENNES CITY CENTER

- |   |   |
|---|---|
| > <b>SFR</b><br>20 rue de Nemours<br>Tél. 02 99 77 93 76<br>sfr.fr            | > <b>BOUYGUES TELECOM</b><br>9 rue le Bastard<br>Tél. 09 86 01 01 53<br>Bouygestelecom.fr |
| > <b>ORANGE</b><br>Place de la République<br>Tél. 09 69 37 03 64<br>orange.fr | > <b>FREE CENTER</b><br>15 quai Lamartine<br>Tél. 10 44<br>free.fr                        |



© HAMON Franck

##### LES FORFAITS MOBILES SANS ENGAGEMENT

Il existe, depuis quelques années, de nouvelles marques de forfaits moins chers et sans engagement. Il faudra, en revanche, fournir vous-même le téléphone.

**Attention :** ces prestations sont uniquement disponibles en ligne et offrent très peu de service client et de moyen de contact direct.

**SOSH :** sosh.fr

**RED by SFR :** red-by-sfr.fr





### Internet



#### EN VILLE

Vous pouvez vous connecter à des points d'accès Wi-Fi gratuits dans certains restaurants et magasins, dans les bibliothèques de la ville, au 4bis, la gare et dans les cybercafés du centre-ville.

#### DANS VOTRE ÉTABLISSEMENT D'ACCUEIL

Suite à votre inscription, une adresse électronique gratuite vous sera communiquée par votre établissement d'accueil, de même qu'un code pour accéder à votre compte informatique.

Vous pouvez accéder gratuitement à internet dans votre établissement et dans les bibliothèques universitaires en Wi-Fi.

Des salles informatiques permettant de consulter votre messagerie et d'avoir accès par Internet sont généralement mis à disposition dans les locaux mêmes de l'établissement.

**Attention :** le code d'accès à Internet ne vous est en général donné qu'au moment où vous recevez votre carte d'étudiant.

#### SI VOUS ÊTES EN RÉSIDENCE CROUS

Certaines résidences sont équipée en Wi-Fi. Renseignez vous directement auprès de votre résidence.

### OFFRES GLOBALES : INTERNET, TÉLÉPHONIE MOBILE ET TÉLÉVISION

Les offres ne manquent pas : il existe de nombreux opérateurs téléphoniques sur le marché (Free, Orange, SFR, Bouygues Télécom...).

La majorité des opérateurs proposent de souscrire à une offre complète : abonnement mobile + téléphone fixe avec appels illimités vers fixes en France et l'international + internet illimité en haut débit et télévision).

Pour y souscrire, vous devez déjà posséder une ligne téléphonique dans votre logement ou choisir le dégroupage total proposé par les opérateurs.

#### Plus d'informations :

[free.fr](http://free.fr)  
[orange.fr](http://orange.fr)  
[sfr.fr](http://sfr.fr)  
[bouyguetelecom.fr](http://bouyguetelecom.fr)

#### Il vous faudra fournir les pièces justificatives suivantes :

- > un justificatif de domicile
- > Parfois, le nom et le numéro de téléphone du précédent occupant de votre logement
- > un relevé d'identité bancaire (RIB)
- > une pièce d'identité

### La Poste

La Poste, qui a pour rôle principal de transmettre le courrier, propose d'autres services dans ses différents bureaux de poste : vente de timbres poste, cartes de téléphone, envoi de colis, ouverture et gestion d'un compte chèque postal.

**Exemple de tarifs :** prix d'un timbre pour une lettre ne dépassant pas 20 grammes : 1,14€ en France ; 1,65€ dans l'Union Européenne et la Suisse. Pour les autres pays, la tarification se fait par zone.

#### NOTE :

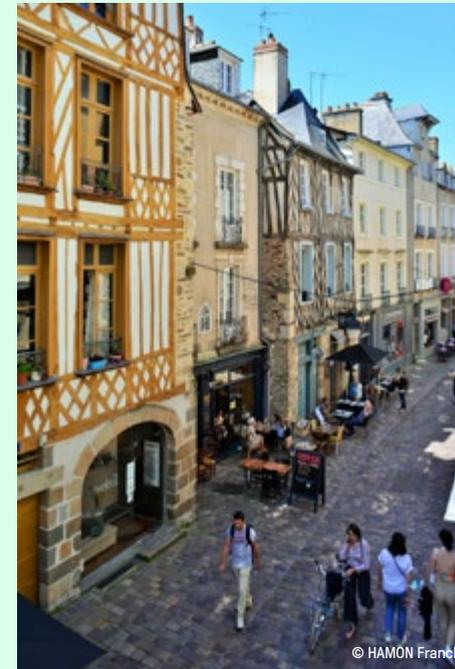
En cas de déménagement, il est conseillé de faire un changement d'adresse auprès de la poste. Cela vous permettra de recevoir vos courriers à votre nouvelle adresse. Ce service est payant mais vous évite la perte éventuelle de papiers importants.



### Internet

#### IN TOWN

You can connect to free Wi-Fi hotspots in some restaurants and shops, in the city's libraries, at the 4bis, the train station, and in internet cafés.



#### AT YOUR HOST ESTABLISHMENT

After your registration, your host establishment will give you an email address and password to enable you to access your computer account.

You can access Wi-Fi in your host establishment, where computer rooms giving access to email and internet are also available.

**N.B.** Your internet access code is not generally given to you until you get your student card.

#### IF YOU LIVE IN A CROUS RESIDENCE

Some residences are equipped with Wi-Fi. Please contact your residence directly for more information.

### A COMPLETE PACKAGE: INTERNET, MOBILE, LANDLINE, AND TELEVISION

Many package deals are available, and there are a variety of operators on the market, e.g. Free, Orange, SFR and Bouygues Télécom.

Most operators suggest that you sign up to a complete package: mobile + landline with free calls to landlines in France and abroad + unlimited broadband and TV.

To subscribe, your accommodation must have an existing phone line, or you can choose your provider.

#### For more information

[free.fr](http://free.fr)  
[orange.fr](http://orange.fr)  
[sfr.fr](http://sfr.fr)  
[bouyguetelecom.fr](http://bouyguetelecom.fr)

#### You will need the following supporting documents:

- > proof of your address in France
- > Sometimes, the name and phone number of the previous tenant will be asked
- > bank account details (a RIB)
- > proof of identity (ID)

**N.B.** If you have just moved into your new address, you need to have your tenancy contract.

### Post Office

The Post Office's main role is to collect and deliver mail, but it also sells postage stamps and phone cards, sends parcels, and provides a full range of banking services, such as its own current account and chequebook.

**Examples of prices:** price of a stamp for a letter weighing 20 grams or less: €1.14 to a destination in France, and €1.65 to a destination in the European Union and Switzerland. Prices for other countries are fixed according to zone.

#### GOOD TO KNOW

When you move, it is a good idea to notify the Post Office. That way your mail will be forwarded to your new address. There is a charge for this service, but it ensures that you do not lose any important documents that might be sent to you.





### S'INFORMER

#### ● Centres d'information rennais

Vous trouverez sous cette rubrique les adresses des principaux centres d'information susceptibles de vous renseigner sur les activités culturelles, sportives, associatives et touristiques que vous pouvez pratiquer à Rennes.

