

Ce document a pour objectif de transmettre des informations destinées aux personnes ne résidants pas au Canada et nouvellement admises à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) dans nos programmes universitaires, ainsi qu'aux étudiants et étudiantes en cours de formation, qui étaient établis au Québec avant la pandémie et qui se trouvent à l'extérieur du Canada présentement.

Les lois et les règlements en vigueur au Québec et au Canada se retrouvent sur les sites web du [ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration \(MIFI\)](#), d'[Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada \(IRCC\)](#) et [Santé publique Canada](#) et ont préséance en tout temps. Ces informations peuvent changer à tout moment et sans préavis. Il est primordial de consulter régulièrement les différents sites Web ainsi que les sections concernant la Covid-19 pour connaître les dernières mises à jour.

QU'EST-CE QU'UNE QUARANTAINE?

Une mise en quarantaine signifie que toute personne arrivant au Canada doit s'isoler complètement des autres personnes, du moment où elle arrive à destination jusqu'à la fin d'une période **minimale** de 14 jours.

La **quarantaine est obligatoire**, et ce, même si vous ne présentez aucun symptôme.

Les voyageurs qui ne présenteront pas un plan de quarantaine satisfaisant pourraient être placés en quarantaine dans une installation désignée par l'administratrice en chef de la santé publique du Canada ou se voir refuser l'entrée au Canada.

De plus, l'exploitant aérien effectuera une vérification de l'état de santé de ses passagers avant leur embarquement. S'il constate qu'un passager présente des symptômes de la COVID-19, il devra lui interdire l'embarquement. Les passagers de tous les vols devront également montrer, au moment de l'embarquement, qu'ils ont en leur possession un masque non médical ou un couvre-visage.

Le non-respect de la quarantaine constitue une infraction à la Loi sur la mise en quarantaine. Vous pourriez être passible de :

- 750 000 \$/can d'amende et/ou
- 6 mois d'emprisonnement

Le non-respect des lois canadiennes constitue une infraction à vos obligations d'immigration et pourrait entraîner votre renvoi du Canada avec interdiction de vous retrouver en territoire canadien.

QUI DOIT FAIRE UNE QUARANTAINE?

La **quarantaine est obligatoire** pour tous les étudiants et les étudiantes de l'UQAT en **provenance de l'international** qui n'ont pas reçu les doses recommandées de l'un ou d'une combinaison de vaccins acceptés par le Canada. Les étudiants entièrement vaccinés doivent aussi se placer en quarantaine au cas où ils seraient positifs à la COVID-19 à leur arrivée au Canada.

COMMENT ORGANISER SA QUARANTAINE?

L'UQAT peut vous soutenir afin de réaliser une quarantaine dans les meilleures conditions possibles. Toutefois vous êtes responsable de l'organisation et de la réussite de cette quarantaine. L'UQAT vous offre ci-dessous, un modèle de plan de quarantaine afin de vous soutenir dans la préparation de votre arrivée au Canada. Il est de votre devoir d'inscrire l'ensemble des informations **en bleu** et de transmettre ce plan à la conseillère aux étudiants étrangers via sae-international@uqat.ca. Ensuite, vous devrez l'imprimer ou enregistrer votre plan personnalisé afin de le présenter et répondre aux questions des agents à la frontière.

Application ArriveCAN OBLIGATOIRE

Tous les voyageurs en provenance de l'étranger doivent utiliser [ArriveCan](#) et soumettre obligatoirement certains renseignements par voie numérique avant leur arrivée, mais aussi, après leur entrée au Canada. [Pour en savoir plus.](#)

Utilisez cette application mobile pour accélérer le processus d'arrivée au Canada et passer moins de temps à interagir avec les agents frontaliers et les agents de santé publique. Envoyez vos renseignements facilement et en toute sécurité au moyen de l'application au cours des 72 heures précédant votre arrivée au Canada. L'application vous permet de :

- fournir les renseignements exigés pour entrer au Canada
- éviter les files d'attente et réduire les contacts à la frontière
- transmettre au gouvernement du Canada des mises à jour volontaires sur votre conformité à l'obligation de quarantaine et sur l'apparition de tout symptôme au cours des 14 jours suivant votre arrivée au Canada.

