



GUÍA DE SUPERVIVENCIA DE ESTUDIANTES INTERNACIONALES EN PARÍS



ESN

Erasmus Student Network
Paris

ÍNDICE

Presentación de la Asociación

Informaciones Prácticas

Qué hacer en París

Qué hacer cerca de París

Testimonios

Agradecimientos



**PRESENTACIÓN
DE LA
ASOCIACIÓN**

Palabras de la Presidenta



Jihane Fares

¡Hola tú!

Has llegado bien a París, listo para vivir plenamente esta nueva experiencia que se te ofrece. El miedo al cambio, a salir de tu zona de confort, el terror... ¡todo eso ya ha pasado! Una nueva aventura comienza para ti y la ciudad parisina está feliz de tenerte en sus brazos.

Y porque la movilidad es también compartir, ESN Paris te acompañará durante toda tu estancia, ¡para estar seguro de que experimentas la verdadera vida parisina!

¡En nombre de los voluntarios de ESN Paris te doy la bienvenida a nuestra ciudad! ¡Te hemos preparado un montón de hermosas actividades, ayudas, acompañamientos... y sobre todo una gran bienvenida para inaugurar este nuevo capítulo de tu vida!

No queríamos que te sintieras perdido. y cuando llegaste, te preparamos una pequeña guía de supervivencia en París. Guárdalo, te será útil y te facilitará la vida.

Y no lo olvides, ¡no te preocupes, ESN está aquí! Espero verte en uno de nuestros próximos eventos.

Cómo contactarnos



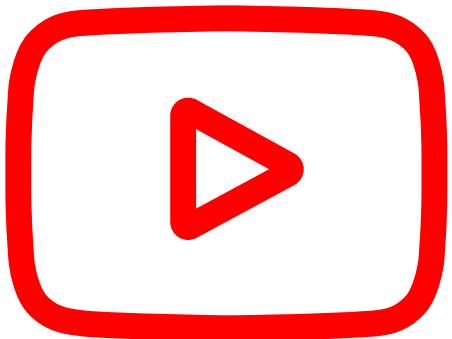
[ESN Paris – Erasmus Student Network](#)



[@esnparis](#)



[@ESN_Paris](#)



<http://esn.paris/youtube>



go.esn.paris/whatsapp



www.esn.paris

Presentación de ESN Paris

Erasmus Student Network (ESN) es la asociación estudiantil más grande de Europa. Esta red, creada en 1989 y aprobada por la Comisión Europea, cuenta hoy con 526 sedes en 40 países.

Sus misiones son de ayudar y desarrollar los intercambios estudiantiles, alentar la comprensión cultural y el desarrollo personal de los estudiantes mediante los intercambios que tendrán.

ESN Paris es la sede parisina de la red europea Erasmus Student Network. Estamos encargados de el acogimiento y la integración de los estudiantes Erasmus e Internacionales, cómo de la promoción del programa de movilidad europea Erasmus+ en la capital francesa.

ESN Paris es una asociación completamente manejada por estudiantes. Nuevos voluntarios son integrados durante el transcurso del año, trayendo nuevas ideas y entusiasmo que va aumentando. La mayoría de nuestros voluntarios ya tuvieron sus respectivas experiencias estudiando en el extranjero y entienden toda esta etapa para los extranjeros que llegan a París.



Eventos

Welcome Week

Para conocer y empezar tu estadía, ESN Paris te organiza una semana de integración llena de eventos al inicio de cada semestre. Paseos nocturnos, speed-friending, fiestas... ESN Paris prepara un programa diversificado que a todos les encantará.



Café des Langues

El "Café de Langues" es la oportunidad perfecta para encontrar otros estudiantes extranjeros como tú, o locales. Te invitamos a venir cada Lunes a las 20h al Royal Est (129 Rue du Faubourg Saint Martin, 75010 Paris) donde encontrarás distintas actividades cada semana.

One Nation Party

El evento anual más grande de ESN Paris. El objetivo es reflejar la asociación organizando todo de A a Z para todos los que quieran divertirse en un ambiente Erasmus.



International Dinner

Cenas donde cada quién trae una especialidad de su país para descubrir platillos de todo el mundo y al final votar por el mejor cocinero de la noche.



Erasmus in School

Durante todo el transcurso del año, cómo estudiante internacional, te proponemos intervenir en colegios. Puedes contar tu experiencia en Francia pero también cosas sobre tu país de origen.



Visitas Culturales

Te llevamos al descubrimiento de los museos franceses más grandes. Del Louvre y de las Catacumbas, pasando por el castillo de Versalles o de Fontainebleau, ESN Paris te hará visitar lugares emblemáticos de la capital y de sus alrededores

Fiestas

¿Ganas de una copa de champaña en el río Sena o de una noche en una disco? ¡ESN Paris tiene todo previsto! Te proponemos fiestas en pubs, barcos, grandes discos pero también fiestas temáticas y cenas internacionales

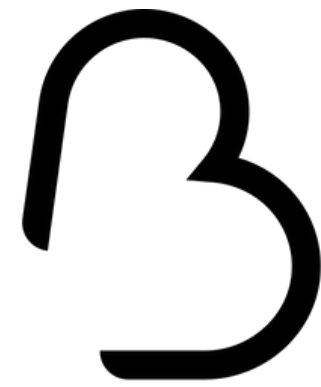


Viajes

¡Porque tu Erasmus también puede disfrutarse por fuera del departamento de Ile-de-France! Es por eso que organizamos viajes para descubrir Francia y otros países.

Buddy System

El Buddy System es un sistema de apadrinamiento entre un estudiante local y un estudiante internacional (los dos apodados Buddy) según los intereses y gustos de cada uno. Después ESN Paris intenta de crear la pareja más pertinente entre ellas. Eso permite al estudiante internacional de practicar el francés, descubrir París y Francia de la manera más auténtica.



Buddy System

Para el estudiante local, es la ocasión de abrirse a una nueva lengua y a una nueva cultura, siempre compartiendo su punto de vista de la ciudad.

Gracias a las diferentes salidas y fiestas con tu Buddy, el Buddy System te permitirá crear amistades internacionales y duraderas. Los ahijados se inscriben cómo aprendiz y los padrinos cómo mentor.



ESNcard

La ESNcard es una tarjeta de membresía de ESN y de la Erasmus Generation. Eso te permitirá de tener descuentos en eventos y viajes organizados por ESN. Gracias a esta tarjeta, tendrás también reducciones o ventajas con los socios de ESN en toda Europa durante 12 meses.



¿Cómo obtener la tarjeta?

Puedes venir al Café de Langues para pagar y obtener inmediatamente tu tarjeta. Puedes adelantar el pago en go.esn.paris/esncard y venir a buscar en el Café más tarde.



Luego tendrás que registrar tu tarjeta creando una cuenta en esncard.org/register y activar tu tarjeta indicando tu número. Ese número se encuentra en tu tarjeta, debajo de la Sección ESN y tiene 7 números y 4 letras.

Nuestros socios

Aquí tienes algunos ejemplos de nuestros socios con quienes tienes descuentos presentando tu ESNcard:



Acceso a la "Formule ESN"



Reducción del 10% en 4 vuelos + maleta gratis



Servicio de alojamiento inter-generacional



Reducción del 25% en los gastos de servicio con el código ESNPARIS25



SOCIETE
GENERALE

80€ dados de bienvenida en la apertura de una cuenta en la sede de la calle Assas



1er mes gratis luego 3 euros/mensual con el código de promoción ESN



Tarifas especiales al presentar la ESNcard



**INFORMACIONES
PRÁCTICAS**

Abrir una cuenta bancaria

La apertura de una cuenta bancaria francesa puede ser una gran ayuda en tu estadia parisina; eso evitaría las transacciones y costos extras. De paso si trabajarás en París, es mucho más práctico recibir tu salario directamente en tu nueva cuenta y pagar tus cuentas también.

ESN Paris dispone de un socio que es el banco Société Générale. Demostrando que estás afiliado a nosotros con la ESNcard, puedes beneficiarte de 80 € en la apertura de la cuenta.



**Dirección del banco:
Société Générale,
28 rue d'Assas,
75006 Paris**

Documents a presentar:

Justificativo de domicilio

Identidad

ESNcard

Factura de agua, electricidad...

DNI, pasaporte...

Suscripción Telefónica

¡Incondicional para contactarte!

Para eso, tienes diferentes opciones:

- **Un teléfono prepago que puedes acreditar cuándo quieras.**
- **Un plan con/sin compromisos (engagement).**
 - **Una suma se cobrará todos los meses en tu cuenta francesa. Lo mejor es la segunda opción si tu tiempo en París es corto.**

Con tu nuevo número podrás hacer/recibir llamadas, mensajes e internet.

Los operadores B&YOU (Bouygues Telecom), Free Mobil, Sosh (Orange) o Red (SFR) son las menos caras. PERO Free Mobile es el que menos cobertura tiene; RED y SFR ha ido perdiendo calidad también a través de los años pero para el internet, siempre son funcionales.

No dudes en hacerlo rápido y tienes también planes de entre 10 y 20 €.



free



Alojamiento

Encontrar alojamiento puede ser todo un reto. Los precios son altos y lo que muchos estudiantes hacen es que comparten alojamiento o se instalan a las afueras de París.

Crous



El CROUS es un organismo público que maneja las residencias universitarias más baratas. Para aplicar a un cuarto, tienes que enviar tus documentos lo más temprano posible. Todas las informaciones las encontrarás en www.crous-paris.fr

Dónde buscar

Para encontrar tu alojamiento, te aconsejamos de hacer búsquedas en algunas páginas y grupos de Facebook :

pap.fr - lacartedescolocs.fr - uniplaces.com - appartager.com -
seloger.com - leboncoin.fr

FACEBOOK:

ESN Erasmus Paris 2022-2023 (officiel)

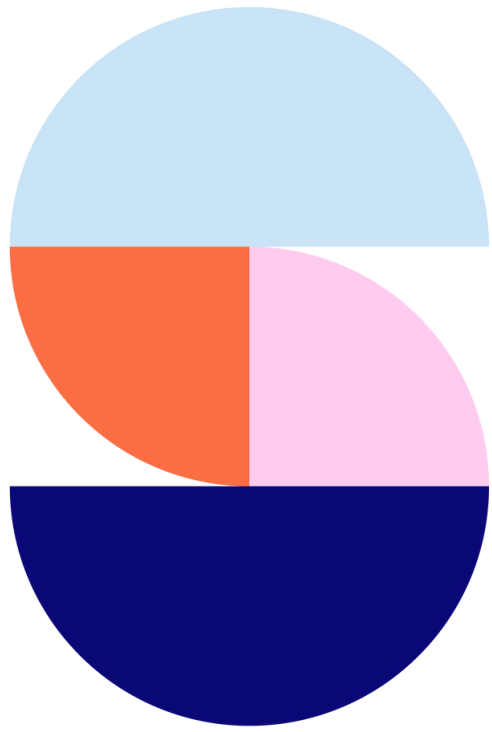
Plan appart à Paris - Wanted Logement, colocation & Sous location

WHATSAPP:

Pídenos el enlace de invitación

Nuestros socios

Te proponemos una lista de nuestros socios para tu búsqueda de alojamiento:



Spotahome te permite alquilar apartamentos verificados por el equipo, esto te hará ganar tiempo y dinero pero también evitar estafas.

<https://paris.esnfrance.org/spotahome/>

colette

Colette te ayuda a encontrar un cuarto en apartamento del propietario para 3 o 12 meses. Es una oportunidad de vivir una experiencia intergeneracional.

<https://esncard.org/discount/colette-club>



cohabs

Plataforma para encontrar el lugar ideal para compartir apartamento en París.

Ayuda con alojamientos

En Francia existe un organismo público que deposita ayudas para pagar el alojamiento.



En general son dadas después del tercer mes de pago de alojamiento (pero es retroactivo entonces tendrías el total de tres meses). Para pedir la ayuda, tienes que ingresar a www.caf.fr

Ten cuidado con las estafas:

tienes que estar muy atento y evitar los anuncios que te piden pagar el dinero en por transferencias dudosas (fuera de cuentas bancarias).

Jamás pagues por un alojamiento que no has visitado. Si quieres puedes pedirle a tu Buddy si puede visitar el alojamiento.

DO YOU SEARCH A FLAT ?

How to recognise and avoid scams in Paris



To send money for the reservation

You must never pay money before signing the lease! Visits and signature are also always free



Photos unrelated to the place

An advertisement seems too good to be true? Run away.



Low rent compared to the market

Check the proposed rates by comparing them with market prices



Owner in a foreign country

The owner lives abroad and is very busy to come just for a visit? Beware of it...



Erasmus Student Network
Paris

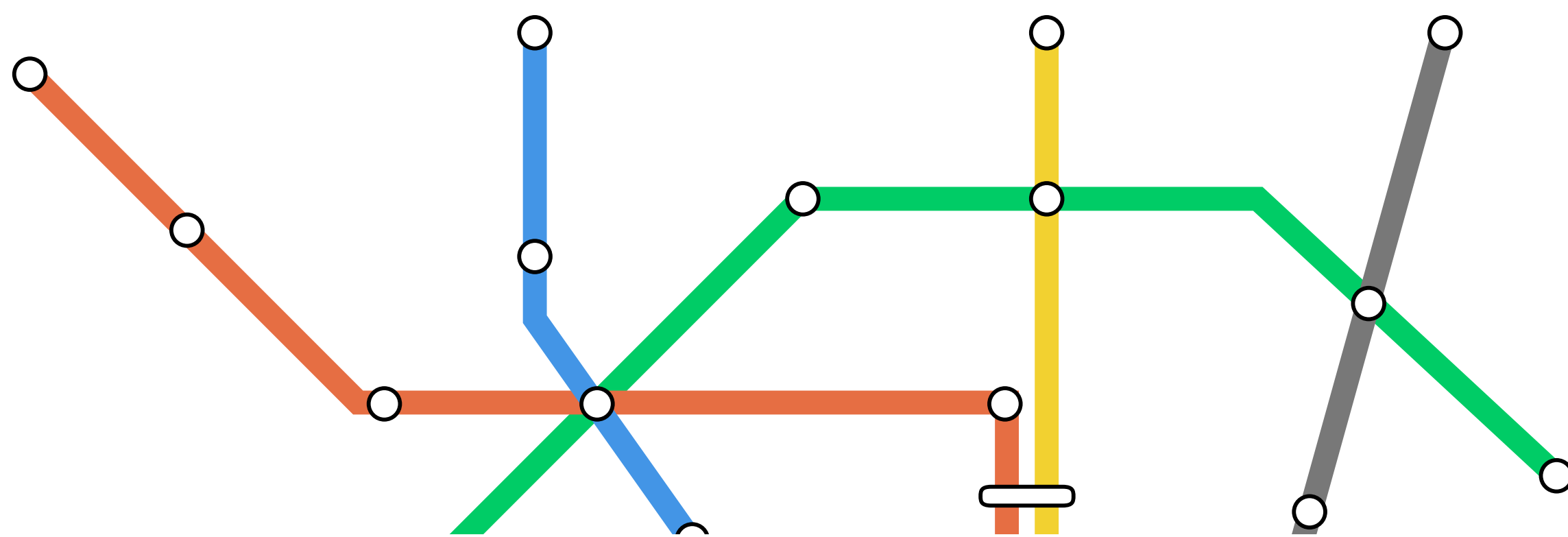
Encontrar el buen barrio:

atelier01.net

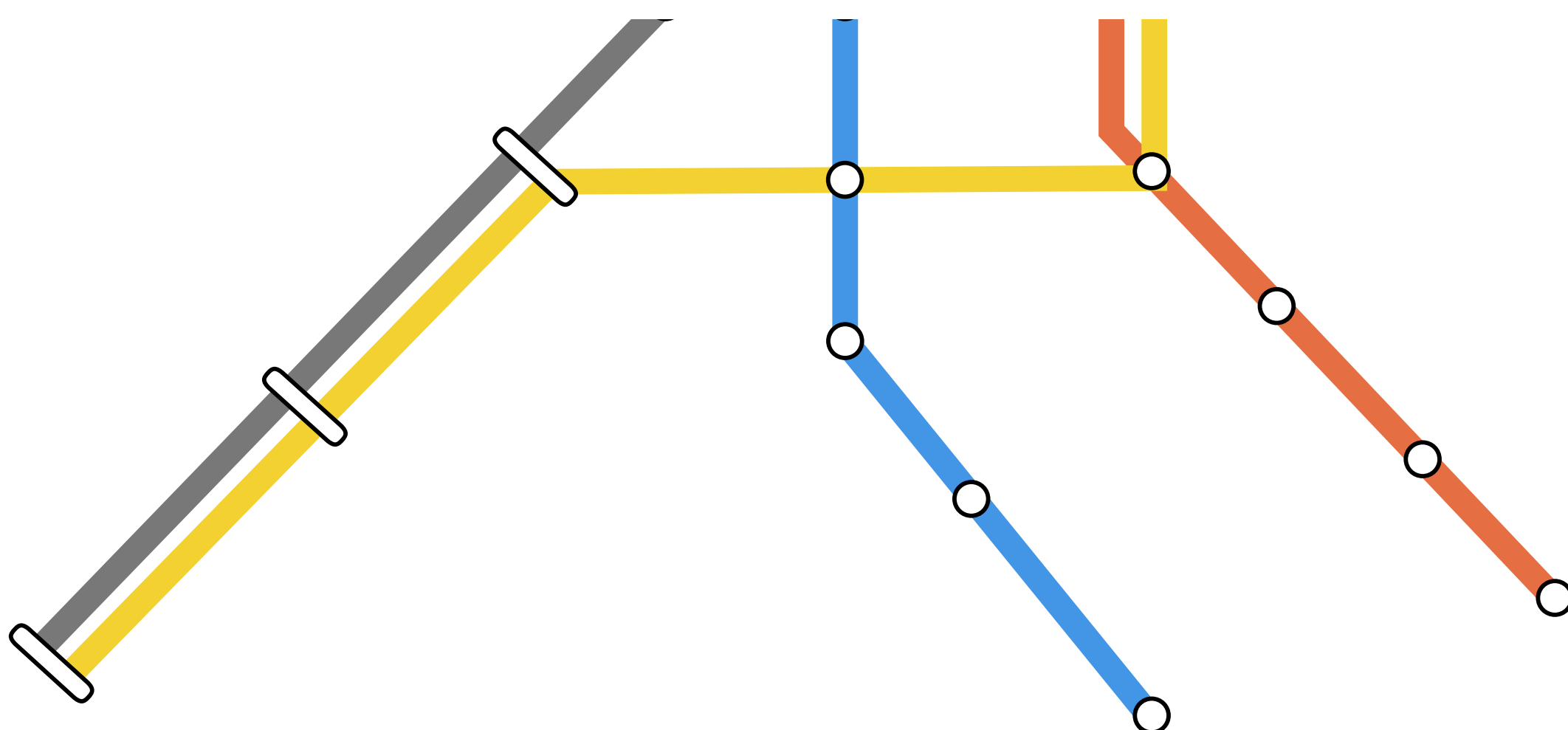
¿Quieres vivir en un barrio cerca de tu universidad o de tu empresa?

