

Préparer sa demande de bourse de formation à la recherche : **La clé du succès!**



Présenté par Karine Paiement

Dans le cadre des ateliers de demande de bourse organisés par
l'École de kinésiologie et des sciences de l'activité physique

12 mai 2023

QUI SUIS-JE?



ÉTUDIANTE AU DOCTORAT
BOURSIÈRE IRSC ET FRQS

Laboratoire Activité Physique et Santé

Dre Marie-Eve Mathieu et Vicky Drapeau



FILLACTIVE



DT.P. NUTRITIONNISTE & AUTRICE

ENDORPHINE
NUTRITION SPORTIVE

Manger et bouger... intuitivement!



AVANT DE COMMENCER...

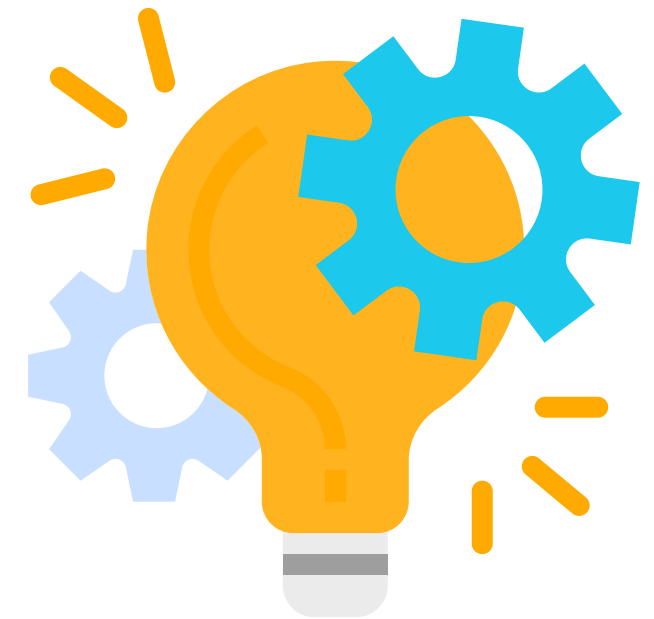
Pourquoi faire des demandes de bourse?



**Obtenir un
soutien financier**



Améliorer son CV



**Mettre ses idées
en place**

À FAIRE LE PLUS TÔT POSSIBLE

1. Identifier les **dates importantes** et planifier d'être prêt.e à soumettre au moins 1 semaine à l'avance.
2. Contacter vos **répondant.e.s** avec des directives claires au moins 3 semaines à l'avance (et parfois plus!).
3. Planifier les délais pour les **pièces justificatives** (ex: relevé de notes officiel).



PLANIFIER VOTRE RÉDACTION

1. Se renseigner sur l'existence d'une **séance d'information** ou **guide de préparation** pour la bourse ciblée.
2. Identifier des **blocs à votre agenda** d'au moins 3 heures pour travailler sur votre demande.
3. Se familiariser avec les **portails** des organismes.



VÉRIFIER LES CRITÈRES D'ÉVALUATION

1. Regarder la **pondération** et miser sur ce qui est le plus important.
2. Prendre le temps de lire les **indicateurs** pour chacun des critères.
3. Reprendre les **termes utilisés** dans la description des critères.
4. **Ne pas prendre pour acquis** que les évaluateurs vont lire entre les lignes.



