



# **Guide d'accueil pour les membres de la communauté étudiante autochtone**



# Table des matières

- 3 Reconnaissance territoriale**
- 3 Pourquoi un guide étudiant s'adressant spécifiquement aux personnes autochtones?**
- 5 Choc culturel**
- 6 Votre rentrée universitaire**
  - 6 Adaptation au milieu universitaire
  - 7 Retour aux études
- 8 Comment financer vos études**
  - 8 Frais de scolarité
  - 8 Dates importantes à respecter
- 10 Bourses offertes**
  - 10 Autodéclaration
- 11 Retrouvez votre culture à l'Université**
  - 11 Le Centre étudiant des Premiers Peuples
  - 11 Le Salon Uatik
  - 11 Groupe Facebook
  - 12 Activités culturelles
  - 12 Le Rassemblement Mitig
  - 12 La Journée nationale de la vérité et de la réconciliation
- 13 Contact avec le territoire et la nature**
  - 13 Projet Shipua | Sipik de Cap campus
  - 13 Jardins des Premiers Peuples
- 14 Syndrome de l'imposteur**
- 14 Cérémonie des réussites étudiantes autochtones**
- 15 Autres ressources et services à votre disposition**
  - 15 Soutien à l'apprentissage
  - 15 Santé physique et psychologique
  - 16 Ressources socioéconomiques
  - 16 Soutien aux parents-étudiants
- 16 Pour les personnes finissantes et diplômées**
  - Programme Leadership autochtone
- 17 Bureau du respect de la personne**
- 18 Ressources externes à l'Université de Montréal**
- 18 Formation Place aux Premiers Peuples**
- 19 Remerciements**

# Reconnaissance territoriale

L'Université de Montréal reconnaît qu'elle est située en territoire autochtone non cédé par voie de traité, et souhaite saluer celles et ceux qui, depuis des temps immémoriaux, en ont été les gardiens traditionnels. Elle exprime son respect pour la contribution des peuples autochtones à la culture des sociétés, ici et partout dans le monde.

## Saviez-vous que?

L'Université de Montréal forme le premier pôle d'enseignement supérieur au Québec avec ses écoles affiliées, HEC Montréal et Polytechnique Montréal.

Elle accueille chaque année une centaine d'étudiantes et étudiants autochtones dans divers programmes.

Quelques statistiques :

- 2 300 professeurs et professeures
- 2 600 chargés et chargées de cours
- 13 facultés et écoles
- Près de 70 000 personnes étudiantes
- 450 000 personnes diplômées

Ce guide contient des informations essentielles et conçues spécifiquement pour vous, notamment les services auxquels vous avez accès, mais aussi des occasions de créer des liens ou de vous reconnecter avec les cultures autochtones présentes sur le campus.

Vous y trouverez également d'autres informations plus générales qui pourraient vous être utiles tout au long de votre parcours. Il est essentiel pour nous de vous accompagner dans cette nouvelle étape de votre vie et de favoriser un milieu culturellement sécurisant dans lequel vous pourrez vous épanouir.

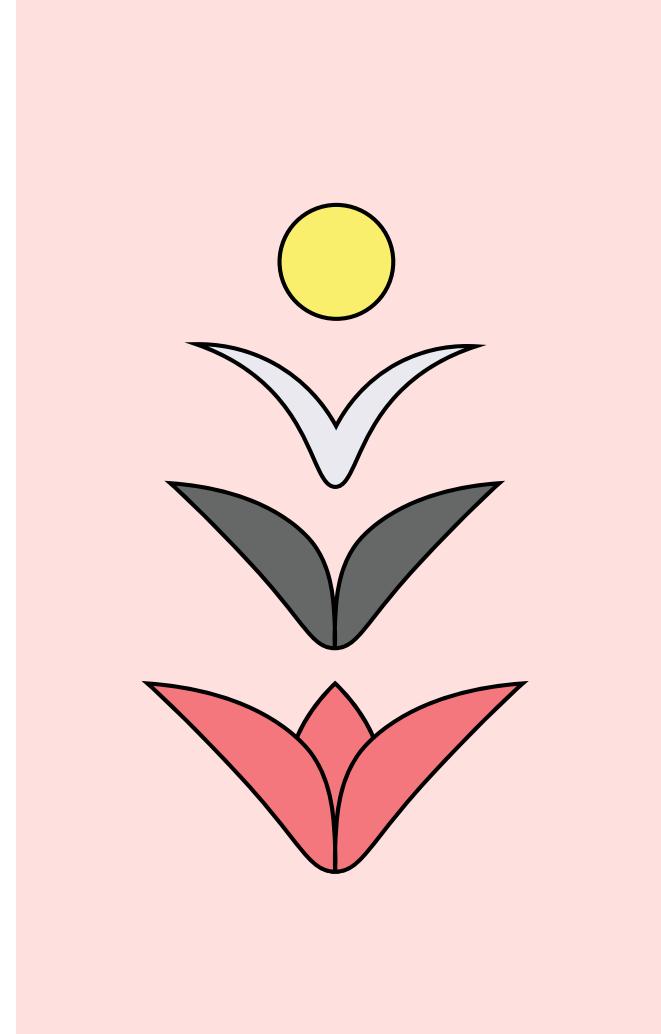
## Pourquoi un guide étudiant s'adressant spécifiquement aux personnes autochtones?

