



LE GUIDE DES AEI

2026-2027

LES TIPS ET CONSEILS DES ÉTUDIANTS
POUR LES NOUVEAUX ÉTUDIANTS







LE GUIDE DES AEI 2026-2027

LES TIPS ET CONSEILS DES ÉTUDIANTS POUR LES NOUVEAUX ÉTUDIANTS

Un projet du BDE Wake Up AEI - soutenu par la direction de l'AEI IS
et la Vice Présidente étudiante

Rédaction par Ymène Lahmar-Cherif,
avec la participation de Flora Turpin.

Petit mot de Ymène Lahmar-cherif

Félicitations pour ton admission en L1 !

Ce guide est là pour t'accompagner tout au long de ton année
et répondre au mieux à tes questions pour t'aider à bien démarrer.
Je te souhaite une excellente rentrée, beaucoup de réussite et surtout
une très belle année universitaire !

INTRODUCTION

Tu viens de terminer le lycée, tu fais tes premiers pas en AEI
ou tu cherches simplement quelques conseils pour bien démarrer ?

Ce guide est là pour t'accompagner !

À travers différentes rubriques, tu retrouveras les informations essentielles
pour réussir tes études, t'adapter à ton nouvel environnement
et profiter pleinement de ta vie étudiante.



**A l'université il y a pleins d'acronymes et parfois on s'y perd un peu...
mais pas de panique tu t'y feras très vite !**

AEI : Administration et échanges internationaux

ECTS : European Credits Transfer System (en France 60 ECTS = 1 an d'études)

UE : Unité d'enseignement

CM : Cours magistraux

TD : Travaux dirigés (en AEI 40 étudiants par TD environ)

BDE : Bureau des étudiants

BU : Bibliothèque universitaire

SUAPS : Service universitaire des activités physiques et sportives

SSU : Service de santé universitaire

SCUIO : Service commun universitaire d'information et d'orientation

BAIP : Bureau d'aide à l'insertion professionnelle

SOMMAIRE

I. Bienvenue en AEI !	6
AEI, ça veut dire quoi au juste ?	8
Notes, moyennes, validation : voici le mode d'emploi.	8
UE, ECTS ? le décodeur des étudiants	8
Ton année universitaire de A à Z	9
Envie de partir à l'étranger ?	9
AEI, c'est aussi des opportunités à saisir !	10
Stage : comment passer de l'envie à l'action ?	10
 II. WAKE UP AEI, ton bureau des étudiants.	 11
Wake up AEI : Qui se cache derrière ton BDE ?	12
Le BDE, concrètement ça sert à quoi ?	12
Bons plans, événements et avantages : on t'explique tout !	14
Où et comment nous retrouver ?	14
Et niveau sécurité ?	14
Ta voix compte : qui te représente à l'UPEC ?	14
 III. UPEC : Tous les services qui sont là pour toi !	 16
Tu es perdu sur le campus ? On te guide !	17
Réviser, imprimer, travailler : où aller ?	17
Pas de PC ou de WI-FI : Pas de panique !	18
Besoin de protection Hygiénique ? L'AEI pense à toi	18
Envie de bouger ? Place au sport !	19
Ta santé d'abord ; qui peut t'aider ?	19
Une idée, un projet, une entreprise ? Lance toi !	19
Orientation, stage, alternance : ne reste pas seul !	19

I. BIENVENUE EN AEI !





Quelques témoignages d'étudiants en AEI :



Emma,
L2 parcours Amérique Latine

Au début, j'étais assez mitigée sur l'AEI, mais avec le temps, j'ai découvert une licence très enrichissante et pleine d'opportunités. Les échanges avec les étudiants de L2-L3, notamment grâce au BDE, m'ont beaucoup aidée à mieux comprendre les possibilités de la formation. Je conseille d'aller aux CM pour faciliter les révisions et mieux suivre les TD, sans attendre la dernière minute pour travailler. Il faut aussi profiter des langues étrangères et ne pas hésiter à en apprendre de nouvelles, car elles peuvent être un vrai atout professionnel.



