

**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**

9<sup>e</sup> édition - gratuit

**2017**

# immigrer au Québec

Le guide pour les immigrants



Procédures d'immigration – Mobilité internationale  
Emploi – Vie quotidienne

[immigrantquebec.com](http://immigrantquebec.com)

# LE MOUVEMENT DESJARDINS

---

**1<sup>er</sup>**

**GROUPE FINANCIER  
COOPÉRATIF AU CANADA ET**

**6<sup>e</sup>**

**AU MONDE**

---

**PARMI LES INSTITUTIONS BANCAIRES  
LES PLUS SOLIDES AU MONDE\***

---

**PLUS DE**

**7**

**MILLIONS DE MEMBRES  
ET CLIENTS**

---

En plus de vous offrir les produits et les services financiers dont vous avez besoin, nos conseillers Desjardins vous accompagnent dans les différentes étapes de votre intégration au Canada.

**[desjardins.com/NouveauxArrivants](https://desjardins.com/NouveauxArrivants)**



**Desjardins**

Coopérer pour créer l'avenir

\* Selon le magazine *The Banker*.

# UN ACCUEIL CHALEUREUX POUR MUSTAPHA ARAMIS NOUVEL ARRIVANT

## OFFRE DE BIENVENUE POUR LES NOUVEAUX ARRIVANTS

- Transactions courantes illimitées gratuites pendant un an
- Petit coffret de sûreté gratuit pendant un an<sup>1</sup>
- Reconnaissance des années d'expérience de conduite lors d'une demande de soumission d'assurance auto
- Et bien plus

Découvrez aussi notre gamme de cartes de crédit adaptées à vos besoins.

[desjardins.com/bienvenue](https://desjardins.com/bienvenue)



**Desjardins**

Coopérer pour créer l'avenir



Plus que jamais le Québec est une terre qui attire ! En 2017, vous serez 50 000 à vous y installer durablement, 38 000 à y travailler temporairement et 18 000 à venir étudier sur les bancs des universités québécoises. Et comme tous ceux qui vous ont précédés, vous vous projetez dans votre nouvelle vie avec enthousiasme, mais aussi avec de nombreuses interrogations relatives tant à votre installation et votre vie quotidienne qu'à votre recherche d'emploi et votre vie professionnelle.

Cette 9<sup>e</sup> édition du guide *Immigrer au Québec* vous accompagne pas à pas dans votre questionnement et vous offre des réponses précises et documentées. Que vous lisiez ce guide de A à Z ou que vous parcouriez quelques chapitres, vous trouverez une mine de renseignements, de conseils, de témoignages qui vous aideront à réaliser votre projet.

Nous vous souhaitons la meilleure des vies au Québec !

## Immigrer au Québec

- est édité par : Les Éditions Neopol Inc,  
460, rue Sainte-Catherine Ouest, suite 300, MONTRÉAL, H3B 1A7,  
QUÉBEC, CANADA. Tél : 514-279-3015. Fax : 514-279-1143. [neopol.ca](http://neopol.ca)
- pour le compte de : Immigrant Québec, organisme à but non lucratif.
- [immigrantquebec.com](http://immigrantquebec.com)

Rédaction : Delphine Folliet, Maeva Hétreau. Mise à jour : Justine Rastello.

Marketing : Marie Michel. Ventes et partenariats : Julie Bourgeois. Graphisme et mise en page : Fanny Garcia (Neopol).

Conception de la couverture : Alexandre Bélanger.

Impression : Marquis.

ISBN : 978-2-89771-090-3

Dépôt légal – Bibliothèque nationale du Québec, 2017.

Bibliothèque nationale du Canada, 2017.

- Malgré tout le soin apporté à leur exactitude, les textes contenus dans ce guide n'ont aucune valeur contractuelle, et les Éditions Neopol et Immigrant Québec ne sauraient être tenus responsables des changements de coordonnées ou de l'entrée en vigueur de nouvelles réglementations. La reproduction totale ou partielle des textes est interdite sans accord préalable et écrit de l'éditeur.



