

# Info-FMEQ

Décembre 2011

VOLUME 9

NUMÉRO 2

Décembre 2011

## Les études et l'argent \$



## Dossier spécial: AFE



### À la Une

Comprendre l'AFE  
(Aide Financière aux Études)

### Éditorial

Toutes les possibilités d'aides  
financières pendant vos études!

### Affaires politiques

Hausse des frais de scolarité –  
Quel est l'impact financier pour  
nous?

### Affaires financières

Une gestion de budget efficace!

### Affaires internationales

Campagne nationale d'IFMSA  
Québec

### Services et partenaires

La FMEQ à votre service!

Medjokes!!!

## Le mot du président

**C**hers collègues,

Voici une nouvelle édition de l'Info-FMEQ qui a été préparée pour vous avec soin. Comme vous le savez, les études médicales ont plusieurs passages très exigeants. Ainsi, depuis plusieurs années, la FMEQ travaille, de concert avec les Facultés et vos associations étudiantes locales, à trouver des solutions pour améliorer votre bien-être. L'an dernier, nous avons sondé l'ensemble des externes pour évaluer leurs sources de stress afin de développer une liste de solutions pour pallier aux problèmes les plus criants. Durant l'année à venir, vous allez recevoir les résultats de ce sondage et nous allons organiser une grande journée sur le bien-être des externes le 17 février 2012. De plus, la prochaine édition de l'Info-FMEQ portera tout particulièrement sur cette question.

D'ici là, nous avons voulu vous préparer une édition de l'Info-FMEQ qui parle d'un sujet pouvant être une grande source de stress : vos finances. Ainsi, dans cette édition, vous allez trouver plusieurs articles traitant de la question : les sources de financement qui vous sont disponibles, le coût de vos études, le programme gouvernemental d'aide financière aux études.

Je vous laisse donc à la lecture de cette édition et je vous souhaite à tous une excellente continuation à votre année scolaire!

Eric Peters  
Président de la FMEQ



**Eric Peters**  
**Président FMEQ**  
[president@fmeq.ca](mailto:president@fmeq.ca)

---

**www.fmeq.ca**

## Aide financière aux études

*Qu'est-ce que l'AFE et que nous apporte-t-elle?*

L'Aide financière aux études (AFE) est une unité autonome de service du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, et qui a pour mission de favoriser l'accès aux études en offrant un régime d'aide financière adapté aux besoins de la population étudiante, sous forme de prêts et bourses.

Les banques peuvent aussi octroyer des prêts aux étudiants, mais les intérêts s'accumulent tout au long de vos études, et surtout, elles n'offrent pas de bourses!

C'est donc à ce niveau que l'AFE devient intéressante pour les étudiants : ce programme offre des prêts dont les intérêts et le remboursement ne commencent qu'à la fin des études, et beaucoup de bourses qui n'ont, par définition, pas besoin d'être remboursées.

**Par exemple, le montant moyen accordé à un étudiant en médecine de quatrième année, et qui n'a aucun revenu d'emploi ou de bourses, se chiffre à environ 13 000 \$, soit environ 4000 \$ de prêts sans intérêt et 9000 \$ de bourses.**

À quel moment les étudiants ont-ils droit à l'aide financière? C'est ce que vous pourrez vérifier dans le texte qui suit.

### À combien avons-nous droit?

Les montants offerts sont très variables d'un étudiant à l'autre puisque le programme d'AFE calcule les besoins financiers des étudiants et les contributions financières qu'ils reçoivent d'ailleurs.

Alors avant de se lancer dans les prédictions, voyons un peu comment sont structurés ces calculs.

Le programme calcule les besoins financiers de chaque étudiant en fonction des dépenses admissibles de

chacun et de leurs contributions attendues à leurs études.

Dépenses admises – Contributions = **Besoins financiers**

Le programme calcule les dépenses admissibles en fonction des frais de subsistance (variant selon la situation matrimoniale, habiter chez ses parents ou non, etc.), des frais de scolarité, du coût du matériel informatique, du transport, des frais médicaux, etc. Par exemple, le gouvernement considère qu'un étudiant résident chez ses parents paie des frais de subsistance de 345\$ par mois comparé à 758\$ pour un étudiant ne résident pas chez ses parents. Un questionnaire doit donc être rempli durant l'application à l'AFE afin d'inscrire toutes ces dépenses.

Ensuite, le gouvernement prend en considération les revenus des étudiants et de leurs parents, les revenus d'emploi, les prestations et les bourses pour calculer une contribution de l'étudiant et de sa famille. Pour les salaires, parents comme étudiants doivent contribuer à partir d'un certain seuil de rémunération.