Eleanor,
L3 parcours Amérique Latine

L'AEI IS offre une grande autonomie et permet de découvrir de nombreuses matières, comme l'économie, le droit, les langues ou les relations internationales. La formation est aussi marquée par une vraie solidarité entre les étudiants, qui s'entraident beaucoup au quotidien. Elle laisse également du temps pour développer son profil à travers des stages, des échanges à l'étranger, des associations ou des projets personnels. Avec ses nombreux débouchés et son ouverture à l'international, l'AEI permet de construire un parcours riche et diversifié. Enfin, la diversité des profils et les rencontres rendent l'expérience universitaire encore plus enrichissante.



Ymène,
L2 parcours AGE

Le parcours non sélectif, avec les parcours CI, RH et AGE, est très enrichissant et permet d'acquérir de nombreuses connaissances. Dès la L2, tu peux te spécialiser davantage et découvrir différents aspects du monde du travail. L'AEI est une excellente licence pluridisciplinaire, qui te permet d'apprendre dans des domaines très variés. Si tu es motivé et que tu travailles régulièrement dès le début de l'année, tu verras que la licence sera beaucoup plus simple. Alors, profite de cette diversité et donne-toi les moyens de réussir dès le départ !



Néssim,
L3 parcours International Business

La licence AEI est une formation qui va t'enseigner plusieurs disciplines comme le droit, l'économie et la sociologie. Si tu n'es pas encore sûr de ce que tu veux faire plus tard, elle te permettra d'explorer différents domaines le temps de faire ton choix. Et en plus de ça, tu auras de nombreuses opportunités pour aller étudier à l'étranger.

AEI, ça veut dire quoi au juste ?

Pour commencer, nous te félicitons pour ton admission et te souhaitons la bienvenue en AEI (Administration et Échanges Internationaux) !

L'AEI, c'est l'école internationale de l'Université Paris-Est Créteil (UPEC). En la rejoignant, tu intègres l'une des plus grandes communautés étudiantes de l'université, avec des profils venus de tous horizons.

L'AEI propose de nombreuses formations, dont certaines uniques en France, accessibles sur sélection ou non. Cette diversité se retrouve aussi parmi les étudiants : sur le campus, tu auras l'occasion de rencontrer des étudiants internationaux, mais aussi des personnes venues de différentes régions de France.

L'un des grands atouts de l'AEI, c'est sa pluridisciplinarité. Les enseignements te permettent d'acquérir des connaissances et des compétences dans des domaines variés, tout en te donnant la possibilité de te spécialiser progressivement, notamment en master. À cela s'ajoute une véritable dimension internationale, avec des enseignements en langues étrangères et de nombreuses opportunités de mobilité pour découvrir de nouveaux pays et de nouvelles cultures.

Notre conseil pour réussir ton parcours ? Ne te limite pas aux cours ! Enrichis ta formation grâce à tes expériences personnelles, associatives, professionnelles ou encore internationales. Ta formation te donne les clés : à toi de les utiliser pour ouvrir les bonnes portes ! Sois curieux, renseigne-toi, saisis les opportunités et surtout, implique-toi pleinement dans ton parcours.

Notes, moyennes, validation : voici le mode d'emploi.

En L1, tu seras principalement évalué(e) en contrôle continu, un peu comme au lycée. À partir des années suivantes, tu auras également des partiels, ainsi que quelques travaux évalués en contrôle continu.

Les professeurs te présenteront leurs modalités d'évaluation au début de l'année. À toi ensuite d'adapter tes révisions en fonction de ce qui est demandé dans chaque matière !

En AEI, toutes les notes se compensent. Pour valider ton année, tu dois donc obtenir une moyenne générale d'au moins 10/20 sur l'ensemble des deux semestres.

Attention toutefois : il y a une note seuil fixée à 8/20 sur chaque UE. Cela signifie que même si tu as une moyenne générale supérieure ou égale à 10/20, ton année ne pourra pas être validée si tu obtiens une note inférieure à 8/20 dans l'une des UE.

UE, ECTS ? le décodeur des étudiants

Les **ECTS** correspondent à des crédits qui attestent de la validation d'une unité d'enseignement (UE). Ils permettent également de faire reconnaître et de comparer les différentes formations suivies dans les établissements européens. C'est notamment grâce à ce système que tu peux faire valider les enseignements suivis pendant un Erasmus.