---

## Kathleen Weil

Ministre de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion

---

L'immigration représente un atout pour la vitalité du français, de même que pour la prospérité, l'enrichissement culturel et le dynamisme du Québec et de ses régions. Peu importe leur origine, les personnes qui choisissent le Québec ont en commun le désir de participer activement à la société québécoise. Pour bénéficier pleinement de leur apport, le gouvernement du Québec et ses partenaires s'engagent à mettre en place les conditions optimales.

Dans cette perspective, le guide *Immigrer au Québec* est un outil précieux pour favoriser une intégration réussie ou pour planifier, dès l'étranger, son projet d'immigration. Riche en renseignements et conseils pratiques sur la vie au Québec, il constitue un complément utile au guide *Apprendre le Québec*, produit par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion. Ces documents permettent d'en savoir plus sur l'immigration au Québec, les démarches, les perspectives d'emploi et les services offerts dans chaque région, l'installation et la vie quotidienne.

Je souhaite la bienvenue à toutes les personnes nouvellement arrivées qui entreprennent ce nouveau projet de vie. Je souhaite que celui-ci soit inspirant, tant sur le plan professionnel que sur le plan humain.

---

[www.immigration-quebec.gouv.qc.ca](http://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca)

**ENSEMBLE**   
on fait avancer le Québec

**Québec** 

# SOMMAIRE

## CONNAÎTRE LE QUÉBEC . . . . . 8

- Abécédaire du Québec . . . . .	8
- Carte d'identité . . . . .	16
- Histoire . . . . .	18
- Système politique . . . . .	24
- Économie . . . . .	25
- Justice . . . . .	31
- Culture, sports et loisirs . . . . .	34
- Médias . . . . .	36
<b>Zoom</b> : Bien préparer votre projet . . . . .	42
<b>Zoom</b> : Être artiste professionnel immigrant . . . . .	44
<b>Zoom</b> : On parle le français au Québec . . . . .	46
<b>Témoignage</b> : Profiter des cours de francisation . . . . .	48

## TRAVAILLER AU QUÉBEC . . . . . 49

- Permis et programmes . . . . .	49
- Sources d'informations officielles sur l'immigration au Québec . . . . .	50
- Travailleurs permanents . . . . .	52
- Gens d'affaires . . . . .	60
- Travailleurs temporaires . . . . .	60
- Parrainer un membre de votre famille . . . . .	65
- Expérience Internationale Canada (EIC) : PVT, Jeunes Professionnels et Stages . . . . .	67
- Programmes Europe-Québec . . . . .	73
- Rester au Québec : prolonger votre séjour ou vous établir durablement . . . . .	74
<b>Témoignage</b> : Le bénévolat : une porte ouverte sur le marché du travail . . . . .	80
<b>Témoignage</b> : Un savoir-faire recherché . . . . .	81

## ÉTUDIER AU QUÉBEC . . . . . 82

- Définir votre projet d'études . . . . .	84
- Obtenir les autorisations pour étudier au Québec : CAQ et permis d'études . . . . .	85
- Droits de scolarité, exemptions et bourses . . . . .	87
- Vie pratique : budget, santé, logement . . . . .	88
- Panorama des universités du Québec . . . . .	89
- Travailler pendant ou après vos études . . . . .	94
<b>Zoom</b> : Je choisis Montréal . . . . .	98
<b>Témoignage</b> : Reprendre des études . . . . .	100
<b>Témoignage</b> : S'intégrer grâce aux études . . . . .	101

## CHOISIR VOTRE RÉGION D'INSTALLATION . . 102

- Abitibi-Témiscamingue .....	106
- Bas-Saint-Laurent .....	108
- Capitale-Nationale .....	110
- Centre-du-Québec .....	115
- Chaudière-Appalaches .....	117
- Côte-Nord .....	119
- Estrie .....	121
- Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine .....	125
- Lanaudière .....	127
- Laurentides .....	129
- Laval .....	131
- Mauricie .....	133
- Montérégie .....	135
- Montréal .....	139
- Nord-du-Québec .....	151
- Outaouais .....	152
- Saguenay-Lac-Saint-Jean .....	154