Une fois les dépenses admises et les contributions calculées, le premier est soustrait au deuxième pour obtenir le montant que le gouvernement considère comme étant les besoins financiers de l'étudiant. Le montant attribué aux étudiants varie donc beaucoup. Toutefois, une règle subsiste : **si le montant de vos besoins financiers est supérieur au plafond de prêt, vous recevrez l'excédent en bourse. Le plafond de prêt est le montant maximal que le gouvernement demandera à un étudiant de rembourser dans le futur.**

Le **plafond de prêt** est établi selon le type de programme d'études (ici, des études universitaires en médecine, 1er cycle) et la durée des études (pour une année). Les étudiants universitaires du premier cycle en 2011-2012 ont droit à un 305\$ par mois d'études.

Vos besoins financiers qui ne sont pas couverts par ce montant mensuel seront donc comblés par des bourses. Mais il y a bien-sûr un plafond à cette aide financière. Le montant maximum de bourse pouvant être accordé s'élève à 16 252 \$ si vous êtes à l'université en 2011-2012. Ce montant variera d'année en année.

Une fois qu'une aide financière vous sera calculée et attribuée par le programme de l'AFE, vous connaîtrez la répartition des versements et la proportion des prêts et des bourses qui vous seront accordés.

### Contribution des parents

Malheureusement, cette aide n'est pas disponible pour tout le monde. Tel qu'expliqué plus tôt, le programme prend en compte les étudiants avec **contribution des parents** ou d'un conjoint. Car en vertu du **Code civil** du Québec, les **parents** doivent contribuer au financement des études de leur enfant (**articles 507 à 609**). Ils ont le devoir de nourrir, d'entretenir et d'éduquer leur enfant, et ce, même si celui-ci a plus de 18 ans. Donc, en fonction du revenu de vos parents (ou conjoint), le programme décidera quelle contribution leur sera demandée pour vos études.

Si vos parents ont un revenu de moins de 44 000\$, aucune contribution ne leur sera demandée. Par contre, s'ils gagnent plus de 44 000\$ une contribution leur sera exigée, variant pour chaque

## À la une

tranche de salaire gagné (les plus gros salariés doivent contribuer davantage). Il se peut donc que si vos parents ont des revenus élevés, l'AFE ne vous octroiera pas d'aide financière avant d'être considéré autonome de vos parents, car le montant de contribution de vos parents équivaldrait à vos besoins financiers.

### Quand sommes-nous considérés comme autonomes alors?

#### La grande question.

Vous êtes automatiquement considéré comme étant autonome si vous avez des enfants (mais là certaines conditions s'appliquent), si vous êtes orphelin, enceinte, marié ou si vous répondez à certains critères liés à vos études.

Pour ceux dont le revenu des parents étaient considéré comme assez élevé pour devoir contribuer entièrement à leurs études, voici votre porte de sortie. Selon le règlement de l'AFE, « **est réputé ne pas recevoir une contribution de ses parents ou de son répondant, l'étudiant qui poursuit des études universitaires au Québec depuis au moins 3 ans et qui a accumulé 90 unités**

**dans un même programme d'études** ». Ceci signifie que tous les étudiants ayant soit un baccalauréat universitaire ou ayant complété trois années d'études en médecine selon un cheminement habituel dans une des quatre facultés du Québec sont considérés autonomes. Alors : à vos souris, étudiants à leur quatrième année d'université!

### À quel moment devons-nous rembourser cette aide financière?

**Pendant les six mois qui suivent la fin de vos études, soit la résidence dans votre cas, vous bénéficiez d'une période d'exemption partielle.** Vous n'avez pas encore à rembourser vos prêts de l'AFE. Mais, **dès le début du mois suivant la fin de votre résidence,** les intérêts sur cette dette deviennent à votre charge. Vous pouvez commencer immédiatement à les payer ou les laisser s'accumuler pendant six mois avant de les payer. Vous pouvez aussi demander qu'ils soient capitalisés, c'est-à-dire ajoutés à votre dette d'études.

De plus, sachez que le capital et les intérêts peuvent être remboursés sur une période de quinze ans, par un

paiement mensuel prédéterminé avec le gouvernement.

### À combien les intérêts s'élèvent-ils sur les prêts?

Tout au long de vos études, c'est le gouvernement qui assure le paiement des intérêts sur le prêt d'études que vous avez contracté.

À partir du moment où vous commencez à rembourser votre dette d'études et tout au long de votre période de remboursement, vous pouvez bénéficier d'un allègement fiscal. En effet, les gouvernements du Québec et du Canada vous accordent un **crédit d'impôt non remboursable** pour les intérêts que vous avez payés sur un prêt pour études.

À la fin de votre période d'exemption partielle, vous êtes tenu de commencer à rembourser votre dette d'études. Vous devez alors **conclure une entente de remboursement** avec votre **établissement financier**, qui vous accordera un taux d'intérêt variable ou fixe.