À chaque semestre, tu auras plusieurs **UE**, chacune étant composée d'une ou plusieurs matières. Lorsque tu valides une UE, tu obtiens un certain nombre de crédits **ECTS**.

Tu peux retrouver la plaquette de ta formation, avec le détail des UE et des matières, directement sur le site de l'AEI

<https://aei.u-pec.fr/scolarité/enseignements-et-modalites-d-examens>



Certaines UE sont communes à tous les étudiants, tandis que d'autres te permettent de faire des choix en fonction de tes envies et de ton projet. Par exemple :

- Les LV2 et LV3 : tu pourras choisir tes langues.
- Dès la L1, tu auras la possibilité de réaliser un stage d'1 à 2 mois.
- En L2, tu auras également accès aux enseignements d'ouverture : c'est l'occasion parfaite pour découvrir de nouvelles matières et acquérir de nouvelles compétences. Tu peux retrouver la liste des enseignements d'ouverture proposés sur le site internet de l'UPEC — et on peut t'assurer qu'il y a vraiment du choix !

<https://www.u-pec.fr/fr/etudiant-e/etudes-et-scolaire/ue-d-ouverture>

Ton année universitaire de A à Z

<https://aei.u-pec.fr/scolaire/enseignements-et-modalites-d-examens>

Sur le site internet de l'AEI tu peux retrouver ton calendrier universitaire (ils sont différents en fonction de ton année fais attention). Tu y verras les périodes de vacances, de stage et aussi le rythme des cours.

2 semaines de CM uniquement puis 2 semaines de CM auxquelles s'ajoutent les cours de langues et enfin 8 semaines avec les CM, les cours de langues et les TD.

*Il y a aussi une semaine de plus pour rattraper les cours qui n'ont pas pu avoir lieu (grève, jour férié...). Sur cette semaine il peut aussi y avoir des évaluations, il ne faut pas les rater.

Attention tu auras aussi des semaines de révisions et des semaines de partiels !

Pour les emplois du temps ils varient en fonction de ton parcours et de tes langues, tu recevras le numéro de ta classe par mail.

Attention ! Il est différent chaque semestre.

les EDT sont consultables sur : <https://mon-edt.u-pec.fr/direct/myplanning.jsp> à l'aide de votre identifiant étudiant et de votre mot de passe.

Envie de partir à l'étranger ?

La bonne nouvelle c'est que tu peux partir à l'étranger tout au long de ton cursus. Tu as plusieurs possibilités, à toi de choisir celle qui te correspond le plus. (Renseigne toi à l'avance pour préparer ton dossier et connaître les budgets nécessaires)

- Summer School : dès la L1 pendant l'été
- Erasmus : dès la L2 pendant 1 ou 2 semestres
- Double diplôme : dès la L3 pendant 1 an
- Programme MICEFA : dès la L3 pendant 1 ou 2 semestres
- Programme JOY : dès la L2 pendant 1 ou 2 semestres

Pour te renseigner tu peux regarder le site internet, te rapprocher des professeurs responsables des destinations et/ou du chargé des relations internationales. Tu trouveras tous les contacts sur le site internet.
<https://aei.u-pec.fr/international/les-sejours-a-l-international>

Tu peux aussi demander à des étudiants qui sont partis à l'étranger de t'expliquer les démarches et de te donner leurs ressentis (on en connaît plein au BDE !)

AEI, c'est aussi des opportunités à saisir !

Depuis maintenant 2 ans, l'UPEC est membre permanent de l'alliance d'universités européennes **AURORA**. Mais qu'est-ce que c'est et qu'est-ce que ça peut t'apporter ?

Les **alliances d'universités européennes** ont pour but d'inventer l'université du futur grâce à une stratégie de formation et de recherche commune d'excellence afin de répondre aux grands défis actuels. Cela passe notamment par :

- Des modes d'enseignement novateurs grâce à l'échange de bonnes pratiques et à une approche interdisciplinaire
- La promotion du multilinguisme ainsi que des valeurs et de l'identité européenne

Pour **AURORA**, les premiers objectifs sont :

- De travailler sur l'enseignement et l'apprentissage pour un impact sociétal
- La recherche et innovation d'excellence basées sur les défis actuels
- La collaboration et l'engagement à travers des communautés inclusives
- Être pionniers de la durabilité.