¡Este sitio web calcula automáticamente el tiempo de transporte desde cualquier punto de la región parisina!

Haz clic en el mapa para saber qué barrios están cerca en transporte público (15 min, 30 min...).

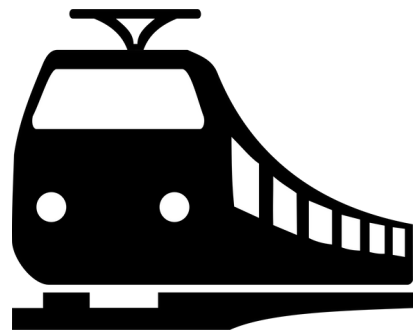


<https://www.atelier01.net/metro/paris/isochrone/>



Moverse

París es una gran ciudad con una red de transportes muy completa así que... ¡Sería una lástima que no se aprovechen!



Transporte público

Entre todos los medios de transporte que existen en la ciudad, los más utilizados son los transportes comunes. Son útiles y con fácil acceso que puedes utilizar con un simple boleto o una suscripción.

Los dos operadores principales de transporte son la RATP y la SNCF y tu tarjeta de viaje puede ser utilizada en ambas compañías dentro de Ile de France.

Boletos



Si no tienes una suscripción o no usas mucho el transporte, es mejor que compres sólo boletos de metro.

La unidad es de 1,90€ y el taco de 10 boletos es de 16,90€. Esta tarifa es para las zonas 1 a 2 (Paris y las afueras cercanas). Otros boletos te permitirán ir de las zonas 3 a 5.

También hay una tarjeta recargable Easy a 26€ que te permite recargar los boletos Ticket+ (unidad, suscripción mensual...), se usa en OrlyBus, RoissyBus y los Navigo Jour.

Existen diferentes tipos de suscripciones para los transportes en común en la región Ile de France según tu situación y la duración de tu estadía:

Tarjeta IMAGINE'R

- Para los estudiantes de menos de 26 años,
- Esta suscripción te permite moverte ilimitadamente en todos los transportes de la región todos los días.
- Cuesta 350€ anual y puedes pagarlo una vez o pagar 37,90€ durante 10 meses.
 - Es de las mejores opciones si te quedas un mínimo de 5 meses en Francia.

En ambos casos tienes 8€ por gastos de suscripción.

Tarjeta Navigo Anual

- Si no eres estudiante o tienes más de 26 años, igual puedes suscribirte al mismo plan pero el costo anual es de 827,20€ o 75,20 € mensuales.



Recargas mensuales o semanales

- **Si te quedas más de 5 meses, es mejor que tengas una tarjeta Navigo para recargar mensualmente.**
 - **Si te quedas menos entonces puedes recargarla también semanalmente.**
 - **Siempre tendrías viajes ilimitados en toda la región.**
- **Esta tarifa es de 75€20 mensuales + 5 € para comprar la tarjeta. El precio de los boletos son los mismos pero esta opción es más ecológica**



Aplicaciones para moverte

Ile de France Mobilités



- **Toda la información en tiempo real sobre los transportes::**
 - **trenes, RER, metros, tramways**
 - **tiempo de espera de los buses de la RATP (París y alrededores) y de Transdev.**
- **Notificación de las perturbaciones en tiempo real sobre todas las conexiones**
- **Búsqueda de itinerarios multi soluciones**
 - **Opción de EVITAR**
 - **Marcar favoritos**
 - **Mapas de las líneas...**



Moovit

- **Ergonómico y claro para:**
 - **ver los itinerarios**
 - **ver el tráfico en tiempo real**
 - **definir los trayectos y las líneas preferidas para ponerlas en pantalla de inicio**
 - **pequeña herramienta que muestra las próximas salidas de las líneas frecuentes**
- **Tomar en cuenta que Moovit está disponible en más de diez ciudades a parte de París cómo Marsella, Burdeos, Rennes, Toulouse, Nantes, Estrasburgo, Angers, Aix-en-Provence, Nancy...**



- Te permite planificar tus viajes con todos los transportes:
 - bus
 - metro,
 - RER,
 - Transilien / tren,
 - tram,
 - bicicletas,
 - patinetes eléctricos,
 - monopatines,
 - carshare / taxis / Uber
 - puedes reservar un uber en esta aplicación
- También están los horarios y las informaciones en tiempo real de las próximas salidas y llegadas y notifica si hay problemas en las líneas
- También informa si hay acceso a las personas con discapacidad.



RATP

- La aplicación oficial de la RATP.
- Te permite
 - Ver los horarios de nuestras conexiones frecuentes
 - encontrar el mejor horario hacia nuestro destino
 - elegir de ser notificado si hay problemas en las líneas
- Es posible de:
 - geolocalizar las estaciones cerca de uno
 - tener los horarios de pasada de los RER, metro, buses, noctilien, tramway y líneas de aeropuertos
 -

Trabajos Estudiantiles

Es cierto que los precios son elevados en París entonces, ¿por qué no ganar un dinero extra?

Para un trabajo estudiantil, tienes diferentes opciones:

Foro de trabajos organizados por ESN París

En el contexto de este foro, ESN París invita a diferentes empresas que buscan personas plurilingües y multiculturales. Con este evento, podrás ver las ofertas de empleo, dejarles tu CV y hasta hacer la entrevista ahí mismo.

Para ayudarte en tu búsqueda, ESN Paris también organiza talleres de cómo hacer un CV, actualizarlo y ver cómo escribir una carta de recomendación en francés para un empleo en Francia y qué decir/evitar en una entrevista. Inclusive, si tienes preguntas sobre tu estatus de estudiante en el mundo laboral, te proponemos un taller de consultoría jurídica para conocer tu derecho al trabajo en Francia, las condiciones de los empleos y cómo evitar ser explotados en ella.



Cuidar niños

El cuidar niños en París es uno de los trabajos más populares como trabajo estudiantil. De hecho, muchos padres buscan niñeros a medio o tiempo completo o sólo para cuidar a los niños si tienen reuniones sociales, traer/llevarlos a las escuelas, prepararles la comida o cuidarlos sólo los miércoles (ya que algunos no tienen clases ese día).

A veces los padres buscan estudiantes que hablen inglés, alemán, español, chino, árabe u otras lenguas que serían provechosas para sus hijos.

Está la opción de cuidar a niños de menos de 6 meses también, si no tienes miedo de cambiar pañales.

Para encontrar todos los trabajos, puedes inspirarte en las páginas:

- Speaking-agency.com (babysittings multilingues) Kidsparadis.com
- Kidssitter.com
- Yoopies.fr
- Yoopala.com
- Kinougarde.com
- Babysitting-paris.fr Baby-sitter.fr
- Nounoutop.fr



Otros trabajos muy comunes:

- Recepcionistas
- En inventarios
- Camareros
- Tutorías
- Cajera (cómo en Franprix)
- Animadores

Algunas páginas para buscar trabajos:

- L'étudiant.fr
- Misterbilingue.com
- Myexpatjob.com
- Indeed.fr
- Monster.fr
- Linkedin.fr

l'Étudiant

**mister
bilingue**



indeed

Linked in

MONSTER

¿Tienes experiencia cuidando niños y hablas más de un idioma?

¡Speaking-Agency tiene el trabajo ideal para ti!

Speaking-Agency ofrece servicios de cuidar niños en diferentes idiomas y de dar clases de lenguas a domicilio para todas las edades. Ellos proporcionan un soporte pedagógico desarrollado y distribuido con la CNRS. Los trabajos se adaptan a ti.

Tú eres quién decide dónde, cuándo y cuánto tiempo quieres trabajar ya que proponen más de 2 000 ofertas al año. Speaking-Agency está en una búsqueda constante de gente bilingüe motivada y competente: ¿te sientes listo a empezar esta aventura?

Las ventajas

- **Formaciones internas**
- **Proporcionan apoyo pedagógico**
- **Pass Velib' reembolsado al año**
- **Clases de francés gratuitas**
- **Participar en concursos y eventos mensuales**



NUEVO: Desde el año pasado, Speaking-Agency propone misiones a largo y corto plazo en el seno de empresas que necesiten gente plurilingüe.

P:ara buscar más información

- > **Regístrase en www.speaking-agency.com siguiendo el enlace de ESN: <http://www.speaking-agency.com/ambassador/110838257>**
- > **También puedes llamarlos por recomendación de ESN Paris**
01 83 95 41 76

¡Ten cuidado!



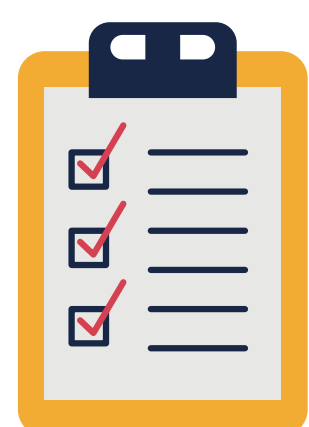
Cuidado con los carteristas

Tener las bolsas/mochilas debajo del abrigo



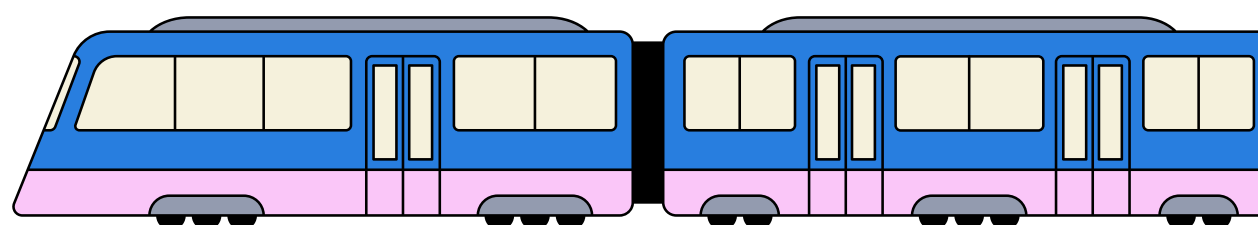
Tener tus documentos subidos en una nube

Tener tu mochila cerrada con la cremallera delante de ti



No firmar peticiones en la calle

De regreso de las fiestas, sentarse en el primer vagón cerca del conductor



Llamadas de Urgencia



Policía	17
Urgencias (toda Europa)	112
Bomberos	18
Ambulancia	15
Médicos SOS	3624
Maltratos SOS	3977
Nightline	01 88 32 12 32

Incident Form



<http://go.esn.paris/incident-form>

ESN Paris pone a disposición este formulario para que denuncies comportamientos inadecuados por parte de nuestros voluntarios o estudiantes internacionales.

La asociación sigue los valores de la red ESN.

La red pondrá a disposición un documento que resuma el código de conducta de ESN:

https://esn.org/sites/default/files/code_of_conduct.pdf

El incumplimiento de este código de conducta dará lugar a sanciones.

Los resultados de este formulario serán recibidos por la oficina estatutaria de la asociación. Se compromete a no revelar nunca la identidad del demandante sin su consentimiento. Sin embargo, es aconsejable que nos envíes tus datos para que podamos responder mejor a la situación, pero es posible hacerlo de forma totalmente anónima.

Al informar de un incidente, nos permite hacer que la asociación sea más segura. Se lo agradecemos.

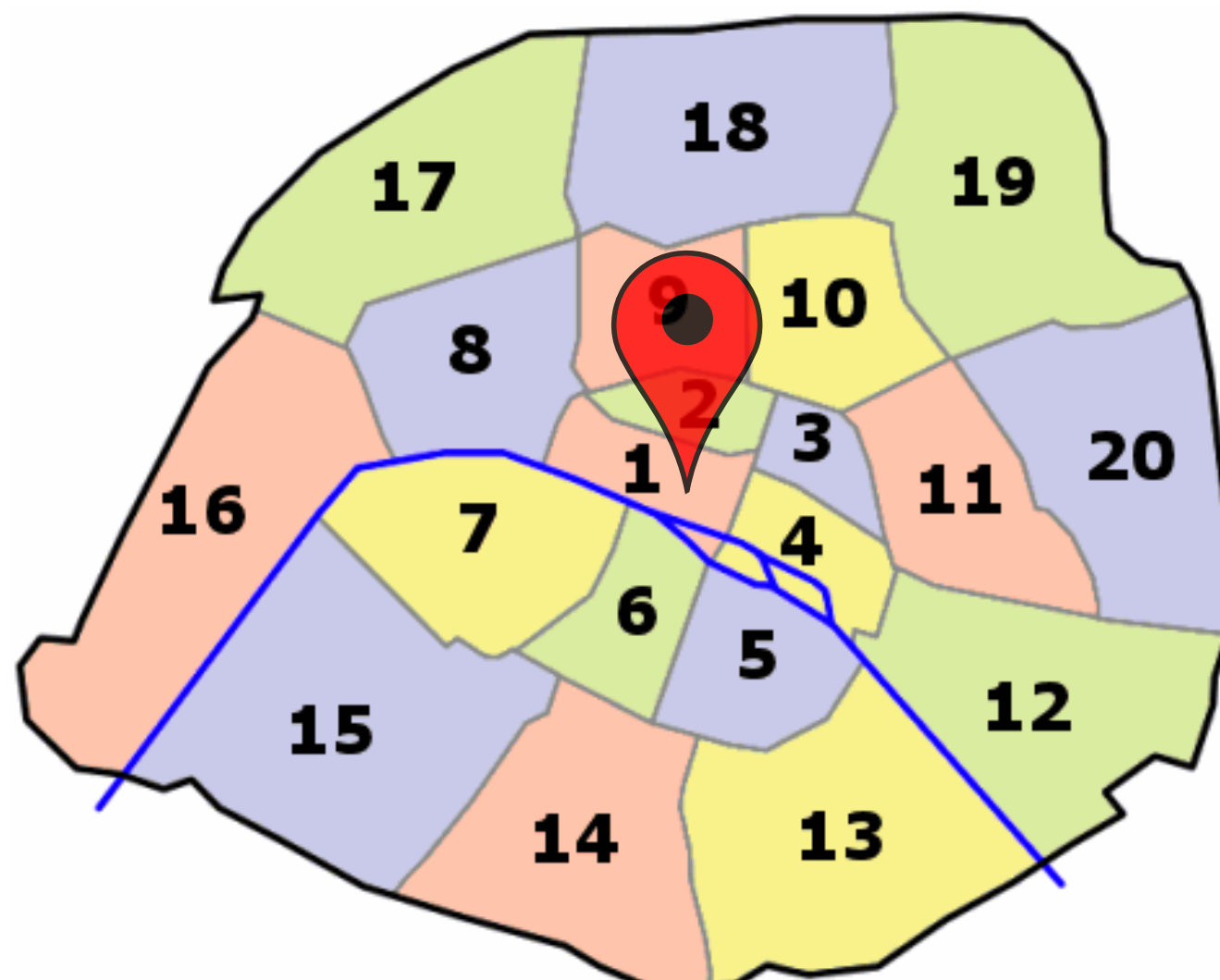
**QUÉ HACER
EN PARÍS**

Por distrito

Distrito 1

Museos

Musée du Louvre
Musée du Barreau de Paris
Musée des Arts Décoratifs
Musée en Herbe
Les Caves du Louvre
Jeu de Paume Paris
Musée de l'Orangerie
Musée de l'Illusion
Bourse de Commerce
59 Rivoli



Monumentos imprescindibles

Conciergerie Sainte Chapelle

Posta Policial

45 Place du Marché
Saint-Honoré
75001

Bibliotecas

Médiathèque de la
Canopée la Fontaine

Bibliothèque de la
Sorbonne

Nuestras recomendaciones

Panadería La Parisienne

Para aquellos que buscan una panadería en corazón de Châtelet! Muy buenos sándwiches, crêpes y pasteles.

También presente en Montparnasse y en el Barrio Latino. 21 Rue des Halles.



Distrito 2

Museos

Tour Jean Sans-Peur



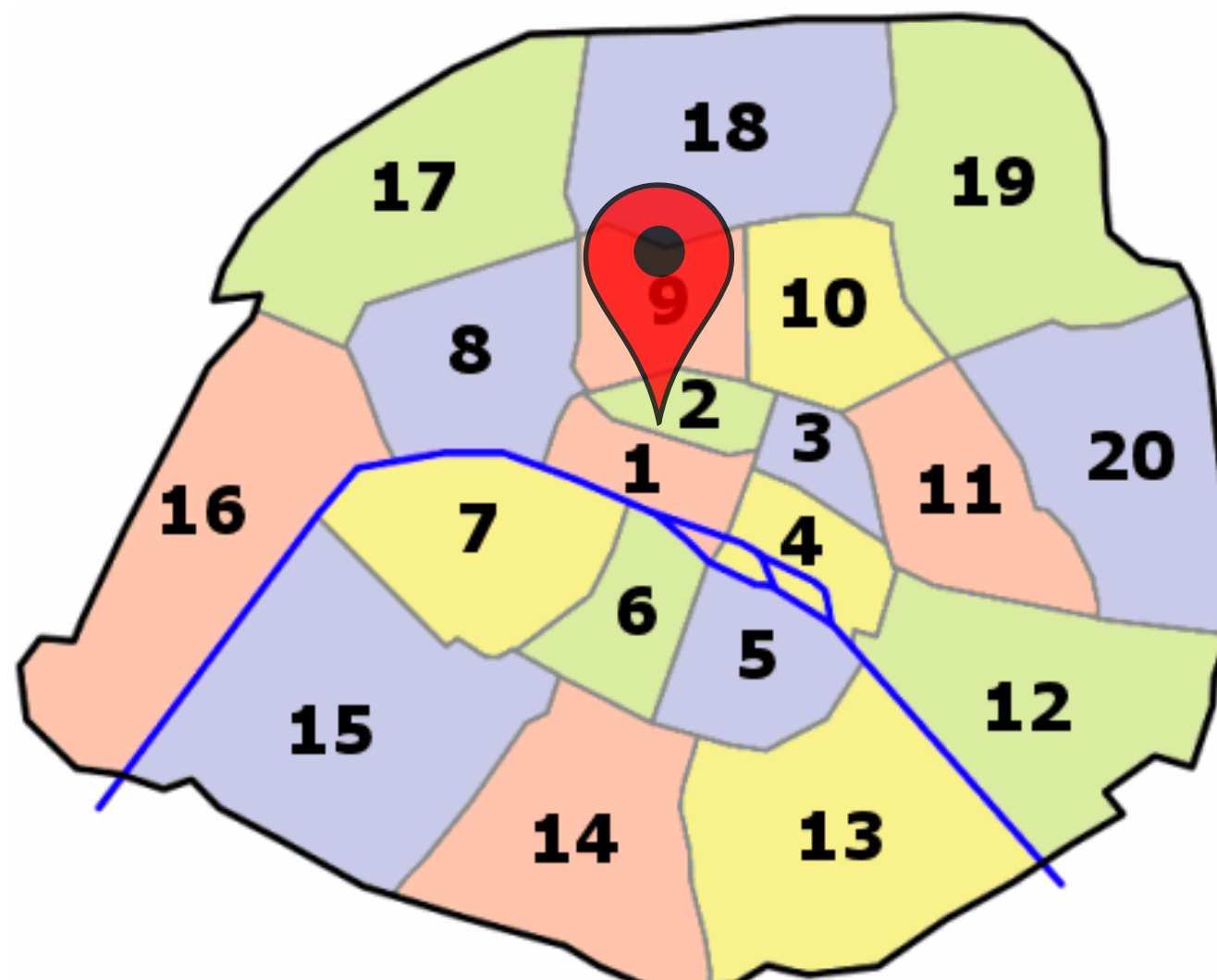
Monumentos imprescindibles

Le Palais Brongniart

La Place des Victoires

Posta Policial

18 Rue du Croissant
75002



Bibliotecas

Bibliothèque Nationale
de France

Bibliothèque Charlotte
Delbo

Diversión

Cinéma Grand Rex

La Gaîté Lyrique

Nuestros favoritos para comer/beber

Para ir a tomar algo, las calles Montorgueil,
Pierre-Lescot y Etienne-Marcel están
rodeadas de varios restaurantes y bares.