**Centre d'information jeunesse - Le 4 Bis**  
(*information centre for young people*)  
4 Bis cours des Alliés - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 31 47 48  
[le4bis-ij.com](http://le4bis-ij.com)

**Rennes Infos Jeunes**  
8 Place du Colombier - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 31 17 77  
[crij.bzh](http://crij.bzh)

**Point information de Rennes Métropole**  
4 avenue Henri Fréville - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 86 62 62  
[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)

**Office des sports de Rennes**  
Espace Vélodrome  
10 rue Alphonse Guérin - 35000 Rennes  
Tél. 02 23 20 42 90  
[sports-rennes.com](http://sports-rennes.com)

### GETTING INFORMATION

#### ● Information centres in Rennes

These information centres can provide you with details of Rennes' cultural, sporting, and tourist activities, as well as information about the city's clubs and societies.

**Maison internationale de Rennes (MIR)**  
(*Rennes International House*)  
7 quai Châteaubriand - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 78 22 66  
[mir-rennes.fr](http://mir-rennes.fr)

**Office de tourisme de Rennes Métropole**  
11 rue Saint-Yves - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 67 11 11  
[tourisme-rennes.com](http://tourisme-rennes.com)

**Les Champs Libres - Espace vie du citoyen**  
Journaux et télévisions du monde en libre accès  
*Newspapers and television from around the world*  
10 cours des Alliés - 35000 Rennes  
Tél. 02 23 40 67 00  
[bibliotheque.leschampslibres.fr](http://bibliotheque.leschampslibres.fr)

#### ● Principaux médias locaux ● The local media

#### TÉLÉVISION : CHAÎNES LOCALES ET RÉGIONALES

**TV Rennes 35 (TVR)** : télévision locale de Rennes et sa région

**France 3 Bretagne** : à 12h et à 19h édition régionale du journal.

**TV Breizh** : disponible sur le câble, satellite et box

#### TELEVISION: LOCAL AND REGIONAL CHANNELS

**TV Rennes 35 (TVR)**: local television featuring Rennes and the Rennes area

**France 3 Bretagne**: regional edition at 12p.m. and 7p.m

**TV Breizh**: Brittany-based cable, satellite and internet channel



#### PRESSE ÉCRITE : JOURNAUX ET MAGAZINES

**Ouest France** : quotidien régional (tarif : 1,05 €, en vente dans les maisons de presse). Actualités internationales, nationales, régionales et locales.  
[ouest-france.fr](http://ouest-france.fr)

**20minutes, CNews Matin** : quotidiens gratuits distribués dans certaines stations de métro. Actualités nationale et locale.

**Les Rennais** : bimensuel gratuit. Actualités de la ville de Rennes.  
[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)

**Rennes Métropole Magazine** : bimensuel gratuit. Actualités de l'agglomération rennaise.  
[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)

**L'agenda des sorties dans Rennes Métropole** : mensuel gratuit, publié par Ouest-France, en partenariat avec Rennes Métropole. Programme culturel de l'agglomération rennaise.

**Nous Vous Ille** : trimestriel gratuit. Actualités du département d'Ille-et-Vilaine.

**Le P'tit Rennais** : magazine d'actualités jeunes  
[leptitrennais.fr](http://leptitrennais.fr)



#### RADIO STATIONS

**Inter-university radio**  
**Radio universitaire**  
Radio Campus Rennes: 88.4

**National radio**  
**Radio Nationale**  
France Culture: 98.3  
Franceinfo: 105.5  
France Inter: 93.5  
France Musique: 89.9  
Mouv': 107.3

**Commercial radio**  
**Radio privée**  
Hit West: 99.2  
Radio Caroline: 90.8  
Chérie FM: 106.8  
Europe 1: 104.7  
Virgin Radio Rennes: 102  
Fun Radio: 94.5  
Nostalgie: 97.6  
NRJ Rennes: 103.9

**Local public radio**  
**Radio publique locale**  
France Bleu Armorique: 103.1

**Local non-profit-making radio stations**  
**Radio associative**  
Canal B: 94.0  
Radio Rennes: 100.8  
RCF Alpha: 96.3

Radio classique: 92.3  
RFM: 96.9  
RMC Info: 106.0  
RTL: 104.3  
RTL 2: 92.7  
Skyrock Bretagne: 88.9  
Rire et chansons: 89.5  
MRadio: 94.9

#### WRITTEN PRESS: NEWSPAPERS AND MAGAZINES

**Ouest-France**: regional daily newspaper (€1.05, on sale at newsagents). International, national, regional, and local news.

[ouest-france.fr](http://ouest-france.fr)

**20minutes, CNews Matin**: free daily paper distributed at certain metro stations. National and local news.

**Les Rennais**: free fortnightly magazine. Rennes City Council news.

[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)

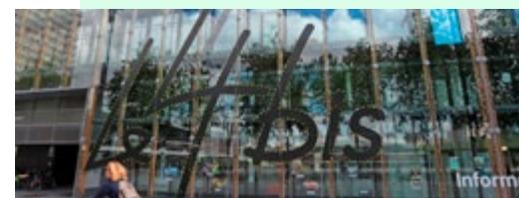
**Rennes Métropole Magazine**: free fortnightly magazine. Rennes Métropole news.

[metropole.rennes.fr](http://metropole.rennes.fr)

**L'agenda des sorties dans Rennes Métropole**: Free monthly guide to 'what's on' in the Rennes Métropole area. Published by Ouest-France in association with Rennes Métropole.

**Nous Vous Ille**: free quarterly magazine. Department of Ille-et-Vilaine news.

**Le P'tit Rennais**: youth news magazine  
[leptitrennais.fr](http://leptitrennais.fr)



© HAMON Franck



© MOLLIERE jf





### SE PERFECTIONNER EN FRANÇAIS

#### ● Les cours du CIREFE (Centre International Rennais d'Études de Français pour Étrangers)

##### ÉTUDIANTS EN PROGRAMME D'ÉCHANGE

#### Cours de soutien linguistique

Après une évaluation, les étudiants sont répartis en groupes de niveau.

Les cours s'organisent par semestre :

- > Semestre 1 : d'octobre à décembre
- > Semestre 2 : de janvier à mai

Un semestre = 4 heures/semaine pendant 11 semaines.

Un tarif préférentiel est proposé pour les doctorants et chercheurs des établissements membres du CMI Rennes.

Certains établissements financent un semestre de cours de soutien linguistique en français aux étudiants étrangers accueillis dans le cadre des programmes d'échanges. Pour les inscriptions et tarifs, renseignez-vous auprès du service des relations internationales de votre établissement d'accueil.

##### ÉTUDIANTS EN MOBILITÉ INDIVIDUELLE

#### Deux types de formations existent :

- > Cours de soutien linguistique : 4 heures / semaine pendant 11 semaines, en complément d'une formation diplômante.
- > Cours semestriel à temps complet : 15 heures / semaine pendant 11 semaines. Il s'agit d'une formation de perfectionnement en langue française, qui ne peut être suivie en même temps qu'une formation diplômante.

#### ● Autres possibilités

> **Langue et Communication**  
35 rue St Melaine - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 38 12 55  
[langueetcom.fr](http://langueetcom.fr)

> **Institut franco-américain**  
7 quai Chateaubriand - Rennes  
Tél. 02 99 79 89 22  
[ifa-rennes.org](http://ifa-rennes.org)

> **Centre d'Études des Langues (CCI Rennes)**  
Faculté des Métiers - Campus de Ker Lann  
6 Rue des Frères Montgolfier - 35172 Bruz  
Tél. 02 99 05 45 05  
[cci-formation-bretagne.fr](http://cci-formation-bretagne.fr)



### IMPROVING YOUR FRENCH

#### ● Lessons organised by the CIREFE (Rennes international centre for the study of French as a foreign language)

##### EXCHANGE PROGRAMME STUDENTS

#### Language support classes

After a preliminary assessment, students are grouped according to their level of French.