Avec Aurora tu as une **multitude de possibilités**. Tu peux :

- Intégrer des classes d'étudiants européens, en rejoignant des cours proposés par d'autres universités
- Partir étudier le temps de quelques semaines ou même d'un semestre dans l'une de ces universités
- Aider l'alliance à se développer en **devenant ambassadeur**. Tu auras la chance de travailler conjointement avec d'autres étudiants, mais aussi des enseignants chercheurs de toutes les universités membres de l'alliance, sur des objectifs précis qui ont pour vocation l'amélioration continue de l'alliance.

Si tu veux en savoir plus, n'hésites pas à contacter les étudiants en charge de l'alliance, et tu as de la chance ces deux étudiants viennent de l'AEI !

Stage : comment passer de l'envie à l'action ?

En AEI tu peux faire un stage dès la L1 ! C'est une super occasion pour découvrir le monde professionnel et utiliser ce que tu as appris au cours de l'année.

En L1 et L2 la durée du stage est de 1 à 2 mois. En L3, le stage est obligatoire et doit durer entre 3 et 4 mois.

Pour trouver ton stage tu peux demander de l'aide au SCUIO BAIP (on t'en parle après).

Une fois ton stage trouvé, tu pourras remplir ta convention de stage et contacter ton professeur référent !

Pour trouver tous les contacts dont tu as besoin tu peux aller sur la page

« Organigramme de l'AEI International School »

<https://aei.u-pec.fr/presentation/organigramme>



II. WAKE UP AEI, TON BUREAU DES ÉTUDIANTS.



Mot du président du BDE :

Félicitations pour ton admission en L1, Boss !

Ne loupe pas les événements du BDE, n'aie pas peur d'aller vers les autres et essaie d'assister à TOUS tes cours.

Le BDE, c'est un point de rencontre où peuvent converger tous types d'idées et tous types de personnes en AEI. C'est important de t'initier à la vie étudiante, car c'est une vie totalement différente de celle du lycée.

N'aie surtout pas peur de venir à nos événements pour te créer de beaux souvenirs avec nous !



Wake up AEI : Qui se cache derrière ton BDE ?

Le BDE Wake up AEI c'est le bureau des étudiants de la filière AEI. Nous sommes une vingtaine d'étudiants engagés dans la vie de l'université pour que ton expérience se passe au mieux. Dans le BDE tu as différents pôles tel que :

- **le pôle événementiel** : sans qui nos événements ne seraient pas un tel succès.
- **le pôle communication** : qui embellit nos post.
- **le pôle création** : gère la ligne artistique du bde
- **le pôle logistique** : les as des devis, rien ne leur échappe.
- **le pôle erasmus** : grâce auquel les étudiants internationaux peuvent s'intégrer sans aucun souci.
- **le pôle OP** : grâce à leur fonctionnalité "multi tâches", ils accompagnent les autres pôles pour que tout se déroule au mieux.

Enfin notre bureau restreint composé de :

- **notre président**, le pilier de l'association.
- **notre vice-présidente générale**, véritable pierre angulaire
- **notre secrétaire générale** pour qui tout ce qui relève de l'administration n'a aucun secret.
- **notre trésorier** grâce à lui les finances de notre BDE se portent bien.

On est là pour animer ta vie étudiante. Tu peux compter sur nous pour rigoler, passer du bon temps, mais aussi pour te représenter aux yeux de l'administration et de la direction. Pendant ton année 2026-2027 on te proposera plusieurs événements ce qui te permettra de t'intégrer au mieux et de te faire de nouvelles connaissances tout en passant des moments merveilleux et inoubliables. TRUST THE PROCESS

Notre règle d'or : Faire de tes années universitaires les meilleures de ta vie !

Le BDE, concrètement ça sert à quoi ?