Distrito 3

Museos

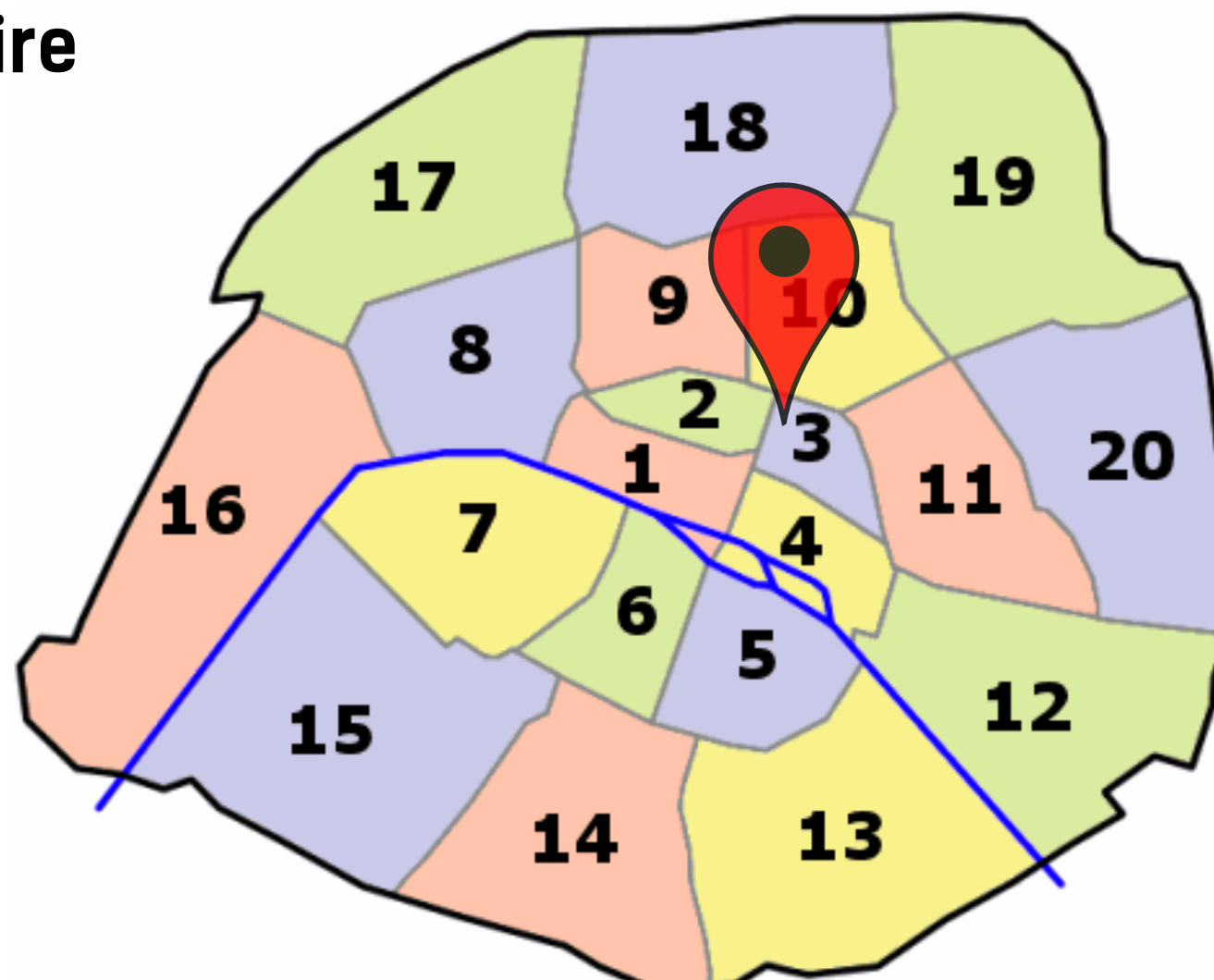
Fondation Henri Cartier
Musée de la Chasse et de la Nature
Musée des Archives Nationales
Musée National Picasso
Musée Carnavalet
Musée Cognacq-Jay
Musée des Arts et Métiers
Musée d'Art et d'Histoire
du Judaïsme

Monumentos imprescindibles

Église Saint-Denys du Saint-Sacrement
Le marché des Enfants Rouges
Place des Vosges

Posta Policial

1 Rue Gabriel
Vicaire
75003



Diversión

Bibliotecas

Bibliothèque Marguerite
Audoux

Bibliothèque du Cnam

Nuestras recomendaciones

Le Carreau du Temple

Es un lugar de cultura y deporte totalmente dedicado a los modos de vida y a los nuevos usos urbanos. Muchas semanas de la moda tuvieron lugar aquí, por lo tanto, estando en la capital de la moda, es una necesidad para visitar y publicar en Instagram.



Distrito 4

Museos

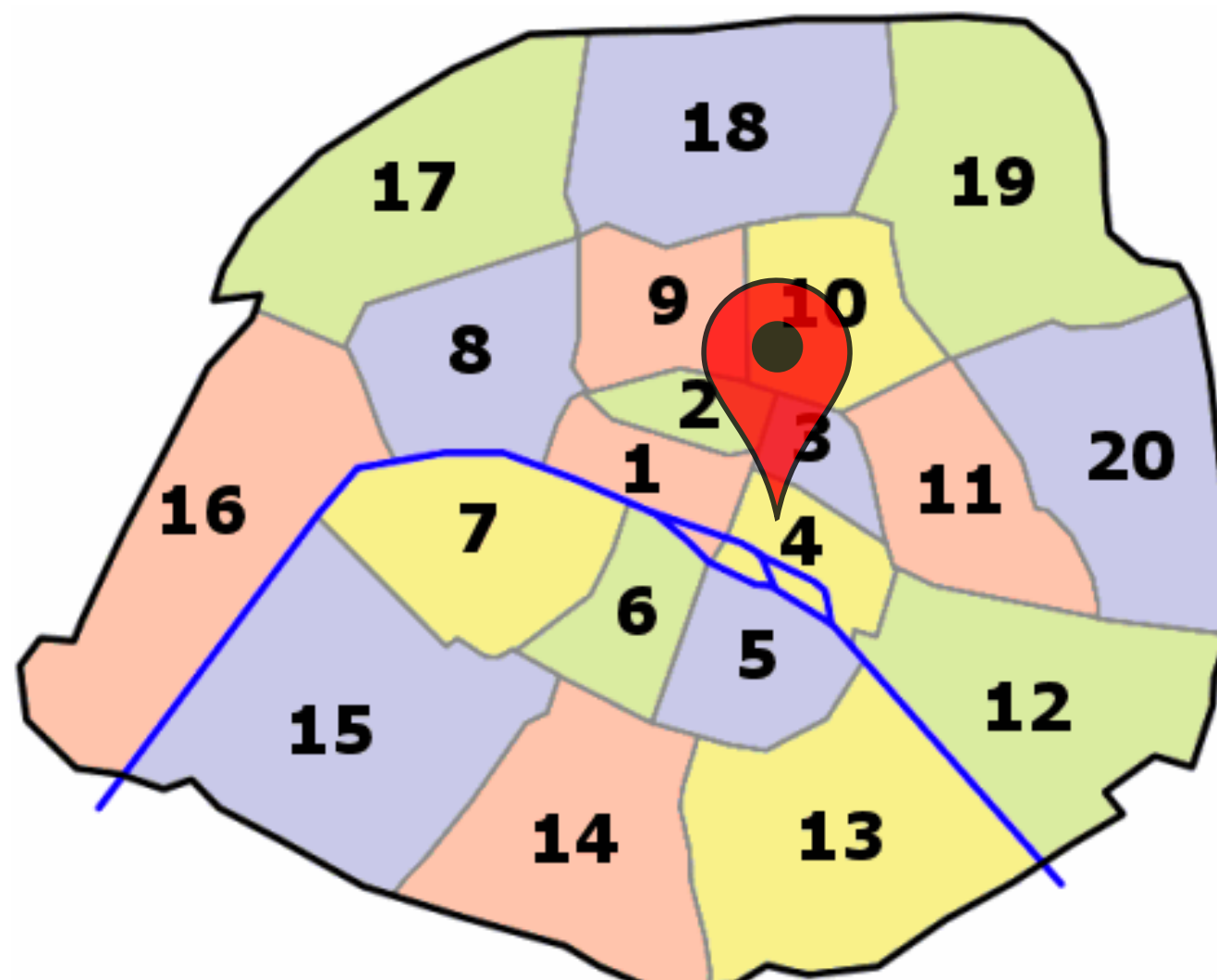
Pavillon de l'Arsenal
Musée Pierre Cardin
Mémorial de la Shoah
Musée des Automates
Lafayette Anticipations
Atelier Brancusi
Maison Européene de la Photographie
Centre Pompidou
Maison de Victor Hugo

Monumentos imprescindibles

Notre Dame de Paris
Place de la Bastille

Posta Policial

27 Boulevard
Bourdon
75004



Bibliotecas

Centre George Pompidou
Hôtel de Sens

Bibliothèque Forney

Bibliothèque de l'Hôtel
de Ville

Diversión

Tomar algo al borde de Ile de la Cité

Nuestras favoritos para comer/beber

L'As du Fallafel

El mejor fallafel de Paris. Pero toma en cuenta que la espera sería algo larga.

Cerrado los sábados

34 rue des Rosiers (metro Saint Paul).



Distrito 5

Museos

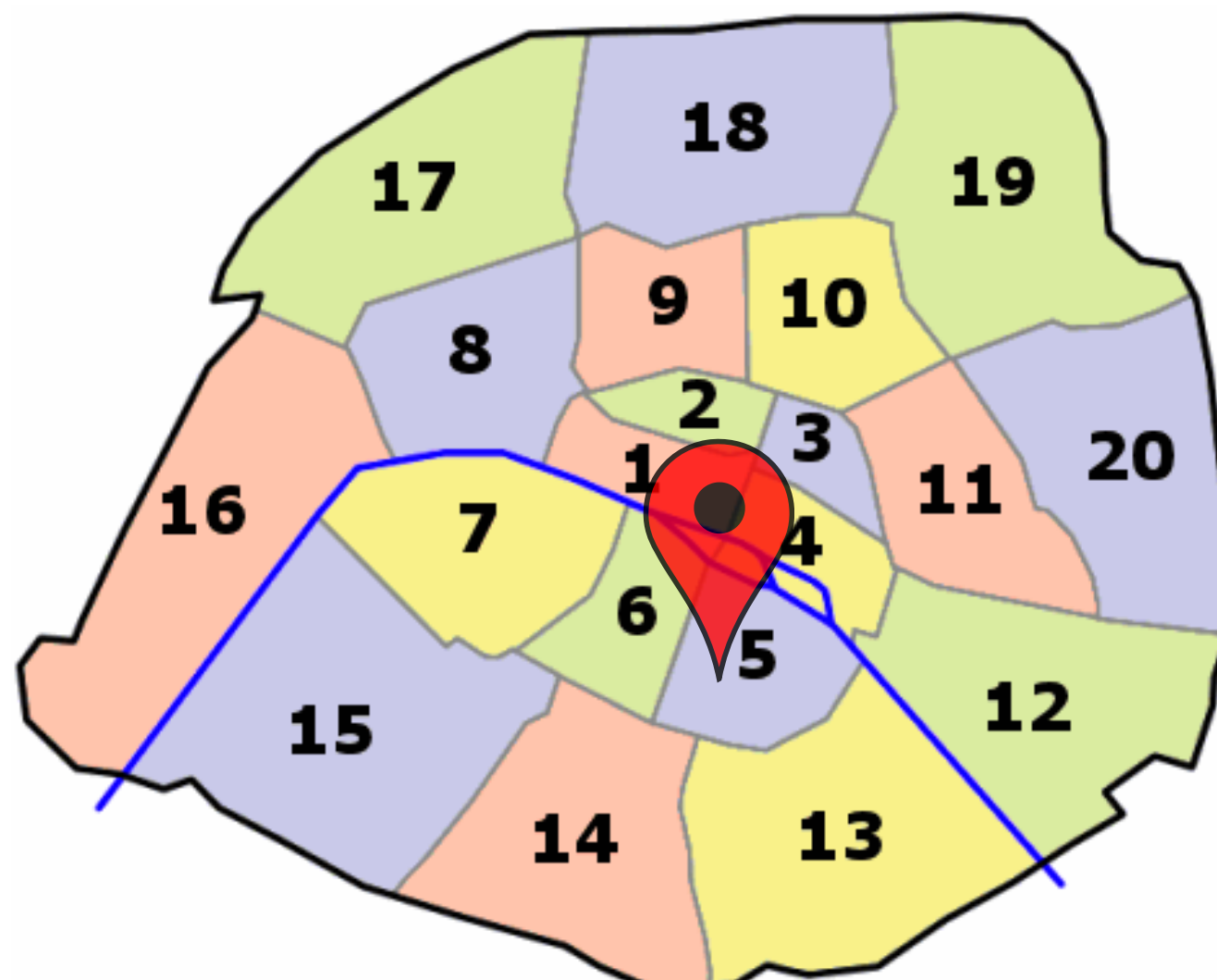
Musée Curie
Musée de la Sculpture
Musée de la Préfecture de la Police
Musée National d'Histoire Naturelle
Abbaye Royale du Val-de-Grâce
Galerie de Paléontologie
Institut du Monde Arabe
Musée de Cluny

Monumentos imprescindibles

Panthéon

Posta Policial

4 Rue de la
Montagne Sainte
Geneviève
75005



Bibliotecas

Bibliothèque Buffon

Bibliothèque L'Heure
joyeuse

Diversión

Bailar en el
Quai Saint-Bernard



Nuestros favoritos para comer/beber

Tata Monique

¡Un buen bar de 2 pisos para beber cervezas baratas! Situado en el corazón del Barrio Latino, muy cerca del Panteón. 18 Rue Laplace.

Rue Mouffetard

¡Esta calle tiene buenas direcciones para los estudiantes, tanto para comer como para beber!

Distrito 6

Museos

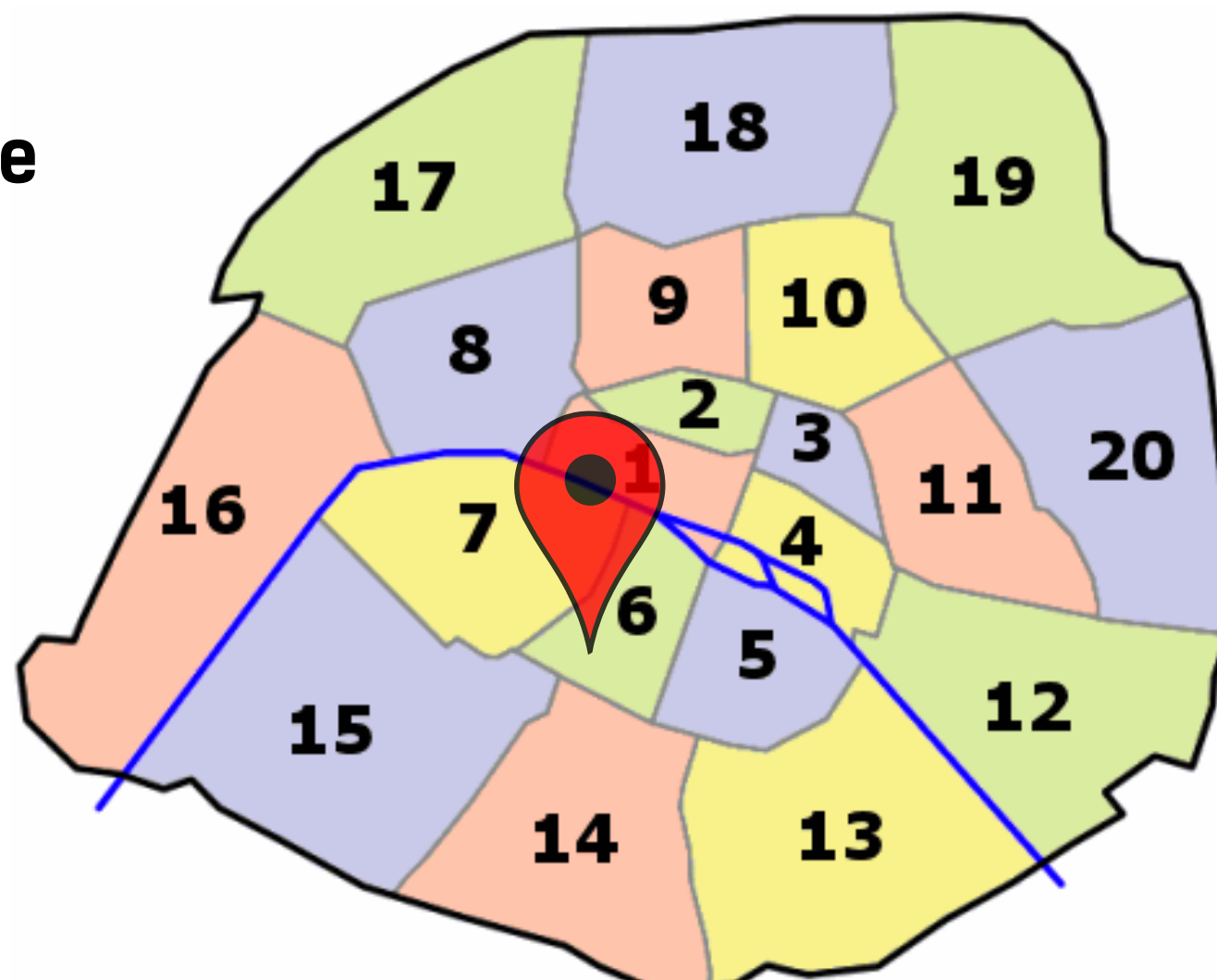
Musée de l'Histoire de la Médecine
Musée-librairie du Compagnonnage
Maison Auguste Comte
Musée de la Minéralogie
Mundolingua
Musée du Luxembourg
La Monnaie de Paris
Musée Zadkine
Musée National Eugène Delacroix

Monumentos imprescindibles

Église Saint-Sulpice

Posta Policial

78 Rue Bonaparte
75006



Bibliotecas

Bibliothèque André Malraux

Diversión

Relajarse en el Jardín de Luxembourg

Nuestras recomendaciones

Librairie Gibert Joseph

Esta librería de 5 pisos es una buena dirección para los estudiantes. Aquí es donde encuentras los libros útiles para tu semestre, nuevos o usados.

