

Vous planifiez faire un stage à l'étranger ?



Fédération des Associations
Étudiantes en Médecine du Québec

Le document suivant se veut être une référence pour toute personne intéressée à effectuer un stage à l'étranger. Nous y donnons des conseils concernant la recherche d'un stage mais aussi la préparation au voyage, une fois le stage trouvé.



Trouver un stage

Quand chercher?

Trouver un stage est un processus qui ne doit pas être sous-estimé. Il peut en effet se dérouler très simplement et rapidement, mais peut également, souvent, être un processus ardu et lent, un chemin rempli d'embûches... Premier conseil: s'y prendre le plus tôt possible, d'autant plus que les ONGs imposent parfois une date limite d'application, qui se situe souvent autour des mois d'octobre-novembre.

Questions à se poser pour mieux orienter ses recherches!

- Ai-je envie d'effectuer du travail plutôt social, de terrain (construction d'écoles, de cliniques, aide aux champs) ou médical (recherche, observation, prévention ou clinique)?
- Est-ce que je préfère travailler en milieu rural ou urbain?
- Est-ce que je veux me greffer à des projets déjà existants ou monter mon propre projet?
- Ai-je envie de partir seul, à deux ou en groupe?

Comment chercher, où chercher?

Il existe de nombreuses sources de contacts et d'information. Reste à déterminer lesquelles répondent à vos intérêts.

- Il existe **des banques de stages**:
 - La banque de stages internationaux de la **FAEMQ** est disponible en format papier dans les universités ou en format informatique au site www.faemq.qc.ca
 - Des organismes étudiants possèdent également des recueils de contacts: ex. les rapports de stages des membres du CASI à l'Université de Montréal.

- Un recueil de stages regroupant des projets d'étudiants des 4 facultés de médecine québécoises est disponible à l'adresse: <http://cpi.apinc.org/>
- Le site du «Medical Students International Network» offre une liste de contacts par continent, par pays. Le reste du site peut aussi être intéressant à explorer.

www.medsin.org/international/exchange.htm

- La Fédération Internationale des Associations Étudiantes en Médecine, la **IFMSA** propose différents projets que vous pourrez explorer à votre guise sur leur site www.ifmsa.org.
- Quelques petites idées, pistes:
 - Les **associations religieuses**
 - Les **ambassades canadiennes** dans les pays qui vous intéressent
 - Les **facultés de médecine locales**
 - **L'internet** est une source abondante d'informations et d'idées si vous avez le courage de l'explorer.

Comment financer?

Se référer au guide de financement de la FAEMQ. Vos OLPs sauront de quoi il s'agit. Vous pourrez bientôt avoir accès à ce guide à l'adresse: <http://cpi.apinc.org/>

Envoi de matériel

Si vous réalisez un stage dans un pays en développement, il pourrait être bien vu et utile d'apporter avec vous du matériel à offrir en donation locale.

- Quelques idées: livres médicaux, équipements médicaux, brosses à dents, ballons, crayons de couleur, jouets pour les enfants, vêtements et condoms. L'idée d'apporter des médicaments est tentante, mais peut s'avérer une mauvaise idée: en effet, les personnes à qui ils sont destinés peuvent ne pas savoir s'en servir. Aussi, il y a des risques d'abus, d'utilisation pour la revente, etc. En gros,



certains dons pourraient faire plus de tort que de mal. Ainsi, si vous décidez tout de même d'apporter des médicaments, il est fortement suggéré de consulter l'organisme «Collaboration en Santé Internationale» (www.csiquebec.org), qui pourra vous aider à gérer un tel envoi.

Il est important d'appeler l'ambassade du pays que vous visiterez dans le but de vérifier les modalités concernant l'apport de matériel, afin d'éviter de mauvaises surprises à la douane. Vérifier si vous avez besoin d'une lettre certifiant que le matériel que vous emmenez n'est pas suspect, d'une assurance, etc.

Stage trouvé: à quoi penser maintenant?

Billets d'avion

Voyages Campus (<http://www.travelcuts.com/>) offre la plupart du temps les prix les plus avantageux. Il existe également des agences spécialisées selon les destinations où les agents sont bien renseignés sur les meilleurs prix. De plus, il existe des vols charters et même des places charters au sein des vols réguliers qui peuvent être plus avantageux que les prix d'une agence. Une dernière option pour les plus aventureux: la possibilité d'acheter des billets en stand-by. Cette option est beaucoup moins chère, mais n'offre aucune certitude de partir à la date prévue.

Assurance voyage

Pourquoi? Elles servent à couvrir d'éventuels problèmes de santé, vol de matériel, perte de bagages, etc.

Comment l'obtenir? Elles sont souvent proposées par l'agence de voyage lors de l'achat du billet d'avion. Renseignez-vous auprès de votre université ou de votre plan air miles si vous en possédez un. La Croix Bleue

(www.bluecross.ca/francais/default.html) est la référence en ce qui concerne l'assurance santé à l'étranger.

