

## Rapport de fin de séjour à l'étranger

### LOGEMENT

Le *Residence Life Center* de l'Université de Waseda s'est occupé de trouver, à moi comme aux autres étudiants en échange, un logement dans une résidence étudiante ou en famille d'accueil. Nous pouvions faire un choix entre les deux ou bien sélectionner les deux. Dans le cas dernier, si nous étions acceptés en famille d'accueil, nous étions automatiquement sélectionnés en famille d'accueil et non en résidence universitaire. Dans le cas où nous n'étions ni acceptés en famille d'accueil ni en résidence universitaire, nous devions chercher un logement par nos propres moyens. Afin de postuler pour un logement, nous devions répondre à un questionnaire en ligne entre le 4 et le 7 juin 2018. Les attributions aux logements s'effectuaient par système de loterie, soit une sélection aléatoire par ordinateur, les réponses au questionnaire étant prises en compte (la somme qu'on est capable de payer, le choix entre une chambre seul ou une chambre en colocation, etc.). Les résultats nous ont été livrés par mail le 17 juillet 2018.

Parmi les trois choix de résidence, j'ai eu la chance d'en obtenir un : *Waseda Hôshien*. Cette résidence est composée de trois bâtiments. Selon le bâtiment et la taille des chambres, les loyers variaient de 374€ à 720€. J'ai obtenu une chambre individuelle de 16m<sup>2</sup> pour 720€ par mois, bien équipée avec le mobilier suffisant pour y vivre (lit, réfrigérateur, bureau de travail, chaise, armoire, étagère, lampe, climatisation/chauffage, téléphone, rideau). Les douches et la cuisine étaient communes (deux douches et une cuisine pour 8 personnes par étage). La caution pour le logement était de 250€. Elle sera restituée en fin de séjour après inspection du logement.

La résidence comprenait une salle commune permettant à tous les résidents de passer du temps ensemble. Il y avait une télévision, des jeux vidéos, des instruments de musique, des sofas, tout pour se relaxer et parfois faire des soirées d'anniversaire, des soirées film ou autre. Il y avait également une salle d'études pour ceux qui voulaient étudier dans le calme. Une infirmerie était également à disposition pour discuter de problèmes de santé ou pour obtenir de l'aide psychologique. Le plus grand mérite de ce logement était la proximité par rapport à l'université (moins de 10 minutes à pied). Le fait d'avoir une salle commune pour passer du temps avec les autres étudiants est également un point très positif qui m'a beaucoup apporté durant cette année d'échange. Des événements étaient régulièrement organisés pour favoriser l'échange culturel entre les résidents et les locaux (voyages, sorties, activités, etc.).

Le logement occupe une grande partie de notre vie à l'étranger. Avoir la chance de vivre dans un environnement aussi agréable représente ainsi un grand facteur m'ayant permis d'apprécier mon séjour à l'étranger.

## ARGENT

Je dirais que le coût de la vie au Japon est un peu plus cher qu'en France, notamment au niveau des logements et des frais de transports. Mon loyer était le plus élevé parmi les chambres proposées dans ma résidence. L'avantage était de résider très près de mon université, me permettant d'économiser sur les frais de transport. De plus, grâce à l'Aide à la Mobilité Internationale, j'ai pu avoir une partie de mon loyer couvert. En ce qui concerne les achats courants en supermarché et les restaurants, c'est beaucoup moins cher au Japon par rapport à la France. Cependant, même si les restaurants sont en général peu chers, j'ai beaucoup cuisiné par moi-même afin de faire des économies.

Les Japonais ont tendance à tout payer en liquide mais il est tout de même possible de payer par carte bancaire dans la plupart des magasins et des supérettes ouvertes 24h/24. Je disposais d'une carte internationale et je l'utilisais pour retirer de l'argent dans les distributeurs de ma banque japonaise. Ma résidence prélevait mon loyer directement sur mon compte bancaire japonais. Je retirais donc de l'argent de ma carte internationale pour immédiatement le déposer sur mon compte bancaire japonais, tout en gardant une partie du liquide pour mes dépenses de la vie quotidienne. Ouvrir un compte bancaire au Japon est assez facile et rapide, il suffit juste de remplir quelques papiers et la procédure ne dure quasiment jamais plus d'une heure.

Je n'ai rencontré aucun problème au niveau financier mais la principale raison est que j'ai fait des économies pendant trois ans en vue de ce séjour à l'étranger que je projetais depuis longtemps déjà. J'ai ainsi eu l'occasion de voyager durant les vacances scolaires, me permettant d'approfondir ma compréhension sur la culture japonaise, d'échanger avec des locaux, et de profiter au maximum de mon séjour à l'étranger. Il y a plusieurs options pour voyager à prix raisonnable. Par exemple, j'ai choisi de prendre des bus de nuit au lieu du TGV, j'ai logé dans des résidences communes au lieu des hôtels, je suis même partie avec un sac de couchage et une tante pour dormir à la pleine lune durant une semaine, et j'ai même fait du stop pour me déplacer d'une préfecture à une autre. Même si le Japon est un pays relativement sécurisé, il faut bien sûr rester vigilant et ne pas hésiter à demander de l'aide aux personnes aux alentours.

