

***Agenzia Informagiovani - Eurodesk
del Comune di Ferrara***

*testi ed elaborazione grafica di
Rita Vita Finzi*

*con la collaborazione di Maria Lodi
volontaria del Servizio Civile Nazionale*

Ferrara, settembre 2007

informazioni sul Paese	7
documenti	8
<i>documenti di identità, patente carta di soggiorno</i>	
salute	10
denaro	11
comunicazioni	13
<i>telefoni internet / e-mail</i>	
trasporti	18
<i>voli & aeroporti, treni bus-pullman. autostop</i>	
cercare casa	23
cercare lavoro	28
varie	31
<i>calendario, orari dei negozi e dei servizi, elettricità</i>	
tempo libero	33
indirizzi utili	37
link utili	38

HAI DECISO DI PARTIRE?

Stai organizzando un soggiorno in Francia per un periodo abbastanza lungo? Hai “vinto” una borsa di tirocinio o di studio, o stai partendo per una esperienza di volontariato europeo, o ancora hai intenzione di guardarti intorno e cercare un lavoro? Questa piccola guida ti offre alcune informazioni e riferimenti di base che ti saranno utili per organizzare il tuo viaggio e la tua permanenza nel Paese.

La Francia è il paese più grande dell'Europa occidentale (circa 1/5 dell'intera superficie UE). Ha una vasta zona costiera. Il territorio è suddiviso in 22 regioni, a loro volta frazionate in 96 dipartimenti e 3808 distretti.

I territori francesi di oltremare (Guiana francese, Isola di Reunion, Nuova Caledonia, Polinesia francese, Wallis e Futuna, Saint-Pierre-e-Miquelon, Mayotte) rappresentano le ultime vestigia dell'antico Impero coloniale ed hanno diversi status amministrativi.

Capitale: Parigi

Popolazione: 60.327.000

Superficie: 543.965 Km²

Fuso orario: stessa ora italiana.

Lingue: Francese

Religioni: Cattolica con minoranze musulmane, protestanti, ebraiche.

Moneta: Euro

Prefisso dall'Italia: 0033 - Prefisso per l'Italia: 0039

DOCUMENTI

PASSAPORTO/CARTA D'IDENTITÀ

Essendo la Francia uno Stato membro dell'Unione Europea non è necessario che tu faccia il passaporto: basta la carta d'identità valida per l'espatrio (controlla che non scada mentre sei via!).

Per permanenze superiori ai tre mesi devi richiedere il "permesso di soggiorno" alla competente Prefettura francese.

PATENTE

Italiana.

È valida l'assicurazione italiana senza necessità della carta verde.

CARTA DI SOGGIORNO

Nel caso in cui la durata prevista del soggiorno superi i tre mesi, è necessario - dopo l'arrivo in Francia - che tu ti presenti per la registrazione all'Ufficio Stranieri competente.

FOTOCOPIE

Potrebbe capitarti di aver bisogno di fotocopie di documenti; ti consigliamo quindi di portare con te - per qualsiasi evenienza - copie di:

- carta d'identità e/o passaporto;
- prenotazione aereo e/o biglietti;

- patente;
- tessera sanitaria;
- curriculum in francese.

Nel sito www.ciup.fr/documents_to_bring.htm puoi scaricare un elenco in formato pdf dei documenti che è opportuno portare con te.

CARTE SCONTO

Esistono vari tipi di riduzioni, ecco le principali:

CARTA GIOVANI

Per chi ha meno di ventisei anni; la carta ha validità annuale.

I possessori della carta hanno diritto a parecchie agevolazioni. Oltre a riduzioni di tipo commerciale, è possibile ottenere sconti sui trasporti ferroviari, stradali e aerei, nei teatri, cinema e nei musei, in alcuni alberghi e campeggi, negli ostelli, su attività di tempo libero, per alcune manifestazioni culturali, sportive, turistiche e musicali. In Italia viene distribuita, gratuitamente a chi è socio, dal CTS (Centro Turistico Studentesco e Giovanile), che a Ferrara è in via Cairoli, 35.

CARTA INTERNAZIONALE DELLO STUDENTE

(ISIC - International Student Identity Card)

È la tessera riconosciuta dalle Associazioni studentesche di tutto il mondo che aderiscono alla International Student Travel Conference e che dimostra ovunque la condizione di studente; consente di usufruire di sconti ed agevolazioni sui trasporti, alloggiamenti, musei e centri culturali.

Non ha un limite massimo di età, anche se a venticinque anni cessano le principali agevolazioni della carta.

Anche questa tessera viene distribuita, gratuitamente a chi è socio, dal CTS.

La situazione relativa alla sanità è ottima. I cittadini italiani che si recano temporaneamente (per studio, turismo, affari o lavoro) nel Paese (Stato membro dell'Unione Europea) possono ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM) detta Tessera Sanitaria. La TEAM sostituisce i precedenti modelli E110, E111, E119 ed E128.

È comunque consigliabile munirsi anche di un'assicurazione sanitaria privata che preveda, oltre alla copertura di eventuali spese sanitarie, anche il rimpatrio aereo o il trasferimento del malato in un altro Paese. Troverai molti dettagli utili sul sistema sanitario francese nel sito della Cnous: www.en.cnous.fr/_etudier_94.htm.