Classes are organised on a semester basis:

- > Semester 1: from October to December
- > Semester 2: from January to May

One semester = 4 hours a week for 11 weeks.

A special rate is offered for students at CMI Rennes' member establishments.

Some higher education establishments finance one semester of French language classes for foreign students who are participating in exchange programmes. For information on registration procedures and prices, contact your host establishment's international office.

##### INDIVIDUAL MOBILITY STUDENTS

#### There are two types of language courses:

- > Language support classes: 4 hours a week for 11 weeks, in addition to an academic course.
- > Full-time semester-long course: 15 hours a week for 11 weeks. These classes cannot be taken at the same time as an academic course.

#### ● Other possibilities

> **Langue et Communication**  
35 rue St Melaine - 35000 Rennes  
Tél. 02 99 38 12 55  
[langueetcom.fr](http://langueetcom.fr)

> **Institut franco-américain**  
7 quai Chateaubriand - Rennes  
Tél. 02 99 79 89 22  
[ifa-rennes.org](http://ifa-rennes.org)

> **Centre d'Études des Langues (CCI Rennes)**  
Faculté des Métiers - Campus de Ker Lann  
6 Rue des Frères Montgolfier - 35172 Bruz  
Tél. 02 99 05 45 05  
[cci-formation-bretagne.fr](http://cci-formation-bretagne.fr)



#### EN SAVOIR PLUS

#### CIREFE

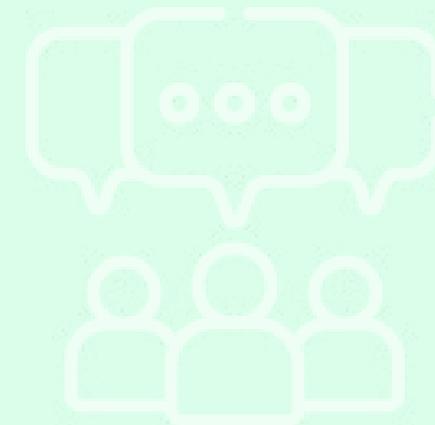
Université Rennes 2  
Campus Villejean, bâtiment D  
Place du Recteur Henri Le Moal CS 24 307  
35043 Rennes Cedex  
Tél. 02 23 22 58 20  
[cirefe-contact@univ-rennes2.fr](mailto:cirefe-contact@univ-rennes2.fr)  
[sites-formations.univ-rennes2.fr/cirefe/](http://sites-formations.univ-rennes2.fr/cirefe/)



#### FOR FURTHER INFORMATION

#### CIREFE

Université Rennes 2  
Campus Villejean, bâtiment D  
Place du Recteur Henri Le Moal CS 24 307  
35043 Rennes Cedex  
Tél. 02 23 22 58 20  
[cirefe-contact@univ-rennes2.fr](mailto:cirefe-contact@univ-rennes2.fr)  
[sites-formations.univ-rennes2.fr/cirefe/](http://sites-formations.univ-rennes2.fr/cirefe/)





### TROUVER UN JOB

#### ● Ce qu'il faut savoir avant de trouver un job

Un étudiant étranger peut exercer une activité professionnelle à temps partiel pendant la durée de ses études. Il peut se faire embaucher sur simple présentation de son visa long séjour étudiant, ou sa carte de séjour temporaire en cours de validité portant la mention "étudiant", ou sur présentation du récépissé de demande de renouvellement de celle-ci.

L'étudiant étranger a la possibilité de travailler jusqu'à 964 heures par an, soit 60 % de la durée annuelle légale du travail. Cette durée commence à la délivrance de votre carte de séjour ou la validation de votre VLS-TS.

Exception : Les étudiants algériens doivent, pour exercer une activité professionnelle, demander une Autorisation Provisoire de Travail (APT) Sur le site de l'ANEF (Administration Numérique pour les Etrangers en France). Un étudiant algérien a la possibilité de travailler jusqu'à 850 heures par an, soit 50 % de la durée annuelle légale du travail.

Attention à ne pas dépasser ce nombre d'heures, sous peine de retrait de la carte de séjour temporaire par la préfecture !

**Remarque : les doctorants qui, dans le cadre de leurs recherches, ont besoin de travailler plus de 964 heures dans l'année doivent demander une autorisation en ligne, sur la plateforme de l'ANEF.**

#### ● Démarches à effectuer par l'employeur

L'employeur qui souhaite embaucher un étudiant étranger doit faire une déclaration préalable auprès de la préfecture qui a délivré la carte de séjour temporaire que possède l'étudiant. Cette déclaration doit être adressée au moins deux jours ouvrables avant la date d'embauche.

#### ● La déclaration d'emploi

Ce qu'elle doit contenir :

- > dénomination sociale ou nom et prénoms de l'employeur, adresse de l'employeur, numéro du système d'identification du répertoire des entreprises et de leurs établissements ou, à défaut, numéro sous lequel les cotisations de sécurité sociale sont versées
- > nom de famille, prénoms, nationalité, date et lieu de naissance du salarié
- > date prévue d'embauche
- > nature, durée du contrat et nombre d'heures de travail annuel
- > numéro du titre de séjour temporaire de l'étranger
- > copie recto verso de la carte de séjour temporaire de l'étudiant

Comment l'envoyer à la préfecture ?

[pref-declaration-embauche@ille-et-vilaine.gouv.fr](mailto:pref-declaration-embauche@ille-et-vilaine.gouv.fr)

**Remarque : la déclaration vaut également demande par l'employeur de vérification auprès de la préfecture de l'existence du titre de séjour temporaire de l'étudiant étranger, afin qu'il s'assure de l'authenticité du document présenté par l'étudiant.**

#### ● Pôle Emploi

Le lendemain de la fin de votre contrat de travail, vous pouvez vous déclarer au Pôle Emploi en tant que demandeur d'emploi.

Inscription en ligne via le site du Pôle emploi [pole-emploi.fr](http://pole-emploi.fr), ou directement en agence.

Si vous avez travaillé en France avant de vous inscrire comme demandeur d'emploi, vous pourrez prétendre percevoir une allocation d'Aide au Retour à l'Emploi (ARE), laquelle est calculée au prorata des revenus que vous aviez perçus avant votre inscription.

Plus d'informations au 39 49

### FINDING A JOB

#### ● What you need to know before finding a job

Non-French students can work part-time during their studies.

**An international student may be employed upon presentation of a valid temporary *carte de séjour* (residence permit) marked 'étudiant', or else upon presentation of an acknowledgement of receipt showing they have requested to have their residence permit renewed.**

International students are allowed to work a maximum of 964 hours per year, i.e. 60% of the legal number of hours that can be worked in a year. This period starts when your residence permit is issued or when your VLS-TS visa is validated.

**Be careful not to exceed this number of hours, otherwise the temporary residency permit could well be invalidated by the prefecture!**

**N.B. PhD students who have to work for more than 964 hours over the year as part of their research work must request authorisation online (on the ANEF website).**

#### ● Procedures to be followed by the employer

Any employer who wishes to employ a non-French student must first declare this to the prefecture that issued the student's temporary residence permit. This declaration must be sent at least 2 working days before the student starts work.