Nous organisons tout au long de l'année des événements sportifs, festifs ou tout simplement des temps de rencontre ! Petit aperçu de ce que ton BDE wake up AEI a organisé :

Mois d'intégration, Week-end d'intégration, Afterwork, Soirée d'halloween, Ski, Semaine St Valentin, Patinoire, Bowling, Gala ...eh oui comme tu peux le remarquer le BDE ne s'arrête jamais !
De quoi te changer les idées après les cours et les examens.

Petits mots des membres du BDE :



Eleanor,
pôle communication

Pour moi, faire partie du BDE est une expérience très intéressante et beaucoup plus formatrice que je ne l'imaginais. Chaque pôle permet d'apprendre de vraies compétences, notamment en communication, marketing, négociation ou organisation. J'ai aussi compris l'importance de la communication et de la cohésion entre les membres pour faire fonctionner un BDE. Globalement, mon expérience reste très positive.



Lindsey,
pôle opération

Dans mon cas, le BDE m'a permis de vivre de nouvelles expériences, notamment lors de la journée portes ouvertes et des différentes soirées. Surtout, j'ai pu rencontrer énormément de personnes et partager de très bonnes vibes avec elles.



Ryad,
pôle partenariats

J'ai rejoint le BDE grâce à mes amis et je poursuis aujourd'hui mon deuxième mandat. Cette expérience m'a permis de faire de nombreuses rencontres et d'intégrer une équipe dynamique, impliquée et accueillante. J'ai également pu participer à différents projets favorisant l'intégration et la cohésion entre les étudiants. En bref, je suis très heureux de faire partie du BDE Wake Up AEI.



Emma,
pôle erasmus

J'ai passé de super moments au sein du BDE, notamment en découvrant les coulisses des soirées et toute l'organisation derrière une association. Cette expérience m'a aussi permis de développer des compétences utiles pour la vie professionnelle, comme l'organisation, la logistique et le respect des deadlines. J'espère continuer à vivre de beaux moments et accomplir encore plein de choses avec le BDE pour cette nouvelle année universitaire. Je suis vraiment heureuse et fière d'en faire partie !

Bons plans, événements et avantages : on t'explique tout !

Tu as toqué à la bonne porte ! Cette année on te propose des super bons plans avec nos différents partenaires (ex : en voiture Simone, Deezer, Meister, Bonne Maman, Heetch). Donner des bons plans intéressants aux étudiants est très important pour nous.

Où et comment nous retrouver ?

On te laisse jeter un coup d'oeil sur notre **instagram** : **@bdewakeupaei**
ou sur notre **tiktok** : **@bde.wakeupaei**

N'hésite pas à t'abonner pour ne rien rater ! C'est souvent sur notre instagram que l'on communique avec vous.

Pour nous rencontrer, tu peux également venir à notre local situé sur la dalle du campus centre, on sera ravi de faire ta connaissance et d'apprendre à te connaître.

Et niveau sécurité ?

Au Wake-Up on met un point d'honneur sur la sécurité et la santé de nos étudiants !

Nous restons vigilants sur tous nos événements (alcool, drogue, comportements violents, racistes ou sexistes...). Plusieurs de nos membres sont formés aux gestes de premiers secours et en santé mentale.

Sur tous nos événements festifs, nous désignons des personnes de confiance auxquelles tu peux te confier si tu es témoin ou victime.

Comment faire entendre ma voix d'étudiant ? Qui sont mes représentants ?

En AEI, des étudiants siègent pour toi au conseil de gestion.

Un **conseil de gestion** se réunit plusieurs fois dans l'année pour discuter de problématiques annuelles, tels que le calendrier universitaire, la gestion des examens ou encore la gestion du budget de l'AEI. On y trouve des personnes en charge de l'administratif, des professeurs et des étudiants. Nous, les étudiants, on se charge de vous défendre et de **faire entendre votre voix** ! Nous sommes 22, il y a 11 titulaires et 11 suppléants.

Si tu as une requête ou un point qui te paraît à améliorer dans la faculté fais nous-en part et nous nous chargerons d'en parler au conseil de gestion pour essayer de trouver une solution pour toi.