Assicurazione medica

È consigliabile - soprattutto se prevedi di fermarti nel Paese per un periodo abbastanza lungo - munirsi anche di un'assicurazione sanitaria privata che preveda, oltre alla copertura di eventuali spese sanitarie non

coperte dalla TEAM, anche il rimpatrio aereo o il trasferimento in un altro Paese. Informati presso la tua assicurazione di fiducia sulle diverse opzioni assicurative e sui relativi costi (che si aggirano su un euro al giorno).

DENARO

La moneta ufficiale è l'Euro.

BANCHE

Le banche sono aperte dal lunedì al venerdì: 8.30-9.30 e 16.00-17.30, con alcune possibili variazioni (alcune chiudono all'ora di pranzo, altre aumentano le ore di apertura un giorno a settimana).

Alcune filiali aprono il sabato mattina (9.00-13.00 di solito) ma chiudono il lunedì. Se rimani in Francia per più di 3 mesi puoi aprire un conto corrente ("*compte courant*") come "*résident*". Questo di solito è un procedimento facile e gratis. Ti verranno richiesti passaporto, permesso di soggiorno (titre de séjour o carte de séjour) ed una prova del tuo domicilio nel Paese (es. una bolletta a tuo nome, il contratto di affitto ecc.).

È possibile anche aprire un conto per "non residenti" ("*compte non-résident*"). Un'altra possibilità è quella di

rivolgersi alle Poste (La Poste: www.laposte.fr). In questo caso il vantaggio principale è che, avendo le Poste francesi una rete molto capillare su tutto il territorio nazionale, potrai accedere al tuo conto anche dal più sperduto paesino francese. Informati sempre sulle agevolazioni che sono previste per i giovani (in genere sotto i 26 anni) dai vari istituti di credito. Troverai molte altre informazioni utili su questo argomento in questo sito: www.justlanded.com.

HOME BANKING

Puoi richiedere alla tua banca o alla posta questo servizio che ti consente di gestire da internet il tuo conto corrente, compiendo anche dei trasferimenti dal tuo conto ad una carta prepagata oppure semplicemente per vedere il tuo saldo. Non è possibile infatti visualizzare il tuo saldo da un bancomat all'estero se non hai il conto corrente in quel paese.

CARTE DI CREDITO

Qualunque carta di credito su cui siano riportati i simboli Visa, MasterCard o American Express è largamente accettata in Francia. Se sei titolare di altre carte dovrai informarti in anticipo, o controllare che il simbolo sia esposto nel locale dove desideri utilizzarla. Ti consigliamo comunque di preferire l'uso di una carta prepagata in quanto per prelevare all'estero con una di queste carte non si hanno spese di commissione.



COMUNICAZIONI

TELEFONI

Per telefonare in Italia devi comporre lo 0039 e il numero dell'utente desiderato. Per telefonare dall'Italia in Francia devi digitare 0033 e il numero di 9 cifre dell'abbonato (senza lo 0 anteposto ai numeri francesi). Quando sei in Francia devi comporre il numero con le 10 cifre dell'abbonato (0 compreso).

Telefonando in alcune fasce orarie

sono previste delle riduzioni sulle comunicazioni nazionali e uno sconto di circa il 20% per quelle internazionali.

Telefoni pubblici

Quasi tutti i telefoni pubblici accettano solo carte telefoniche (non monete); puoi acquistarle in moltissimi posti, come chioschi, giornalai, uffici di cambio, uffici postali ecc. Sono vendute in due formati: 50 scatti (6 euro) e 120 scatti (15 euro).

In alcuni telefoni è possibile usare la carta di credito, con la quale però spenderai di più che con una normale carta telefonica. Nella maggior parte delle cabine telefoniche puoi anche farti richiamare sul numero che compare sul display.

Potrai trovare telefoni pubblici anche in molti bar, ristoranti ed hotel: il costo è però superiore; meglio scegliere un meno costoso “call center”, molto conveniente soprattutto per le chiamate internazionali.

Telefonia mobile

Puoi naturalmente utilizzare il tuo telefono cellulare: costi e condizioni per l'utilizzo del servizio sono da richiedere al tuo operatore prima della partenza. La carta telefonica (“*télécarte*”) è in vendita presso i tabaccai, gli uffici postali, le casse dei supermercati ed alcune stazioni del metrò (se si è a Parigi) o stazioni ferroviarie.

Importante!

Il nuovo regolamento europeo sul roaming internazionale pubblicato sulla Gazzetta Ufficiale dell'Unione europea il 30 giugno 2007 permette ai consumatori di beneficiare della cosiddetta “eurotariffa”, che fissa un tetto massimo per le chiamate effettuate all'estero (0,49 EUR al minuto, IVA esclusa) e ricevute all'estero (0,24 EUR al minuto, IVA esclusa).

Per saperne di più:

http://ec.europa.eu/information_society/activities/roaming/index_it.htm

Anche una scheda prepagata può essere una buona alternativa.