Amorcer son parcours à l'université s'accompagne de plusieurs changements, que ce soit de devoir s'adapter à un tout nouveau milieu de vie ou de côtoyer un grand nombre de gens différents. Vous pouvez vous aussi ressentir des différences ou de l'incompréhension. Voici quelques défis que vous pourriez rencontrer durant votre parcours universitaire.

Plusieurs d'entre vous ont dû passer à travers un processus majeur afin d'entrer à l'université. Ce processus peut impliquer de quitter votre communauté pour finalement vous installer en ville. Comme il n'y a pas d'université dans les communautés, entreprendre un parcours universitaire implique souvent un déplacement, voire un déménagement. Le passage de la communauté à la ville est une transition qui peut être vécue de manière différente selon la personne et en fonction de divers facteurs (tranche d'âge, proximité des villes, etc.).

Certaines personnes vivent en milieu urbain, mais sont peut-être habituées aux plus petites villes. Elles vivront certainement un choc et une perte de repères à leur arrivée dans une grande ville comme Montréal, par exemple.

D'autres personnes plus ou moins habituées à la ville auront une transition très facile et s'adapteront plus rapidement à leur milieu. Cependant, aller en ville signifie s'éloigner de sa famille et de son cercle. Ce déplacement implique de s'éloigner de son milieu de vie, d'amasser de l'argent pour vivre, de se construire un nouveau réseau, de perdre ses repères familiers et de se retrouver dans un milieu plus chaotique et qui fait moins référence à sa culture. Malgré l'augmentation de la population, le sentiment d'isolement est courant. Certains membres sont enthousiastes à l'idée de plonger dans cette nouvelle vie qui les attend et de vivre l'expérience universitaire, ce qui n'est pas le cas pour d'autres. Ce n'est pas seulement le fait de vivre en ville, ce qui déjà est très différent de la vie en communauté, mais également de fréquenter un établissement d'enseignement d'envergure. C'est un milieu où vous pourriez avoir de la difficulté à affirmer votre identité et votre culture



en raison d'un manque de représentation autochtone, par exemple, ce qui n'est pas le cas en communauté. C'est un passage important que vivent plusieurs personnes autochtones ayant quitté leur communauté pour aller en ville. Ce qui est frappant, c'est surtout l'impression de ne pas avoir sa place, cette absence de sentiment d'appartenance. Participer aux activités culturelles et sociales peut aider à diminuer ce sentiment.

Être en ville ne veut pas dire quitter définitivement sa communauté ni renier son appartenance culturelle, mais plutôt adopter un nouveau mode de vie en plus de tout le reste.

## Choc culturel

Passer de la communauté à la ville peut s'accompagner d'un choc culturel. En communauté, il y a beaucoup de repères culturels, tout le monde se connaît (ou presque) et il y a un sentiment d'appartenance qui est bien ancré pour plusieurs. Ainsi, lorsqu'une personne quitte la communauté pour s'établir en ville pour la première fois, cela peut s'accompagner d'un choc culturel qui s'exprime par ce sentiment d'inconfort ressenti lors d'une perte de ses repères culturels familiers. En ville, il n'y a pas toujours des repères culturels spécifiques à sa culture. Il y a plus de diversité chez les gens et c'est beaucoup plus grand. Il peut être ainsi plus difficile de vous habituer à votre environnement. C'est important de vous donner du temps pour vous y adapter et évaluer comment vous vous y sentez. C'est également important, dans ces moments, de garder un contact fort avec votre culture si cela vous fait du bien, de maintenir des liens aussi avec les gens de votre communauté et d'échanger avec des personnes qui vivent ou qui ont vécu la même chose. Ce choc culturel peut aussi être ressenti par des personnes moins attachées à leur culture, uniquement à cause de ce changement vers un environnement moins familier et plus vaste. Il n'y a pas de rythme parfait pour s'habituer à la ville, c'est un processus. Ça peut être simplement de vous limiter à votre quartier et aux environs de l'Université, puis d'explorer plus loin plus tard.