**Marc-Antoine Marquis**  
Vice-président FMEQ  
[vp@fmeq.ca](mailto:vp@fmeq.ca)



**Claude St-Pierre**  
Secrétaire générale FMEQ  
[secrétaire@fmeq.ca](mailto:secrétaire@fmeq.ca)



**Eric Peters**  
Président FMEQ  
[president@fmeq.ca](mailto:president@fmeq.ca)

## Comment faire une demande d'AFE?

Si vous voulez bénéficier du Programme de prêts et bourses pendant vos études, vous devez faire une demande d'aide financière par internet ([www.afe.gouv.qc.ca](http://www.afe.gouv.qc.ca)), section Dossier Étudiant. Mais votre démarche ne s'arrête pas là! Une fois votre demande acceptée par l'Aide financière aux études et tout au long de vos études, en effet, vous devrez remplir quelques formalités pour vous assurer de recevoir l'aide qui vous est attribuée. Voici donc les étapes à suivre :

1. Remplir le formulaire sur le site internet. Il est nécessaire de posséder son numéro d'assurance sociale (NAS) et son code permanent;
2. Faire approuver votre demande par le bureau d'aide financière de votre université, ceux-ci enverront votre demande au ministère;
3. Une fois que le bureau d'aide approuve votre demande, celle-ci est acheminée au ministère qui vous accordera un montant de prêts et bourses. Ce montant sera affiché dans votre dossier étudiant sur internet (un courriel vous sera aussi envoyé).
4. Le ministère émettra un certificat de garantie qui sera acheminé au bureau d'aide financière de votre université. Il faut aller le récupérer.
5. Déposer le certificat de garantie avant la date limite chez une des institutions financières suivantes : caisse Desjardins, Banque de Montréal, Banque Nationale ou Banque Royale du Canada. Les montants mensuels seront ensuite automatiquement versés dans votre compte bancaire.
6. Mettre à jour vos déclarations de revenus.

### Lien intéressant :

#### ***Simulateur de calcul***

Le simulateur de calcul est un outil qui vous permet de connaître le montant d'aide financière qui pourrait vous être accordé dans le cadre du Programme de prêts et bourses pour une année d'attribution donnée.

### Coordonnées

[www.afe.gouv.qc.ca](http://www.afe.gouv.qc.ca)

### Bureaux d'aide financière :

#### **Université de Sherbrooke**

Local E1-117, Pavillon de la vie étudiante  
819 821-7665

#### **Université de Montréal**

Pavillon J.-A.-DeSève,  
2332, boul. Édouard-Montpetit  
4e étage, local B-4439

#### **Université Laval**

Pavillon Alphonse-Desjardins  
2325, rue de l'Université  
local 2546

#### **Université McGill**

Pavillon Brown  
Services aux étudiants  
3600, rue McTavish, Bureau 3200

## LES POSSIBILITÉS INCALCULABLES D'UNE AIDE FINANCIÈRE BIEN CONCRÈTE

Bonjour à tous,

Le soutien financier auquel peuvent recourir les étudiants en médecine ne s'arrête pas à l'Aide financière aux études offerte par le gouvernement.

Cet article ne se veut pas un recensement exhaustif des autres bourses à votre disposition, mais vous proposera des avenues de recherche pour les entrées financières à votre portée, et vise à rehausser votre motivation !

Chaque université dispose d'un répertoire interne de bourses disponibles pour leurs étudiants ; ces répertoires sont très souvent sous-utilisés puisqu'ils demandent un investissement de temps non négligeable, mais qui peut en valoir la chandelle.

1. Les critères pour chacune des bourses varient, mais demeurent habituellement dans l'un des trois créneaux suivants : besoins financiers, implication, performance académique.
2. Identifiez l'un des créneaux ci-haut, et recherchez les bourses qui y correspondent. Regroupez-les, conservez vos anciennes demandes et inspirez-vous d'elles. Votre candidature restera sensiblement la même, et vous économiserez un temps précieux.
3. Maintenez à jour votre CV ; il est à la fois votre aide-mémoire et un outil inestimable pour soutenir votre candidature (il est d'ailleurs fréquemment demandé).
4. Dites-vous qu'investir 2 heures pour bâtir une candidature n'est rien comparativement au bénéfice que cela peut vous accorder (cela revient à 250,00\$ l'heure pour une bourse de 500,00\$).
5. Dites-vous également que les comités de sélection ne sont pas dupes : un candidat ayant déjà obtenu des bourses d'implication a souvent davantage de chances d'en obtenir d'autres. N'hésitez pas à mentionner les bourses que vous avez reçues. Ainsi, plus vous faites de demandes, plus vous avez de chances que l'une d'entre elles soit retenue, et plus votre candidature sera crédible pour vos demandes subséquentes.