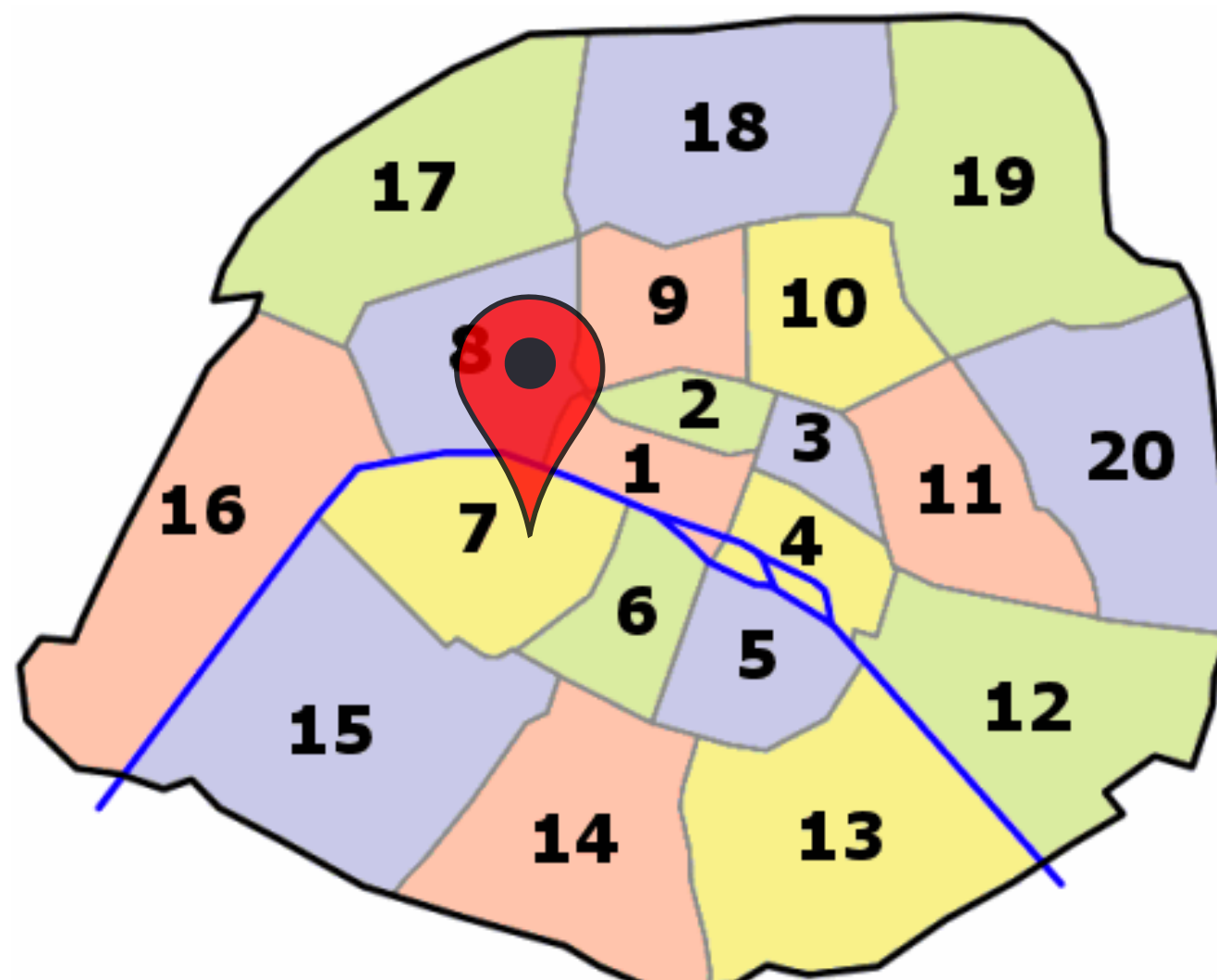
26 Boulevard Saint-Michel (metro odeón, también presente en el distrito 13).



Distrito 7

Museos

Musée de l'Ordre de la Libération
Musée de la Légion d'honneur et des ordres de Chevalerie
Musée des égouts de Paris
Musée des Plans-reliefs
Musée de l'Armée
Musée d'Orsay
Musée Maillol
Musée Rodin
Musée du Quai Branly
Fluctuart



Monumentos imprescindibles

Tour Eiffel
Pont Alexandre III
Hôtel des Invalides
Trocadéro

Posta Policial

9 rue Fabert
75007

Bibliotecas

Bibliothèque Amélie
Bibliothèque Saint-Simon

Diversión

Picnic en los jardines de Trocadéro, Tour Eiffel o Invalides

Nuestros favoritos para comer/beber

Rosa Bonheur sur Seine

Un barco cerca del Puente Alexander III para beber una copa (o comer) disfrutando de la vista de París (metro Invalides).



Distrito 8

Museos

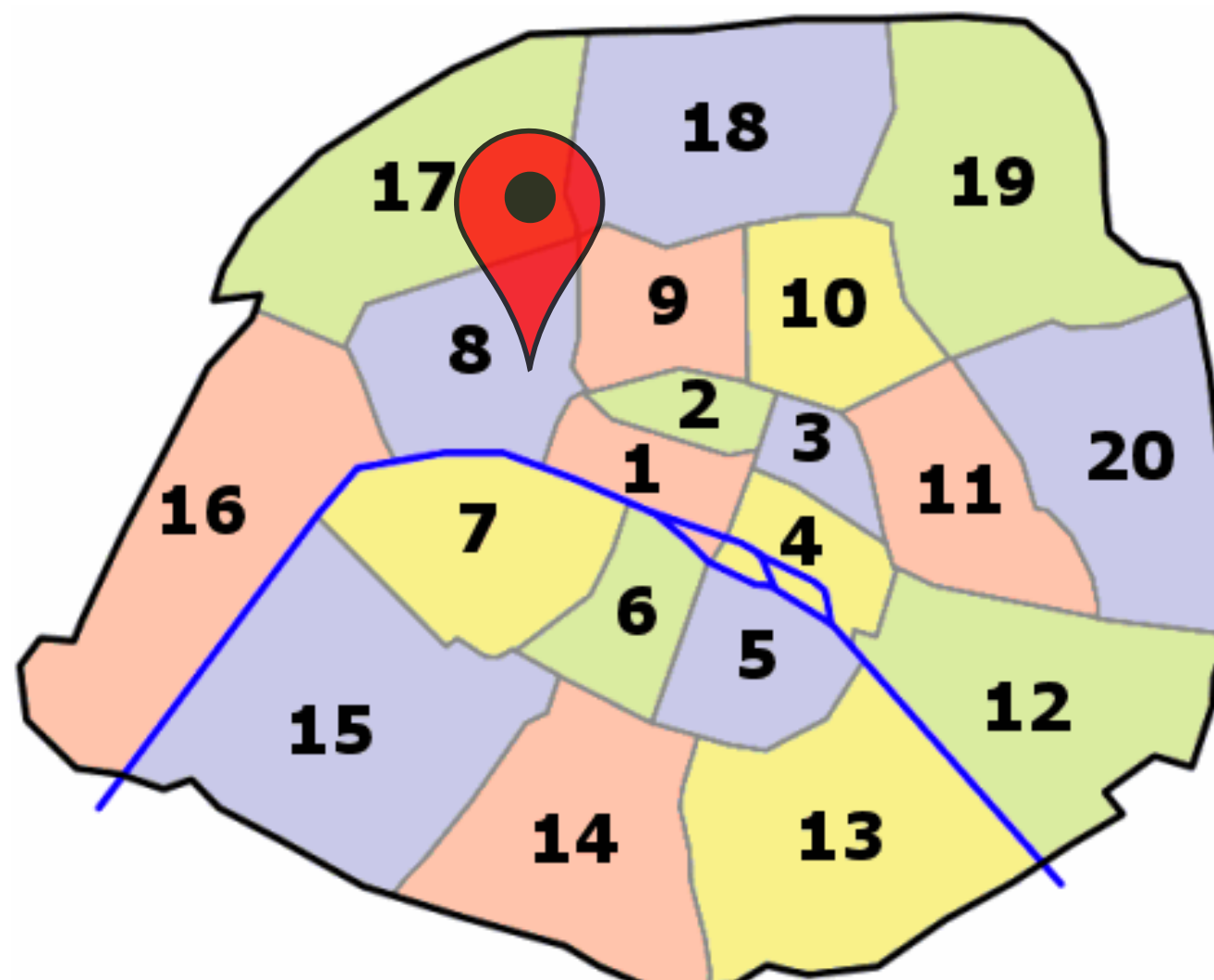
MAD - Musée Nissim de Camondo
Musée Maxim's
La Galerie Dior
Petit Palais
Musée Jacquemart-André
Palais de la Découverte
Musée Cernuschi

Monumentos imprescindibles

Arc du Triomphe
Pont Alexandre III
Église Saint-Augustin
Chapelle Expiatoire

Posta Policial

1 Avenue du Général
Eisenhower
75008



Diversión

Parc Monceau
Place de la Concorde

Bibliotecas

Bibliothèque Europe
Bibliothèque Courcelles

Nuestras recomendaciones

Église de la Madeleine

Para visitar porque, a diferencia de las otras iglesias que se pueden encontrar en París, ésta posee una arquitectura romana en el exterior y un espectáculo de decoración en el interior.



Distrito 9

Museos

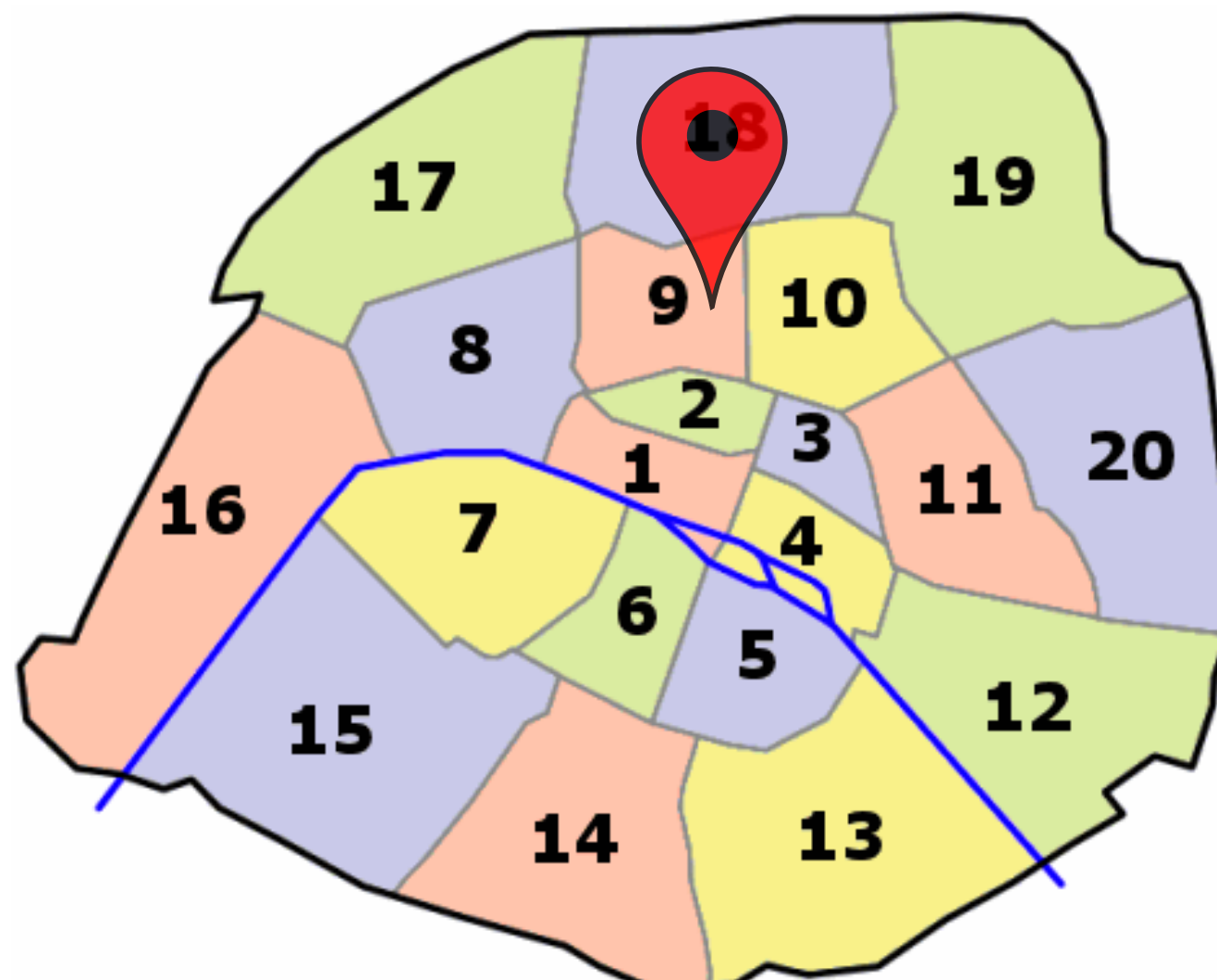
Musée National Gustave Moreau
Phono Museum Paris
Musée de la Franc Maçonnerie
Bibliothèque-Musée de l'Opéra
Musée du Parfum
Musée de la Vie Romantique

Monumentos imprescindibles

Opéra de Paris

Posta Pocial

14 bis Rue Chauchat
75009



Bibliotecas

Bibliothèque Valeyre
Bibliothèque Drouot

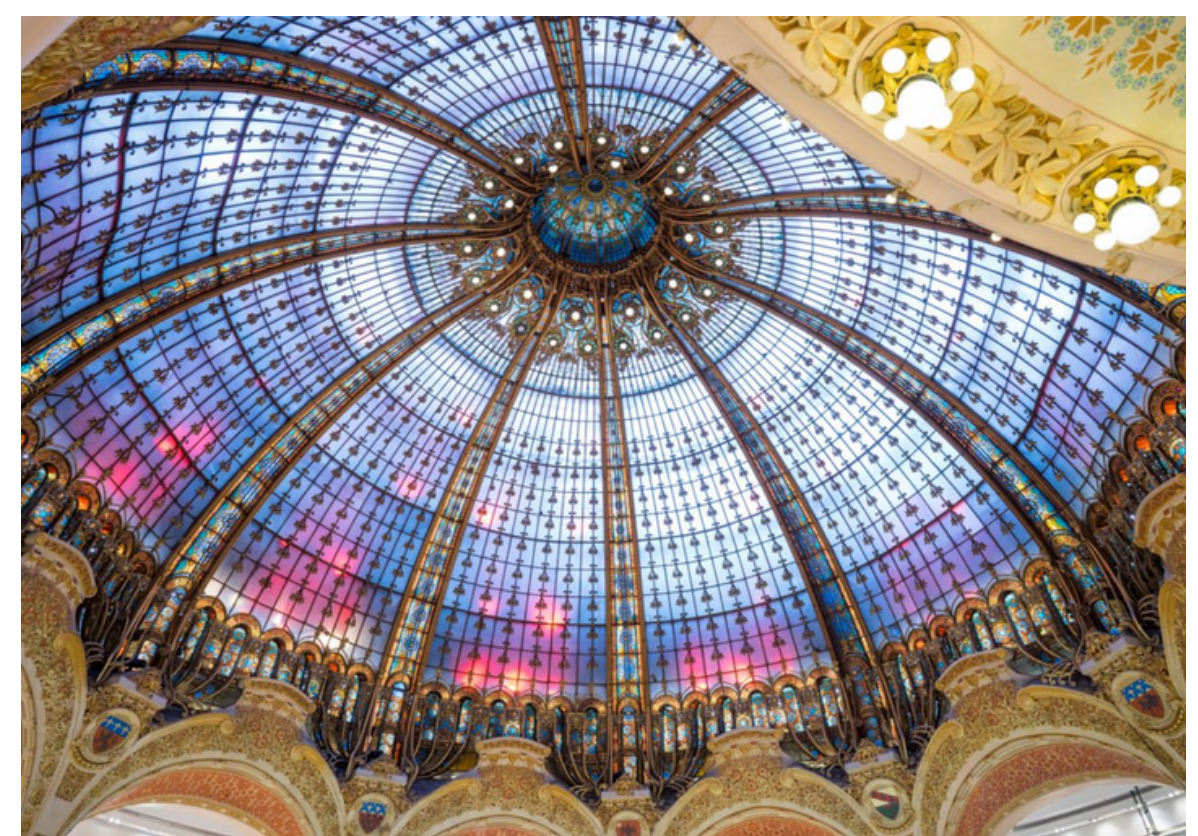
Diversión

Pigalle Basket Court
Passages Couverts de los Grands Boulevards

Nuestras recomendaciones

Galleries Lafayette

La cúpula interior es un espectáculo visual (tu niño interior se maravillará con el árbol de Navidad) y no hay que perderse la terraza, que es gratis, para disfrutar del la ciudad.