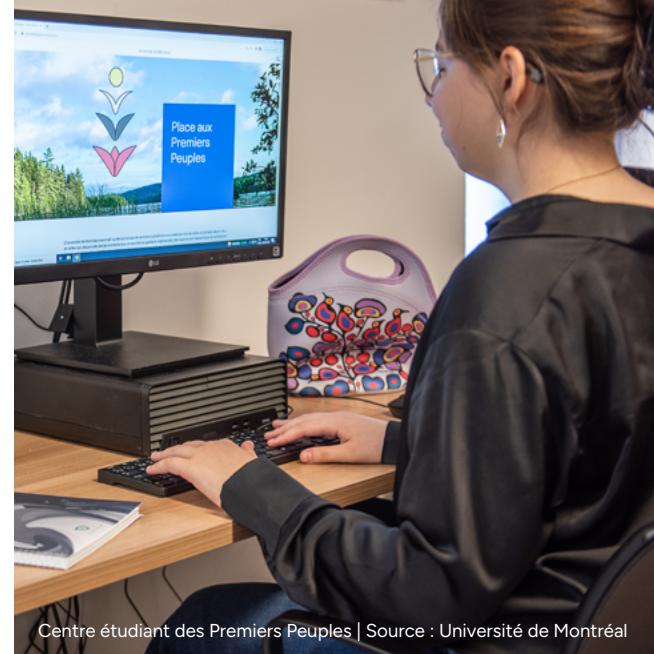
# Votre rentrée universitaire

Le parcours virtuel *Mode d'emploi UdeM* est une plateforme en ligne accessible à toutes les nouvelles personnes étudiantes de l'Université de Montréal. Il s'agit d'un parcours interactif, personnalisé selon votre profil, contenant des informations sur toutes les ressources de l'UdeM qui peuvent contribuer à la réussite de vos études. Nous vous encourageons vivement à le consulter. Cette plateforme vous permettra de vous familiariser avec les services de l'Université et vous guidera durant votre rentrée universitaire. Pour y accéder, rendez-vous à cette adresse : <https://modeemploi.snfas.umontreal.ca>

Voici quelques informations complémentaires qui pourraient vous être utiles pour vous y retrouver en tant que personne étudiante autochtone :

## Adaptation au milieu universitaire

Une entrée à l'université requiert beaucoup d'adaptation. Malgré les ressemblances avec le cégep, les études universitaires pourraient poser de nouveaux défis. Un parcours universitaire nécessite de faire preuve d'assiduité en classe, d'étudier pour réussir vos cours et de bien planifier votre temps en conséquence.



*« Au début de mes études, je me laissais souvent submerger par l'anxiété de performance, ce qui me poussait à procrastiner. Mais j'ai réalisé qu'avec une bonne planification de mon temps d'étude, je pouvais vraiment réduire ce stress et être plus efficace. Ce qui m'a aidé, c'est de me tourner vers le Centre étudiant de soutien à la réussite des Services à la vie étudiante. Il offre plein de ressources, que ce soit pour mieux m'organiser, gérer mon stress ou rester motivé. Ça a vraiment fait une différence dans mon parcours. »*

Le Centre étudiant de soutien à la réussite des Services à la vie étudiante offre plusieurs services pour vous aider. Que ce soit pour obtenir de l'aide dans vos études, du soutien pour mieux gérer le stress ou des conseils pour stimuler votre motivation, le Centre étudiant de soutien à la réussite est là pour vous! Pour en apprendre davantage sur ce service ou pour joindre le Centre : <https://vieetudiante.umontreal.ca/a-propos/service/soutien-apprentissage>

## Retour aux études

Le retour à l'université peut être vécu différemment d'une personne à l'autre. Certaines personnes parmi vous ne rencontrent peut-être aucune difficulté à reprendre le rythme des études universitaires. D'autres ont plus de difficulté à suivre ce rythme si la dernière rentrée universitaire remonte à loin. Pour celles et ceux qui sont parents, il y a une autre responsabilité qui s'ajoute aux études, ce qui change du parcours universitaire précédent et demandera une adaptation. Et si vous aviez fait un retour dans votre communauté, vous devez non seulement vous réadapter à un rythme universitaire, mais aussi retourner en ville avec toutes les responsabilités que cela implique.

Il est important de vous rappeler que plusieurs autres étudiantes et étudiants sont dans la même situation que vous et qu'il est toujours possible de connecter avec eux. Le découragement peut être rapide, mais il y a divers moyens de faciliter votre parcours universitaire, comme diminuer la charge de travail en ayant moins de cours ou en étudiant à temps partiel, par exemple. N'hésitez pas à partager vos défis avec une personne-ressource du Centre étudiant des Premiers Peuples des Services à la vie étudiante.



Centre des Premiers Peuples | Source : Université de Montréal



Shaputuan (habitation traditionnelle innue) >  
à l'Université de Montréal : Rencontres autochtones  
Source : Université de Montréal

# Comment financer vos études?

## Frais de scolarité

Si vous êtes membre d'une communauté autochtone et que vous êtes inscrit ou inscrite au programme offert par votre conseil de bande, vous pourriez bénéficier d'une aide financière vous permettant de poursuivre vos études universitaires. Ce soutien varie d'une communauté à l'autre et peut inclure les frais de scolarité, une allocation pour l'achat de livres et de matériel scolaire ainsi qu'une allocation pour le transport et, en fonction de votre situation, pour le logement. Les montants alloués varient selon que vous poursuivez des études à temps partiel ou à temps plein. Vous pouvez contacter votre conseil de bande directement pour connaître les montants d'allocation et les conditions pour y avoir droit. **Notez que les conseils de bande ne couvrent généralement pas l'ensemble des frais pour chaque trimestre. Il est donc important de consulter régulièrement votre espace Web Centre étudiant afin de vérifier si vos frais d'inscription ont été réglés ou s'il en reste à payer avant la date limite. Selon les frais couverts et votre désistement de certains frais non obligatoires, il se peut qu'il vous reste un petit solde à régler.**

Parfois, même si vos frais de scolarité ont été payés par votre conseil de bande, le solde dans votre espace Web Centre étudiant pourrait continuer de montrer une facture impayée. **Si cela se produit, nous vous recommandons de contacter votre conseil de bande pour obtenir une confirmation du paiement, puis de communiquer avec l'équipe du Centre étudiant des Premiers**

**Peuples qui pourra vous aider à régler la situation rapidement et avec bienveillance.** Le CEPP est situé au B-2375-1 (niveau mezzanine) du pavillon 3200, rue Jean-Brillant. Pour le contacter : [premierspeuples@sve.umontreal.ca](mailto:premierspeuples@sve.umontreal.ca)

Il est important d'agir rapidement, car si les frais ne sont pas payés à temps, il pourrait y avoir des frais d'intérêts à payer ou un blocage d'inscription. Le montant inscrit dans votre Centre étudiant ne sera modifié que dans les 3 jours qui suivent, il est donc normal qu'il n'y ait aucun changement immédiatement après un paiement.