Les élections au conseil de gestion ont lieu tous les 2 ans, heureusement pour toi celles-ci se déroulent en Septembre 2026... Mais ne t'en fais pas tu peux dès à présent contacter Ymene Lahmar-Cherif ou le BDE si toi aussi tu veux faire partie de la liste et faire avancer les choses en AEI.

N'oublie pas que tu n'es pas seulement étudiant à l'AEI mais aussi à l'UPEC, là aussi tu as des étudiants qui te représentent dans **les grands conseils de l'UPEC**.

- **Le conseil d'administration (CA)** détermine la politique de l'établissement : approuve le contrat d'établissement de l'université ; vote le budget et approuve les comptes ; approuve les accords et les conventions signées par le président de l'établissement ; adopte le règlement intérieur de l'université...

- La commission de formation et de vie universitaire (CFVU) propose au CA les orientations des enseignements en formation initiale et continue. Elle prépare les mesures de nature à permettre la mise en œuvre de l'orientation des étudiants, la validation des acquis, à faciliter leur insertion professionnelle, à favoriser les activités culturelles, sportives, sociales ou associatives offertes aux étudiants et à améliorer leurs conditions de vie et de travail.

Pssst : si jamais toi aussi tu souhaites siéger et représenter les étudiants d'AEI ça t'intéresse...
Les prochaines élections se déroulent en début d'année universitaire alors rends toi vite au BDE Wake up AEI pour qu'on t'explique un peu plus en détail comment faire et pourquoi pas pour proposer ta candidature...

Si jamais tu as besoin de contacter tes élus voici quelques emails :

Anaïs Kaci : Vice-présidente étudiante de l'UPEC, élue en CFVU.

Anaïs.kaci@u-pec.fr

Ymene Lahmar-Cherif : étudiante en AEI, élue au CA et en FSIE.

ymenelahmarcherif@gmail.com

III. UPEC : TOUS LES SERVICES QUI SONT LÀ POUR TOI !





En étant étudiant en AEI tu bénéficies aussi de tous les services de l'UPEC. Ils sont là pour faciliter et améliorer ta vie à l'université ! Ils pourront aussi te renseigner sur des sujets spécifiques.

Et tous ces services te sont proposés gratuitement !

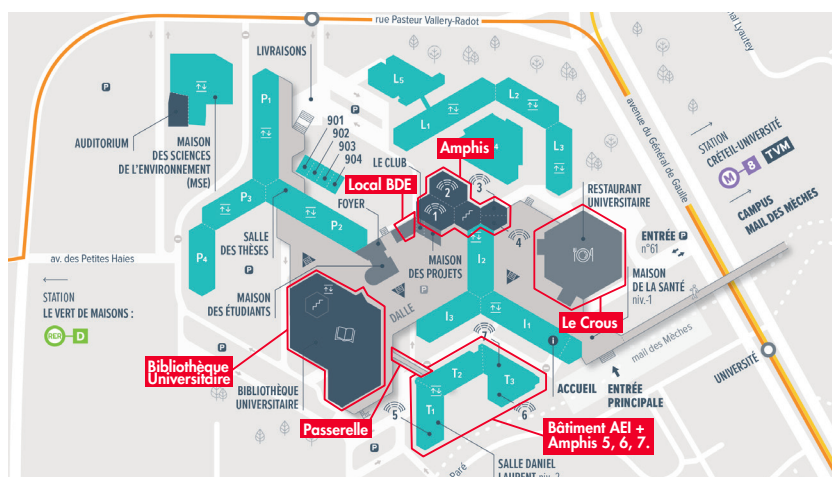
Tu es perdu sur le campus ? On te guide !

Tu n'arrives pas à te retrouver, on te comprend ! Laisse nous te montrer les endroits à connaître.

Le bâtiment où tu auras cours la plupart du temps, c'est le bâtiment T. Pour y accéder tu as plusieurs possibilités :

- passer par la passerelle qui est en face de la bibliothèque, celle-ci donne directement sur l'entrée principale du bâtiment .
- passer par l'escalier du bâtiment I, puis descendre au -1.
- prendre les escaliers de la dalle qui donnent sur le parking.

Pour la bibliothèque, rien de compliqué, elle est située sur la dalle du campus centre.



