



Trousse de l'étudiant-athlète en première session universitaire

Le début des études universitaires est un moment marquant pour tous! Tu peux être fier d'avoir terminé tes études collégiales et il est normal que tu ressenties un certain stress face à ce changement de réalité important. Un énorme campus t'attend, parfois dans une autre ville, avec des milliers d'autres étudiants, comme c'est excitant! Encore une fois, l'Alliance Sport-Études est très heureuse de pouvoir t'accompagner dans la poursuite de tes études et vers de plus grands exploits sportifs! Voici quelques données sur les étudiants-athlètes de l'Alliance Sport-Études à l'université :



35
SPORTS



RELÈVE
ÉLITE
EXCELLENCE



115
ÉTUDIANTS-
ATHLÈTES



9
UNIVERSITÉS

Services et avantages de l'Alliance Sport-Études

Nous avons comme mission de te soutenir, de t'encadrer et de contribuer à ta réussite et ta persévérance scolaires et sportives. Choisir l'Alliance Sport-Études c'est :

RESSOURCES

- Une conseillère pour les étudiants-athlètes à l'Alliance Sport-Études
- Un répondant sport-études au sein de ton établissement scolaire
- Un réseau de contacts dans le milieu sportif et scolaire

SERVICES

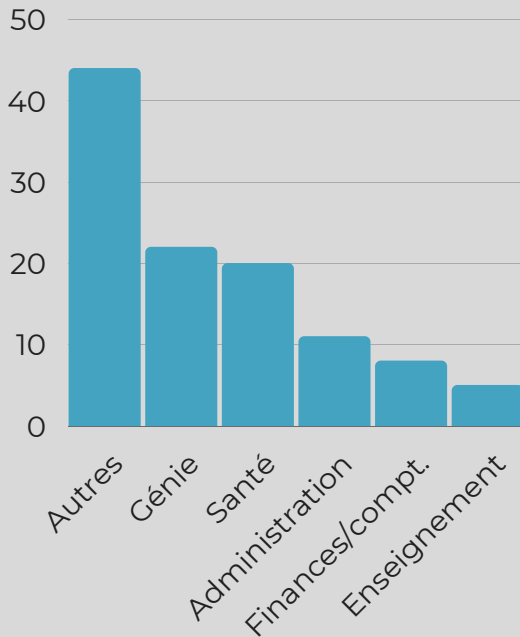
- La possibilité d'allonger ton cheminement scolaire
- La collaboration des enseignants
- La justification des absences liées aux exigences sportives
- Un accompagnement plus personnalisé

AVANTAGES

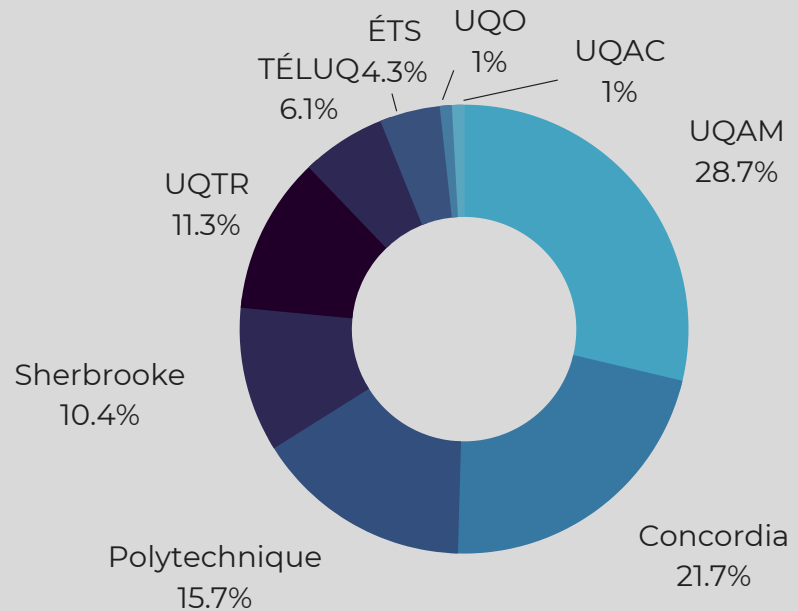
- C'est gratuit!
- Un parcours universitaire adapté à ta réalité
- Accès à notre programme de bourses hors pair
- Une belle visibilité sur nos réseaux sociaux

Étudiants-athlètes de l'Alliance Sport-Études à l'université

DISTRIBUTION PAR PROGRAMME D'ÉTUDES



DISTRIBUTION PAR UNIVERSITÉ



Aide-mémoire pour ta première session universitaire

AVRIL/MAI

- Tu devrais recevoir des nouvelles de l'université bientôt!
- **Lettre d'admission** - YEAH! Tu dois confirmer ton admission via le portail étudiant de ton université, autrement tu ne seras pas admis!
- **Lettre de refus** - Aie! Ton dossier sera donc analysé pour ton deuxième choix de programme. Tu auras des nouvelles prochainement!
- **Lettre d'ajout à la liste d'attente** - Ouf! Tu n'es pas refusé mais les places sont limitées. Selon le nombre d'étudiants qui seront retenus, tu pourras potentiellement être admis! On se croise les doigts! Tu peux entre-temps accepter l'admission à ton deuxième choix de programme sans nuire à ta liste d'attente.