## Dates importantes à respecter

Afin d'éviter des frais supplémentaires ou un blocage d'inscription, les frais de scolarité doivent être payés à temps. Les dates à respecter sont le 15 octobre pour le trimestre d'automne, le 15 février pour le trimestre d'hiver et le 15 juin pour le trimestre d'été.

Si la date limite de paiement approche et que le solde de votre facture demeure le même dans l'espace Web Centre étudiant, **contactez rapidement votre conseil de bande pour vérifier le statut du paiement. La mise à jour du montant peut prendre jusqu'à 3 jours.** Si votre conseil de bande confirme que le paiement a été fait, il est souhaitable de lui demander une copie de la preuve du paiement. Selon les frais couverts et votre désistement de certains frais non obligatoires, il se peut qu'il vous reste un petit solde à régler.

## Pour les étudiantes et étudiants inuits

Tout comme les personnes étudiantes inscrites auprès d'un conseil de bande reconnu, vous pouvez vous aussi avoir recours à du financement lié à différents types de frais durant vos études postsecondaires. Pour faire votre demande et connaître les dates limites de dépôt, vous pouvez contacter l'Inuit Tapiriit Kanatami ou l'organisation inuite de revendication territoriale avec laquelle vous êtes en lien.



## Astuce!

Saviez-vous que certains frais non payés par les conseils de bande peuvent être évités? Par exemple, les membres de la communauté étudiante des Premières Nations qui sont « statués », c'est-à-dire qui sont inscrits ou inscrites au sens de la loi, ont accès au programme des services de santé non assurés (SSNA) du gouvernement canadien. Certains étudiants et étudiantes pourraient donc choisir de ne pas cotiser aux assurances offertes à la communauté étudiante de l'Université de Montréal (ASEQ). Notez que l'ensemble des personnes étudiantes sont automatiquement inscrites à ce régime d'assurance santé et dentaire. Pour plus d'information : <https://www.faecum.qc.ca/services/assurances-aseq>

Les personnes déjà couvertes par un autre système d'assurance qui souhaiteraient se retirer de l'ASEQ peuvent le faire en suivant une procédure simple que vous retrouverez sur le site de la Fédération des associations étudiantes du campus de l'Université de Montréal (FAÉCUM) : <https://www.faecum.qc.ca/services/assurances-aseq>

Vous n'avez à faire cette démarche qu'une seule fois durant votre parcours universitaire.

# Bourses offertes

En tant qu'étudiant ou étudiante autochtone à l'Université de Montréal, vous avez accès à plusieurs bourses réservées aux membres des Premiers Peuples, à tous les cycles. Les montants sont variables d'une bourse à l'autre. Vous devrez adhérer **au processus d'autodéclaration** (voir encadré) si vous faites une demande de bourse.

Voici quelques exemples de bourses réservées aux personnes étudiantes issues des Premiers Peuples :

→ **BeMo Academic Consulting**

5 000 \$ pour les étudiants et étudiantes en médecine

→ **Bourse d'accueil Place aux Premiers Peuples de l'UdeM**

- maîtrise : 5 000 \$/année pour 2 ans
- doctorat : 10 000 \$/année pour 3 ans

Pour découvrir l'ensemble des bourses offertes, vous pouvez consulter le répertoire des bourses en vous rendant sur ce site : <https://bourses.umontreal.ca/repertoire-des-bourses>



## Autodéclaration

À l'Université de Montréal, toute personne peut s'auto-identifier comme membre des Premiers Peuples, sans impact administratif. Cette auto-identification donne accès à du soutien et à des services adaptés. En revanche, l'autodéclaration est requise pour certaines démarches officielles, comme l'admission dans des programmes contingentés ou l'accès à des bourses destinées aux étudiants et étudiantes autochtones. L'autodéclaration nécessite des documents spécifiques selon votre statut (membre des Premières Nations, Inuit, Métis).

Retrouvez plus d'information sur l'autodéclaration ici : <https://admission.umontreal.ca/admission/vous-etes/autochtones>

Même si vous ne vous autodéclarez pas, il est fortement recommandé de vous auto-identifier dans votre *Centre étudiant*. Cela ne demande aucune preuve et permet d'accéder à des communications et services réservés aux étudiants et étudiantes autochtones, comme le bulletin du Centre étudiant des Premiers Peuples.