Réviser, imprimer, Travailler : où aller ?

L'UPEC a la chance d'avoir une bibliothèque sur chaque campus avec des horaires accessibles :

- **Campus centre** : Du lundi au vendredi 09h00-18h00 et le samedi 10h00-17h00
- **Campus André Boulle (droit)** : Du lundi au vendredi 09h00-18h00 et le samedi 10h00-17h00
- **Campus mail des mèches (économie gestion)** : Du lundi au vendredi 09h00-18h00 et le samedi 10h00-17h00
- **Campus santé** : Du lundi au vendredi de 08h30-22h00 et le samedi 10h00-20h00

Tu as accès à toutes les bibliothèques, il faut juste que tu présentes ta carte d'étudiant pour y entrer.

Tu souhaites réviser ?

Il existe différents espaces, tels que les salles de silence, où tu peux réviser dans un calme absolu.

Pour les travaux de groupe, il y a des salles dédiées. Il faut tout simplement réserver sur le portail internet Rébu :

<https://rebu.u-pec.fr/>.

Tu veux réserver un livre à la bibliothèque mais tu ne sais pas où voir sa disponibilité ?

Pour ça je t'invite à aller sur l'espace Athéna : <https://www.u-pec.fr/fr/portail-bu-athena-1>.
Cet espace est dédié à la recherche de documentation

Tu souhaites imprimer tes cours ou d'autres documents mais tu n'as pas d'imprimante ?

Pas de panique on a la solution ! Chaque année l'UPEC met 10€ sur ta carte d'étudiant pour te permettre d'imprimer en toute simplicité. Il te suffit de te rendre sur le site : <https://impression.u-pec.fr/> et de t'identifier avec ton numéro étudiant (n'oublie pas le U avant les chiffres) et hop il ne te reste plus qu'à déposer les documents que tu souhaites imprimer sur l'onglet "impression web".

Puis de te rendre avec ta carte d'étudiant à n'importe quelle bibliothèque de l'UPEC.

Si tu utilises tout ton crédit tu peux aussi remettre de l'argent sur ta carte via le site !

Pas de PC ou de WI-FI : Pas de panique !

Si tu as des difficultés à accéder à du matériel informatique, pas de panique ! L'université peut te prêter un ordinateur ou une clé 4G. Adresse ta demande à la scolarité pour y avoir accès.

Toutes les informations sont disponibles sur le site internet de l'UPEC : <https://www.u-pec.fr/fr/etudiant-e-actualites/lupec-met-des-ordinateurs-et-des-cles-4g-a-disposition-des-etudiants>

Tu peux aussi utiliser les ordinateurs à la BU et/ou le réseau WIFI de l'université : "eduroam"

Et la bonne nouvelle c'est qu'avec ton adresse mail UPEC tu as accès au pack office gratuitement !

Besoin de protection Hygiénique ? L'AEI pense à toi

Grâce à l'association Penser le monde et à la Fédération des associations de Créteil, l'Université dispose maintenant de distributeurs hygiéniques gratuits. Pour notre part, celui-ci est dans les toilettes des filles du 1^{er} étage du bâtiment T, le BDE s'occupe de le recharger quand il le faut ! Si tu es une étudiante en précarité, je t'invite à te rapprocher du BDE wake up AEI qui pourra t'en fournir, on sait à quel point il est difficile maintenant de s'en fournir au vu des prix. Le bon confort de nos étudiantes est important pour nous.

De plus, le bde Wake Up AEI propose un partenariat avec Blooming, des culottes menstruelles à prix réduits.

Petit tips, Depuis la rentrée 2025, l'UPEC a mis en place les congés menstruels. Pour en bénéficier, il te suffira d'un certificat médical qui atteste que tu as des règles douloureuses et que tu devras remettre à l'administration de l'AEI en début d'année. Celui-ci justifiera tes absences !





Envie de bouger ? Place au sport !

Le SUAPS te propose une multitude d'activités sportives en découverte, loisir ou compétition. C'est une super occasion pour se dépenser, prendre soin de sa santé mais aussi pour faire des rencontres. Pour ceux qui le souhaitent, certaines des activités sont disponibles en enseignements d'ouverture ! La liste et les créneaux des activités sont disponibles sur le site internet.