Distrito 10

Museos

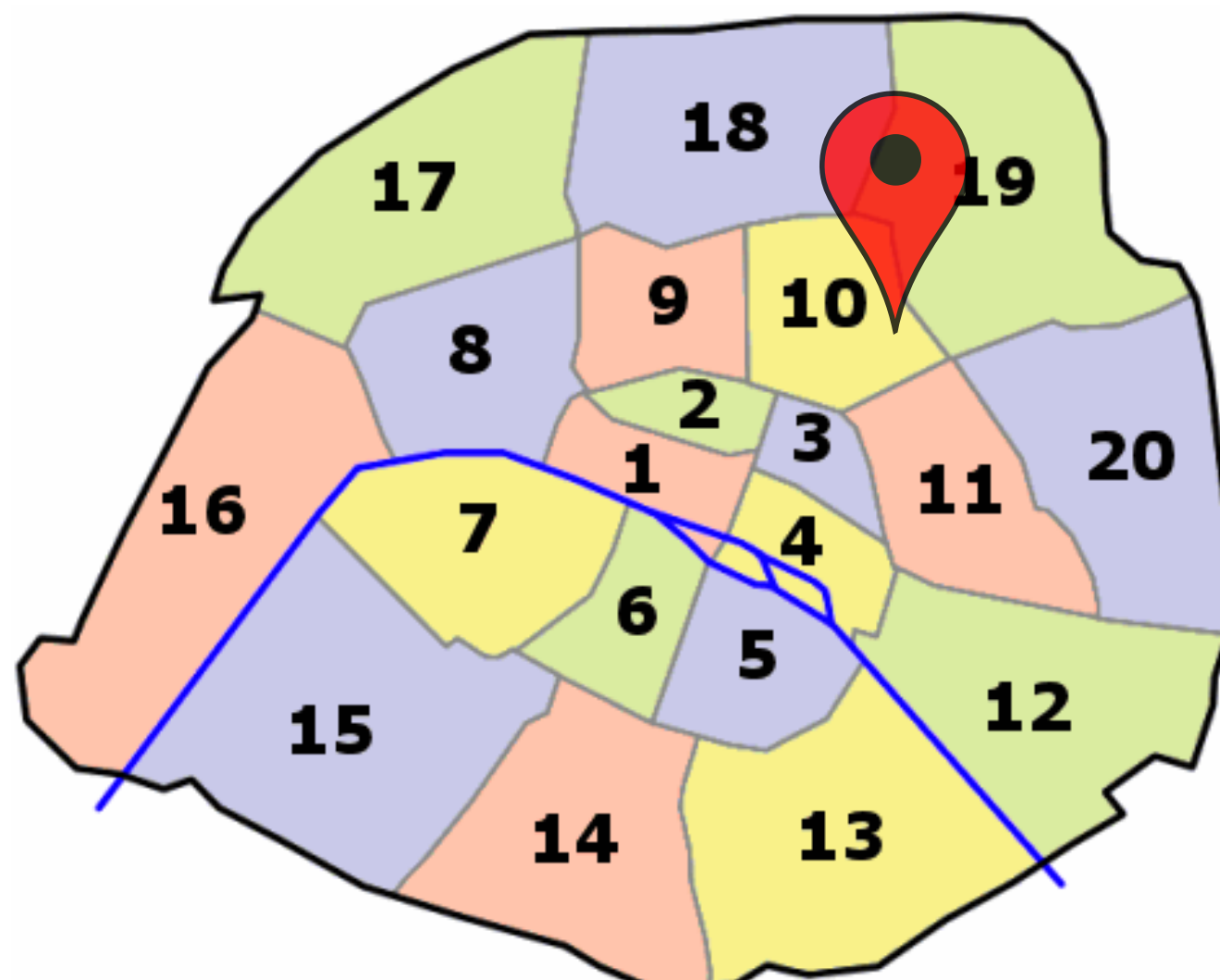
Maison de l'Architecture
Musée des Moulages de l'Hôpital
Saint-Louis
Choco-Story

Monuments incontournables

Paroisse Saint-Laurent

Posta Policial

26 Rue Louis Blanc
75010



Diversión

Jardin Villemin

Bibliotecas

Bibliothèque Claire
Bretécher
Bibliothèque François
Villon
Médiathèque Françoise
Sagan

Nuestras recomendaciones

Paseo République – Belleville

Un paseo que comienza en République, un barrio vivo de la capital, y que sigue el paseo de street-arts hasta Belleville



Distrito 11

Museos

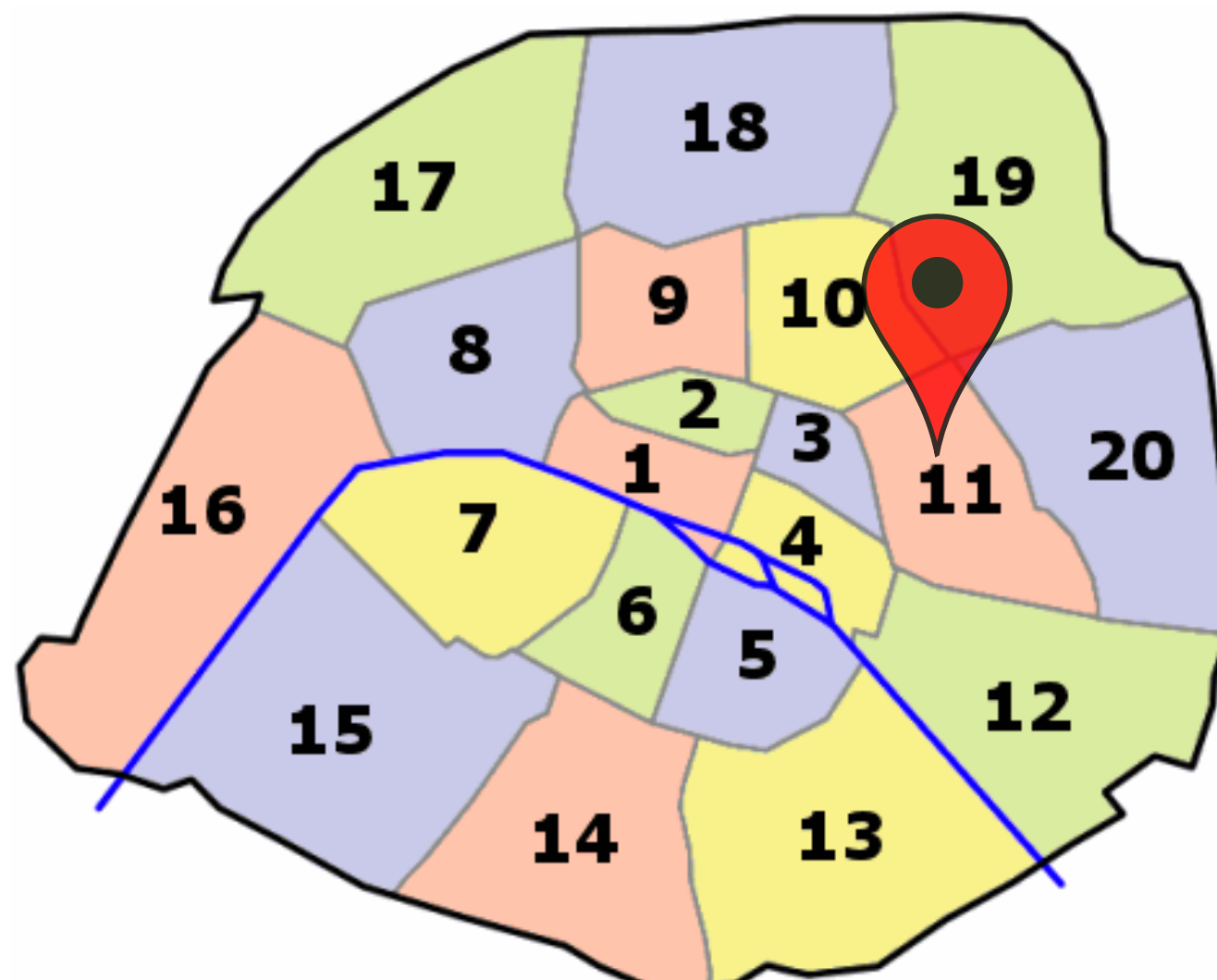
Musée Edith Piaf
Musée du Fumeur
Atelier des Lumières

Monumentos imprescindibles

Église Saint-Ambroise

Posta Policial

12-14 Passage
Charles-Dallery
75011



Bibliotecas

Bibliothèque Parmentier
Médiathèque Violette
Leduc

Diversión

Plaza de la Nation

Nuestras recomendaciones

Passage Rochebrune

Pequeña calle que se asemeja a las calles de los pueblos de las películas, para visitar por sus colores, su discretión y al final terminamos en el pasaje Guilhem



Distrito 12

Museos

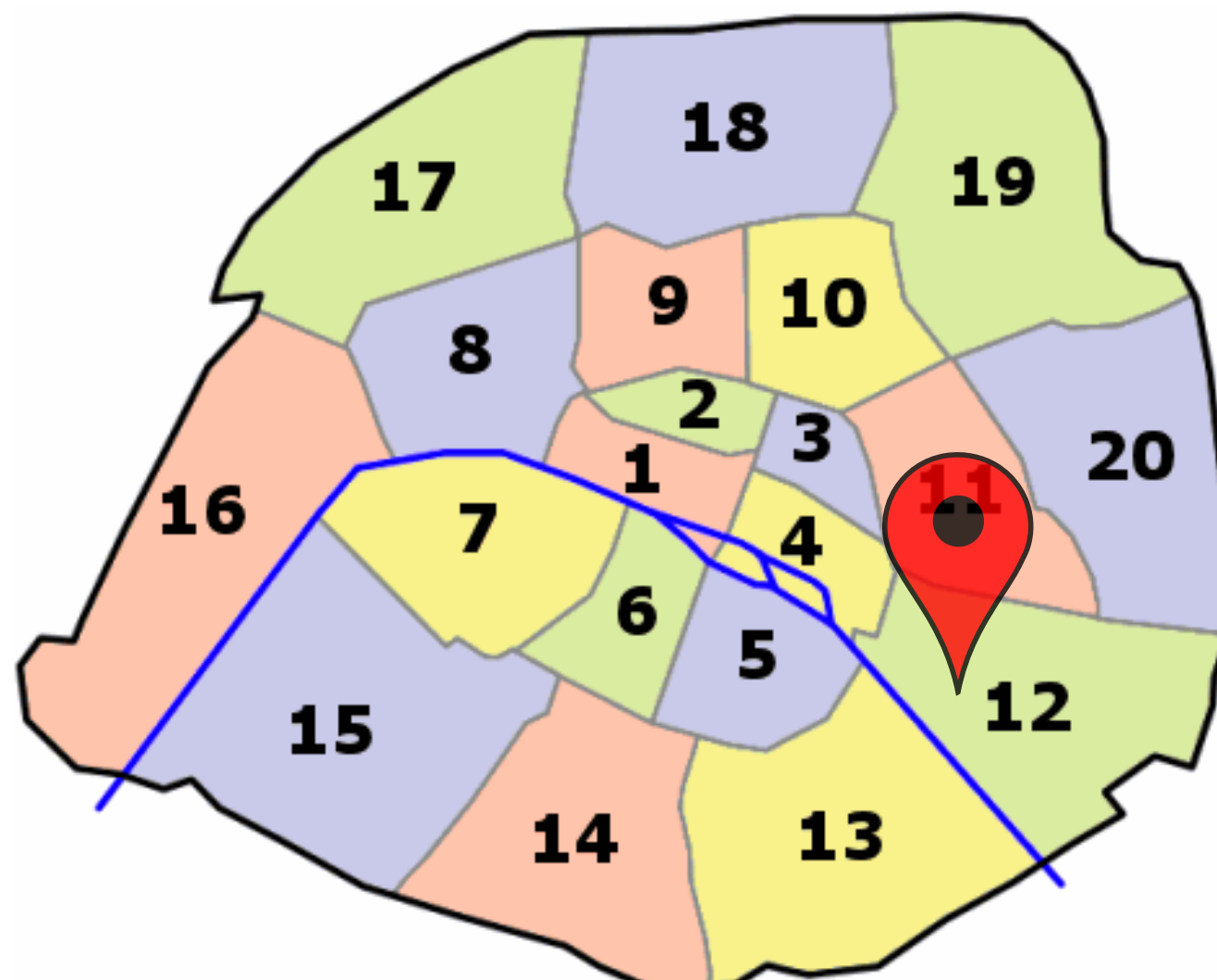
Musée des Arts Forains
Musée National de l'Histoire de l'Immigration
La Cinémathèque Française

Monumentos imprescindibles

La Coulée Verte

Posta Policial

80 Avenue
Daumesnil
75012



Bibliotecas

Bibliothèque Saint-Eloi
Médiathèque Hélène
Berr
Bibliothèque Diderot

Diversión

Calle Faubourg Saint Antoine (y sus pasajes)

Nuestros favoritos para comer/beber

Ground Control

Un espacio orginial dónde puedes comer, tomar algo o explorar las tiendas

Bercy Village

Es un barrio peatonal con muchos restaurantes, tiendas, parque y un cine (métro Court Saint-Emilion).



Distrito 13

Museos

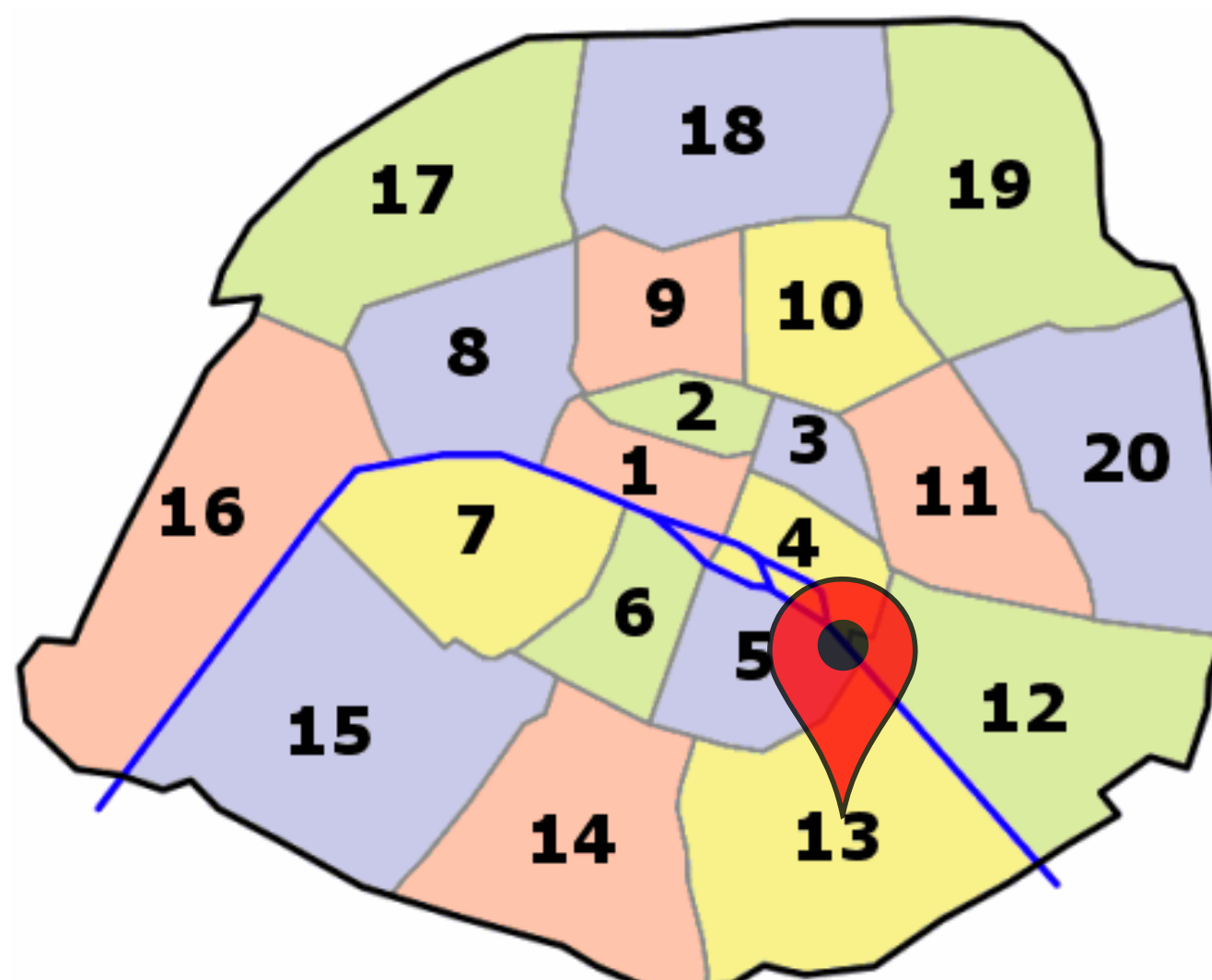
Mobilier National Les Gobelins
La Fab
Fondation Jérôme syndoux-Pathé

Monumentos imprescindibles

Bibliothèque Nationale de Paris

Posta Policial

144 Boulevard de
l'Hôpital
75013



Diversión

Quais de Seine

Bibliotecas

Bibliothèque des
Grands Moulins

Nuestras recomendaciones

Cinéma MK2 François Mitterrand

Ya que los cines son parte también de nuestra cultura, te compartimos este cine que tiene los precios más bajos de la ciudad

Piscine Joséphine Baker

Esta piscina se encuentra en un barco con vista al río Sena. Métro Quai de la Gare

La Felicità

La Felicità es un conjunto de restaurantes (italianos, hamburguesas) situado en una antigua estación.

Métro Bibliothèque François Mitterrand.