Téléchargez l'application ArriveCAN ([iOS](#), [Android](#) ou [format Web](#)).

Plan de quarantaine de 14 jours

Nom et prénom : _____
Étudiant ou étudiante | Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

TRANSPORT

Lorsque j'arriverai à (préciser le nom de l'aéroport et le nom de la ville de cette aéroport, soit le point d'entrée au Canada, par exemple : aéroport XXX) dans la ville de XXX, j'ai prévu d'utiliser le moyen de transport privé suivant, afin de me rendre jusqu'au point de transit vers Rouyn-Noranda (moyen de transport utilisé, ville et lieu précis avec adresse) ou jusqu'au lieu où je passerai ma période de quarantaine (ville et lieu précis avec adresse) :

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

Mesures sanitaires prévues (*fournissez la preuve de réservation/paiement du transport*) :

- séparation du chauffeur par une vitre ou du plexiglas
- lavage et désinfection des mains
- port du masque, etc.

Énumérer tous les transports qui seront utilisés en utilisant cette formulation pour chacun.

Je ne m'arrêterai nulle part en me rendant vers mon lieu de quarantaine, je porterai un couvre visage durant tout le trajet et je respecterai toutes les règles sanitaires de distanciation et de lavage des mains.

À noter que le gouvernement du Canada a limité jusqu'à nouvel ordre l'arrivée des vols internationaux à quatre aéroports, soit l'aéroport international Lester B. Pearson de Toronto, l'aéroport international de Vancouver, l'aéroport international Pierre-Elliott-Trudeau de Montréal et l'aéroport international de Calgary.

LOGEMENT

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

Adresse exacte du lieu

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

Je m'engage également à suivre les consignes suivantes :

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

NOURRITURE ET SOINS D'HYGIÈNE

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

- Achat en ligne au supermarché XX et livraison à la porte ou XXX.
- Fournissez la liste des commerces ou des amis/famille, avec leur adresse et un moyen de les contacter, qui vous aideront à vous procurer de la nourriture.

SOINS DE SANTÉ OU D'URGENCE

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

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

MOYENS FINANCIERS

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

DÉCLARATION

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

Nom et prénom :

Date de naissance :

Numéro de passeport :

Signature :

Services utiles pour votre quarantaine à Rouyn-Noranda

RÈGLES DE BASE PENDANT LA QUARANTAINE :

- Vous devez demeurer dans le logement où vous passez la quarantaine;
- Vous ne devez pas vous rendre à l'Université ou dans tout autre lieu public;
- Vous ne pouvez pas vous rendre dans les magasins, épiceries ou autres commerces;
- Vous ne pouvez pas accueillir des visiteurs;
- Vous devez surveiller votre état de santé et les symptômes de la COVID-19. Si vous avez des symptômes vous devez vous isoler dans votre chambre et contacter la santé publique au numéro 1 877 644 4545.

La personne en quarantaine ne peut pas sortir. Elle doit pouvoir se procurer les biens essentiels dont elle aura besoin via un tiers. De plus, elle devrait pouvoir joindre la conseillère aux étudiants étrangers en cas de problème - sae-international@uqat.ca.

Le fait de détenir une carte de crédit s'avère essentiel pour la personne en quarantaine qui devra acheter son épicerie et ses autres biens en ligne. Au Québec, lorsque vous effectuez un achat, il faut prévoir 15 % (taxes) supplémentaire sur les prix indiqués. Par ailleurs, plusieurs articles à la consommation ne sont pas taxables.

▷ TRANSPORT

De l'aéroport de Montréal Pierre-Éliot-Trudeau à destination de Rouyn-Noranda, la durée du déplacement est de plus de 600 kilomètres.