Centre étudiant des Premiers Peuples | Source : Université de Montréal



## Retrouvez votre culture à l'Université

Si vous êtes une personne étudiante autochtone, sachez que l'Université de Montréal met à votre disposition plusieurs services pensés spécialement pour vous accompagner tout au long de votre parcours. Que ce soit pour du soutien scolaire, personnel, culturel ou administratif, des ressources sont là pour vous appuyer et vous aider à vous sentir bien et pleinement à votre place. Voici la liste des principales ressources. N'oubliez pas de vous auto-identifier dans votre Centre étudiant pour être au fait des initiatives et services qui vous sont destinés spécifiquement!

### Le Centre étudiant des Premiers Peuples

Le Centre étudiant des Premiers Peuples (CEPP) des Services à la vie étudiante vise à favoriser la reconnaissance, l'épanouissement et la réussite des étudiants et étudiantes autochtones à l'Université. Il offre un accompagnement et des activités socioculturelles, tout en assurant une sécurisation culturelle. Le CEPP est situé au B-2375-1 (niveau mezzanine) du pavillon 3200, rue Jean-Brillant. Pour le contacter : [premierspeuples@sve.umontreal.ca](mailto:premierspeuples@sve.umontreal.ca)

### Le salon Uatik

Le salon Uatik est réservé à la communauté étudiante autochtone de l'UdeM. Uatik signifie « tanière » en innu. C'est un espace que vous pouvez fréquenter pour diverses raisons : prendre une pause entre vos cours, manger, avoir accès à un ordinateur ou socialiser avec les personnes présentes. Il est situé au B-2375-1 (niveau mezzanine) du pavillon 3200, rue Jean-Brillant.

### Groupe Facebook

Le Centre étudiant des Premiers Peuples est aussi responsable de la gestion du [groupe Facebook consacré à la communauté étudiante universitaire autochtone](#). Les personnes étudiantes et diplômées autochtones en sont également membres. Il s'agit d'un milieu d'échange et de diffusion d'information (offres d'emploi, avis, informations par rapport à l'UdeM, etc.). Les activités réservées à la communauté étudiante autochtone sont aussi partagées dans le groupe. Le CEPP propose également une infolettre contenant des informations d'intérêt pour la communauté étudiante autochtone.

## Activités culturelles

L'Université offre des activités qui portent sur la thématique de la culture et des réalités autochtones. Celles-ci peuvent s'adresser au grand public ou strictement à la communauté autochtone de l'UdeM. Ce sont de bons moments pour découvrir les différentes cultures ou replonger dans la vôtre.

### Le Rassemblement Mitig

Chaque année a lieu le **Rassemblement Mitig : rayonnement des perspectives et des savoirs autochtones** qui propose, au fil des mois, une programmation d'activités variées, toutes en lien avec la culture et les réalités autochtones. Vous pouvez y retrouver divers invités et invitées autochtones et allochtones. C'est une occasion parfaite de découvrir d'autres cultures ou de plonger dans la vôtre. Il s'agit d'un événement incontournable qui est ouvert à la grande communauté de l'UdeM et à ses centres affiliés.

Voici les types d'activités que vous ne voulez surtout pas manquer :

- Lectures publiques
- Gastronomie
- Art
- Cinéma
- Conférences
- Tables rondes
- Spectacles

### La Journée nationale de la vérité et de la réconciliation

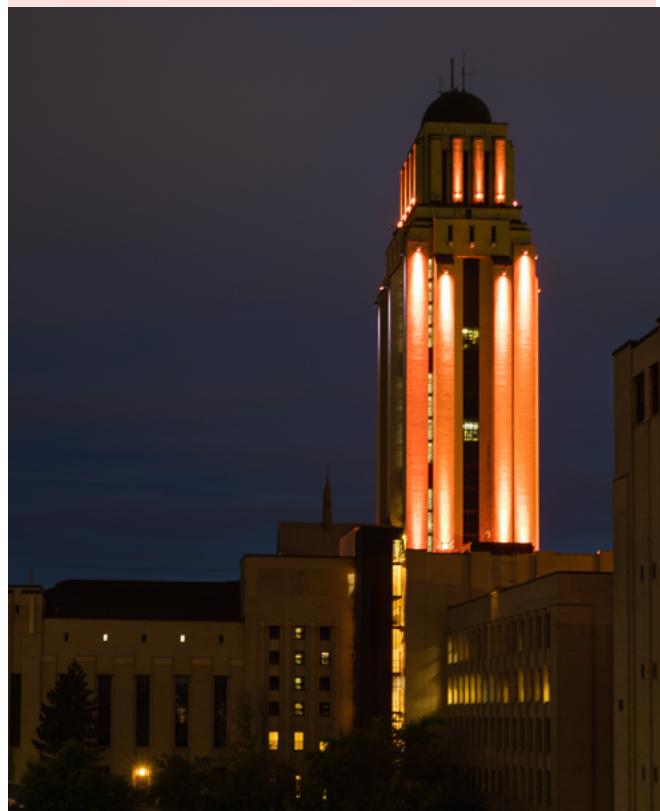
La Journée nationale de la vérité et de la réconciliation est aussi soulignée à l'Université. Lors de cette journée de commémoration qui a lieu le 30 septembre, la tour de l'UdeM (Roger-Gaudry) est illuminée en orange. Différentes activités sont organisées afin de sensibiliser la

communauté de l'UdeM sur cette journée et sa signification. Vous trouverez toutes les informations pertinentes sur le site Web *Place aux Premiers Peuples* : <https://www.umontreal.ca/premierspeuples/reconciliation>

### Le saviez-vous?

#### 30 septembre

Le 30 septembre est considéré comme un jour férié dans le calendrier universitaire de l'UdeM depuis 2023. À cette occasion, aucune activité d'enseignement n'a lieu. Les événements commémoratifs et de sensibilisation liés à la Journée de la vérité et de la réconciliation sont souvent organisés la veille ou le lendemain. C'est un moment important pour réfléchir, apprendre et honorer les voix des Premiers Peuples.