À l'Université de Sherbrooke, un répertoire de bourses est envoyé de façon mensuelle à tous les étudiants. Sans ce répertoire, il peut être assez ardu de se retrouver dans le site internet de l'aide financière de l'Université de Sherbrooke. Fiez-vous par conséquent aux listes qui vous sont envoyées ; il s'agit d'un premier tri utile qui vous fera économiser beaucoup de temps.

<http://www.usherbrooke.ca/bourses/>

À l'Université de Montréal, un site internet dédié au financement étudiant décrit de façon claire les centaines de possibilités. Le lien qui dirige vers le répertoire de bourses est le suivant :

[http://www.bourses.umontreal.ca/boursesPrix/nouveau\\_bp\\_1\\_moteur.asp](http://www.bourses.umontreal.ca/boursesPrix/nouveau_bp_1_moteur.asp)

À l'Université Laval, le bureau des bourses et de l'aide financière liste quelques options intéressantes, mais en nombre limité. L'association étudiante locale, le RÉMUL, offre de son côté une sélection intéressante de bourses d'implication, et la Faculté de médecine de l'Université Laval complète le tableau en octroyant les bourses de rendement académique :

<http://www.bfaf.ulaval.ca>

[http://www.fmed.ulaval.ca/site\\_fac/formation/1er-cycle/medecine/](http://www.fmed.ulaval.ca/site_fac/formation/1er-cycle/medecine/)

À l'Université McGill, des détails relatifs aux bourses pour tous les étudiants (pas seulement les étudiants en médecine) sont disponibles sur le site internet de l'Université. Tous les prix et l'aide financière sont divisés dans le menu de gauche en grandes catégories, et vous aideront à vous orienter à travers le grand nombre d'options disponibles.

<http://www.mcgill.ca/studentaid/fr/>

De plus, plusieurs bourses québécoises, communes aux quatre facultés de médecine, sont disponibles en cours d'année, et pourraient vous aider à bonifier à la fois votre dossier et votre porte-monnaie :

- Les bourses d'études de l'AMQ :

<http://www.amq.ca/fr/services-et-ressources/etudiants-residents/item/195-bourses-etudes-amq>

- Les prix Forces AVENIR : <http://www.forcesavenir.qc.ca/>

- Les bourses d'études de RBC :

<http://bourses.rbc.com/MedicalDental.aspx>

- La bourse d'études du Collège des médecins de famille du Canada :

- [http://www.cfpc.ca/les\\_etudiants\\_en\\_medecine/](http://www.cfpc.ca/les_etudiants_en_medecine/)

## Éditorial

Rappelez-vous également qu'une même candidature peut être évaluée très différemment d'un comité de sélection à l'autre. Ne soyez pas étonnés parfois d'être le récipiendaire d'une bourse à laquelle vous n'attachiez qu'un maigre espoir, alors que vous avez été écarté pour une bourse que vous considérez gagnée d'avance. Le principe réside évidemment dans la qualité de votre candidature, mais songez que plus grand le nombre de bourses auxquelles vous souscrivez, plus grandes sont vos chances d'en obtenir une.

L'accès aux marges de crédit des banques est un moyen utilisé par la grande majorité des étudiants pour subvenir à leurs besoins financiers aux cours de leurs études. Les frais de scolarité (qui, selon toutes probabilités s'accroîtront dans les prochaines années), les frais afférents, les dépenses courantes et la longueur des études en médecine (de même que leur intensité, qui ne permet pas à tous les étudiants de travailler durant leurs études) sont tous des incitatifs puissants à l'acquisition d'une marge de crédit.

Bien utilisée, cette dernière est un allié, mais elle peut rapidement devenir un enfer. Y renoncer est peut-être difficile pour la majorité des étudiants qui désirent à la fois s'investir dans leurs études et s'impliquer dans leur propre faculté. Les conseillers financiers sont des ressources utiles et peuvent fournir de l'aide sur la création et la gestion d'un budget et sur toute autre question (cette aide, bien qu'intéressée, demeure l'une des plus exactes qui soient).

La liste des possibilités est longue et les heures de recherches impressionnantes, mais faites confiance aux ressources disponibles dans votre faculté, et armez-vous de patience : le jeu en vaut la chandelle !



**Marc-Antoine Marquis**  
**Vice-président FMEQ**  
[vp@fmeq.ca](mailto:vp@fmeq.ca)

## Affaires politiques

### L'impact de la hausse des frais de scolarité sur les étudiants en médecine

Vous savez sûrement que lors de son dernier budget 2011-2012, le gouvernement Charest a annoncé une hausse des frais de scolarité à partir de 2012. La FMEQ avait suivi de près l'annonce du dernier budget, car à ce moment il y avait dans l'air beaucoup de rumeurs de différenciation de frais de scolarité. Cette différenciation aurait impliqué que le coût d'un crédit universitaire aurait été différent d'un programme à l'autre en fonction des revenus attendus à la fin des études. Évidemment, les étudiants en médecine étaient alors toujours cités en exemple comme ceux qui devaient payer plus. On craignait à l'époque que les frais de scolarités en médecine puissent augmenter au niveau que l'on voit actuellement en Ontario, soit de 20 000 \$ à 30 000 \$ par année. Heureusement, ce scénario ne s'est pas produit. Mais, la hausse annoncée va tout de même affecter directement les étudiants en médecine davantage que les étudiants d'autres programmes.