Distrito 14

Museos

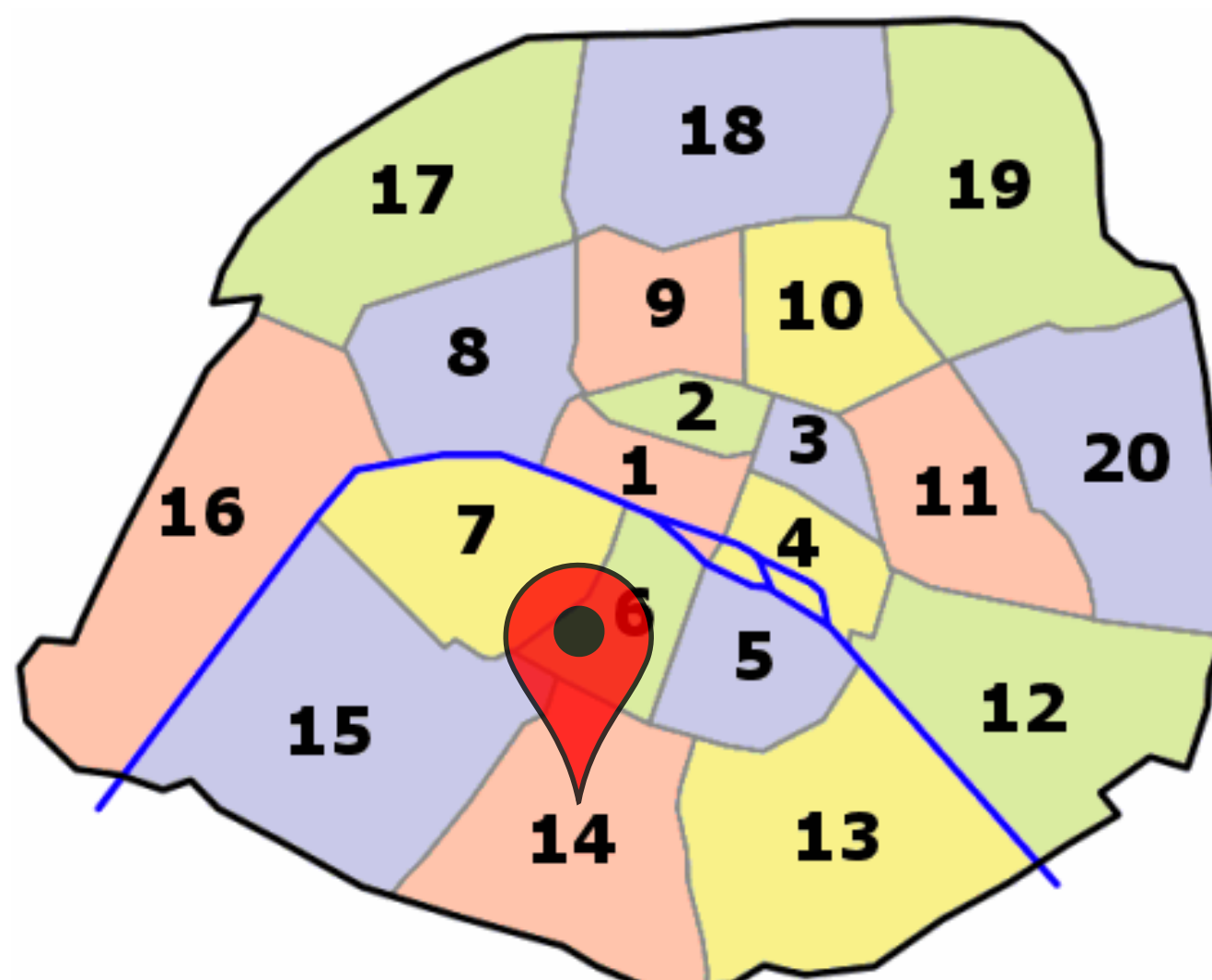
Fondation Cartier pour l'Art Contemporain
Institut Giacometti
Musée de la Libération de Paris

Monumentos imprescindibles

Catacombes de Paris

Posta Policial

114-116 Avenue du
Maine
75014



Bibliotecas

Bibliothèque Benoîte
Groult
Bibliothèque Aimé
Césaire
Bibliothèque Georges
Brassens

Diversión

Parque Montsouris

Nuestros favoritos para comer/beber

Boulangerie La Parisienne

Esta panadería te sirve buenos bocatas, crêpes
y pastelería en general.

Metro Montparnasse



Distrito 15

Museos

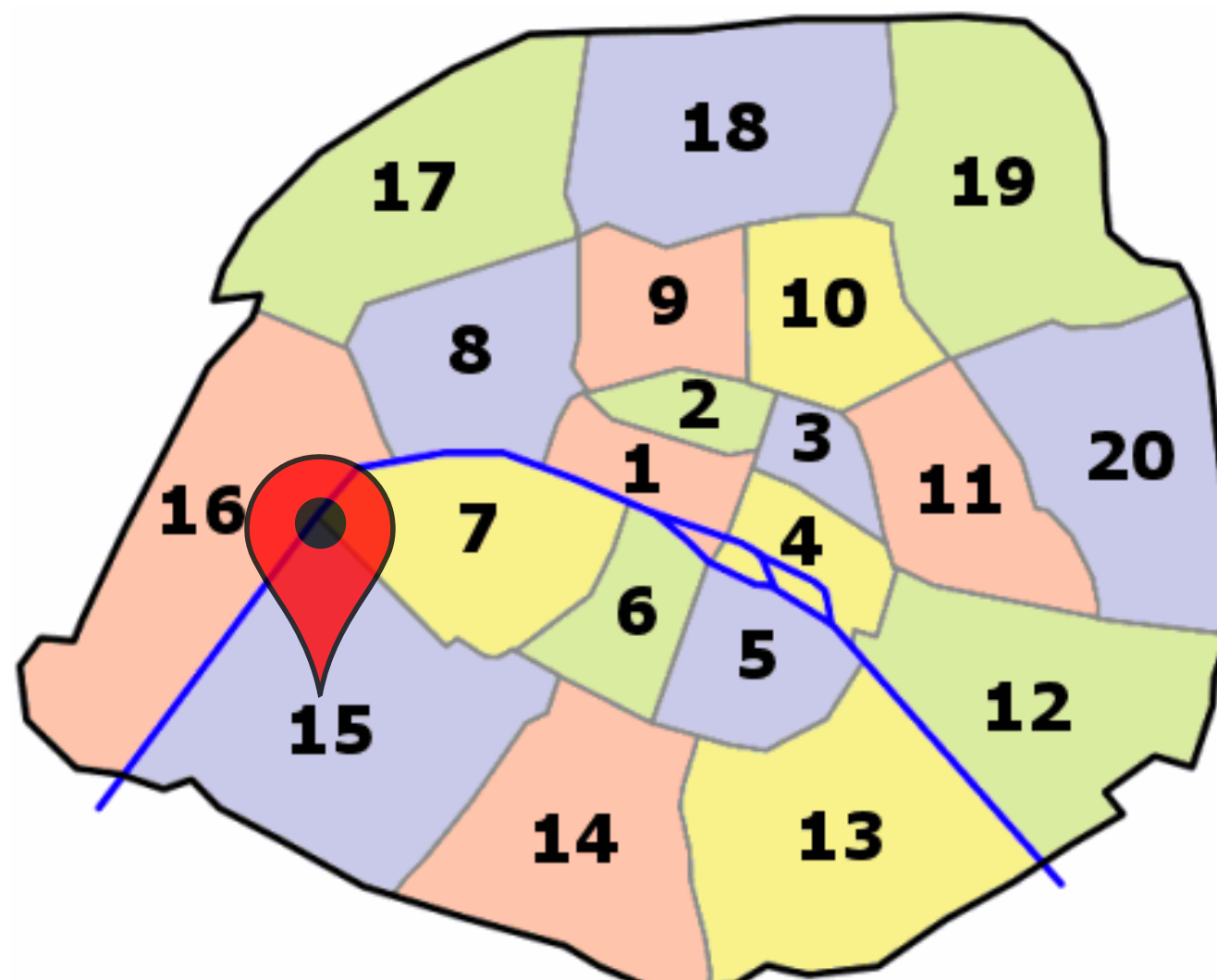
Les Étoiles du Palais de la Découverte
Musée de La Poste
Musée Bourdelle
Maison de la Culture du Japon

Monumentos imprescindibles

Pont de Bir-Hakeim
Statue de la Liberté
Tour Montparnasse
Pont Mirabeau

Posta Policial

250 Rue Vaugirard
75015



Diversión

Ballon au Parc André-Citroën

Bibliotecas

Bibliothèque Andrée
Chedid
Bibliothèque Vaugirard
Bibliothèque
Gutenberg

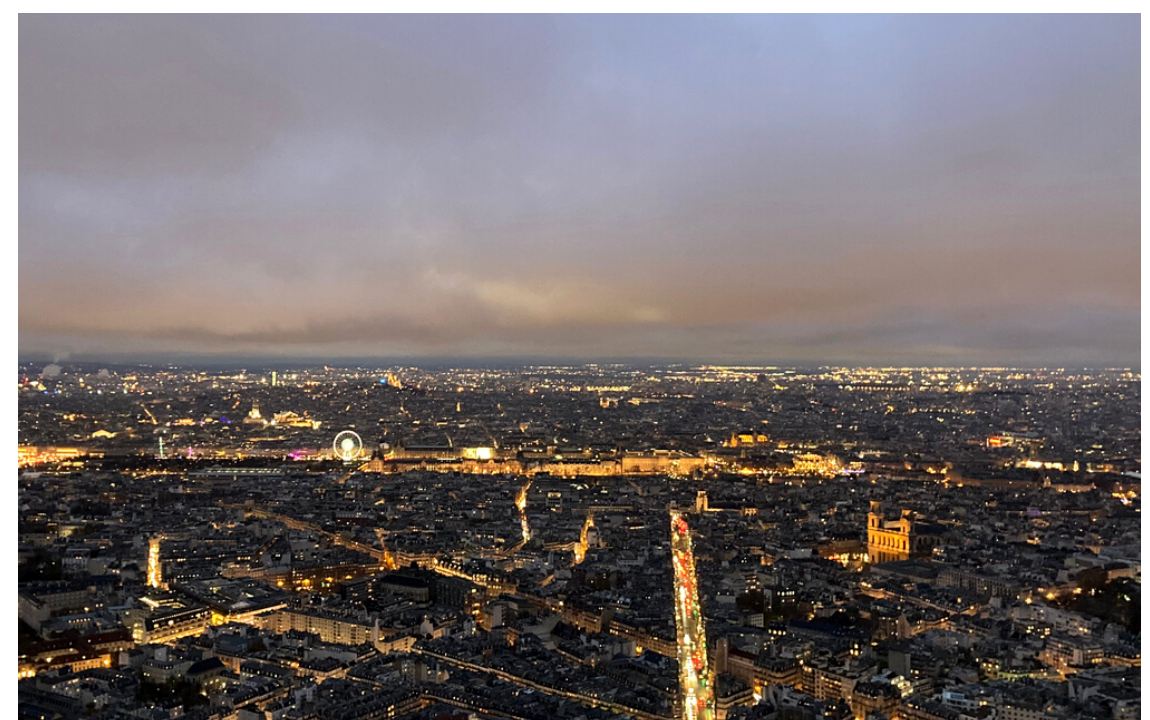
Nuestras recomendaciones

Monter à la Tour Montparnasse

Desde el techo de la torre, tendrás una de las vistas más bellas de París a 360°.

Hay poca cola, contrario a la Torre Eiffel.

Los boletos en línea son: estudiantes 14€, adulto 19€. 33 Avenue du Maine.



Distrito 16

Museos

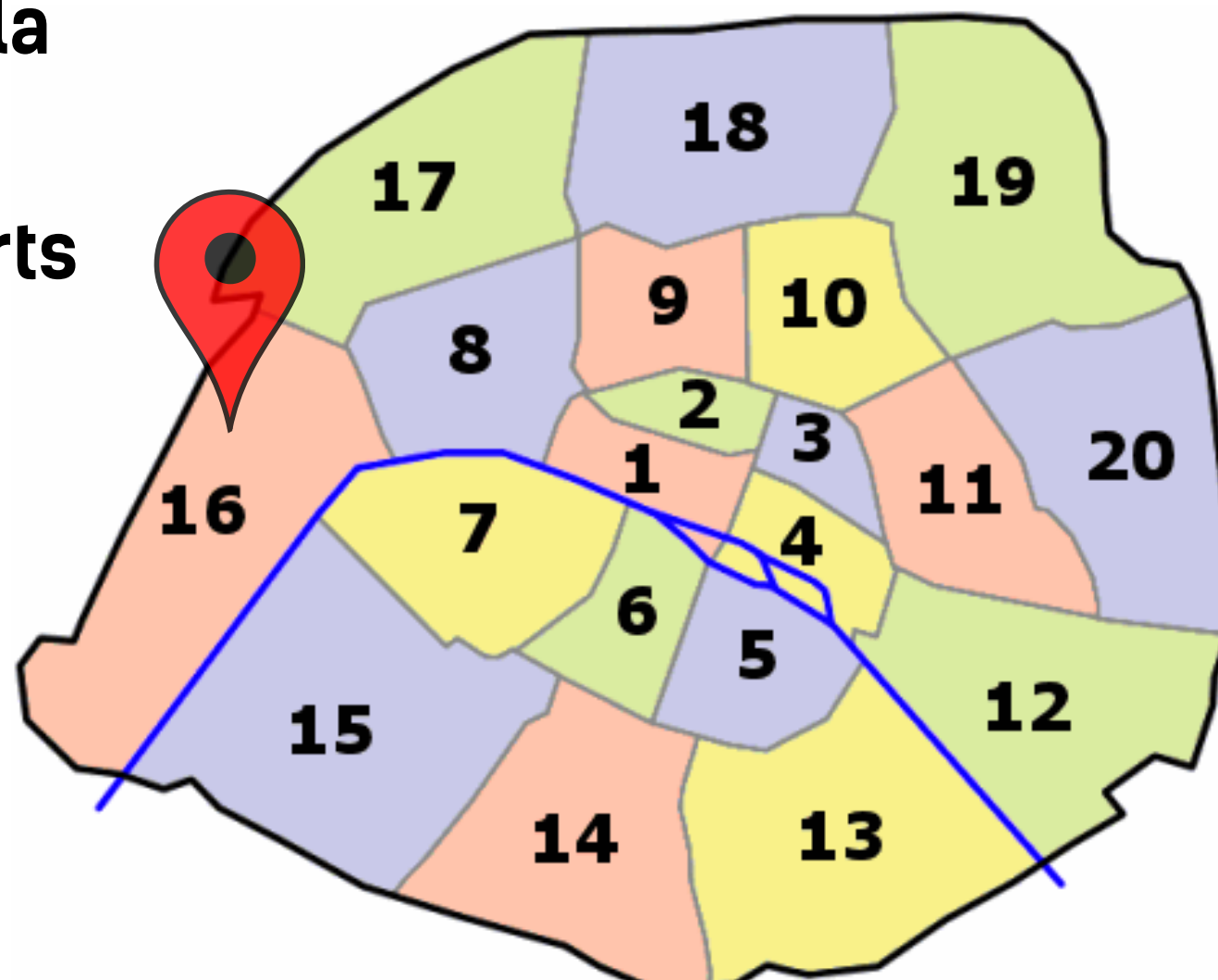
Musée Clemenceau
Musée d'Ennery
Maison de Balzac
Fondation Louis Vuitton
Musée d'Art Moderne de Paris
Musée de la Mode de la Ville de Paris
Musée National des Arts Asiatiques
Musée de l'Homme

Monumentos imprescindibles

Palais de Tokyo

Posta Policial

62 Avenue Mozart
75016



Diversión

Jardin Japonais du Pavillon Bouddhique

Bibliotecas

Bibliothèque Germaine Tillion
Bibliothèque Musset

Nuestras recomendaciones

Esplanade du Trocadéro

C'est l'endroit pour voir, et se prendre en photo aussi, la Tour Eiffel. Tant l'esplanade à côté du musée de l'Homme, comme les jardins devant sont parfaits pour admirer.



17ème arrondissement

Musées

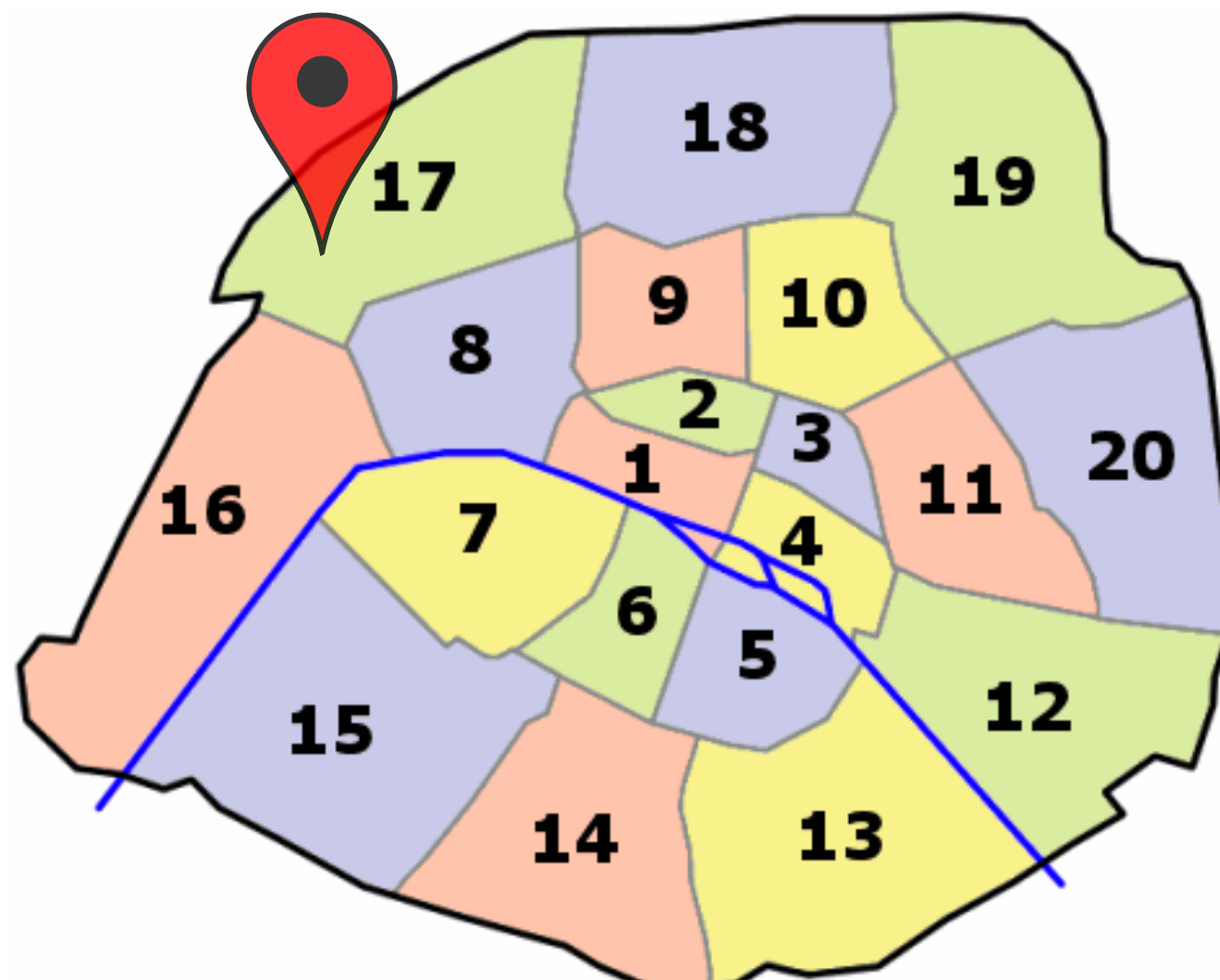
Musée National Jean-Jacques Henner
Art 42
Citéco

Monumentos imprescindibles

Place de Ternes

Adresse Police

19-21 Rue Truffaut
75017



Bibliothèques

Bibliothèque Batignolles
Bibliothèque Colette
Vivier
Médiathèque Edmond
Rostand

Loisir

Petite Ceinture

Nos recommandations

La Cité de Fleurs

Calle escondida y prohibida a los vehículos, puedes aprovechar de un tiempo tranquilo en este espacio verde y tranquilo.