Se vuoi usare il tuo cellulare in Francia, hai due possibilità:

- mantenere il tuo provider. Questa non è una soluzione economica, perché pagherai anche tutte le telefonate che ricevi dalla Francia al prezzo delle chiamate internazionali;

- comprare una nuova sim card: in questo modo avrai un numero telefonico francese per fare telefonate su numeri francesi ai costi normali e riceverle a costo zero.

Se scegli questa seconda opzione, verifica che il tuo telefono non sia “bloccato” (alcuni telefoni sono bloccati su un solo operatore); in questo caso devi farlo sbloccare in un qualsiasi negozio di telefonia. Il costo si aggira intorno ai € 10,30.

Se scegli l'operatore francese, questi sono i tre principali providers in Francia:



Carta telefonica internazionale prepagata

È la soluzione più conveniente:

- si risparmia fino al 90% rispetto al costo di una normale telefonata;
- puoi usarla con qualsiasi telefono (fisso, mobile o pubblico);
- puoi chiamare anche da casa degli amici, o dal luogo di lavoro, senza far pesare la spesa su di loro.

Telefonare gratis

La telefonia via internet (*VOIP, voice over internet protocol*) consente di effettuare chiamate verso qualsiasi utente del mondo attraverso la rete e sta diventando sempre più popolare ed utilizzata per comunicare a costi ridottissimi, se non addirittura a costo zero.

Il sistema più conosciuto è Skype, (puoi trovarne altri in internet), un programma gratuito che puoi scaricare sul tuo pc e che ti permette di parlare via internet a costo zero con gli utenti Skype nel mondo, e ad un costo molto contenuto con tutti gli altri: chiamate verso fissi e cellulari a partire da € 0,017 al minuto.

NUMERI TELEFONICI UTILI

Servizi di emergenza:

il numero telefonico valido 24 ore su 24 su tutto il territorio è il 112

Pronto soccorso (SAMU): 15

Polizia Pronto Intervento: 17

Pompieri Pronto Intervento: 18

Uffici postali

Gli uffici postali sono aperti dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 18.00-19.00, e il sabato dalle 8.00 alle 12.00. L'unica eccezione è l'ufficio postale in Rue du Louvre a Parigi, aperto 24 h tutti i giorni.

e-mail

Se non possiedi ancora una casella di posta elettronica ti consigliamo di

aprirte una prima di partire: è certamente il modo più veloce per comunicare con i tuoi amici o - nel caso tu stia partendo per un tirocinio - con l'Ardsu o con l'azienda presso la quale si svolgerà l'esperienza.

Altro suggerimento: invia un file con il tuo CV in francese nella tua casella; in questo modo lo avrai sempre disponibile. Puoi fare altrettanto con una tua

foto tessera (precedentemente scannerizzata) o una foto digitale, o altri documenti che pensi possano esserti utili.

Internet café

Non hai il computer? Allora cerca i cybercafé, internetcafé, cyberville, netcafés che si trovano facilmente, soprattutto nei centri delle città. Molti negozi e call centre dispongono di pochi computer per l'accesso ad internet dei loro clienti. I posti migliori per l'accesso in termini di velocità e prezzi sono i grandi internet caffè (20 o più computer).

Per trovarli consulta le pagine gialle: www.pagesjaunes.fr.

I costi variano molto da €1,50/5,00 per l'accesso ai computer e ad internet; qualsiasi altra cosa avrà un costo extra: stampare, scannerizzare, copiare su CD-Rom, etc.

Attenzione:

gli internet caffè sono obiettivi comuni per i borseggiatori e i ladri soprattutto nei centri città. Tieni sempre sott'occhio i tuoi effetti personali!

TRASPORTI

Aereo

Se vai in aereo, è molto probabile che atterri a Parigi.

La capitale dispone di due aeroporti: Roissy-Charles-de-Gaulle (25 km a nord) e Orly (14 km a Sud), collegati al centro città da autobus navetta e dalla rete espressa regionale (RER).

Vi sono aeroporti internazionali anche in altre città: Bordeaux, Lione, Marsiglia, Nizza, Strasburgo, Tolosa... tutte facilmente raggiungibili

grazie ai frequenti voli in partenza da Parigi. Molte compagnie 'Low Cost' propongono voli economici con servizi a bordo ridotti. È sempre consigliabile prenotare con un certo anticipo (qualche settimana prima) perché i prezzi aumentano per prenotazioni prossime alla data di partenza. Una volta acquistato il biglietto, le date non si possono più cambiare.

Se decidi per il "fai da te" (senza cioè ricorrere ad una agenzia di viaggi) puoi tranquillamente fare da internet sia la prenotazione del volo che il pagamento del biglietto.

Per trovare il volo che fa per te, puoi consultare direttamente i siti delle

compagnie aeree, oppure scegliere un “motore di ricerca” (ad esempio www.edreams.it) che lo cercherà tra tutte le offerte presenti al momento in rete. Un consiglio: se scegli questa seconda possibilità, una volta trovato il biglietto, verifica e confronta sempre il prezzo sul sito della compagnia.

Ecco alcuni indirizzi delle compagnie aeree che in questo momento (ricerca sul web) offrono i voli più vantaggiosi sia in termini di costi (€ 35 da Venezia) che di aeroporti di partenza.