La hausse annoncée est de 325 \$ par année, **en moyenne**, pour un total après 5 ans de 1625 \$. Mais ces chiffres se basent sur un nombre moyen de 30 crédits par année. Les étudiants en médecine font beaucoup plus que 30 crédits par années. L'impact de hausse sera donc plus important pour les étudiants de médecine que ce qui est annoncé par le gouvernement. Si l'on prend l'exemple de l'Université de Montréal, le programme compte 200 crédits sur 4 ans (en excluant l'année préparatoire). Le nombre de crédits varie d'une année à l'autre, mais on peut simplifier en supposant qu'un étudiant en médecine fait 50 crédits par année. Voici donc un tableau qui résume l'impact de la hausse sur les étudiants moyen et sur les étudiants en médecine :

Année universitaire	Coûts par crédits	Cout total (30 crédits/an)	Variation (30 crédits/an)	Cout total (50 crédits/an)	Variation (50 crédits/an)
2011-2012	72.26	2167.80	0.00	3613.00	0.00
2012-2013	83.09	2492.70	324.90	4154.50	541.50
2013-2014	93.92	2817.60	649.80	4696.00	1083.00
2014-2015	104.75	3142.50	974.70	5237.50	1624.50
2015-2016	115.58	3467.40	1299.60	5779.00	2166.00
2016-2017	126.41	3792.30	1624.50	6320.50	2707.50



## Affaires politiques

Ce tableau montre que la hausse des frais de scolarité va se traduire pour un étudiant en médecine par une hausse de 541.50 \$ par année au lieu des 325 \$ annoncés. Pour un total de 2707.50 \$ par année après 5 ans. Un étudiant qui commence son cours de médecine en 2012-2013 dans un programme de 4 ans payera un total de 5415.00 \$ dollars de plus pour ses crédits universitaires qu'un étudiant qui aurait fait ses 4 ans au tarif de 2011-2012. À partir de 2016-2017, le coût des études médicales aura augmenté de 10 830\$ pour les 4 années. Ces montants ne couvrent que les frais des crédits universitaires. La plupart des universités vont aussi facturer des montants supplémentaires, appeler frais afférents, qui ne sont pas pris en compte dans ce tableau et qui sont en constante augmentation eux aussi.

Actuellement, plusieurs associations et fédérations étudiantes, ainsi qu'un bon nombre d'organisations non étudiantes, dénoncent cette hausse qui risque de nuire à l'accessibilité des études universitaires au Québec. À la FMEQ, traditionnellement, nous ne nous sommes pas prononcés sur les hausses de frais de scolarité. Mais, face à la hausse annoncée lors du dernier budget, nous avons décidé de prendre position contre cette hausse. Nous avons jugé que la hausse annoncée est trop importante et qu'elle envoie un message très négatif aux futurs étudiants universitaires. Des études ont, de plus, démontré l'effet négatif des hausses de frais de scolarité sur la diversité de la population étudiante, notamment en médecine. Une de ces études a aussi démontré que le Québec avait davantage d'étudiants en médecine issus de famille ayant un faible revenu que la moyenne canadienne. La hausse actuelle pourrait donc avoir un impact sur le recrutement d'étudiants en médecine issue de milieux moins favorisés et à terme avoir un impact sur les soins que ces populations vont recevoir.

Si vous êtes intéressé par débat actuel sur les frais de scolarité je vous invite à visiter le site de FEUQ ([www.feug.qc.ca](http://www.feug.qc.ca)). Ils ont un très gros dossier sur le sujet.



*Jean-François Verville*

**Délégué aux affaires politiques**  
[politique@fmeq.ca](mailto:politique@fmeq.ca)

## Affaires financières

### Méto, boulot, dodo... et budget?

Après avoir parlé d'endettement étudiant, impossible de ne pas aborder l'importance du budget étudiant. Certains d'entre vous penseront que le principe de tenir un budget ne peut s'appliquer à leur situation puisqu'ils n'ont pas de revenu autre que les prêts et les bourses. Pour d'autres, l'excuse sera que leurs revenus sont irréguliers ou instables. Et puis, avec un emploi garanti à la fin des études qui permettra de rembourser les prêts, pourquoi se préoccuper d'un budget?