Distrito 18

Museos

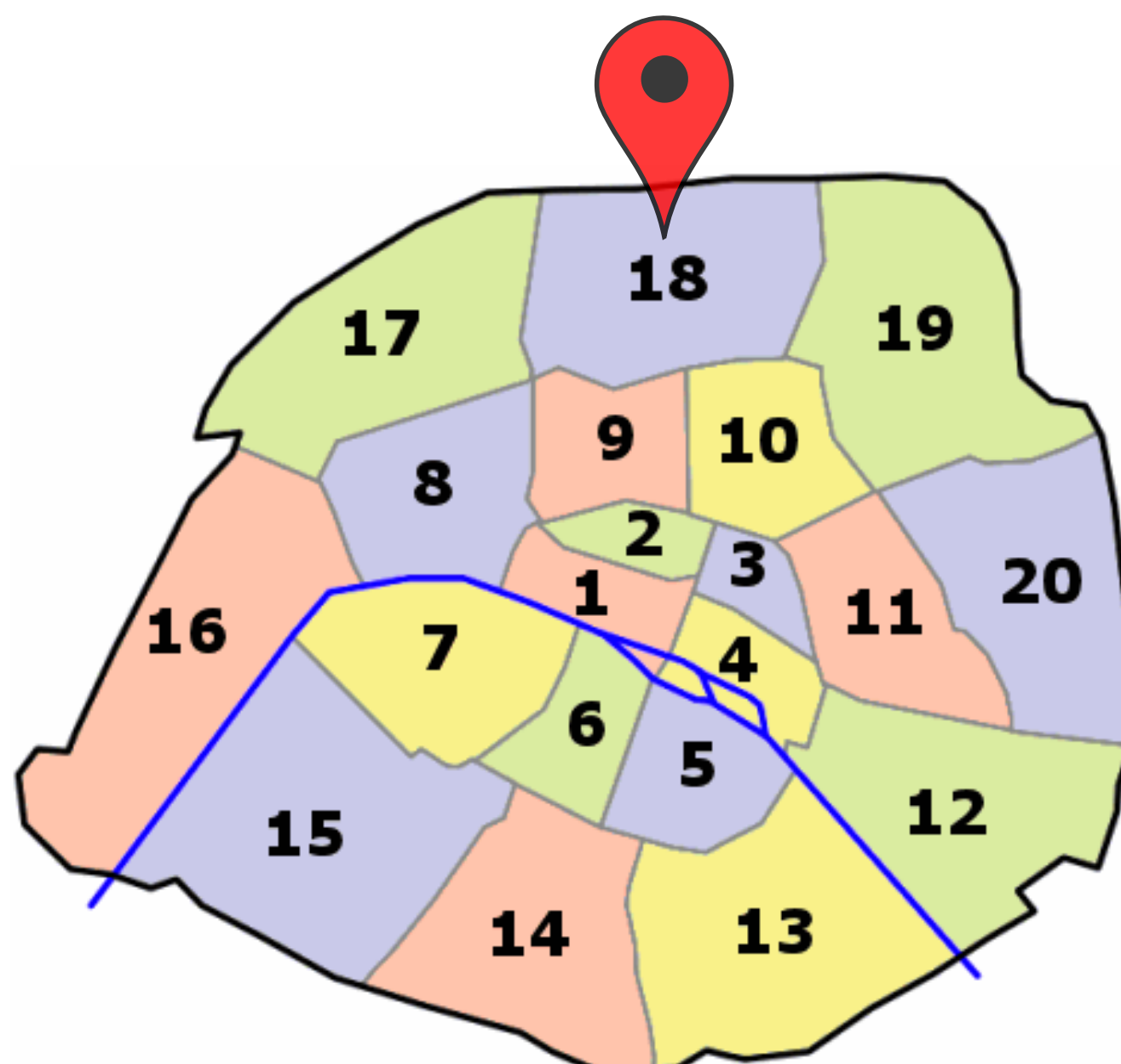
La Halle Saint-Pierre
Dalí Paris
Musée de Montmartre
Institut des Cultures d'Islam

Monumentos imprescindibles

Basilique du Sacré-Coeur de
Montmartre

Posta Policial

79-81 Rue Clignancourt
75018



Diversión

El muro de los "Je t'aime"

Bibliotecas

Bibliothèque Robert
Sabatier
Bibliothèque Maurice
Genevoix
Bibliothèque Goutte d'Or

Nuestros preferidos para comer/beber

Bouillon Chartier Pigalle

Con sus precios baratos y una gran variedad de platos, este restaurante está a la salida del metro Pigalle. Sólo no llegues tan tarde porque hay que hacer una fila para entrar



Distrito 19

Museos

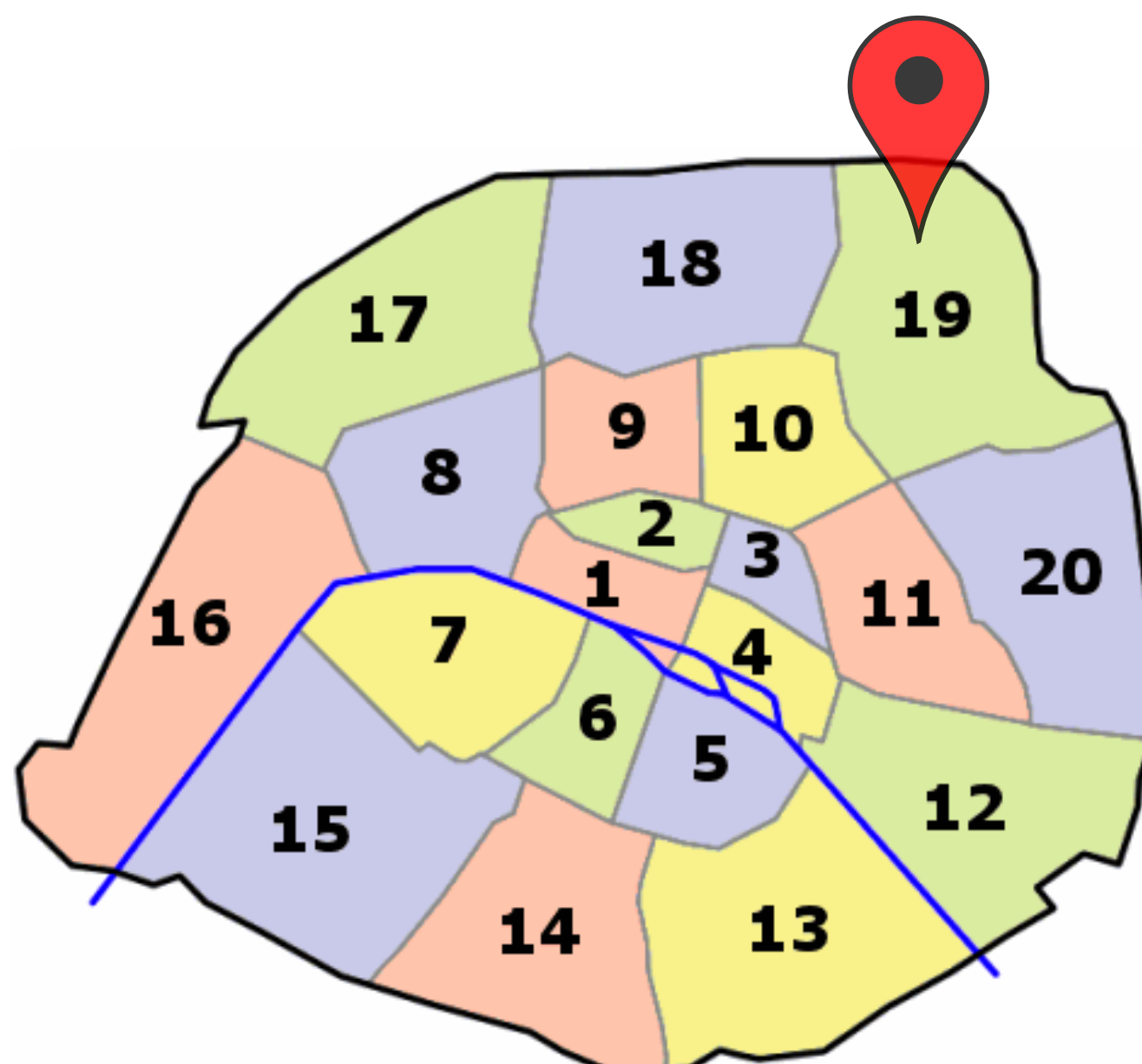
Musée des Graffitis
Cité des Sciences et de l'Industrie
Cité de la Musique
L'Argonaute

Monumentos imprescindibles

Bassin de La Villette

Posta Policial

3-5 Rue Erik Satie
75019



Bibliotecas

Bibliothèque Place des
Fêtes
Bibliothèque Hergé
Bibliothèque Fessart

Diversión

La Villette

Nuestras recomendaciones

Parc des Buttes Chaumont

Sin duda uno de los parques más bellos de París, con colinas, un lago y una roca artificial. Es un lugar perfecto para hacer picnics el fin de semana. Métro Buttes Chaumont o Laumière.



Distrito 20

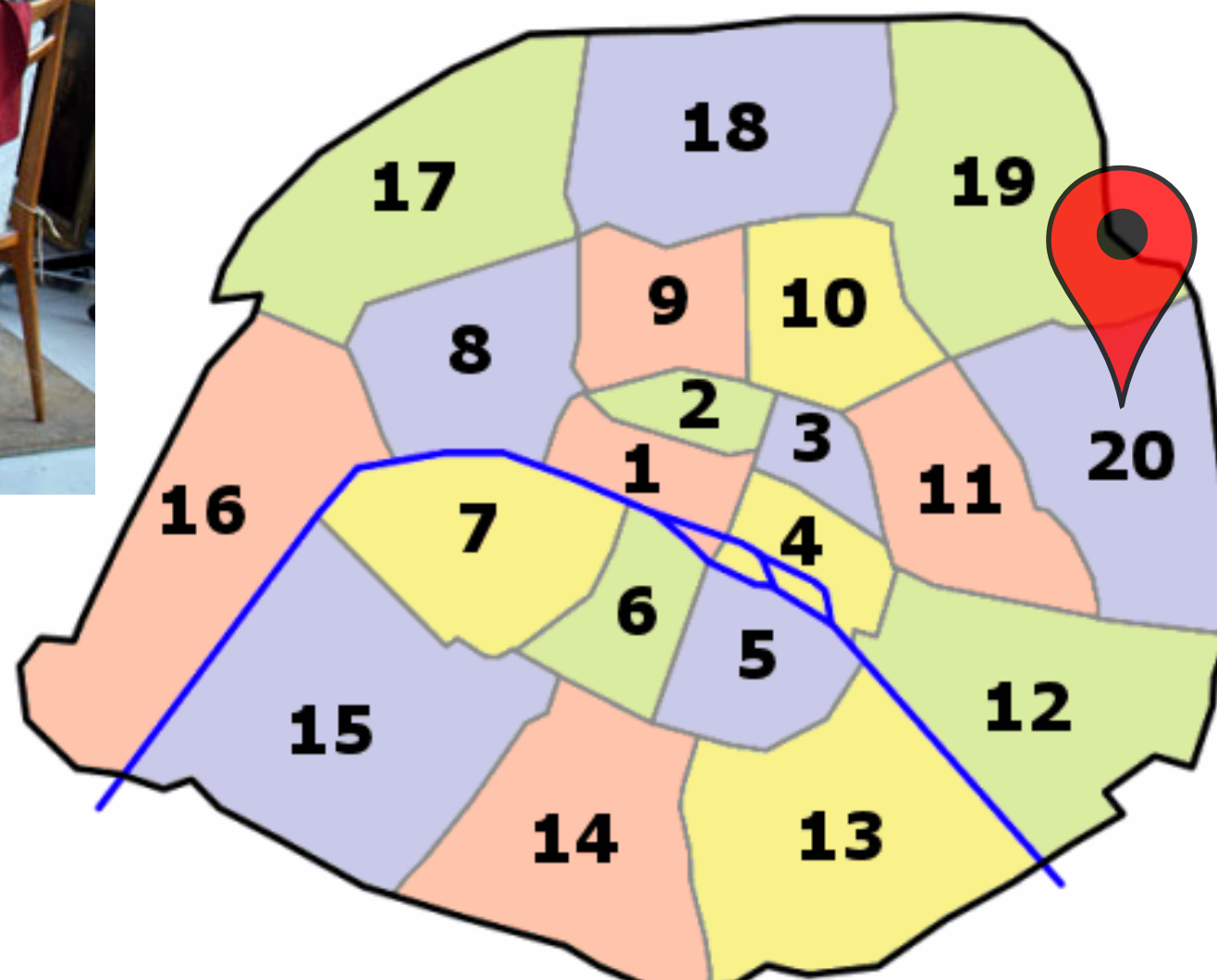
Museos

Restauration de Tableaux et Papiers
– Michelle Boucard



Monumentos imprescindibles

Cimetière du Père Lachaise



Posta Policial

3-7 Rue des Gâtines
75020

Bibliotecas

Bibliothèque Mortier
Bibliothèque Louise
Michel
Bibliothèque Assia
Djebar

Diversión

Mirador del Parc Belleville

Nuestras preferidas para comer/beber

Mangez et cassez vous !

Es la comida rápida más barata de París: las
hamburguesas cuestan 3€

Puedes encontrar diferentes sucursales en la ciudad



Los parques



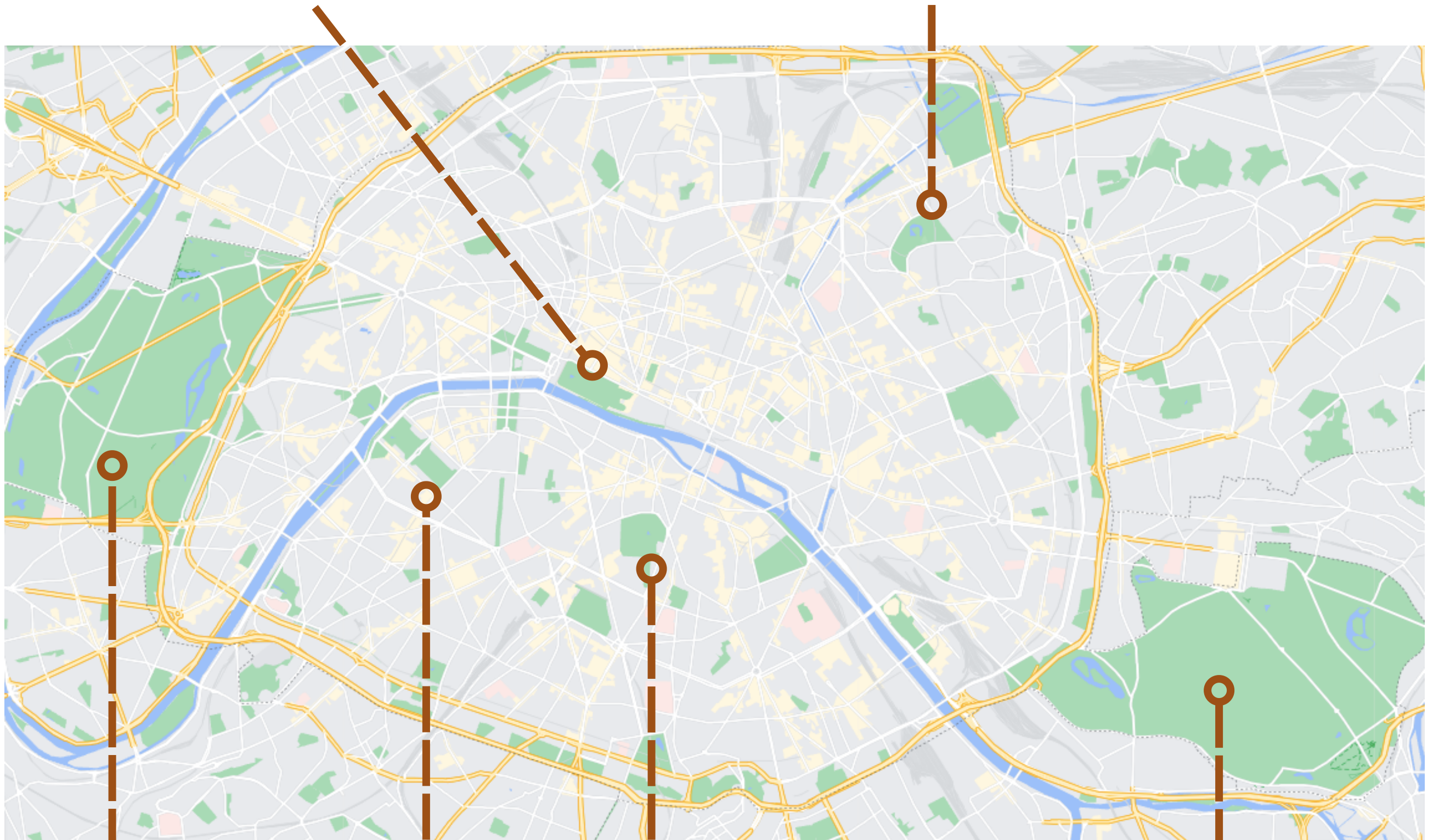
Si París es una ciudad muy densa, también cuenta con bonitos espacios verdes para descansar: estos son nuestros favoritos.

Jardin des Tuileries

Justo enfrente del Louvre, este jardín al estilo francés fue acabado por Louis XIV.

Parc des Buttes Chaumont

Un muy bonito parque con un lago y una roca artificial. ¡Ideal para un picnic internacional!



Champ de Mars
Delante de la
Torre Eiffel.

Jardin du Luxembourg
Uno de los parques más
antiguos y cómodos.

Bois de Boulogne et Bois de Vincennes

Los mejores parques para ir a correr o andar en bicicleta.
También hay muchos lagos.

Descubrir los quesos franceses

Cada Francés consume alrededor de 2 kg de queso al mes. Vivir en París es la ocasión de probar más de 1 200 quesos...