#### RESSOURCES :

 **Guide : trouver un job** édité par le CRIJ Bretagne  
[Visualiser le guide en français](#)

 **Guide book: How to find a job**  
[Read the english guide book here](#)



#### ● The employer's declaration

This must contain :

- > the employer's corporate name or their family name and first names, their address, the business registry system identification number, or, failing that, the number under which social security contributions are paid
- > the employee's family name, first names, nationality, and date and place of birth
- > the job start date
- > the nature and length of the contract, and the annual number of hours of work
- > the non-French student's temporary residence permit number
- > **a copy of both sides of the student's temporary residence permit**

How to send the declaration to the prefecture

[pref-declaration-embauche@ille-et-vilaine.gouv.fr](mailto:pref-declaration-embauche@ille-et-vilaine.gouv.fr)

**N.B. The declaration also formally constitutes a request by the employer to the prefecture to check that the non-French student's temporary residence permit really does exist. This is so that the employer can make sure that the document presented to them by the student is genuine.**

#### ● Pôle Emploi job centre

The day after the end of your employment contract you can register as a jobseeker at the Pôle Emploi.

You can register online on the Pôle Emploi website [pole-emploi.fr](http://pole-emploi.fr), or go to the office in person.

If you worked in France before registering, you will be able to apply to receive Aide au Retour à l'Emploi (ARE) benefit, which is calculated in proportion to the income you received before your registration.

For further information, call the 39 49 (French only)





### ● Entrée dans la vie active

#### CAS DES RESSORTISSANTS EUROPÉENS

À la fin de vos études, vous pouvez prolonger votre séjour sur le territoire français afin de rechercher un emploi.

En tant que citoyen européen, vous pouvez vous inscrire au Pôle Emploi et avoir accès à un certain nombre de services. L'inscription au Pôle Emploi ne vous ouvre pas automatiquement le droit de percevoir des allocations chômage. En effet, pour prétendre aux allocations d'Aide au Retour à l'Emploi du Pôle Emploi, vous devez avoir été salarié en France auparavant et avoir cotisé chaque mois sur votre salaire à l'Assurance chômage. Si c'est le cas, alors pensez à vous inscrire au Pôle Emploi en vous déclarant en tant que « Demandeur d'emploi » en ligne.

#### CAS DES RESSORTISSANTS NON-EUROPEENS

En fonction de la mention figurant sur votre Titre de séjour, vous pouvez prolonger votre séjour afin de rechercher un emploi en France à la fin de votre cycle d'études.

#### > L'Autorisation Provisoire de Séjour (APS) Fin d'Études ou carte de séjour RECE

Cette procédure est offerte aux titulaires d'un Titre de séjour mention Etudiant qui justifient de l'obtention des diplômes suivants : Licence Pro, Master et équivalent (exemple cycle Ingénieur), Mastère, Doctorat. Elle permet d'obtenir un droit au séjour, généralement d'une durée d'un an non renouvelable (durée et conditions pouvant varier selon le pays d'origine), afin de rechercher un emploi en France dans son secteur d'études. La délivrance de la carte RECE coûte 75€, l'APS est gratuite.

Le jeune diplômé doit toutefois trouver un emploi avec une rémunération égale au moins à 1,5 fois le SMIC et dans un domaine en lien avec son diplôme. Il lui faut alors faire une demande de changement de statut vers "salarié" (en Préfecture). Remarque : la situation de l'emploi n'est pas opposable à l'employeur.

**Attention : il n'est pas possible de reprendre des études après ce type d'APS/carte RECE, qui permet seulement de chercher à s'insérer sur le marché de l'emploi. Il existe cependant une exception : les personnes titulaires d'un Master peuvent s'inscrire en doctorat après une APS/RECE, à condition qu'elles soient titulaires d'un contrat de travail - hors convention CIFRE- en lien avec leur sujet de thèse (contrat doctoral, contrat ATER).**

La demande d'APS/RECE doit être faite en Préfecture, en justifiant d'un titre de séjour en cours de validité.

**Attention : il faut prendre rendez-vous en ligne sur le site de la Préfecture d'Ille-et-Vilaine 3 à 4 mois avant la date de fin de validité du titre de séjour.**

Les doctorants et étudiants diplômés d'un établissement membre peuvent faire leur demande d'APS ou RECE au CMI Rennes. N'hésitez pas à contacter le CMI pour plus d'informations.

#### > Procédure fin de CDD

Cette procédure est offerte aux doctorants et chercheurs sous statut Passeport Talent Chercheur et leur offre la possibilité de renouveler leur titre de séjour à la fin de leur contrat de travail au motif qu'ils sont « involontairement privés d'emploi » (article R 313-11 CESEDA). Dans ce cadre, ils pourront obtenir de plein droit un Titre de séjour « Passeport Talent Chercheur » d'un an, renouvelable en fonction de la durée des droits acquis au titre de l'assurance chômage (Allocations Retour à l'Emploi) afin de rechercher un nouvel emploi en France.

De ce fait, si le chercheur trouve un poste dans un organisme habilité à délivrer une convention d'accueil, il sera embauchable immédiatement, sous couvert de fournir ladite convention. En revanche, s'il est employé par un organisme non habilité à délivrer une convention d'accueil, il devra faire une demande de changement de statut vers "salarié", en fournissant une Autorisation de Travail à demander sur l'ANEF.

**Remarque : si vous vous trouvez dans cette situation, vous pouvez effectuer votre demande de renouvellement de titre de séjour au CMI Rennes.**

Prendre contact avec le CMI Rennes deux mois avant la date d'expiration de votre titre de séjour pour plus d'informations.

### ● Starting your working life

#### EUROPEAN UNION CITIZENS

At the end of your studies you can stay on longer in France in order to look for a job.

As a European Union citizen you can register at the Pôle Emploi (job centre) and have access to a number of services. Registration at the Pôle Emploi does not automatically give you the right to receive unemployment benefit.

You must have been a salaried employee in France beforehand and thus to have paid your unemployment insurance contributions from your salary every month.

If this is the case, then consider registering online with the Pôle Emploi by declaring yourself as a "job seeker" (demandeur d'emploi) to claim the Aide au Retour à l'Emploi benefit (ARE – back-to-work benefit).

#### NON-EUROPEAN UNION CITIZENS

Depending on the mention on your residence permit, you can extend your stay to look for a job in France at the end of your studies.

#### > Autorisation Provisoire de Séjour (APS) Fin d'Études (end of studies temporary residence permit) or RECE card

This procedure is applicable to holders of an 'Étudiant' residence permit who can provide proof of having been awarded the following degrees: professional undergraduate degree, master's degree and equivalent, e.g. *Cycle Ingénieur, Mastère Spécialisé* (only awarded by the *grandes écoles*), or doctorate.

This enables a 1-year right of residence to be authorised. In principle this is non-renewable (the period and conditions can vary according to the student's home country), and gives the student the right to look for a job within their area of study in France. The issuing of the RECE card costs 75€, the APS is free.

The young graduate must find a job where the pay is equal to at least 1.5 times the SMIC (national minimum wage) and in a field related to their degree.

A change of status to that of 'salarié' (employee) must then be applied for. This is done at the prefecture.

**N.B. Please note: after this type of APS/RECE, there is no possibility of resuming studies, as it only allows students to seek employment. However, there is an exception: people with a Master's degree can enroll in a PhD program after an APS/RECE, provided that they have a work contract - except for the CIFRE agreement - related to their thesis subject (doctoral contract, ATER contract).**

The APS/RECE application must be made at the Préfecture, with proof of a valid residence permit.