Voici au moins 9 bonnes raisons de tenir un budget. Si parmi celles-ci au moins **UNE** vous concerne, alors l'effort minimal que requière la tenue d'un budget en vaudra la peine autant pour la situation actuelle que future :

1. *Avoir une vision éclairée de sa situation financière en déterminant l'écart entre ses ressources et ses besoins;*
2. *Pouvoir réajuster le tir en cours d'année sur la cadence des dépenses;*
3. *Établir des priorités en matière de consommation, éviter les décisions impulsives et planifier les « extras » (voyages, cadeaux);*
4. *Prendre conscience de ses habitudes de consommation;*
5. *Avoir l'esprit tranquille en étant en contrôle de ses finances;*
6. *Contrôler son endettement;*
7. *Avoir une vision à long terme;*
8. *Avoir une bonne cote de crédit auprès des banques*
9. *Développer de bonnes habitudes budgétaires pour l'avenir;*

Le principe d'un budget consiste à entrer vos revenus (ce qui inclut les prêts et bourses, vos économies, la contribution de vos parents, les revenus d'emploi à temps partiel, les retours de taxes du gouvernement, etc.) et vos objectifs de dépenses classées par catégories. Côté dépenses, commencez par inscrire vos dépenses fixes (loyer, électricité, épicerie, voiture, frais de transport en commun, frais de scolarité...). Pour une estimation réaliste de vos dépenses, allez consulter vos relevés de banque. La plupart des institutions bancaires envoient au moins annuellement un relevé classé par catégories (épicerie, divertissements... ). Rappelez-vous qu'un budget irréaliste pour votre type de consommation, bouclé serré pour avoir la conscience tranquille, ne sert à rien. Ainsi, si vous achetez chaque jour un lunch à la cafétéria, ou que vous vous récompensez d'un gros examen en allant magasiner, il est important de budgéter ces dépenses « insignifiantes », qui deviennent en fin d'année des sorties d'argent considérables.

La partie la plus difficile reste cependant de garder notre budget à jour en y inscrivant chaque dépense ou revenu en vue de contrôler ce budget. Cette tâche est simplifiée par les nombreux calculateurs et applications gratuits à notre disposition (*voir références plus bas*). De façon réaliste, le temps nécessaire pour cet exercice est d'environ 2 à 3 heures par mois. Il suffit de garder vos factures et de les classer au fur et à mesure. Développer ce réflexe ne pourra que vous aider pour l'avenir, autant sur le plan personnel quand viendra le temps de prendre une hypothèque ou de budgéter d'autres dépenses d'importance, que sur le plan professionnel quand viendra le temps de vous incorporer ou d'ouvrir une clinique.

Une fois vos études terminées, le fait de gagner un salaire bien au-dessus de la moyenne ne vous dispensera pas de tenir un budget si vous voulez rester en contrôle de vos finances et réaliser aisément tous les fabuleux projets que vous avez certainement en tête.

## Affaires financières

Voici donc à titre indicatif quelques références:

Pour établir un budget étudiant: Toutes les institutions bancaires proposent un volet jeunesse avec un calculateur de budget étudiant. Celui de l'université de Moncton est accompagné de bons conseils :

[www.umoncton.ca](http://www.umoncton.ca) (aussi au [www.argent.canoe.ca](http://www.argent.canoe.ca))

Pour un estimateur de remboursement des prêts étudiants, un site du gouvernement du Canada:

[www.cibletudes.ca](http://www.cibletudes.ca)

Pour un budget autre qu'étudiant et une multitude d'informations très pertinentes sur la gestion financière personnelle, un autre site financé par le gouvernement : L'agence de la consommation en matière financière du Canada :

[www.fcac-acfc.qc.ca](http://www.fcac-acfc.qc.ca)

Pour de l'aide gratuite ou à petit prix en vue de vous remettre en piste lorsque les dettes s'accumulent : *L'association coopérative d'économie familiale* présente dans diverses régions du Québec ou *Option consommateur* :

[www.option-consommateur.org](http://www.option-consommateur.org)

Et une nouveauté au Canada: **mint.com** qui offre une application gratuite pour *iPhone* et qui permet de gérer à partir de votre téléphone l'ensemble de vos finances: budget, comptes bancaires, relevés de cartes de crédits, placements...