RYAN AIR (da Venezia e Milano)

www.ryanair.com

MYAIR (da Bologna)

www.myair.com

VUELING (da Venezia)

www.vueling.com

VOLAREWEB (da Milano Linate)

<http://buy.volareweb.com/jsp/it/web/index/index.jsp>

EASY JET (da Milano)

www.easyjet.com

Treno

Se non vuoi prendere l'aereo, il treno è una buona soluzione; puoi trovare biglietti anche intorno ai € 45 (da Milano), o 80 (da Bologna). Per valutare le offerte, ti consigliamo alcuni siti.

TGV

<http://it.tgv.com/it/promozioni/offerte-prems.html>
La sezione offerte speciali è piuttosto interessante

SNCF - Société Nationale des Chemins de Fer
www.sncf.com

FERROVIE DELLO STATO
www.ferroviedellostato.it

SPOSTARSI NEL PAESE

Treno

Fitta e particolarmente centralizzata, la rete ferroviaria viene gestita dalla Société Nationale des Chemins de Fer (SNCF): con l'Eurostar in tre ore puoi arrivare a Londra, in un'ora e venti minuti ti puoi ritrovare a Bruxelles!

In partenza da Parigi, il TGV è

il treno ad alta velocità che collega la maggior parte delle grandi città (prenotazione obbligatoria).

Completano la rete gli interciti Corail e gli espressi regionali (TER). Numerose tariffe ridotte sono riservate ai giovani. La SNCF propone anche diversi tipi di offerte a chi viaggia in coppia, in gruppo o a chi prenota in anticipo.

Pullman & autobus

La rete Eurolines è particolarmente sviluppata e collega tutte le capitali europee con pullman che partono da Parigi. Nelle città francesi, la rete di trasporti pubblici è generalmente molto densa. Informati presso l'ufficio turistico locale. A Parigi, le linee degli autobus vengono gestite dall'azienda dei trasporti di Parigi (RATP): tessere di abbonamento e i biglietti sono disponibili in tutte le stazioni del metrò, nonché presso le tabaccherie contraddistinte dall'insegna a forma di... biglietto!!! I nottambuli gradiranno sapere che la capitale riserva loro alcune linee notturne: i Noctambus, tutti in partenza da place du Châtelet.

EUROLINES: www.eurolines.it

Auto

La rete stradale è molto sviluppata in Francia: quasi un milione di chilometri, di cui quasi 8.000 di autostrade. Queste ultime sono, in genere, a pagamento. Per sapere tutto sui prezzi dei pedaggi, le aree di servizio e di ri-

poso, i ristoranti, le stazioni di servizio, gli hotel presenti sul tuo percorso e i dettagli del tuo itinerario, consulta il sito www.autoroutes.fr.
In Francia, i cartelli che indicano l'Autostrada sono di colore blu.

Autostop

All'estero è abbastanza diffuso nella sua forma "organizzata": siti internet funzionano da data base di offerta e richiesta (di passaggi). Al passeggero viene richiesta la condivisione delle spese.

È un sistema non solo conveniente, ma che può rivelarsi anche interessante dal punto di vista umano.

L'elenco qui di seguito è composto da agenzie/associazioni francesi che si occupano della gestione di passaggi in auto direttamente da, per o in Francia.

AUTO-PARTAGE

<http://membres.lycos.fr/autopartage/autopartage/index.html>

ADPC - AGENCE DE DÉVELOPPEMENT ET DE PROMOTION DU COVOITURAGE

www.carstops.org
*CarVoyage per tragitti all'interno
del Paese e Cartourisme
per percorsi da e verso la Francia.*

ECOTRAJET

www.ecotrajet.com

*Database francese che contiene
offerte e richieste di passaggi
automobilistici da o per la Francia.*

GNAFOU

www.gnafou.net

*Associazione francese che gestisce
un database per autostoppisti
on line.*

CERCARE CASA

Ostelli

Alloggiare in uno dei 160 ostelli per la gioventù può essere una buona soluzione per i primi giorni, per i prezzi modici, il comfort e l'atmosfera simpatica. Solo i membri YHS possono fruire di questa sistemazione, per cui procurati la tessera prima della partenza (anche presso l'Informagiovani di Ferrara).

I costi per il pernottamento, senza la prima colazione, variano intorno ai € 7,35/12,70; con prima colazione: a partire da € 18,50. La tessera internazionale degli ostelli ti consente inoltre di accedere a numerose riduzioni.

Centri di soggiorno

In genere, la vocazione di queste strutture va ben oltre la semplice ricettività, in quanto spesso organizzano anche soggiorni di studio o di turismo sociale. Oltre a una sistemazione di qualità, propongono animazioni culturali e numerose iniziative per gruppi e singoli.

Alcune università assegnano un certo numero di alloggi agli studenti viaggiatori.

C.I.S.P. - Centre International de Séjour de Paris

www.cisp.asso.fr

Gestisce 600 posti letto nel pieno centro di Parigi a prezzi economici per soggiorni brevi o lunghi. Ci sono camere singole, a 2, 4 e 8 letti (con o senza bagno) per una spesa che varia da un minimo di € 18,50 ad un massimo di € 40.