Visas

Plusieurs pays les exigent. Vous pouvez consulter les consulats ou ambassades. Pour vous aider dans vos recherches, voici l'adresse du Ministère des Affaires Étrangères et du Commerce International: www.voyage.gc.ca/dest/index.asp. Ce site vous procurera des conseils très pertinents en matière de santé et sécurité.

Santé-voyage

Vous pouvez consulter le guide FAEMQ à cet effet. Il est bien important de vous présenter à une clinique santé-voyage ou dans un CLSC quelques mois avant votre départ. Sur place, on saura vous indiquer et vous donner les vaccins dont vous avez besoin, selon votre destination. Certains pays peuvent vous refuser l'entrée si vous n'avez pas une preuve des vaccins requis. Aussi, pour un voyage de plus de 6 mois hors du Canada, contactez la Régie de l'Assurance-Maladie du Québec pour vous assurer une couverture pour toute la durée de votre voyage.

Le matériel

- Vous balader dans les magasins de plein-air pourra vous donner plusieurs idées. Le Baron, la Cordée, l'Aventurier sont quelques magasins intéressants.
- Vérifiez si vous aurez besoin de moustiquaires imprégnés à la perméthrine (pour les régions à haut risque de malaria). Procurez-vous des désinfectants chimiques ou des filtres si vous voyagez dans des pays où l'eau potable est peu accessible. La clinique Santé-voyage pourra également vous aider à déterminer ceci.

Guides de voyage

Les guides de Lonely Planet, Let's Go et le Guide du Routard

sont très adaptés aux besoins des étudiants. Ils vous aideront à répondre à certaines questions cruciales: température sur place, moyens de transport locaux, moyenne de prix, criminalité, attractions touristiques, nourriture locale, langue, religion, monnaie locale...

Préparation au choc culturel

- Il existe des ateliers de préparation offerts par certains organismes:
 - Le Carrefour Canadien International
 - Jeunesse Canada Monde
 - L'ACDI offre des documents à ce sujet.
- Se renseigner sur le pays par des livres ou par le web: www.voyage.gc.ca/dest/index.asp
- La lecture de romans écrits par des auteurs originaires du pays où vous prévoyez voyager vous donnera une vision locale du pays qui peut être plus intéressante que la vision occidentale présentée sous forme de documentaire à propos du pays en question.

Langue

Il est plus que recommandé de vous initier aux langues principales du pays si elles vous sont inconnues. Ce sera non seulement plus pratique pour vous, dans certaines situations difficiles, mais en plus, les gens que vous rencontrerez apprécieront beaucoup l'effort que vous avez mis pour apprendre quelques mots de leur langue. Les méthodes Assimil et Teach Yourself sont en général rapides et simples d'utilisation, et vous permettront de posséder quelques rudiments de la langue. La librairie Michel Fortin (rue St-Denis, Montréal) est spécialisée en matière de langues. (www.librairiemichelfortin.com)

Sécurité

- Ne pas oublier de photocopier en double vos documents importants tels que passeports, billets d'avion, visas, assurances. Gardez-en une copie sur vous et laissez l'autre à votre famille, au Canada, avec une copie de votre itinéraire de voyage, afin de vous débrouiller plus

facilement en cas de vol ou de perte.

- Les pochettes de sécurité que l'on fixe à la jambe ou à la taille sous le pantalon sont pratiques pour porter des documents et sommes d'argent importantes de façon subtile et discrète...
- Finalement, répartir votre argent dans différentes poches et endroits est utile pour avoir de multiples réserves, en cas de perte ou de vol.
- Les numéros Canada Direct (www.infocanadadirect.com/) peuvent être d'une grande utilité à l'étranger, pour communiquer au Canada et avec sa famille et cas d'urgence.
- Sur place, identifiez-vous à l'ambassade canadienne dès votre arrivée. Ceci pourrait s'avérer très utile en cas de problèmes de santé personnels ou de problèmes politiques dans le pays.
- Pour éviter les trop fréquentes demandes en mariage... portez une bague à l'annulaire

Voilà pour les quelques conseils que nous avons à vous offrir. Nous ne connaissons sûrement qu'une infime fraction des multiples sources d'information sur le développement international. Il vous faut donc parler aux gens qui ont déjà eu la chance de participer à un projet de coopération, leur poser des questions et ainsi bénéficier de leur expérience.

Sur ce, à tous les rêveurs de grands espaces, bonne chance, et n'hésitez pas à nous contacter si vous avez des questions, nous ferons de notre mieux pour vous aider.

Document préparé par Camille Gérin, OLPI, Université de Montréal, en collaboration avec le Comité des Projets Internationaux de la FAÉMQ. Pour plus d'informations, consultez:

olpis_sherbrooke@yahoo.com, olpis_mcgill@yahoo.com
olpis_laval@yahoo.com, olpis_montreal@yahoo.com





FAEMQ

**Fédération des Associations
Étudiantes en Médecine du
Québec**

630, rue Sherbrooke Ouest
bureau 510
Montréal (Québec) H3A 1E4

Tél. : (514) 282-0256

Tél. : 1 800 465-0215

Fax : (514) 282-0471

www.faemq.qc.ca