### Petits trucs pour économiser ☺ !!

- ✓ Consultez les circulaires et faites provision des aliments et articles à prix avantageux
- ✓ Allez magasiner chez Costco avec vos parents ou vos colocataires
- ✓ Faites mensuellement l'inventaire de votre congélateur
- ✓ Faites des doubles portions de vos soupers pour avoir des lunchs
- ✓ Si vous êtes à la recherche de nouveaux meubles ou électroménagers, laissez-le savoir à vos proches et à votre famille
- ✓ Adoptez des habitudes d'économie d'énergie
- ✓ Limitez les petits achats impulsifs potentiellement récurrents ou plus chers que les produits maison (cafés, biscuits, produits de machines distributrices...)
- ✓ Gardez les sorties au restaurant comme une récompense plutôt qu'une partie de votre routine
- ✓ Redécouvrez les bibliothèques (municipales ou de votre université) : on peut non seulement y louer des livres de référence plutôt que de les acheter, mais la plupart offrent aussi un service de location de films et de disques gratuitement
- ✓ Changez-vous les idées de vos dures études en allant faire du sport plutôt qu'en dépensant (des terrains pour les sports d'équipe sont disponibles gratuitement dans les centres sportifs des universités)
- ✓ Magasinez mieux les « extras » : prix réduits au spa les jours de semaine, prix de groupe pour une foule de cours et activités (ex : [groupon.ca](http://groupon.ca)), rabais au restaurant les midis ou les soirs passé 22h...
- ✓ Retirez aux guichets de votre institution financière, et prenez l'habitude de toujours garder un peu d'argent comptant sur vous, pour éviter de payer ultérieurement des frais à d'autres guichets et dans les endroits qui exigent les paiements comptant
- ✓ Payez vos soldes minimaux de carte de crédit à temps
- ✓ Préférez emprunter sur votre marge de crédit plutôt que sur votre carte de crédit; le taux d'intérêt est beaucoup plus faible sur nos marges



**Marianne Filion**  
Déléguée aux finances  
[finances@fmeq.ca](mailto:finances@fmeq.ca)

**Ne manquez pas...**



**LA JOURNÉE BIEN-ÊTRE DES  
EXTERNES**

**....17 février 2012...**

## Affaires internationales

### La campagne nationale d'IFMSA-Québec

IFMSA-Québec est la branche internationale de la FMEQ. Par le biais de ses comités, qui mettent sur pieds projets et campagnes, les étudiants de médecine peuvent acquérir des connaissances et des habiletés en engagement social qui leur serviront toute leur vie, en plus de poser des gestes concrets tout au long de l'année scolaire pour sensibiliser leurs pairs.

« Pour qu'être médecin soit plus qu'un titre, mais un engagement social. »

Parmi les projets d'IFMSA-Québec, la campagne nationale, implantée en 2010, est un projet à teneur politique, ayant la possibilité d'être menée sur tous les campus, et visant des sorties publiques au nom de tous les étudiants en médecine du Québec.

Cette année, la campagne nationale se penchera sur un sujet complexe et actuel, le délai de carence (DDC). Le DDC est un règlement de la loi sur l'assurance-maladie qui prive les immigrants reçus d'un accès gratuit aux services de santé publics québécois. Nous avons choisi ce sujet parce que, depuis son adoption en 2001, ce règlement a entraîné de nombreuses controverses. C'est le travail de plusieurs organismes travaillant avec les populations immigrantes, dont la Coalition "Santé pour toutes et tous", et les nombreuses histoires de familles nouvellement installées croulant sous les dettes qui ont attiré notre attention sur le sujet.

Depuis septembre, une équipe basée pour l'instant à Montréal, avec des

participants à Chicoutimi, à McGill et à Trois-Rivières, se penche sur la question afin d'établir comment les étudiants en médecine pourraient appuyer le travail de ces organismes.

Pour mieux comprendre le sujet, une réunion d'information a eu lieu en septembre sur le campus de Montréal. Puis, les 1<sup>er</sup> et 2 octobre, au congrès annuel d'IFMSA à l'Université Laval, une vidéo a été présentée pour introduire la campagne nationale et son sujet. Par la suite, deux réunions ont eu lieu sur le campus de Montréal afin de mieux cerner le problème et de bien orienter la campagne. Une équipe se penche actuellement à élaborer un document étoffé sur le délai de carence. L'objectif est de confirmer et d'appuyer de chiffres et de statistiques les principaux arguments apportés par les organismes travaillant avec les populations touchées par le DDC, en plus de voir comment, en tant que futurs médecins, nous pouvons agir.

De façon générale, les arguments contre le DDC sont les suivants :

-Le DDC a été implanté pour diminuer les problèmes liés au tourisme médical, alors qu'il est clair que les immigrants reçus, qui font des démarches depuis plusieurs années pour immigrer au Canada, sont ici pour rester. Il n'atteint donc pas l'objectif visé.

-Le DDC touche de façon spécifique les immigrants les plus démunis, car ceux-ci ne se procurent pas d'assurance privée pour ces 3 mois (solution suggérée par le gouvernement). Il atteint donc des

individus et des familles vivant déjà avec des problèmes financiers.

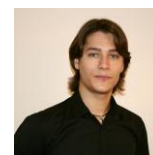
La campagne nationale aura lieu sur 2 ans, se terminant donc au printemps 2013. Par le biais de nos recherches, nous souhaitons mieux comprendre comment nous pouvons avoir un impact sur l'application de ce règlement afin que celui-ci ne paupérise plus les nouveaux immigrants. Puis, par l'entremise d'activités de sensibilisation, nous souhaitons sensibiliser le plus d'étudiants possible aux injustices causées par le DDC. Enfin, au printemps 2013, nous mettrons sur pied des sorties médiatiques – les toutes premières de la campagne nationale! – afin de montrer au gouvernement notre désaccord envers certaines de ses politiques d'immigration et de soins de santé et pour essayer de mener à un changement.