**N.B. You must apply for the APS/RECE 3 to 4 months before the expiry date of your residence permit. The CMI Rennes can help you to do so.**

#### > End of CDD (fixed-term contract) procedure

This procedure is available to PhD students and researchers with the status of *Passeport Talent Chercheur*, and enables them to renew their residence permit at the end of their employment contract on the grounds that they are "involuntarily deprived of work" (article R313-11 CESEDA).

Consequently, if the researcher finds a job in an institution authorised to issue *conventions d'accueil* (hosting agreements), they can be employed straightaway as long as they get a *convention d'accueil*. On the other hand, if they are employed by an institution that is not authorised to issue a hosting agreement, they will have to apply for a change of status to 'salarié' by providing an *autorisation de travail* (work permit) for which you have to apply on the ANEF platform.

**N.B. If you find yourself in this situation, you can make your residence permit renewal application at the CMI Rennes.**

Please contact the CMI Rennes two months before the expiry date of your residence permit for further information.





### SEPTEMBRE - SEPTEMBER

**Journées du patrimoine** : ouverture exceptionnelle et gratuite de monuments historiques | *Heritage day: numerous historic sites and buildings are open to the public for free.*

**Classic Hour** : Concert classique gratuit par l'Orchestre National de Bretagne | *Free Classical Concert offered by the Orchestre National de Bretagne.*

**I'm from Rennes** : festival de rentrée de la scène musicale rennaise / *back-to-school festival of the local musical.*

### DÉCEMBRE/JANVIER

**25 décembre** : Noël (jour férié)

**1er Janvier** : jour de l'an (jour férié)

**Les Transmusicales** : célèbre festival de découverte des musiques actuelles / *Famous festival which focuses on the discovery of today's new music*

**Les rockeurs on du coeur (à Nantes)** : concert de rock basé sur le principe "1 jouet neuf = 1 entrée" / *A rock concert where the admission is free as long as you donate a new toy for child in need.*

### MAI/JUIN - MAY/JUNE

**1er mai** : fête du travail (jour férié)

**8 mai** : Victoire 1945 (jour férié)

**Ascension** : (jour férié - date variable)

**Rock'n Solex** : festival de musique et courses de solex, organisé par les étudiants de l'INSA / *music festival and moped races, hosted by INSA students.*

**La nuit des musées** : festival européen pour découvrir les musées de nuit / *European festival: enjoy museums tour by night.*

**Stunfest** : festival de jeu vidéo / *video game festival*

**Rennes sur roulettes** : journée consacrée aux sports de glisse urbaine (roller, trottinette & skate) / *day dedicated to urban sliding sports*

**Opéra sur écran** : diffusion gratuite d'un opéra sur écran géant en extérieur, place de la mairie / *broadcasting of an opera on a giant outdoor screen.*

**Fête de la musique** : le 21 juin, partout dans la ville, écoutez les groupes de musiques locaux / *on June 21, all over the city, enjoy local music bands.*

### OCTOBRE - OCTOBER

**Marmaille** : festival jeune public avec danse, théâtre / *children's festival with dances, puppets, miming...*

**Tout Rennes court** : journée de course à pieds dans les rues de Rennes / *Running fest.*

**Court métrage** : festival international du court métrage insolite / *International festival of strange short films.*

**Fête de la science** : festival national autour des sciences / *National celebration of science in all its forms.*



### FÉVRIER - FEBRUARY

**Travelling** : festival de cinéma avec compétition de courts et longs métrages, et Travelling junior pour le jeune public / *film festival with competitions for feature-length and short films, as well as travelling junior for children.*

**Waterproof** : festival de danse / *Dance festival*

### JUILLET/AOÛT - JULY/AUGUST

**14 juillet** : fête nationale (jour férié)

**15 août** : Assomption (jour férié)

**Fête du cinéma** : 3 jours de cinéma à tarif réduit / *3 days to enjoy reduced-price cinema tickets*

**Quartiers d'été** : festival des jeunes de Rennes Métropole (concerts, jeux, animations) / *Rennes Metropole's youth festival (concerts, films, games).*

**Transat en ville** : farniente place de la mairie, animations et concerts / *farniente & concerts in town.*

**Exporama** : art contemporain / *modern art festival.*

**Les tombées de la nuit** : festival hybride et surprenant / *hybrid and innovative festival.*

### CONGÉS UNIVERSITAIRES

Chaque établissement détermine son calendrier et ses dates de congés. Pour connaître les dates exactes de votre calendrier académique, renseignez-vous directement auprès de votre établissement.



### UNIVERSITY VACATIONS

Each establishment determines its own vacations. For information on the exact dates of your academic calendar, consult your host establishment.

### L'Agenda Culturel du CMI Rennes :

Toute l'année, le CMI propose des excursions, spectacles et visites à petit prix. Voir les informations page suivante.

### CMI Rennes Cultural Agenda :

All year long, the CMI offers affordable day trips, shows and tours. See information on the next page.



© MIGNOT Julien



© GUIZARD Laurent

### NOVEMBRE - NOVEMBER

**1er novembre** : Toussaint (jour férié)

**11 novembre** : Armistice (jour férié)

**Yaouank** : festival autour de la culture bretonne / *festival about Breton culture*

**Jazz à l'Ouest** : festival de Jazz avec une programmation européenne et américaine / *Jazz festival with both an European and American programme*

### MARS/AVRIL - MARCH/APRIL

**Lundi de pâques** : (jour férié - date variable)

**Foire internationale de Rennes** : grande foire d'exposants mettant chaque année un pays à l'honneur / *a large fair of exhibitors highlighting a particular country each year.*

**Mythes** : festival des arts de la parole / *festival of the speaking arts.*

**Les tables du Rhau** : salon gastronomique / *food and wine fair.*





- Principaux lieux de spectacle
- Main entertainment venues

**Le Liberté**  
Esplanade Général de Gaulle  
Tél. 02 99 85 84 84  
[leliberte.fr](http://leliberte.fr)

**L'UBU**  
1 rue Saint Héliér  
Tél. 02 99 31 12 10  
[ubu-rennes.com](http://ubu-rennes.com)

**Le Musikhall**  
Parc Expo Rennes Aéroport-Bruz  
Tél. 02 99 85 84 84  
[leliberte.fr](http://leliberte.fr)

**L'Antipode MJC**  
2 rue André Trasbot  
Tél. 02 99 67 32 12  
[antipode-rennes.fr](http://antipode-rennes.fr)

**Théâtre National de Bretagne (TNB)**  
1 rue Saint Héliér - Rennes  
Tél. 02 99 31 12 31  
[t-n-b.fr](http://t-n-b.fr)

**Théâtre du Vieux Saint-Etienne**  
14 rue d'Echange - Rennes  
Tél. 02 23 62 18 48  
[ay-roop.com](http://ay-roop.com)

**La Paillette MJC**  
6 Rue Louis Guilloux - Rennes  
Tél. 02 99 59 88 86  
[la-paillette.net](http://la-paillette.net)

**Opéra de Rennes**  
Place de la Mairie - Rennes  
Tél. 02 23 62 28 28  
[opera-rennes.com](http://opera-rennes.com)

**Le Triangle**  
bd de Yougoslavie - Rennes  
Tél. 02 99 22 27 27  
[letriangle.org](http://letriangle.org)

**Le MeM**  
La Piverdière Ste Foix - Rennes  
Tél. 02 99 30 70 70  
[lemem.fr](http://lemem.fr)

**Le Diapason - Université de Rennes 1**  
Campus de Beaulieu - Rennes  
Tél. 02 23 23 55 68  
[diapason.univ-rennes.fr](http://diapason.univ-rennes.fr)

**Le Tambour - Université Rennes 2**  
Place du Recteur Henri Le Moal - Rennes  
Tél. 02 99 14 11 47  
[culture-service.univ-rennes2.fr](http://culture-service.univ-rennes2.fr)

### CONSEIL / ADVICE

Vous pouvez acheter vos tickets concert à la FNAC (centre Colombia), en supermarchés (E.Leclerc, Carrefour...).