# Contact avec le territoire et la nature

Voici quelques occasions qui vous sont offertes de vous rendre en territoire.

## Projet Shipua | Sipik de Cap campus

Cap campus représente une mission dans laquelle est impliquée une partie de la communauté universitaire. Du côté des Premiers Peuples, Cap campus collabore, avec des collèges et des communautés, au projet Shipua | Sipik pour promouvoir la poursuite des études au niveau universitaire. Ses membres se déplacent aussi dans les communautés pour faire des activités avec les jeunes et encourager la poursuite des études de manière sécurisante culturellement. De plus, des groupes de jeunes autochtones du secondaire et du collégial sont accueillis pour visiter l'Université de Montréal. Pour plus d'information sur le projet, vous pouvez consulter cette page : <https://capcampus.umontreal.ca/premiers-peuples>

L'Université offre des cours de langue innue et, dans le cadre de ce cours, une sortie en territoire est organisée par la personne enseignante lorsque vous avez progressé dans le cours.



## Jardins des Premiers Peuples

L'Université de Montréal, avec l'aide de plusieurs facultés et partenaires, a démarré un projet de jardins des Premiers Peuples. Ce sont des jardins à proximité de certains campus de l'UdeM et dans lesquels se trouvent différentes plantes médicinales traditionnellement utilisées par les peuples autochtones. Plus de jardins verront le jour éventuellement.

- Entrée Decelles (ancien pavillon HEC)
- Forêt nourricière au métro Université de Montréal
- Près du CPE de l'Université de Montréal sis au 2332, boul. Édouard-Montpetit

Pour en savoir davantage sur les jardins, vous pouvez lire cet article publié sur UdeMNouvelles : <https://nouvelles.umontreal.ca/article/2023/02/16/des-jardins-des-premiers-peuples-a-l-universite-de-montreal>

Maquette réalisée par les élèves de l'école Nikanik de Wemotaci  
Source : Eliane Santschi



## Syndrome de l'imposteur

**« En tant que première de ma famille à aller à l'université, j'ai souvent douté de ma place. Le syndrome de l'imposteur était bien présent. Mais j'ai compris que je suis ici parce que j'ai travaillé fort. Même sans modèle, j'ai ma place, et je la mérite. »**

Certaines personnes parmi vous peuvent être de la première génération de leur famille qui entreprend des études universitaires. Des situations comme celle-ci pourraient vous mener à développer un syndrome de l'imposteur.

Être une personne autochtone aux études supérieures peut parfois renforcer le sentiment de ne pas être à sa place, surtout lorsqu'on se retrouve dans une salle de classe avec des personnes qui ne partagent pas les mêmes réalités ou défis. Pourtant, si vous êtes ici, c'est grâce à vos efforts. Vous méritez pleinement votre place, au même titre que toutes les autres personnes autour de vous.

Étudier en milieu urbain peut aussi entraîner des changements identitaires, notamment le sentiment d'être « moins » autochtone en retournant dans sa communauté. On peut également avoir l'impression de se situer entre deux mondes : ni totalement autochtone ni totalement non-autochtone.

Dans ces moments, l'autoréflexion est essentielle. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise façon d'être autochtone — c'est une démarche personnelle, liée à votre vécu, à vos choix et à votre sentiment d'appartenance. Tout au long de votre parcours, vous aurez l'occasion de vous reconnecter à votre culture... ou simplement à vous-même.

N'hésitez pas à entrer en contact avec le CEPP et le Centre de santé et de consultation psychologique des Services à la vie étudiante (voir plus bas) pour obtenir du soutien si vous ressentez le besoin d'en parler à une personne de confiance.

## Cérémonie des réussites étudiantes autochtones

Chaque année a lieu la Cérémonie des réussites étudiantes autochtones, qui souligne la motivation, la persévérence et le succès des étudiants et étudiantes autochtones de l'UdeM. Si vous avez déjà procédé à votre auto-identification, vous recevrez une invitation du CEPP pour participer à cet événement!

Que vous ayez terminé votre première année de baccalauréat, un certificat, une maîtrise ou même un doctorat, vos réussites seront mises en lumière lors de la Cérémonie des réussites étudiantes autochtones.



## Autres ressources et services à votre disposition

Comme vous l'aurez déjà découvert dans votre *Mode d'emploi UdeM*, l'Université de Montréal offre une multitude de services généraux accessibles à l'ensemble de la communauté universitaire. La section qui suit vous présente quelques-uns de ces services afin de vous aider à mieux les connaître et à les utiliser tout au long de votre parcours.