En bref, la campagne nationale a comme objectif d'offrir aux étudiants la possibilité de mieux comprendre notre système politique et nos lois, et surtout s'outiller pour créer un changement social durable au Québec. Nous invitons donc tous ceux intéressés à faire de leur passage à l'université une occasion de créer du changement social positif à s'impliquer dans IFMSA-Québec.

#### **Mélodie Bouchard**

Coordonnatrice de la campagne nationale

Pour nous joindre :  
campagne@ifmsa.qc.ca  
[www.ifmsa.qc.ca/campagne](http://www.ifmsa.qc.ca/campagne)



**Yassen Tcholakov**  
Président IFMSA-Québec  
[international@fmeq.ca](mailto:international@fmeq.ca)

## Services et partenaires

### LA FMEQ À VOTRE SERVICE!

*Cette année, la FMEQ vous propose une panoplie de nouveaux services.*

**B**onjour à vous!

La FMEQ, c'est ni plus ni moins que l'association de tous les étudiants en médecine du Québec... et même une partie du Nouveau-Brunswick! Bien que cela puisse paraître plus ou moins impressionnant pour certains, il est important de réaliser l'importance et la véritable valeur d'une telle association. Par exemple, quand on veut négocier pour un service ou un produit, ça donne beaucoup plus de poids de se présenter comme un regroupement que comme une simple personne.

Mon travail au sein de la FMEQ c'est exactement ça : négocier auprès de différentes compagnies afin d'obtenir des prix avantageux pour nous tous, étudiants en médecine. En tant qu'étudiants, nous avons des dépenses essentielles comme les frais de scolarité, les instruments médicaux et les livres. Il y a aussi de ces dépenses qui ne sont pas essentielles, mais qui agrémentent notre vie de beaucoup! Par exemple, la majorité d'entre vous se verraient bien mal partir pour un stage en région sans téléphone pour communiquer avec sa famille et ses

amis. D'ailleurs, je tiens à vous apprendre une nouveauté quant au forfait Rogers/FMEQ. Vous pouvez maintenant ajouter des minutes interurbaines à taux très avantageux à votre forfait! (Pour tous les détails, rendez-vous au [www.fmeq.ca/services](http://www.fmeq.ca/services).)

Vous voyez, le travail de délégué aux services et partenaires c'est simple : constamment mettre la main sur de nouvelles offres qui pourraient d'une façon ou d'une autre agrémenter votre vie d'étudiant en médecine et toujours conserver les anciennes. Pour la liste des produits et services actuellement disponibles, je vous invite à aller sur le site de la FMEQ et d'y jeter un coup d'œil de temps à autre pour se tenir au courant des nouveautés. De plus, si jamais vous avez quelconques idées de produits ou services qui vous sembleraient intéressants, n'hésitez pas à m'en faire part au [services@fmeq.ca](mailto:services@fmeq.ca) et je me ferais un plaisir d'aller de l'avant afin de mettre la main sur une nouveauté dont nous pourrions tous profiter pleinement!



**Mathieu Pelletier**

**Délégué aux services et partenaires**  
[services@fmeq.ca](mailto:services@fmeq.ca)

---

[www.fmeq.ca](http://www.fmeq.ca)

## Nos partenaires



# Medjokes!!!

Cette année, l'Info-FMEQ vous propose une petite page de blagues pour vous remonter le moral pendant vos longues heures d'études. Envoyez-nous les vôtres au [info@fmeq.ca](mailto:info@fmeq.ca). Les meilleures « Medjokes » seront publiées dans notre prochain numéro!

## **\*\*Morbide\*\***

- Docteur ! J'ai vu 3 autres médecins et pas un n'est d'accord avec votre diagnostic !
- On verra bien qui avait raison à l'autopsie



## **\*\*\*Une bonne affaire\*\*\***

Un médecin rentre dans la chambre d'un patient :

- J'ai une bonne et une mauvaise nouvelle  
La mauvaise, c'est qu'il faut vous amputer les deux jambes
- OH mon dieu !!! et la bonne ?
- J'ai trouvé un acheteur pour vos chaussures !

## **\*\*\*Médicaments\*\*\***

Un médecin dit à son malade, qui n'en revient pas

- À partir d'aujourd'hui, mangez ce que vous voulez, jetez tous les médicaments qui vous restent à la poubelle et n'absorbez plus aucune de ces cochonneries, sous aucun prétexte !

Fou de joie, le patient balbutie :

- Je suis guéri ???
- Non, répond le médecin. Mais je me suis disputé avec le pharmacien.