## SANTE

Il est obligatoire de souscrire à l'assurance santé nationale japonaise qui est de 12€ par mois. Je suis tombée malade une fois durant mon séjour. Pendant le printemps, il faut faire attention aux passages constants de chaud à froid (l'extérieur est chaud mais l'intérieur des bâtiments ou des magasins est froid dû à la climatisation). C'est de cette manière que beaucoup de personnes sont tombées malades en même temps et j'ai attrapé la grippe pour la première fois. Je ne suis pas allée chez le médecin parce

que j'avais emmené mes médicaments de France et je m'en suis remise très vite. Une autre fois où j'ai eu besoin d'aide santé, c'était pour l'infection d'une plaie. Les irritations et l'infection étaient telles que j'ai dû faire appel au *Student Health Center* de l'Université de Waseda. Il s'agit d'un bureau de consultation mis à disposition des étudiants, sans nécessiter de prise de rendez-vous. Les employés m'ont apporté de légers soins et m'ont présenté un ophtalmologue à proximité de l'université. J'y suis donc allée de suite pour obtenir le bon traitement, faisant ainsi usage de mon assurance santé.

## TELECOMMUNICATIONS

Il est possible de se procurer une carte SIM japonaise mais les contrats sont souvent d'un an minimum. Les étudiants en séjour d'un semestre peuvent donc avoir des difficultés à passer un contrat. J'avais accès à Internet dans la résidence ainsi qu'au sein de l'université mais il est pratique de pouvoir y avoir accès à l'extérieur également. J'ai donc choisi un forfait téléphonique de 13€ par mois me permettant d'avoir accès à Internet pour 3GB de données mobiles utilisables, d'envoyer des SMS et de passer des appels via un numéro japonais. Je n'ai pas du tout utilisé mon numéro japonais mais il s'est avéré nécessaire pour remplir certains papiers administratifs, notamment pour ouvrir un compte bancaire. Je communiquais avec mes proches et mes amis via les réseaux sociaux.

## VIE UNIVERSITAIRE

J'étais en échange de langue et culture. Tous mes cours étaient donc des cours de japonais. Au début de l'année, l'université nous a fait passer un test de niveau afin que chacun puisse choisir ses cours en fonction de son niveau. La première semaine a consisté en des cours d'essai, nous permettant de vérifier si le cours nous convenait avant de nous inscrire. Il y a eu trois périodes d'inscriptions où l'on devait choisir ses cours, les essayer et décider si l'on voulait vraiment les suivre ou non. Une fois toutes les inscriptions définitives validées, les cours peuvent enfin commencer. J'ai suivi 13 cours par semestre, remplissant ainsi mon quota de crédits nécessaires à la validation de mon année au sein de ma faculté, le *Japanese Language Center*.

Comme les cours sont séparés en niveau, je pouvais apprendre et progresser à un rythme approprié. J'ai choisi mes cours en fonction des compétences que je voulais travailler (compréhension orale, compréhension écrite, production orale, production écrite, étude sociale, etc.) et j'ai également choisi des cours en rapport avec les recherches que je souhaite effectuer une fois en master. Tous les cours que j'ai pu suivre m'ont été très bénéfiques. Les professeurs étaient très compétents, nous travaillions parfois en groupe, nous permettant ainsi de travailler la communication, j'ai appris à écrire des rapports et à faire des exposés en japonais, mais j'ai également pu approfondir ma compréhension sur la culture japonaise. La quantité de travail était assez importante. Il y avait des devoirs toutes les semaines pour quasiment tous les

cours, nous poussant ainsi à rester régulier dans notre apprentissage. La présence et la ponctualité étaient également évaluées de façon assez stricte.

L'Université de Waseda compte de nombreux étudiants étrangers (plus de 4600). Ainsi, en plus de l'approche académique via les cours et les séminaires, l'université propose également beaucoup d'événements encourageant les échanges culturels et linguistiques entre étudiants étrangers et étudiants japonais. L'*International Communication Center* de l'Université de Waseda propose régulièrement des événements culturels permettant d'en apprendre plus sur la culture japonaise mais également sur la culture d'autres pays. Pour citer quelques exemples sur les événements culturels japonais, il y a eu des activités de calligraphie, d'art floral, de cuisine japonaise, j'ai également pu voir un match de baseball, etc. Quant aux événements tournant autour d'autres pays, nous avons pu assister à une présentation du tourisme à Singapour, une séance de taekwondo, une performance de la chorale homosexuelle de Sydney, etc.

En plus des événements culturels, les universités japonaises sont riches en clubs. Il s'agit de cercles sociaux permettant de pratiquer des activités extrascolaires, telles que ses hobby, ou de découvrir de nouvelles activités. Il y en a pour tous les goûts : clubs de sport, clubs intellectuels, clubs de journalisme, de culture, d'art, de théâtre, d'échange international, etc. Pour ma part, j'ai intégré un cercle de danse traditionnelle japonaise, ainsi qu'un cercle de jeux de société. Cela m'a non seulement permis de me faire des amis japonais mais également de jouir de la vie étudiante à un autre niveau. Les clubs de danse, de sport, ou autre, apportent un sentiment d'accomplissement car après de nombreux entraînements, nous avons la chance de présenter des performances à plusieurs occasions, notamment lors du festival universitaire, grand événement annuel.

J'ai ainsi pu profiter de mon séjour pour non seulement améliorer mes compétences en langue et mes connaissances culturelles, mais également pour échanger au maximum avec des locaux mais aussi des personnes venant de partout dans le monde. Ce fut une expérience extrêmement enrichissante non seulement sur le plan académique que sur le plan humain.

## BILAN

Cette année d'échange au Japon a été la meilleure expérience que j'ai pu avoir jusqu'à maintenant. Vivre à l'étranger pendant un an, entourée de personnes venues de plein de pays différents, a élargi ma perspective sur le monde. J'ai appris à m'intégrer au sein de la société japonaise tout en partageant la culture de mon pays. J'ai également appris à gagner en indépendance tout en sachant demander de l'aide à mon entourage. Ce séjour d'études à l'étranger m'a permis de me sentir confiante dans mon japonais, les cours que j'ai suivie m'ont énormément inspirée pour mes futures recherches, et j'ai également pu mûrir sur le plan des relations humaines.