*You can buy your concert tickets at FNAC (Centre Colombia) or at supermarkets, e.g. E.Leclerc and Carrefour.*

- Salles d'Art et essai
- Art-house cinemas

(films diffusés en version originale)  
(films screened in the original language)

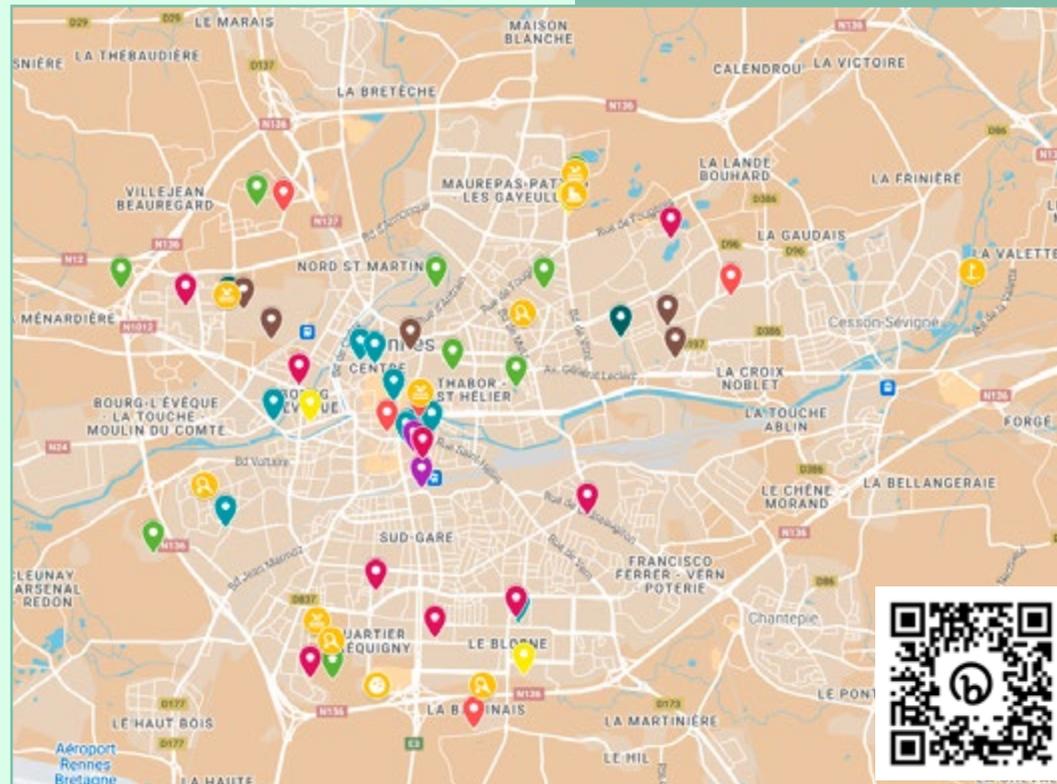
**Arvor**  
11 rue de Chatillon - Rennes  
Tél. 02 99 38 78 04  
[cinema-arvor.fr](http://cinema-arvor.fr)

**Ciné-TNB**  
1 rue Saint-Héliér - Rennes  
Tél. 02 99 31 12 31  
[t-n-b.fr](http://t-n-b.fr)

Consultez la Carte Google Maps interactive du CMI pour retrouver toutes les adresses des lieux de loisir figurant dans ce guide.

Check out the CMI's interactive Google Maps to find all the addresses of the recreation venues listed in this guide.

[bit.ly/map-cmi](http://bit.ly/map-cmi)



- Agenda Culturel du CMI Rennes

Le CMI propose en partenariat avec le Théâtre National de Bretagne, l'Opéra de Rennes, l'Orchestre National de Bretagne, Les Champs Libres et l'Office de tourisme de Rennes, une sélection de spectacles, théâtre, concerts, visites et excursions à tarif préférentiel.

Vente des contremarques dans les locaux du CMI Rennes, à la Cité Internationale Paul Ricoeur (sur présentation de la carte d'étudiant).

> Spectacles : 7 €

> Excursions : 10 €



- The CMI Rennes' cultural diary

In partnership with the TNB (Théâtre National de Bretagne), the Opéra de Rennes, the Orchestre National de Bretagne, Les Champs Libres and the Rennes' tourist office, the CMI Rennes offers a selection theatre, concert, and opera events, as well as guided tours and day trips - all at special rates.

Vouchers can be bought at the CMI Rennes office in the Cité Internationale Paul Ricoeur. A valid student card must be shown at the time of purchase.

> Cultural events: 7 €

> Day trips: 10 €

**CMI Rennes**  
Cité Internationale Paul Ricoeur  
1 place Paul Ricoeur  
[cmi@univ-rennes.fr](mailto:cmi@univ-rennes.fr)

Programme sur le site du CMI Rennes :  
Programme available on the CMI Rennes website:

[CMI.UNIV-RENNES.FR](http://CMI.UNIV-RENNES.FR)

Il existe beaucoup d'autres lieux de spectacle à Rennes, dans les quartiers, et dans les communes environnantes.

*There are many other live entertainment venues in Rennes, both in the various parts of the city and in the surrounding towns and villages.*





### Musées / Museums

**Musée des beaux-arts**  
20 quai Emile Zola - Rennes  
Tél. 02 23 62 17 45  
[mba.rennes.fr](http://mba.rennes.fr)

**La Criée, centre d'art contemporain**  
Place Honoré Commeurec - Rennes  
Tél. 02 23 62 25 10  
[la-criee.org](http://la-criee.org)

**Ecomusée du pays de Rennes, Ferme de la Bintinais**  
Route de Châtillon-sur-Seiche  
Tél. 02 99 51 38 15  
[ecomusee-rennes-metropole.fr](http://ecomusee-rennes-metropole.fr)

**Espace Ferrié - Musée des transmissions**  
6 av de la Boulais - Cesson Sévigné  
Tél. 02 99 84 32 87  
[espaceferrie.fr](http://espaceferrie.fr)

**Musée de Bretagne**  
10 cours des Alliés - Rennes  
Tél. 02 23 40 66 00  
[musee-bretagne.fr](http://musee-bretagne.fr)

**FRAC Bretagne**  
19 Avenue André Mussat - Rennes  
Tél. 02 99 37 37 93  
[fracbretagne.fr](http://fracbretagne.fr)

### Cinémas

**Pathé**  
Esplanade Charles de Gaulle - Rennes  
Tél. 0 892 69 66 96

**Cinéma Arvor**  
11 Rue de Châtillon - Rennes  
Tél. 02 99 38 78 04

**Complexe de cinéma Méga CGR**  
Cap Malo - Zone de Millet - La Mézière  
Tél. 0 892 68 85 88

**Cinéville Vern-sur-Seiche**  
ZAC du Val d'Orson - Vern-sur-Seiche  
Tél. 02 99 78 81 70

**Cinéville Bruz**  
15 Avenue de Cézembre - Bruz  
Tél. 02 99 03 59 10

### Principaux parcs et jardins publics

#### Main parks and public gardens

**Base de plein air et de loisirs de la Préalaye**  
*Préalaye recreation area*  
route de Sainte Foix (Cleunay)

**Beauregard**  
angle rue Fernand Robert et avenue du Bois Labbé

**Bréquigny**  
rue d'Angleterre

**Gayeulles**  
avenue des Gayeulles

**Maurepas**  
15 boulevard Paul Painlevé

**Oberthür**  
82 rue de Paris

**Thabor**  
place Saint Melaine

**Villejean**



© HAMON Franck

Consultez la Carte Google Maps interactive du CMI pour retrouver toutes les adresses des lieux de loisir figurant dans ce guide.