**Zoom :** Les bibliothèques de Montréal : gratuites, accessibles et accueillantes ! ..... 158

**Zoom :** Les 4 organismes montréalais de régionalisation de l'immigration .... 160

**Témoignage :** La Montérégie, un fort potentiel dans l'agroalimentaire ..... 162

**Témoignage :** Explorer les régions ..... 163

## PRÉPARER VOTRE DÉPART / RÉUSSIR VOTRE ARRIVÉE . . . . . 164

- Calcul du budget .....	164
- Formalités d'entrée et d'accueil .....	167
- Vous rendre dans votre ville de destination .....	168
- Premier hébergement .....	169
- Faire des achats de première nécessité .....	174
- Démarches des premiers jours .....	177
- Droits et devoirs du nouvel arrivant .....	180

**Zoom :** Documents importants à emporter ..... 184 |

**Zoom :** Bien vivre le changement en immigration ..... 186 |

**Zoom :** Vous méfier des idées reçues sur le Québec ..... 188 |

**Témoignage :** Bien se renseigner pour être prêt à partir ..... 190 |

## VOUS INSTALLER ET VIVRE AU QUÉBEC. . . . . 191

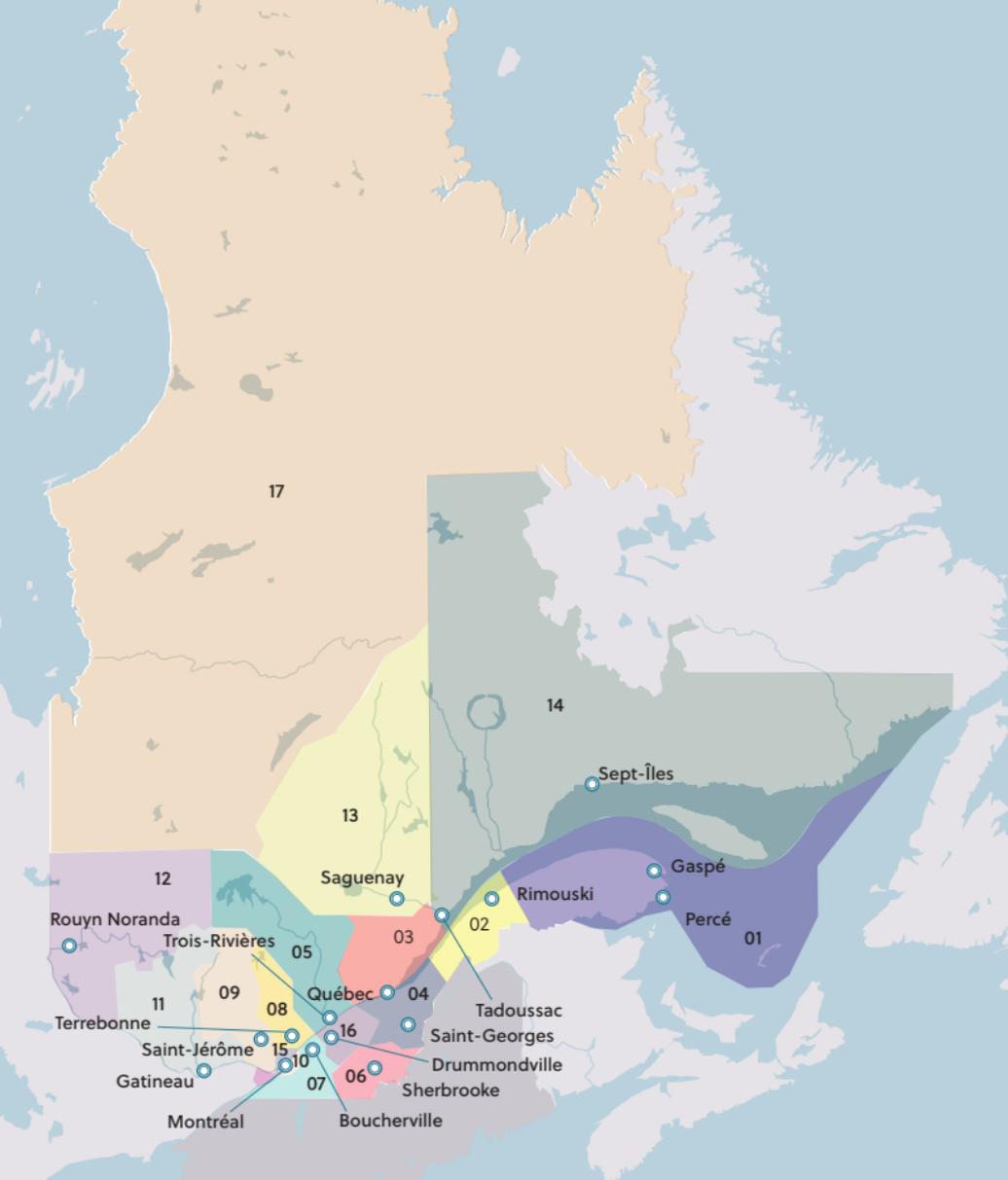
- Logement . . . . .	191
- Gaz, électricité, chauffage . . . . .	195
- Automobile . . . . .	196
- Transports . . . . .	199
- Assurances . . . . .	200
- Finances personnelles . . . . .	201
- Impôts . . . . .	207
- Télécommunications . . . . .	209
- Éducation . . . . .	212
- Santé . . . . .	222
- Famille . . . . .	226
- Retraite . . . . .	230
- Représentations consulaires et diplomatiques . . . . .	230
<b>Zoom</b> : Quelques conseils pour bien s'habiller en hiver . . . . .	232
<b>Zoom</b> : Vous intégrer dans la société québécoise . . . . .	234
<b>Zoom</b> : Numéros importants au Québec . . . . .	236
<b>Témoignage</b> : S'avoir s'adapter . . . . .	237