## Soutien au parcours académique

Comme il a été mentionné plus tôt dans le guide, le Centre étudiant de soutien à la réussite (CÉSAR) des Services à la vie étudiante offre un service de soutien à l'apprentissage à l'ensemble des membres de la communauté étudiante qui souhaiteraient développer leurs méthodes d'étude et d'apprentissage (<https://vieetudiante.umontreal.ca/a-propos/service/soutien-apprentissage>). Sachez que le CÉSAR offre également un soutien en orientation scolaire et professionnelle (<https://vieetudiante.umontreal.ca/a-propos/service/orientation-scolaire-professionnelle>) de même que le service conseils carrière (<https://vieetudiante.umontreal.ca/a-propos/service/conseils-carriere>).

## Santé physique et psychologique

L'Université de Montréal offre plusieurs services axés sur les soins de santé physique et psychologique. Certains de ces services sont payants, d'autres non. Vous devez avoir en main votre carte étudiante et votre carte RAMQ pour pouvoir y accéder. Vous pouvez prendre rendez-vous en ligne.

Voici quelques-uns des services qui sont offerts :

- Centre de santé et de consultation psychologique des Services à la vie étudiante (offre des rendez-vous médicaux et en psychologie)
- Clinique dentaire
- Clinique de kinésiologie
- Clinique de physiothérapie et de médecine du sport
- Clinique universitaire de nutrition
- Clinique universitaire de psychologie
- Clinique universitaire de la vision

Pour une liste exhaustive et à jour de l'ensemble des services offerts, vous pouvez visiter la page suivante : <https://vieetudiante.umontreal.ca/sante-bien-etre/soins-physiques>

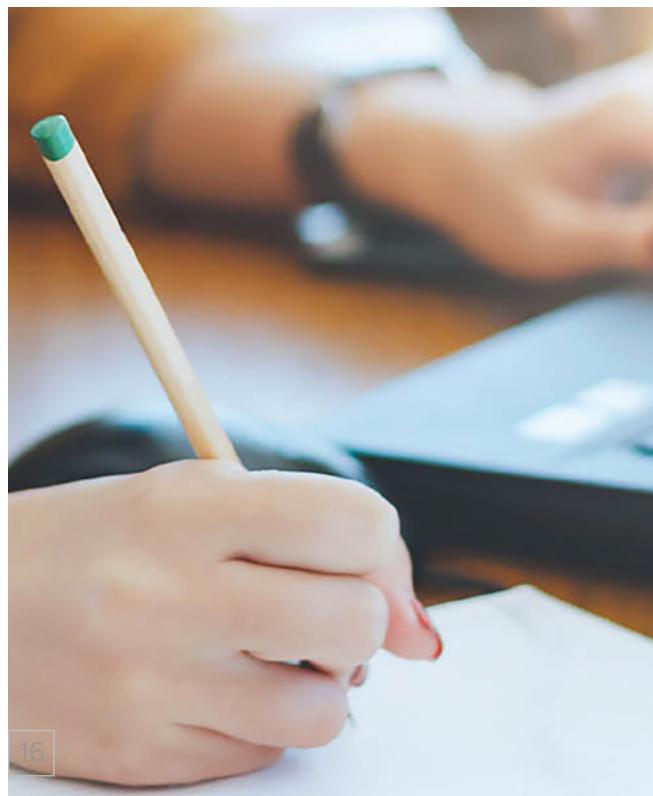
Ressources des Services à la vie étudiante pour obtenir de l'écoute et du soutien : <https://vieetudiante.umontreal.ca/sante-bien-etre/soutien-psychologique>

## Ressources socioéconomiques

Plusieurs ressources socioéconomiques sont à votre disposition si vous avez besoin d'un appui financier. Plus haut, nous avons abordé la question des bourses offertes aux étudiants et étudiantes autochtones, mais il existe d'autres ressources plus génériques. Que vous recherchez un emploi, une bourse ou un appui pour vos frais de scolarité, voici différents services qui pourront vous aider : <https://vieetudiante.umontreal.ca/a-propos/service/aide-financiere-bourses>

## Soutien aux parents-étudiants

Un service de soutien pour les parents aux études est offert. Une politique est en place à l'Université pour mieux les soutenir tout en leur permettant de maintenir un parcours d'études de grand qualité. Pour plus d'information sur les ressources accessibles, consultez ce site : <https://vieetudiante.umontreal.ca/soutien-etudes/parents-etudes-udem>



## Pour les personnes finissantes et diplômées

### Programme Leadership autochtone

Le programme Leadership autochtone de l'Université de Montréal est offert en collaboration avec l'Université de l'Île de Vancouver et soutenu financièrement par la Fondation McConnell. Il vise à assurer un accompagnement à toute personne diplômée autochtone de niveau postsecondaire dans sa recherche d'emploi.

Le programme a pour objectif de créer un pont entre la personne autochtone diplômée et un employeur prêt à l'accueillir dans un environnement culturellement sécurisant. Pour ce faire, un système de mentorat est offert où la personne sera accompagnée, tout au long de son stage, d'un mentor ou d'une mentore soit autochtone, soit sensible aux réalités autochtones. Le stage est un emploi d'une durée de deux ans. Durant ces deux années, la personne diplômée et l'employeur ont des suivis avec la personne-ressource.