Check out the CMI's interactive Google Maps to find all the addresses of the recreation venues listed in this guide.

[bit.ly/map-cmi](http://bit.ly/map-cmi)



### Bibliothèques

Rennes dispose de 14 bibliothèques municipales. La lecture, l'emprunt et la consultation de documents et l'accès à Internet sur place sont gratuits. Les bibliothèques de Rennes Métropole fonctionnent en réseau ; l'inscription dans une bibliothèque vous donne accès à l'ensemble des bibliothèques rennaises. Il est conseillé de faire cette inscription à la Bibliothèque centrale des Champs Libres.

#### Bibliothèque centrale : Les Champs Libres

10 cours des Alliés - Rennes  
Tél. 02 23 40 66 00

Cet espace culturel regroupe également le musée de Bretagne, l'espace des sciences, le planétarium et le laboratoire de merlin.

[leschampslibres.fr](http://leschampslibres.fr)

**Bibliothèques de quartier :** Maurepas, La Bellangerais, Bourg-l'Evesque, Villejean, Nord-Saint-Martin, Cleunay, Champs-Manceaux, Clôteaux-Bréquigny, Carrefour 18, Bréquigny, Landry, Triangle, Longs-Champs

Les bibliothèques universitaires possèdent des ouvrages spécifiques à vos études. Elles sont situées sur les campus universitaires.

### Public libraries

Rennes has 14 public libraries. Reading, borrowing, the consultation of documents, and internet access are all free. Rennes Métropole's libraries operate as a network. Registration in a local branch library gives you access to all of Rennes' libraries. It is recommended that you register at the Champs Libres Central Library.

#### Central Library: Les Champs Libres

Cours des Alliés - Rennes  
Tel. 02 23 40 66 00

This cultural space also gathers the Museum of Brittany, the Espace des Sciences, the Planetarium and the Merlin Laboratory (for kids).

[leschampslibres.fr](http://leschampslibres.fr)

**Branch libraries:** Maurepas, La Bellangerais, Bourg-l'Evesque, Villejean, Nord-Saint-Martin, Cleunay, Champs-Manceaux, Clôteaux-Bréquigny, Carrefour 18, Bréquigny, Landry, Triangle, Longs-Champs.

The university libraries on the various university campuses have documents and materials which are particularly useful for your studies.



© HAMON Franck





### FAIRE DU SPORT

#### ● Le Service Interuniversitaire d'Activités Physiques et Sportives (SIUAPS)

> Si vous êtes étudiant à l'Université de Rennes ou Université Rennes 2, le SIUAPS vous propose la pratique d'activités physiques et sportives. Il vous offre notamment la possibilité de choisir "à la carte" des activités variées et adaptées à vos demandes, de valider votre pratique sportive dans le cadre de votre cursus et de participer à des compétitions sportives universitaires. Plus d'informations sur [siuaps.univ-rennes.fr](http://siuaps.univ-rennes.fr)

> Si vous êtes étudiant dans une école, des activités sportives ont aussi été proposées. Renseignez-vous auprès de l'association sportive de votre école.

**Note :** pour la pratique de toute activité physique et sportive, il vous faut un "certificat médical d'aptitude à la pratique sportive". Il vous sera délivré lors d'une visite médicale en France.

#### ● Principaux équipements sportifs

**Parcours sportifs :** les Circuits Rustiques d'Activités de Plein Air (CRAPA) : Paul Lafargue, Aire de loisirs du Moulin du Comte, parcs des Gayeulles et de Villejean

**Piscines municipales :** Bréquigny, Saint-Georges, Gayeulles, Villejean

**Tennis municipaux :** Gayeulles, Roger-Salengro, Bréquigny, Cleunay-Lesseps, Courtemanche

**Squashs municipaux :** Gayeulles

**Patinoire :** "le Blizz", parc des Gayeulles

**Terrains de golf :** Saint-Jacques-de-la-Lande et La Mézière

**Base nautique :** étangs d'Apigné

#### Pour en savoir plus :

Sur les activités sportives proposées par les clubs et associations de Rennes, s'adresser à :

**Office des Sports**  
24 Boulevard de Verdun - Rennes  
Tél. 02 23 20 42 90  
[secretariat@sports-rennes.com](mailto:secretariat@sports-rennes.com)  
[sports-rennes.com](http://sports-rennes.com)



#### ● Où aller voir un match ?

#### ● Where to go to see a match

> **Football**  
Stade Rennais - Roazhon Park  
[staderennais.com](http://staderennais.com)

> **Volleyball**  
REC Volley - Salle Colette Besson  
[recvolley.bzh](http://recvolley.bzh)

> **Handball**  
Cesson Rennes Métropole Handball  
Glaz Arena - Cesson Sévigné  
[cesson-handball.com](http://cesson-handball.com)

> **Basketball**  
Union Rennes Basket 35 - Salle Colette Besson  
[planete-urb.com](http://planete-urb.com)

> **Hockey sur glace / Ice hockey**  
Rennes Cormorans Hockey Club - Le Blizz  
[lescormorans.eu](http://lescormorans.eu)

> **Baseball & Softball**  
Redwings Club - Parc des Gayeulles  
[redwings-rennes.fr](http://redwings-rennes.fr)



© JOUBARD Nicolas

### PLAYING SPORT

#### ● Inter-University Physical and Sporting Activities Service(SIUAPS)

> If you are a student at the universities of Rennes 1 or Rennes 2, SIUAPS offers you training in various physical and sporting activities. Above all, it gives you the opportunity to choose those activities which are best suited to your requirements. It also shows that you have participated in sporting activities during your degree course, and gives you the chance to participate in university sporting competitions. More information can be found on [siuaps.univ-rennes.fr](http://siuaps.univ-rennes.fr).

> If you are a student at a *grande école*, sporting activities will be available. Ask your *grande école's* sports association for information.

**N.B.** No matter what kind of sport you want to play, you need to have a *certificat médical d'aptitude* à la pratique sportive (medical certificate confirming your fitness to play sport). This will be issued to you during a medical visit in France.



© HAMON Franck



© ROMAGNY Gary

#### ● Main council-run sporting facilities

**Outdoor fitness circuits** (Circuits Rustiques d'Activités de Plein Air - CRAPA): Paul Lafargue, Le Moulin du Comte recreation area, Les Gayeulles and Villejean parks.