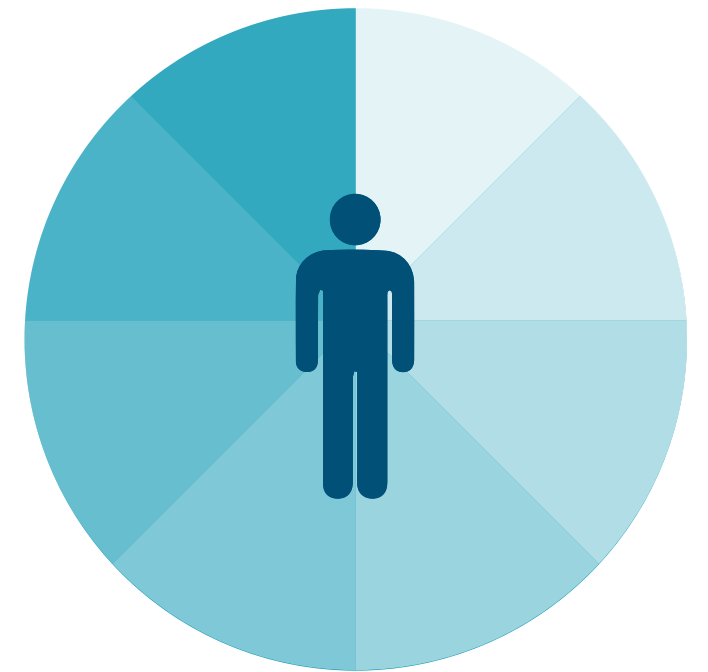
PRÉSENTER LE PROJET

1. Pourquoi ce projet est **important**?
2. Est-ce que les objectifs sont **clairs**?
3. La méthode permet-elle de **répondre** aux objectifs?
4. La méthode est-elle suffisamment **détaillée**?
5. Le projet est-il **réaliste**?
6. Comment ce projet contribue-t-il à l'**avancement des connaissances**?



SE PRÉSENTER

1. Pourquoi avez-vous décidé de poursuivre des **études graduées**?
2. Qu'est-ce que vous avez **accompli** jusqu'ici (académique et non-académique)?
3. Pourquoi voudrait-on **en savoir plus** sur votre candidature?
4. Pourquoi vous êtes la personne qui mènera ce **projet à terme**?



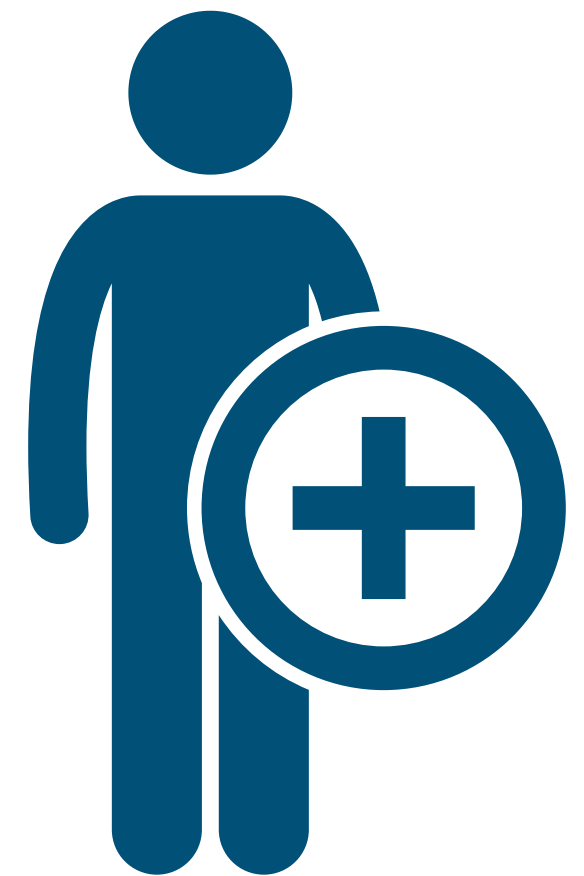
VÉRIFICATION AVANT DE SOUMETTRE

1. Qualité de la **langue**
2. Respect des **consignes** (nombre de mots/caractères, mise en page, etc.)
3. Qualité de la **présentation**
4. Présence de tous les **documents demandés**
5. Présence de toutes les **signatures requises**



BONIFIER MA CANDIDATURE

1. Que pouvez-vous faire durant l'été pour **améliorer votre dossier** (bénévolat, expériences de recherche, contribution à un article, etc.)?
2. Dans votre **laboratoire**, quelqu'un peut-il relire votre dossier?
3. Dans votre **entourage**, quelqu'un peut-il relire votre dossier?



Merci de votre attention!

Question?



karine.paiment.1@umontreal.ca

Université 
de Montréal

 **LAPS**
Laboratoire Activité Physique et Santé


IRSC CIHR
Instituts de recherche en santé du Canada Canadian Institutes of Health Research

Québec 
Fonds de recherche – Nature et technologies
Fonds de recherche – Santé
Fonds de recherche – Société et culture