Enfin, le programme Leadership autochtone vise à briser les barrières d'accès à l'emploi, à augmenter la main-d'œuvre autochtone et à offrir un service adapté aux personnes autochtones diplômées. Pour plus d'information : <https://www.umontreal.ca/premierspeuples/leadership-autochtone>

# Bureau du respect de la personne

L'université est un lieu riche en diversité, où se croisent des personnes aux identités, réalités et parcours très variés. Cela dit, il arrive encore que certaines personnes qui nous entourent manquent de connaissances ou de sensibilité face aux réalités autochtones. Malheureusement, cela peut parfois mener à des situations de racisme, de discrimination ou de micro-agressions. Il est important de rappeler que le racisme est une forme de discrimination liée à l'identité raciale ou culturelle d'une personne et que ce genre de comportement n'a pas sa place sur un campus.

La discrimination, pour sa part, est un traitement défavorable en raison d'une ou de plusieurs caractéristiques d'une personne. Les micro-agressions sont une forme de discrimination aussi, mais qui n'est généralement pas mal intentionnée et qui reflète une ignorance de la part de l'autre personne.

Même si ces formes de discrimination peuvent parfois sembler subtiles, elles ont un réel impact sur la personne qui en est victime. Si vous vivez une situation de ce type, n'hésitez pas à en parler à une personne de confiance — que ce soit un enseignant ou une enseignante ou encore un membre du personnel de l'UdeM — ou à vous adresser directement au **Bureau du respect de la personne**. Ce bureau est là pour vous écouter et vous soutenir, et il a pour mission de prévenir et de combattre le harcèlement, la discrimination, le racisme et les violences à caractère sexuel.

Vous pouvez joindre l'équipe du Bureau à [respect@umontreal.ca](mailto:respect@umontreal.ca) ou en composant le (514) 343-7020.



# Ressources externes à l'Université de Montréal qui pourraient vous être utiles

- Centres d'amitié autochtones : Services donnés à plusieurs endroits au Québec pour la communauté autochtone urbaine dans plusieurs domaines, comme la santé, les services sociaux, la justice, l'orientation, l'éducation, la formation et l'orientation professionnelle.  
Centre d'amitié autochtone de Montréal : 2001, boul. Saint-Laurent, Montréal (Québec) H2X 2T3. (514) 499-1854
- Mikana : Offre de formations, ateliers, outils et ressources par rapport aux réalités autochtones dans une perspective d'autonomisation (*empowerment*) afin de fournir aux jeunes des outils utiles dans leur implication éventuelle pour l'établissement de liens entre autochtones et allochtones.
- RÉSEAU de la communauté autochtone à Montréal : Organisation ayant accès à un large réseau d'organismes œuvrant auprès des personnes autochtones apportant un soutien, notamment psychologique, et couvrant des coûts pour les travailleurs et travailleuses de première ligne d'organismes communautaires. Différents événements sont organisés et il y a des possibilités d'implication. L'organisme héberge également l'INDex : une base de données communautaire qui fournit des informations essentielles sur les programmes autochtones ou qui s'adressent aux Autochtones à Tiohtià:ke/ Montréal.

- Femmes autochtones du Québec : Représentation des femmes des Premières Nations au Québec et des femmes autochtones en milieu urbain. Sensibilisation, événements et ressources.
- Montréal Autochtone : Clinique de santé familiale à Montréal tenant compte des besoins de santé des personnes autochtones. Elle permet l'accès à des services de santé culturellement sécurisants.

## Formation Place aux Premiers Peuples

La formation Place aux Premiers Peuples visant à mettre en lumière les réalités des peuples autochtones, leur histoire ainsi que leurs cultures met aussi en évidence leur résilience. Elle met l'accent sur la sécurisation culturelle en expliquant comment rendre les universités, les institutions et les gens plus culturellement sécurisants selon la règle des 3S (*seen, secured, supported*), donc la visibilité, la sécurité et le soutien. La formation est gratuite et accessible sur le site de l'UdeM et vous pouvez la suivre à votre rythme. Elle s'adresse à la communauté étudiante et aux membres du personnel de l'UdeM ainsi qu'au grand public. <https://catalogue.edulib.org/fr/cours/umontreal-ppp>

# Remerciements

## Rédaction

- **Leticia-Uasheiau Bacon**  
Coordonnatrice à la sécurisation culturelle
- **Annie Pullen Sansfaçon**  
Vice-rectrice associée aux Relations avec les Premiers Peuples

## Avec la collaboration de

- **Isabelle Brasseur**  
Directrice Accueil et intégration des Services à la vie étudiante
- **Delphine Blanchard**  
Responsable des communications et du marketing des Services à la vie étudiante
- **Mélanie Lumsden**  
Coordonnatrice au Centre étudiant des Premiers Peuples des Services à la vie étudiante
- **Eliane Santschi**  
Conseillère aux Relations avec les Premiers Peuples de Cap Campus
- **Jonathan Abitbol**  
Conseiller principal aux Relations avec les Premiers Peuples
- **Bureau des communications et des relations publiques**  
Conception graphique

Nous souhaitons également remercier **Jean-François Gaudreault-Desbiens** ainsi que le **Vice-rectorat à la planification et à la communication stratégique** pour leur soutien au développement de ce manuel.

Ce guide a bénéficié d'un soutien financier du ministère de l'Enseignement supérieur





Université  
de Montréal  
et du monde.