F.I.A.P. Jean Monnet

www.fiap.asso.fr

Ha camere da 1 fino a 6 letti, con prezzi variabili tra i € 24,50 ed i 56 (comprensivi o meno di prima colazione).

Ethic Etapes

www.ethic-etapes.fr

È una unione volontaria di centri internazionale di soggiorno senza scopo di lucro, fondata nel 1979, con l'obiettivo di praticare una accoglienza di qualità per i giovani di tutte le nazionalità. È presente in tutta la Francia e offre sistemazioni singole o di gruppo a prezzi che variano dai € 7,20 (solo pernottamento in bassa stagione) ai € 42 (pensione completa).

CIARUS

www.ciarus.com

Sistemazioni a Strasburgo.

Le stanze sono a 1, 2, 3/4, 6/8 letti ed i prezzi variano in presenza delle sessioni del Parlamento Europeo: dai € 44 ai 54.

AJA - Agence de Tourisme Associatif

www.aja.asso.fr

AJA è un'agenzia di viaggi leader per gruppi ed organizzazioni che gestisce 22 centri per soggiorni in Alsazia: alberghi, ostelli e villaggi vacanze, con prezzi variabili. Nel sito trovi una mappa sensibile delle disponibilità e dei relativi costi.

Centri per giovani lavoratori

Questi centri, detti “foyer”, sono destinati a soggiorni più lunghi e riservati ai giovani tra i 18 e i 25 anni che lavorano in Francia. Tali strutture si trovano nei centri urbani di medie dimensioni e richiedono il pagamento di una quota mensile che va da € 275 a € 470.

Informati presso i Centres d'Information Jeunesse della tua città di destinazione. Ricerca consigliata su google: “*foyer + jeunes travailleurs*”.

ALJT

www.aljt.com/

Appartamenti/camere ammobiliati per giovani dai 18 ai 30 anni a Parigi e dintorni a partire da € 380 al mese. Le sistemazioni sono per periodi da un minimo di 1 mese a un massimo di 2 anni.

RÉSIDENCES ÉTUDIANTES

(residenze per studenti)

Sono nei campus; offrono sistemazione temporanea solo durante la pausa universitaria estiva.

La maggior parte dei posti sono riservati a studenti che si recano nella città per internships o lavoro, ma a volte hanno disponibilità anche per altri giovani.

L'elenco delle residenze universitarie si trova nel sito ADELE; di seguito eccoti altri riferimenti utili.

ADELE

www.adele.org

Adele nasce nel 1991 per offrire informazioni ed orientamento sulle sistemazioni (ma anche su assicurazioni, energia, banche, trasporti, telefonia ecc) a studenti - e più in generale ai giovani in formazione e/o mobilità.

CNOUS-CROUS

www.cnous.fr

Si propone di sostenere la vita degli studenti fornendo loro molti servizi, come ad esempio mense, alloggi, borse di studio, attività sociali e culturali e opportunità di

mobilità internazionale. Nel periodo estivo è possibile alloggiare nelle residenze universitarie, aperte sia a singoli che a gruppi.

LA CITÉ INTERNATIONALE UNIVERSITAIRE DE PARIS

www.ciup.fr

La Cité è collocata in un parco di 34 ettari a sud della capitale e costituisce la più vasta concentrazione di residenze universitarie di Parigi e della Regione dell'Île de France. La struttura offre inoltre una vasta gamma di servizi e facilitazioni relativi alla vita di tutti i giorni.

La Cité ospita studenti da tutto il mondo in appartamenti perfettamente attrezzati; in estate - tra giugno e settembre - accoglie studenti (provvisi di una "student identification card", al di sopra dei 18 anni, insegnanti e ricercatori). Application on line.

Altri siti utili per la ricerca di alloggio:

CIDJ - Centre Information et Documentation Jeunes

www.cidj.com

Nel sito dell'Informagiovani di Parigi molte informazioni utili ed alcune guide da scaricare, come ad esempio "Le residenze ed i foyer per studenti".

JUSTLANDED

www.justlanded.com

È un sito molto interessante con informazioni dettagliate su moltissimi Paesi. Di particolare interesse - per la ricerca di alloggio - il glossario "Espressioni e abbreviazioni francesi relative all'alloggio".

COLOCATION.FR

www.colocation.fr/homepage.php

Ci trovi annunci di offerte di appartamenti in condivisione, per tutta la Francia. Puoi anche inserire la tua richiesta. I prezzi che abbiamo visto partono da un minimo di € 250 euro al mese per una camera; puoi trovare anche annunci per stanze da € 100.

KEL-KOLOC

www.kel-koloc.com/homepage.php

CERCARE LAVORO

In Francia, più che in altri paesi, la ricerca di lavoro può essere un vero e proprio percorso ad ostacoli. I datori di lavoro sono alla ricerca di giovani altamente qualificati, con esperienza e specializzati. Se rispondi a tutti questi requisiti, preparati ad un lavoro a tempo pieno: cercare lavoro!