JUIN

- Tu pourras procéder à ton **choix de cours** via le portail universitaire. À toi de choisir la charge scolaire que tu pourras jumeler avec ton sport. Valide l'offre des cours offerts à distance si tu as plusieurs contraintes.

Aide-mémoire pour ta première session universitaire (suite)

AOÛT

- Récupère ton **horaire** via le portail étudiant
- Communique avec ton entraîneur pour lui partager et moduler ton entraînement en fonction de ta charge scolaire (muscu au gym de l'uni?)
- Activité d'intégration, c'est le temps de te faire des amis!
- Tu peux annuler un cours sans frais seulement peu après le début des classes, informe-toi!

SEPTEMBRE

- Présente-toi à **CHACUN** de tes enseignants lors du premier cours en tant qu'étudiant-athlète Sport-Études
- Aie en main ton **horaire d'entraînements et de compétitions**, mentionne tes absences et planifie la reprise de la matière manquée
- Renseigne-toi sur l'accès au gym, aux casiers et autres éléments facilitant ta conciliation sport-études

OCTOBRE

- La **date limite pour abandonner un cours sans mention d'échec** approche. Tu devras quand même payer ton cours.
- **Paie les frais de scolarité \$!**
- Bonne **mi-session!** Le sommeil, la nutrition et des entraînements légers seront tes meilleurs alliés!

NOVEMBRE

- Afin de soulager ton mois de décembre, tente d'**avancer tes travaux** de fin de session et de débiter ta **révision pour les finaux**.
- La température et la clarté diminuent, **prends soin de toi** de façon à garder tes forces pour la fin de session!

DÉCEMBRE

- Bonne chance pour la **fin de session!** Un examen à la fois!
- Un bon sommeil, une nutrition équilibrée et de l'activité physique t'aideront à traverser celle-ci! Médite au besoin!

JANVIER

- Mise en candidature pour notre beau **programme de bourses** - applique!
- Reprends tes forces, la prochaine session commence bientôt!

Répondant sport-études

Chaque établissement membre de l'Alliance Sport-Études a un répondant sur place. Le département du répondant varie selon l'université, tu peux communiquer avec nous pour connaître ta personne-ressource.

Le répondant sport-études s'assure que tes études se déroulent sans tracas avec la conciliation de ton sport. C'est ta personne-ressource si jamais tu rencontres des pépins dans ton parcours scolaire. Tu restes responsable de la communication avec tes professeurs et ton département lors de tes absences pour compétitions et camps d'entraînements ; ton répondant sport-études est là pour te soutenir si tu as des questions. Tu peux communiquer avec ton répondant pour connaître les services offerts aux étudiants-athlètes membres de l'Alliance Sport-Études au sein de ton établissement scolaire (accès au gym, bourses et autres services). Cette ressource assure également la belle collaboration entre les étudiants-athlètes et l'Alliance Sport-Études. Elle est aussi responsable de choisir le lauréat pour la bourse régionale de la Fondation Sport-Études.



Programme de bourses de la Fondation Sport-Études



La Fondation Sport-Études est fière d'offrir un programme de bourses pour les étudiants-athlètes inscrits à l'Alliance Sport-Études. En 2021, la Fondation Sport-Études prévoit remettre 200 000 \$ en bourses à ses étudiants-athlètes. Il existe deux volets au programme de bourses: les bourses nationales et les bourses régionales.

BOURSES NATIONALES (2 500 \$)

Les bourses nationales comprennent trois créneaux:

- Excellence académique
- Réussite académique et sportive
- Persévérance

Les résultats scolaires et sportifs sont considérés dans l'évaluation des candidatures.

BOURSES RÉGIONALES (500 \$)

Une bourse régionale est remise dans chacun des établissements membres de l'Alliance Sport-Études. Les critères de sélection sont les mêmes que ceux des bourses nationales : excellence académique, réussite académique et sportive et persévérance. Le récipiendaire est sélectionné par l'université.

Pour soumettre ta candidature, surveille tes courriels et notre infolettre au courant du mois de janvier!

**BONNE PREMIÈRE SESSION UNIVERSITAIRE, NOUS SOMMES FIERS DE TE
COMPTER DANS LA GRANDE FAMILLE DE L'ALLIANCE SPORT-ÉTUDES !**