**Swimming pools:** Bréquigny, Saint-Georges, Les Gayeulles, Villejean

**Tennis courts:** Les Gayeulles, Roger-Salengro, Bréquigny, Cleunay-Lesseps, Courtemanche

**Squash courts:** Les Gayeulles

**Ice skating rink:** Le Blizz, Parc des Gayeulles

**Golf courses:** Saint-Jacques-de-la-Lande and La Mézière

**Water-sports centre:** Étangs d'Apigné

#### For further information

on sporting activities organised by Rennes' sports clubs and associations, contact:

**Office des Sports**  
24 Boulevard de Verdun - Rennes  
Tel. 02 23 20 42 90  
[secretariat@sports-rennes.com](mailto:secretariat@sports-rennes.com)  
[sports-rennes.com](http://sports-rennes.com)





## DÉCOUVRIR RENNES, LA BRETAGNE, PARIS

Envie de prendre l'air ? Rennes est idéalement située pour découvrir la région et la capitale, Paris. Voici quelques idées de voyage :

### ● Partir une journée

#### Le Mont-Saint-Michel :

Site classé "Patrimoine Mondial Culturel de l'Humanité" par l'UNESCO  
A voir : l'abbaye, la ville, la baie...  
Trajet : 90 km, 1h20 (par autocar)  
Par autocar : [keolis-armor.com](http://keolis-armor.com)  
Tél. 02 99 26 16 03  
Départ gare routière de Rennes  
[ot-montsaintmichel.com](http://ot-montsaintmichel.com)

#### Saint-Malo :

Cité corsaire au bord de la mer  
A voir : Intra Muros (ville, remparts),  
plage du Sillon, aquarium...  
Trajet : 70 km, 50 mn (par TGV et TER)  
En TER (BreizhGo) : [ter.sncf.com/bretagne](http://ter.sncf.com/bretagne)  
Office de Tourisme :  
[saint-malo-tourisme.com](http://saint-malo-tourisme.com)

#### Brocéliande :

Forêt de légendes, dans laquelle l'enchanteur Merlin, la fée Viviane, les Chevaliers de la Table Ronde et le roi Arthur ont laissé leurs traces...  
A voir : le Val sans Retour (l'étang du Miroir-aux-Fées, le siège de Merlin, le moulin de la Vallée et l'arbre d'Or), le tombeau de Merlin...  
Office de Tourisme de Tréhourentec :  
[tourisme-broceliande.bzh](http://tourisme-broceliande.bzh)

#### Autres idées :

Combours, Dinan, Vitré, Fougères, Dinard...  
Comité Départemental du Tourisme Haute-Bretagne Ille-et-Vilaine :  
[tourismebretagne.com](http://tourismebretagne.com)

#### En savoir plus :

Les services de car et de TER de la SNCF vous permettent d'accéder à l'ensemble de ces destinations.  
Renseignements :  
[mobibreizh.bzh](http://mobibreizh.bzh)

### ● Partir un week-end ou quelques jours



© VALIENNE Jean-Charles

#### Découverte de la Bretagne :

Pour vous donner quelques idées de circuits, le site Internet [tourismebretagne.com](http://tourismebretagne.com) vous propose des "escapades, courts séjours".

Des exemples de circuits vous sont proposés. Vos voyages sur la Côte d'Émeraude, la Côte Sauvage, la Côte de Granit Rose, la Côte des Légendes vous feront découvrir la magie de votre région d'accueil.

#### Paris :

Découvrez les charmes de la capitale de la France.  
A voir : monuments historiques (Tour Eiffel, Champs Élysées...), musées (Louvre, Georges Pompidou...), promenades au bord de la Seine...  
Trajet : 350 km, 1h26 (par TGV)  
[sncf-connect.com](http://sncf-connect.com)  
Office de tourisme de Paris : [parisinfo.com](http://parisinfo.com)

Le CMI vous propose une sortie, un samedi par mois, pour vous faire découvrir la Bretagne.

Tarif de la journée : à partir de 10€.  
Réservation dans les locaux du CMI Rennes (sur présentation de la carte d'étudiant).

**CMI Rennes**  
Cité Internationale Paul Ricoeur  
[cmi@univ-rennes.fr](mailto:cmi@univ-rennes.fr)  
Tél. 02 23 23 75 75  
Programme sur le site du CMI :  
[cmi.univ-rennes.fr](http://cmi.univ-rennes.fr)  
(rubrique Agenda Culturel)



## DISCOVERING RENNES, BRITTANY, AND PARIS



Do you want to get out and about? Rennes is ideally located for discovering Brittany and France's capital, Paris. Here are a few ideas for some trips.

### ● A day trip

#### Mont-Saint-Michel

A UNESCO World Heritage Site.  
To see: the abbey, the town, and the bay  
Journey: 90 km - 1 hr 20 min. (by coach)  
[keolis-armor.com](http://keolis-armor.com)  
Tel. 02 99 26 16 03 - Leave from Rennes coach station (gare routière)  
Tourist Office: [ot-montsaintmichel.com](http://ot-montsaintmichel.com)

#### Saint-Malo

The corsair town beside the sea.  
To see: Saint-Malo Intra Muros (old town within the ramparts), the beaches, and the aquarium.  
Journey: 70 km - 50 min. (by TGV high-speed train or local TER train) : [ter.sncf.com/bretagne](http://ter.sncf.com/bretagne)  
Tourist Office:  
[saint-malo-tourisme.com](http://saint-malo-tourisme.com)

#### Brocéliande

The forest of legends, in which Merlin the magician, Viviane the fairy, the Knights of the Round Table, and King Arthur have all left their traces.  
To see: the Val sans Retour (valley of no-return), with the Étang du Miroir-aux-Fées (fairies' mirror pool), the Siège de Merlin (Merlin's seat), the Moulin de la Vallée (mill of the valley), the Arbre d'Or (golden tree)...  
Tourist Office: [tourisme-broceliande.bzh](http://tourisme-broceliande.bzh)

#### Other ideas

Combours, Dinan, Vitré, Fougères, Dinard - to name but a few. See [tourismebretagne.com](http://tourismebretagne.com) for more ideas and [mobibreizh.bzh](http://mobibreizh.bzh) to book your coach & train tickets.

### ● Getting away for a weekend or a few days

#### Discovering Brittany

To give you some ideas for trips and short stays, consult the [tourismebretagne.com](http://tourismebretagne.com) website.  
Suggested trips around the Côte d'Émeraude (Emerald Coast), the Côte Sauvage (Wild Coast), the Côte de Granit Rose (Pink Granite Coast), and the Côte des Légendes (Coast of Legends) will help you to discover the magic of your host region.

#### Paris

Discover the attractions of the capital of France.  
To see: historical monuments, e.g. the Eiffel Tower and the Champs Élysées, museums, e.g. the Louvre, and the Georges Pompidou, walks on the banks of the Seine.  
Travel to Paris by train: 350 km - 1 hr 26 min. (by TGV high speed train) [sncf-connect.com](http://sncf-connect.com)  
Paris Tourist Office: [parisinfo.com](http://parisinfo.com).

One Saturday a month, the CMI Rennes organises an outing to help you to discover Brittany.  
Each full-day excursion costs from €10, and can be booked at the CMI Rennes office (on presentation of a student card).

**CMI Rennes**  
Cité Internationale Paul Ricoeur  
[cmi@univ-rennes.fr](mailto:cmi@univ-rennes.fr)  
Tel. 02 23 23 75 75

The excursion programme can be found on the CMI Rennes website:  
[cmi.univ-rennes.fr](http://cmi.univ-rennes.fr)  
(Heading: foreign student / events and visits)