Ti consigliamo una visita al sito dell'Informagiovani di Parigi (CIDJ - www.cidj.org), che offre fra le altre cose anche un'ampia documentazione scaricabile (per es. la scheda sulla ricerca di stage in azienda) e ad "Infomobil" (www.infomobil.org).

Nel caso la tua destinazione fosse diversa da Parigi, puoi andare all'Informagiovani della città dove risiederai (CRIJ - Centres Régionaux d'Information Jeunesse): troverai tutti gli indirizzi nel sito del CIDJ.

Rispondere ad un annuncio

Ci sono offerte di lavoro sparse un po' dappertutto: dai negozi locali ad internet. Le opportunità sono infinite, ma le indicazioni che seguono sono le migliori.

Giornali

- **lunedì:** *Le Figaro, France-Soir, Le Parisien, Libération;*
- **martedì:** *Les Echos, Le Monde Economie;*
- **mercoledì:** *Le Parisien, Télérama, Expansion, Carrières et Emplois;*
- **giovedì:** *Le Nouvel Observateur, L'Express, Le Moniteur du Commerce International;*
- **venerdì:** *Libération, Informatique Magazine.*

Leggi anche la stampa specializzata nel tuo settore professionale: giornali, riviste, web ecc.

Il lavoro sul web

EURES

<http://europa.eu/eures>

Portale dell'U.E. per favorire la mobilità dei lavoratori. Oltre alla banca dati, ha una sezione specifica in cui potrai trovare tutte le informazioni utili per il tuo trasferimento in Francia: diritti, doveri, normativa, ecc.

ANPE (Agence Nationale Pour l'Emploi)

www.anpe.fr/

Nel sito la banca dati di incrocio domanda/offerta di lavoro ed altre utili indicazioni quali, ad esempio, la "Guida alla ricerca di lavoro in Francia" (www.anpe.fr/espace_candidat/conseils/conseils_emploi/guides_pour_agir/index.html).

JOB D'ÉTÉ 2007

www.cidj.com/jobs-ete/index.htm

Lavori estivi per studenti.

INFOSTAGES

www.infostages.com/

Se cerchi uno stage, questa è un'ottima banca dati con una sezione specifica per stranieri.

LETUDIANT.FR

www.letudiant.fr

Un sito molto utile in generale, con una se-

zione specifica sulla ricerca di lavoro, summer jobs, stages ecc. soprattutto per studenti: www.letudiant.fr/jobsstages.html.

CYBER EMPLOI

www.paris-jeunes-emploi.org

Portale per il lavoro giovanile, con una specifica sezione per Parigi e molte indicazioni utili anche di carattere generale: curriculum e lettera di motivazione, glossario, ecc.

FRANCE5 EMPLOI

<http://emploi.france5.fr/>

LE RUCHER

www.lerucher.com

EMPLOI.ORG

www.emploi.org

Un'ampia selezione di siti specializzati nella ricerca di lavoro in vari settori, con sezioni specifiche relative ai lavori estivi/brevi e agli stage.

Annunci pubblicitari nei siti web delle Aziende

Il 70% delle maggiori compagnie hanno una sezione riservata alla selezione del personale nel proprio sito web, dove potrai trovare le offerte di lavoro e compilare il modulo di candidatura. Questo sistema di ricerca può portare via un po' di tempo, ma è molto fruttuoso.

Alcuni consigli:

una volta che hai deciso che tipo di lavoro cerchi ed hai selezionato alcune offerte, devi mandare la tua "lettera di candidatura", che deve

essere chiara, scritta a mano ed accompagnata dal tuo CV.

Se utilizzi la posta elettronica, la lettera di accompagnamento deve essere chiara e breve, ed il CV inviato in allegato.

È consigliabile far seguire - a distanza di qualche giorno - una telefonata al responsabile delle risorse umane dell'azienda per verificare se la tua candidatura è stata ricevuta e letta; è anche una buona occasione per richiedere un colloquio.

Se invece stai cercando lavoro in un negozio o in un hotel, ristorante o altro servizio turistico, è una buona idea andare personalmente a consegnare il CV.

VARIE

Feste e tradizioni

- **1 gennaio** - “**Jour de l’an**”

- **6 gennaio** (o la prima domenica del mese) - **Epifania**

Si festeggia in compagnia, mangiando la “galette des rois”, il dolce tradizionale di forma rotonda farcito con pasta di mandorle; all'interno c'è una piccola figura (“la feve”), e alla persona che la trova viene data una corona da indossare.

- **1 maggio** - **festa del lavoro**

In questa giornata ci si scambiano mazzi di mughetti: 13 fiori portano fortuna.

- **8 maggio**

Celebrazione della fine della II Guerra Mondiale in Europa. In tutte le città poli-

tici e veterani portano fiori ai monumenti ai caduti.

- **Pasqua e “Lunedì dell’Angelo”**

- **Ascensione**

40 giorni dopo la Pasqua si celebra la resurrezione di Cristo.

- **14 luglio - Presa della Bastiglia**

Si commemora la caduta della Bastiglia nel 1789. I festeggiamenti cominciano in genere il giorno prima, con danze (“bals”) nelle strade delle principali città. Nella mattinata del giorno della festa si svolge una grande parata militare a Parigi, e la sera in tutta la Francia ci sono spettacoli pirotecnici.