1. Par autobus

De l'aéroport, idéalement prenez le taxi pour éviter les transports en commun. Autrement, l'aérobús vers la Station centrale d'autobus de Montréal assuré par la Société des transports de Montréal (navette no 747)

Durée du trajet : 45 minutes

De la Station centrale d'autobus de Montréal vers Rouyn-Noranda vous pouvez utiliser les services du transporteur Autobus Maheux. Vous devez acheter votre billet en ligne au : autobusmaheux.qc.ca

Durée du trajet : 9 heures (prendre note que le nombre de trajets quotidiens est réduit et que les places sont limitées).

2. Par avion

Le transporteur est Air Canada Jazz et pour consulter les vols : aircanada.com

Durée du trajet : 1 h 30

Il est avantageux d'acheter votre billet d'avion de votre pays directement vers Rouyn-Noranda. Vous aurez à faire une escale à Montréal, mais le prix sera beaucoup plus abordable que si vous achetez votre billet d'avion Montréal-Rouyn-Noranda en arrivant au Québec. Assurez-vous d'avoir un délai de 3 h à Montréal afin d'avoir le temps de récupérer votre permis d'études à l'Agence des services frontaliers du Canada.

De l'aéroport de Rouyn-Noranda au centre-ville : 13 kilomètres les séparent, il vous faut donc faire le trajet en taxi.

Durée du trajet : 10 minutes (environ 30 \$/can)

3. Déplacement en véhicule privé par un ami ou une connaissance.

▷ LOGEMENT

Résidences de l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

Chambre à occupation simple, meublée avec réfrigérateur. Salle de bain et cuisine communes dans des unités de 2 ou 4 chambres.

À partir de : 465 \$ /can par mois (à la signature d'un bail)

Service de quarantaine disponible : Avec signature d'un bail : 100 \$ (+ taxes) supplémentaires pour 14 jours de confinement / sans bail : 300 \$ (+ taxes) par semaine.

Réservation avant votre départ à : residence@uqat.ca - uqat.ca/residences

Autres services d'hébergement

▷ SERVICES ALIMENTAIRES ET PHARMACIES

Voici une liste des épiceries, dépanneurs, restaurants et pharmacies qui sont en mesure de livrer ce que vous désirez.

N'hésitez pas à consulter le Web pour trouver différents services offerts par des entreprises ou des organismes à Rouyn-Noranda.

SUPERMARCHÉS (ÉPICERIES ET DÉPANNEURS AVEC SERVICE DE LIVRAISON)	COORDONNÉES	HEURES D'OUVERTURE
Chez Gibbs Centre-ville (Vente de bière / microbrasserie)	819 290-0244	Mardi, mercredi, samedi : 11 h à 18 h Jeudi, vendredi : 11 h à 20 h
La Semence (Produits naturels, santé, biologique)	819 762-8918	Mardi au vendredi : 11 h à 17 h (prévoir 6 h entre la commande et la livraison)
Windsor (Dépanneur)	819 762-4813	Lundi au dimanche : 8 h à 23 h (délai de livraison : 1 journée)
IGA Éric Lambert (Épicerie)	819 762-5783 Commandes à faire sur iga.net	Lundi au vendredi : 11 h à 17 h
IGA Extra famille Julien (Épicerie)	819 762-6226 Commandes à faire sur iga.net	Lundi au vendredi : 11 h à 18 h
IGA Marché Bélanger (Épicerie)	819 762-2992 Commandes à faire sur iga.net	Lundi au vendredi : 11 h à 18 h
Walmart (Grande surface)	819 762-2445 Achats en ligne : walmart.ca	Lundi au vendredi : 8 h à 21 h Samedi : 8 h à 18 h Dimanche : 8 h à 17 h
Maison des viandes	819 762-9291 maisondesviandes.ca	Dimanche au jeudi : 11 h à 18 h Vendredi et samedi : 9 h à 19 h