<https://www.u-pec.fr/fr/vie-de-campus/sport>

Mais le SUAPS se sont aussi des événements ponctuels en collaboration avec les associations de l'UPEC ! L'année dernière nous avons pu aller à la patinoire avec les AEI !!!

Ta santé d'abord ; qui peut t'aider ?

Pour prendre soin de ta santé mais aussi te former, c'est au SSU que tu dois aller. Tu y trouveras tout une équipe avec des médecins, orthophonistes, dentistes, infirmières et psychologues.

Tout au long de l'année il y a également des ateliers et des formations ! Rapproche-toi d'eux si tu as besoin.

Pour prendre rendez-vous :

à l'accueil de la Maison de la santé ou de la Maison des étudiants :
61, avenue du General de Gaulle – 94010 Créteil

Par téléphone au **01 45 17 15 15**

Sur doctolib en recherchant **SSU UPEC étudiant**.

Une idée, un projet, une entreprise ? Lance toi !

Oui c'est possible ! Si tu as un projet et que tu souhaites le développer, nous t'invitons à te rapprocher du pôle entrepreneuriat de l'UPEC. Tu pourras le retrouver à la maison de l'innovation et de l'entrepreneuriat étudiant (MIEE) située sur le campus mail des mèches.

Orientation, stage, alternance : ne reste pas seul !

Construire son parcours académique et professionnel n'est pas tâche facile. C'est pourquoi il existe un service pour t'aider à t'orienter et à affiner tes choix. Il s'agit du SCUIO BAIP !

Tu y trouveras un centre de documentation spécialisé dans l'orientation et le choix de formation (dans la maison de l'innovation et de l'entrepreneuriat sur le campus mail des mèches). Il y a également des ateliers pour améliorer ton CV et tes lettres de motivation ! Si tu le souhaites, tu peux aussi prendre rendez-vous avec un conseiller psychologue de l'éducation nationale.

Le BAIP pourra également t'aider à trouver un stage ou une alternance si tu as des difficultés.

Pour en savoir plus : <https://www.u-pec.fr/fr/etudiant-e/orientation-reorientation>



Quelques tips des membres et des anciens du BDE

Ymène

Implique-toi dans la vie de l'université et rejoins une association ! Il en existe plein à l'UPEC (mais on ne te cache pas que la meilleure c'est le Wake Up!)

Clélia

Trouve des personnes avec qui réviser : "tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin !"

Flora

Si tu cherches un job étudiant sur le campus, tu peux postuler dans les différents services dès la rentrée. Les horaires sont le plus souvent flexibles et adaptés à ton emploi du temps ! Tu pourras aussi apprendre plein de choses sur le fonctionnement de l'université !

<https://www.u-pec.fr/fr/etudiant-e/stages-emplois/jobs>

Océane

Si tu cherches des bons plans je te conseille d'aller au CROUS (en fin de journée il y a parfois des réductions sur les produits frais).

Breeze

N'hésite pas à venir aux Event du bde et ne te ferme pas socialement, qui sait ton futur témoin de mariage est en AEI.

Bruna

Même pour les plus timides, la fac est un endroit où il est facile de sociabiliser, de faire des connaissances et de créer de nouvelles relations.

Kenza

Essayez de s'ouvrir aux autres pour profiter pleinement de l'expérience universitaire

Zeyna

Ne néglige pas les CM et les cours, même s'il y a peu de travail. Mets-toi au boulot dès le début pour éviter de galérer pendant l'année.

Lindsay

Demande de l'aide aux anciens AEI, ils seront ravis de t'aider .

Ryad

Pour profiter pleinement de la vie universitaire, il faut participer aux événements de la faculté et du BDE, qu'ils soient culturels ou festifs. Il faut aussi apprendre à être soi-même, s'affirmer et ne pas avoir peur du regard des autres.

Emma

N'hésite pas à demander conseil aux étudiants plus âgés, à tes camarades ou au BDE pour être accompagné et faire de nouvelles rencontres.

Néssim

Commence à acquérir des softs skills, ça sera une vraie valeur ajoutée sur ton CV.