- **15 agosto - Assunzione**

- **1 novembre - Ognissanti**

- **11 novembre**

Si celebra l’armistizio alla fine della I guerra mondiale nel 1918.

- **25 dicembre - Natale**

Tradizionale la cena della vigilia, in cui si sta in famiglia e si mangiano piatti tradizionali, come foie gras, ostriche, tacchino ripieno di castagne, “white pudding” con tartufi e formaggio, ed un dolce chiamato “bûche de Noël”, farcito con crema di burro. Ovviamente si bevono vino e champagne!

Se vuoi altre informazioni sulle feste e tradizioni francesi:

www.cortland.edu/flteach/civ/fetes/fetes.htm.

Altre informazioni utili

L’IVA (VAT - value added tax) è al 19.6% sulla maggior parte dei prodotti, medicinali e libri, ed al 33% su orologi e macchine fotografiche.

I prezzi generalmente la includono e sono marcati “TTC” .

I conti di hotel e ristoranti includono sempre il 10/15% di servizio.

Le mance non sono obbligatorie, anche se la consuetudine è quella di lasciare qualche moneta al ristorante. Indipendentemente dal prezzo della corsa, la mancia per il taxi è intorno ad € 1.

Elettricità

La presa della corrente elettrica è la stessa degli altri paesi europei: 220/240V e 50Hz.

Orari di apertura

Nelle grandi città, i fornai e i negozi di alimentari aprono di mattina presto e chiudono verso le 19.00 o le 20.00 (o addirittura più tardi a Parigi).

La chiusura avviene generalmente la domenica pomeriggio, il pomeriggio dei giorni festivi e un giorno della settimana. Gli altri esercizi commerciali aprono alle 9.00 o alle 10.00 e chiudono tra le 19.00 e le 20.00.

In provincia, chiudono di frequente tra le 13.00 e le 14.00, mentre rimangono generalmente aperti dal martedì al sabato (tranne i giorni festivi).

I grandi supermercati sono spesso aperti fino alle 21.00 o le 22.00.

TEMPO LIBERO

Che si tratti di visitare la campagna o le città francesi, troverai sempre guide, cartine o informazioni utilissime presso i **Comités Régionaux du Tourisme** e negli uffici turistici locali.

Nei grandi centri urbani ti verranno proposti **formule e pass speciali** per la maggior parte dei luoghi da visitare. In Île-de-France, ad esempio, la tessera Musées-Monuments, valida 1, 3 o 5 giorni (per un costo

rispettivamente di € 15, 30 e 45) ti consente di accedere a oltre 70 musei e monumenti. È disponibile presso l'Office du Tourisme de Paris, le stazioni delle Ferrovie di Stato (SNCF), le maggiori stazioni della metropolitana e i musei/monumenti convenzionati.

Non dimenticare le **guide turistiche** del tipo Lonely Planet o le guide regionali Michelin; una menzione speciale spetta alla Guide du Routard, prediletta dai giovani e piena di indirizzi e informazioni utili.

Quartieri animati per giovani viaggiatori: in città i quartieri più animati raccolgono ristoranti, bar, pub, discoteche e cinema. Chi meglio dei ragazzi che frequentano questi locali per consigliare i migliori luoghi per uscire, divertirsi e rilassarsi? Nel sito "**Francia Giovani**" troverai una sezione con i consigli di altri ragazzi sui posti più "in" del momento, con

i link ai siti di riferimento:

<http://it.franceguide.com/viaggiatori/giovani/home>.

A Parigi

Da qualche anno il **quartiere della Bastiglia** (*11° arrondissement*) è diventato uno dei punti di riferimento della vita notturna parigina.

Recentemente lo stesso è accaduto a **Rue Oberkampf** (*11°*) che è diventata un vero must! Il quartiere del **Marais** (*4° arrondissement*) continua a mantenere la sua posi-

zione di zona divertente e giovane. Ad Est, invece, è **Bercy Village** a mostrare i primi segni di un cambiamento lento ma progressivo, dove stanno nascendo ristoranti, un complesso cinematografico, boutiques alla moda... tutti in spazi precedentemente dedicati a enoteche! Se cerchi delle atmosfere più esotiche, per esempio asiatiche, puoi recarti nel 13° arrondissement o nel quartiere di **Belleville** (19° e 20°). Per i romantici l'appuntamento è sulla passerella pedonale Solférino; senza dimenticare i **Quai della Senna**, sempre più modaiole e frequentate.

Mangiare

Oltre agli inevitabili fast food all'americana o alla francese, praticamente onnipresenti nelle grandi città, puoi rifocillarti in altri mille modi: con il classico jambon-beurre o con un panino caldo oppure optando per i falafe o lo chiche-kebab, specialità turca ideale per chi avverte un certo languorino, ma anche per chi ha una fame da lupi.

Il semplice sandwich vanta, già di per sé, molteplici sapori dalle origini più diverse. Varia i gusti! Per le pause più rilassate, abbondano pizzerie, self-service, crêperie, birrerie... che servono ottimi piatti (la bistecca con patate fritte è tra i più apprezzati) a prezzi modici. In tutti i ristoranti, pane, coperto e caraffa d'acqua sono gratuiti e il servizio compreso (15%

del prezzo), ma una piccola mancia sarà sempre gradita (anche se nessuno si risentirà se dimenticherete di lasciarla).