RESTAURANTS AVEC SERVICE DE LIVRAISON	COORDONNÉES	HEURES D'OUVERTURE
Boston Pizza (Pizzeria)	819 797-0086 bostonpizza.com	Dimanche et lundi : 11 h à 21 h Mardi et mercredi : 11 h à 22 h Jeudi, vendredi et samedi : 11 h à 23 h
Chez Morasse (Fast Food)	819 762-6666	Lundi et mardi : 11 h à 23 h Mercredi, jeudi, dimanche : 11 h à 23 h (4 h si achalandé) Vendredi et samedi : 11 h à 1 h (4 h si achalandé)
Deux par Quatre (Resto-Pub)	819 797-2119	Mercredi au dimanche : 16 h à 21 h
Freshii (Resto-santé)	1 800 909-4990 freshii.com	Tous les jours : 10 h 30 à 20 h
Habaneros Gill Mexicain (Mexicain)	819 762-8226	Lundi au samedi : 11 h à 20 h
Hao Van (Chinois)	819 764-9861	Lundi au vendredi : 11 h à 13 h 30 et tous les jours de 15 h à 20 h
Horizon Thai (Thai)	819 762-4060 horizonthai.ca	Tous les jours de 16 h 30 à 20 h
La Paramount (Resto-Pub)	819 762-1949	Mercredi au samedi : 16 h à 20 h
Le St-Honoré (Boulangerie / Pâtisserie)	819 764-9909	Mardi au vendredi : 7 h à 18 h Samedi : 8 h à 19 h
Mikes (Italien)	819 762-2393 toujoursmikes.ca	Lundi au samedi : 11 h à 13 h et de 16 h à 19 h Dimanche : 16 h à 19 h
Moulin noir (Steakhouse)	819 797-8778	Mercredi au dimanche : 16 h à 20 h
Olive et Basil (Bistro)	819 797-9955 oliveetbasil.com	Mercredi au samedi : 11 h à 21 h
PizzaPizza (Pizzeria)	819 762-1111 pizzapizza.ca	Tous les jours de 11 h à 22 h
Pizzé (Pizzeria)	819 797-4461 ou pizzemangerboire.com	Mercredi au samedi : 16 h à 20 h
Pizzeria Noranda (Pizzeria)	819 762-1888	Mardi au samedi : 11 h à 20 h
Rôtisserie Ô Tourne Broche (Spécialité poulet)	819 762-0709	Tous les jours de 11 h à 21 h
Rôtisserie O'Poulet (Spécialité poulet)	819 762-4419 opoulet.com	Tous les jours de 8 h à 11 h
Rôtisserie St-Hubert (Spécialité poulet)	819 797-2151 st-hubert.com	Samedi au mercredi : 11 h à 21 h Jeudi et vendredi : 11 h à 22 h
Subway (Sandwicherie)	819 762-1234	Lundi au vendredi : 11 h 30 à 13 h 30 et de 16 h 30 à 18 h 30
Valentine (Fast Food)	819 762-2162	Samedi au mercredi : 7 h à 20 h Jeudi et vendredi : 6 h à 21 h

PRÊTS À CUISINER	COORDONNÉES	
Good Food	makegoodfood.ca	
Cook it	chefcookit.com	
HelloFresh	hellofresh.ca	
PHARMACIES	COORDONNÉES	HEURES D'OUVERTURE
Brunet	819 764-4748	Lundi au mercredi : 9 h à 18 h Jeudi et vendredi : 9 h à 20 h Samedi et dimanche : 9 h à 17 h
Jean Coutu	819 764-9551	Lundi au vendredi : 8 h 30 à 21 h Samedi : 8 h 30 à 18 h Dimanche : 10 h à 18 h
Proxim (avenue Murdoch)	819 762-2323	Lundi au mercredi : 9 h à 18 h Jeudi, vendredi : 9 h à 21 h Samedi : 9 h à 17 h
Proxim (avenue Larivière)	819 762-5801	Lundi au vendredi : 10 h à 18 h
Uniprix	819 797-0500	Lundi au vendredi : 9 h à 19 h Samedi : 9 h à 17 h Dimanche : 10 h à 13 h