Emmental

Se reconoce por sus pequeños hoyos, es el queso más utilizado. Puede cocinarse fácilmente, rallarse, derretirse...

Comté

Del mismo color que el Emmental, el Comté es más salado pero también de gusto más fuerte. ¡Cuanto más tiempo dure el curado, más sabor tendrá!



Camembert

Originario de Normandía, este queso es célebre por su olor muy fuerte.



Los quesos de cabra
Fáciles de reconocer por su color blanco o gris, tienen un gusto más suave. Pueden ser degustados con miel, en ensaladas, calientes o en sándwiches.

Roquefort y el Azúl
El Roquefort es un queso fuerte y salado. El azul es más suave.



Tomme de brebis
Fabricado en los Pirineos con leche de oveja, se distingue por su sabor peculiar y original.

También el Brie, Cantal, Mimolette, el queso a la raclette... ¡y claro que muchos más!

Tomar algo



Tomar algo en una terraza, ¡qué bella es la vida! Es por eso que aquí te dejamos lugares a degustar y con un buen ambiente, no tan caro, y mucho menor cuándo hay happy hour.

Tata Monique

Un bar con 2 pisos para beber cervezas no tan caras. En el corazón del Barrio Latino, muy cerca del Panthéon.

Métro Maubert Mutualité o Luxembourg. 18 Rue Laplace.

Jussieu

Cerca del metro Jussieu, hay muchos bares estudiantiles que sirven tragos baratos:

- Le Nouvel Institut
- La Fac
- Aux Rattrapages.

MisterGoodBeer

La aplicación MisterGoodBeer tiene la lista de todos los bares con las cervezas más baratas de París. Para disfrutar sin quedarse sin dinero.



Rue Mouffetard y Rue Descartes

Para ir a pasear en uno de los barrios más antiguos de París y descubrir bares llenos de estudiantes. Aquí algunas direcciones:

- Le Mayflower, 49 Rue Descartes
- Chapi Chapo, 50 rue Descartes
- Le Requin Chagrin, 10 rue Mouffetard.

Métro Cardinal Lemoine.

Y todos los lunes en la noche, ¡te esperamos en el Café de Langues con los otros estudiantes (Bar Le Royal Est)!

Ir a bailar



París cuenta con lugares diversos para bailar hasta el amanecer con: pop, rock, tecno, latino... ¡Para todos los gustos!

La Machine du Moulin Rouge
Una disco original debajo del Moulin Rouge, con calderas y tubos aparentes. Música electrónica (BPM electro, rock, hip-hop...) y muy puntiaguda.



Debes saber

Discotecas y bares de baile son muy frecuentados los viernes y los sábados: se recomienda llegar antes de la medianoche.

Bares bailables

En París, los bares dónde puedes bailar ¡están en todos lados! La entrada es gratis y tienen mejores precios que en las discos. Se encuentran sobretodo en Châtelet, Bastille o en el Barrio Latino, el Marais es más para los bares LGTB+.

The Highlander

Conocido por sus karaokes, es famoso entre los estudiantes internacionales. Metro Odéon o Pont Neuf.

Zazou

Dancefloor subterráneo Metro Odéon.

Mermaids and divers

Un bar de 2 pisos (con aire acondicionado) y buen ambiente en Bastille. 23 Rue de Lappe.

Último pero no menos importante, ESN organiza regularmente fiestas con un ambiente único e internacional.

**QUÉ HACER
ALREDEDOR
DE PARIS**

La región de Isla de Francia abunda de tantas actividades cómo en la capital:

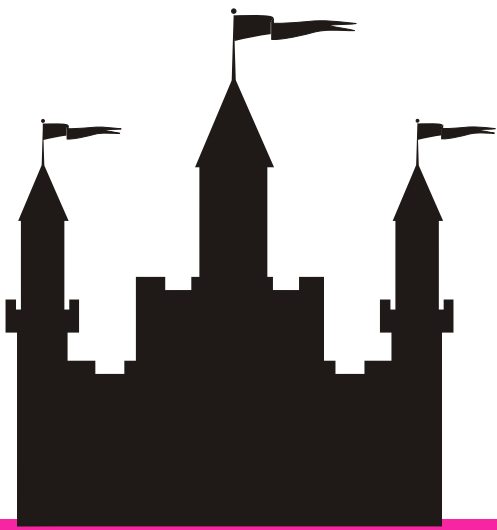
Castillo de Versailles

Un ícono de la cultura francesa. Ven a descubrir el castillo de Louis XIV. Fácilmente accesible desde París en bus, tren o RER.



Castillo de Vaux-Le Vicomte

Descubrir el castillo de Nicolas Fouquet, ministro de Louis XIV, quién, según la leyenda, el rey se volvió loco de la envidia que le tenía y eso le inspiró a crear Versailles. También accesible en bus desde París.



Castillo de Fontainebleau

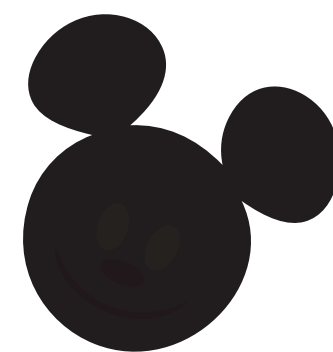
Es un must-see de la región que te encantará por su belleza y majestuosidad pero también por el bosque que lo rodea, es un lugar a descubrir en excursión, paseando perros, escalando, ¡hay para todos los gustos!



Disneyland Paris

Otro tipo de castillo pero que igual te hará soñar. Sumérgete en el universo de Mickey en

Marne-la-Vallée Chessy, que llegas con el RER A desde París.



Îles de Loisir

Si prefieres hacer deporte, dar un paseo en la naturaleza o refrescarte en

los días calientes en la ciudad, ¡disfruta entonces de Île de Loisir a las afueras de París! Hay diferentes instalaciones en la región y todas son accesibles con RER o bus desde París..

Jardín Albert Khan

¿Con ganas de descubrir Japón?

En el jardín Albert Khan encontrarás jardines tradicionales japoneses

con formas geométricas, pequeños puentes y árboles florales en primavera.



Templos en el bosque de Vincennes

En el corazón del bosque de Vincennes, no muy lejos del lago Daumesnil, los parisinos van para hacer deporte, picnics o inclusive siestas debajo del sol, se esconde un templo tibetano y un templo budista.



Parque de Sceaux

Es el parque del pequeño castillo de Sceaux. Un gran y magnífico parque con jardines franceses, sus lados boscosos, su fuente central o inclusive los cerezos floridos en primavera que están abiertos al público todos los días, y gratuitamente. Puedes llegar con el RER B.

No Limit Adventure

Ubicado en Seine-et-Marne, este parque te permitirá poner a prueba tus límites. Puedes intentar con el pasadizo más grande de Francia (tirolinas, escalada de árboles, andar en canoa...).



¡No olvides los días europeos del patrimonio!

Todos los años, un fin de semana de septiembre, puedes visitar gratuitamente hasta 1 5000 lugares históricos en toda la región.



Viajar

París está muy bien conectado con el resto de Francia, tanto en tren cómo en avión: ¡Toca disfrutar! Aquí tienes unas ideas para visitar:

En Francia

Lille

En tren: 1 h. En bus: 2 h

Esta ciudad al norte del país es conocida por su ambiente juvenil y festivo, pero también por las patatas fritas y las cervezas.



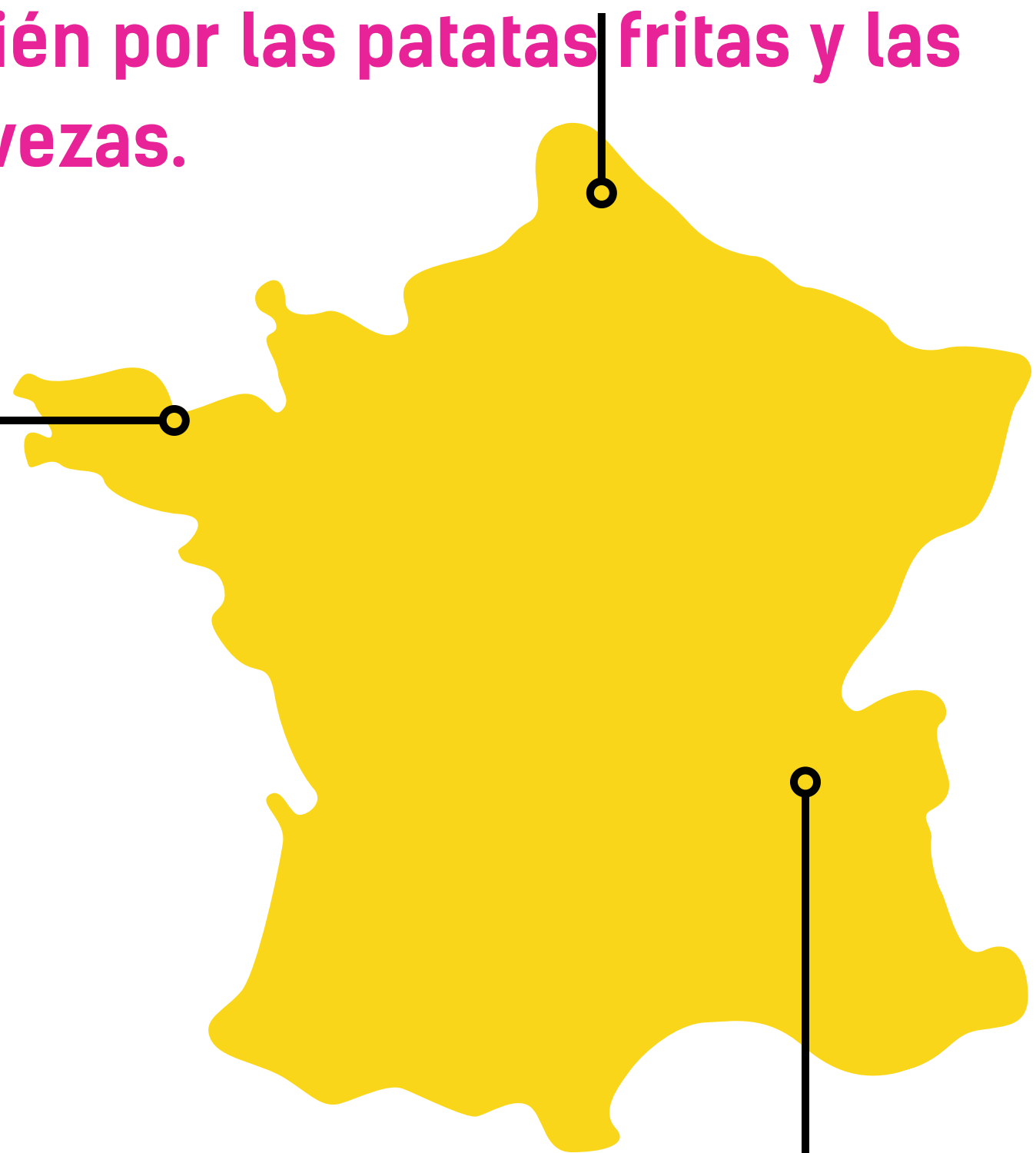
Saint-Malo

En tren : 2h. La ocasión de descubrir Bretaña y sus playas.



Lyon

En tren : 2h (con la SNCF o Trenitalia).
En bus : 5h30. La segunda ciudad de Francia, Lyon es conocida por su carisma y su gastronomía.



Étretat

En tren: 3h. En bus : 3 à 4h.
En Normandía podrás visitar
sus magníficos acantilados
en nuestros viajes ESN.



Strasbourg

En tren : 2h.

Nice

En tren : 6h.

En avión : 1h30.
Una bella ciudad
al borde de las
playas



Bordeaux et Arcachon

Bordeaux en tren : 2h.

La arquitectura de esta ciudad
inspiró París.

Arcachon en tren : 1h desde
Bordeaux. La duna más grande
de Europa con playas muy bellas.

¡También ESN organiza viajes para
visitarlas!

Cannes, Antibes,
Saint-Raphaël...



Marseille

En tren: 3h. A visitar en esta
gran ciudad mediterránea:
el Viejo Puerto y las Calas.

En Europa

El avión, el bus y el tren te llevarán fácilmente hacia los países cercanos: Reino Unido, Bélgica, Países Bajos... Aquí tienes las 3 capitales más cercanas a París



Amsterdam

En tren: 3h. En bus: 6-7h.

La capital de los Países Bajos está a unas horas de París



Londres

En avión: 1h. En tren: 2h
Londres es magnífica. El tren es caro pero puedes encontrar boletos de avión a partir de 30 euros. Desde el Brexit, necesitarás un pasaporte.

Bruselas

En tren: 1h20. En bus: 4h
Prueba las especialidades belgas: frituras, cervezas, gofres, chocolates...



A tomar en cuenta

- En tren: Compra una tarjeta Advantage SNCF para tener un 30% de reducción durante 1 año, por 49€. Necesitas reservar los boletos con anticipación para tener buenos precios.
- En avión: Con la ESNcard, puedes obtener un 10% y una maleta gratis es los vuelos Ryanair (menos de julio a agosto)
- En bus: La página StudentBeans te da códigos de reducción para estudiantes en Flixbus y otros

Ir al aeropuerto

Orly

Es el aeropuerto más cerca de París en transporte público. RER B hasta Anthony y después el Orlyval (12,10€). Si no en OrlyBus desde Denfert.

Roissy-Charles de Gaulle

Al norte de París, es el aeropuerto más grande. RER B hasta el Aéroport Charles de Gaulle 1 o 2.

Beauvais

Es el aeropuerto más lejos, de ahí salen los vuelos Ryanair. Bus hasta Beauvais (16,90 €): es 1h desde Porte Maillot.



TESTIMONIOS

Estudiantes internacionales



Katharina – Austríaca :

Bueno para mí, ESN Paris significa tener una comunidad. Una comunidad de personas similares a uno, teniendo intereses o antecedentes similares, con quiénes te vinculas y hasta podrían convertirse en amigos de toda la vida.

Aprecio mucho el trabajo de todos los voluntarios, organizando tantos eventos grandes y variados, ayudando a los estudiantes/practicantes/otra gente internacional a crear una comunidad e instalarse en París.

Sara – Italiana :

Al inicio tenía mucho miedo de quedarme sola en mi intercambio. Después descubrí ESN París y decidí de intentar mi suerte: la mejor decisión que he tomado. Aprecio verdaderamente el ambiente amical y la gentileza, algo que te hace mucha falta cuándo estás lejos de casa. Me acuerdo de la gentileza y lo abiertos que son los miembros de ESN. Gracias a los eventos de ESN, he encontrado muchas personas

simpáticas e interesantes, aprendí a conocer nuevas culturas, descubrir París y su belleza, apreciar y festejar, viví una gran experiencia Erasmus. Para mí, ESN significa: amabilidad, seguridad, amistad, diversión, gente, culturas, amor, etc. ESN será su familia para este período en París, estoy segura, y disfruten de esos momentos porque no siempre se podrá estar acá pero los recuerdos quedarán.





Victorio – Estadounidens :

¿Qué significa ESN para mí? Es el lugar perfecto para conocer gente de todo el mundo. Siempre vas a encontrar algo que hacer con ellos durante tu estadía acá. Puedo decir que es una de las mejores experiencias que he tenido y estoy muy agradecido por todo lo que ofrecen cómo organización.

No importa que sea un lunes en la tarde en el CDL para conocer otras personas, o irse de viaje fuera de París, o ir a una fiesta re loca en un barco, jamás vas a aburrirte.

No dudes en contactar la organización ya que la pasarás muy bien.

Zelieus – Alemán/Hindú

Hay 197 países en el mundo, pero ¿cuántos extranjeros son amigos tuyos? ¿Has oído cosas cómo "los croissants son austriacos" o "no se felicita a alguien antes de su cumpleaños en Alemania, Francia, o "nunca se dice cuánto gana alguien"? Son ejemplos que ayudan a entender la inmensidad del mundo, ¡y la gente tiene tantas historias que contar! ESN hace exactamente lo mismo: llevar el mundo bajo un mismo techo. No hay necesidad de estar de vacaciones, vas a una actividad que se adapte a tu horario y harás amigos para siempre.



Me gustó ser parte de la comunidad, tú podrías incluso participar con las ideas que tengas. Si eso no te convence, te digo que casi todos los eventos son gratis, ¡puedes practicar idiomas también, si eres un apasionado cómo yo! ¡Créeme, sólo tendrás problemas para mantener el contacto con tanta gente! Dicho esto, ¡gracias ESN!

Estudiantes locales:

Lidia – Hondureña :

No tenía ni idea de la existencia de ESN. Los conocí este año por una muy buena amiga que trabaja en ella. No tuve que ir a muchos eventos para darme cuenta que es un lugar dónde puedes encontrar gente, amigos y quién sabe, puede que tu próxima pareja también.

Puedo decir que el equipo tiene muy buenas ideas y organizan buenos eventos. Agradezco a la asociación ESN

de acoger estudiantes y darles todo lo que necesitan para adaptarse mejor en la nueva ciudad, en su nueva vida. Una experiencia que yo aconsejo fuertemente a todo el mundo y seguiré participando para salir de mi zona de confort, lo que es un reto pero es necesario en todos los aspectos de nuestra vida.



Guillaume – Francés

Conocí ESN durante mi intercambio en Roma. Cuando regresé a París, me di cuenta que también existía ESN París. Empecé a ir a los eventos porque quería recuperar ese contacto internacional de mi Erasmus. Ir a los eventos ESN me permitió, aparte de conocer mucha gente, de redescubrir París y descubrir nuevos lugares.

Aprecio todos los eventos organizados por ESN y particularmente los Cafés de Langues organizados todos los lunes, que te permiten comenzar la semana de la mejor

manera hablando con nuevas personas y, si quieres, de festejar bien. Las actividades organizadas están hechas para todo el mundo: fiestas, cultura, viajes... Recomiendo fuertemente participar a los eventos ESN, serás bien acogido, ¡la simpatía siempre está presente!



AGRADECIMIENTOS

¡ Gracias !

Edición realizada por Antonella Micheletti, inspirada por Orane Maquin quién editó la guía anterior.

El contenido fue escrito por: Antonella Micheletti, Nicolas Paulin, Marianne Cuacos, Camille Poinot, Jihane Fares, Florian Le Bouhellec, Geoffroy Alarcon y muchos voluntarios de la asociación ESN París que nos ayudaron con sus observaciones y comentarios.

¡Gracias a todos los voluntarios!

Por último, pero no menos importante, ¡gracias también a todos los estudiantes internacionales que nos dan una razón para continuar y crecer cada vez más y nos impulsan a proporcionar un trabajo de calidad!



Equipo ESN París