I prezzi? Da un minimo di € 10 per un pasto economico, 30 se si desidera un ristorante di qualità.

Sei studente? Allora puoi mangiare nelle varie mense universitarie (procurati l'elenco presso il Centre Régional des Œuvres Universitaires et Scolaires o CROUS).

Il costo della vita

Quella che segue è una stima indicativa della spesa da programmare per il primo mese in una grande città.

Naturalmente le cifre indicate possono variare, anche in maniera considerevole, in relazione alla città di residenza: Parigi è certamente più cara di Marsiglia, ma possono comunque darti un'idea abbastanza realistica dell'impegno economico.

Viaggio (volo e treno) = € 100-300

Assicurazioni (sanitaria, incidenti, bagaglio) = € 50

Spese di trasporto locale (abbonamento mensile) = € 100

Stanza = € 250-500 (+ eventuale cauzione di un mese d'affitto)

Vitto = € 300

Telefono = € 75

Imprevisti = € 100

INDIRIZZI UTILI

AMBASCIATA ITALIANA A PARIGI

51, Rue de Varenne - F-75007 Paris
tel. +33 1 49540300 - fax +33 1 49540410
Cellulare di Servizio per emergenze: 06 80 25 67 00
e-mail: ambasciata.parigi@esteri.it

AMBASCIATA E CONSOLATO FRANCESI A ROMA

www.france-italia.it
Cancelleria politica e Ufficio Stampa
piazza Farnese, 67 - 00186 Roma
tel. 06.686011 - fax 06.68601460

AGENZIA INFORMAGIOVANI - EURODESK

www.informagiovani.fe.it
via A. Lollo, 15 - 44100 Ferrara
tel. 0532.210408 - 211108 - fax 0532.202488
e-mail: informagiovani@comune.fe.it - eurodesk@comune.fe.it
skype: [eurodesk-informagiovani.ferrara](https://www.skype.com/name/eurodesk-informagiovani.ferrara)

A.R.D.S.U. - Career Service

Servizio di orientamento al lavoro
www.ardsufe.it
via Savonarola 11 - 44100 Ferrara
tel 0532.293382/3 - fax 0532.211475
e-mail: gioacchino.leonardi@unife.it - karinjoantyack@unife.it
skype: [ardsuorientamentogio](https://www.skype.com/name/ardsuorientamentogio) e [ardsuorientamento](https://www.skype.com/name/ardsuorientamento)

LINK UTILI

PORTALE EUROPEO PER I GIOVANI

www.europa.eu.int/youth/index_it.html

Informazioni generali sul Paese: alloggio, trasporti, sconti e riduzioni.

INFOMOBIL

www.infomobil.org/france

La sezione dedicata alla Francia nel portale di ERYICA, la rete europea degli Informagiovani.

CIDJ

www.cidj.com

Nel sito dell'Informagiovani di Parigi molte informazioni utili ed alcune guide da scaricare, come ad esempio "Le residenze ed i foyer per studenti".

JUSTLANDED

www.justlanded.com

Un sito ricchissimo di informazioni pratiche se intendi trasferirti in un altro Paese: da non perdere.

FRANCE GUIDE

<http://it.franceguide.com>

Il portale dell'Ufficio del Turismo francese.

VIAGGIARESICURI

www.viaggiaresicuri.mae.aci.it

F.U.A.J. / Fédération Unie des Auberges de Jeunesse

www.fuaj.org

Questa è la quarta di una collana di guide del nostro Informagiovani dedicate alla mobilità internazionale in Europa.

L'Agenzia Informagiovani di Ferrara si occupa da tempo di informazione ed orientamento relativi alla mobilità giovanile: lavoro, formazione, volontariato. Dal 2000 ha aderito alla rete Eurodesk, che fornisce informazioni sui programmi europei rivolti ai giovani nei settori della cultura, della formazione, della mobilità giovanile, dei diritti e del volontariato. Entrambi i servizi hanno l'obiettivo comune di rendere sempre più accessibili ai giovani le varie opportunità esistenti sia a livello comunitario che ad altri livelli, mettendo a loro disposizione diversi strumenti tra cui: colloqui di orientamento, documentazione, biblioteca con testi disponibili al prestito, modulistica, data base.

L'Informagiovani cura anche - all'interno del suo sito - alcune sezioni specifiche sulla mobilità: lavoro all'estero, formazione all'estero e Eurodesk. Per un'informazione tempestiva è stato anche realizzato un servizio di newsletter su questi temi.

Informagiovani ed Eurodesk sono servizi pubblici e gratuiti dell'Assessorato alle Politiche per i Giovani del Comune di Ferrara.

Agenzia Informagiovani - Eurodesk

via A. Lollio, 15 - 44100 Ferrara

tel. 0532.210408 - 211108; fax 0532.202488

informagiovani@comune.fe.it eurodesk@comune.fe.it

skype: eurodesk-informagiovani.ferrara

www.informagiovani.fe.it