## TROUVER UN EMPLOI . . . . . 238

- Normes et cadre de vie au travail . . . . .	239
- Professions et métiers réglementés . . . . .	241
- Bonnes démarches pour trouver un emploi . . . . .	250
- CV et entrevue d'embauche à la québécoise . . . . .	260
- Mesures d'aide à l'emploi pour les personnes immigrantes . . . . .	262
<b>Zoom</b> : Ressources en ligne pour la recherche d'emploi . . . . .	266
<b>Zoom</b> : L'accès à un ordre professionnel pour une personne formée à l'étranger . . . . .	270
<b>Témoignage</b> : Anticiper les imprévus . . . . .	272
<b>Témoignage</b> : Reprendre ses études . . . . .	273

## CRÉER VOTRE ENTREPRISE . . . . . 274

- Différents statuts juridiques des entreprises . . . . .	274
- Immatriculer votre entreprise au registraire . . . . .	278
- Taxes : TPS et TVQ . . . . .	278
- Conseils pour bien démarrer . . . . .	278
<b>Zoom</b> : Entrepreneurat : des programmes pour accélérer la création d'entreprises . . . . .	281
<b>Témoignage</b> : Créer mon entreprise au Québec . . . . .	282
- INDEX . . . . .	283
- REMERCIEMENTS . . . . .	288



## Le Québec et ses régions

- |  |                  |                              |                       |
|--|------------------|------------------------------|-----------------------|
| 01 - Gaspésie - Îles-<br>De-La-Madeleine | 05 - Mauricie    | 10 - Montréal                | 15 - Laval            |
| 02 - Bas-Saint-Laurent                   | 06 - Estrie      | 11 - Outaouais               | 16 - Centre-Du-Québec |
| 03 - Capitale Nationale                  | 07 - Montérégie  | 12 - Abitibi-Témiscamingue   | 17 - Nord-Du-Québec   |
| 04 - Chaudière-Appalaches                | 08 - Lanaudière  | 13 - Saguenay-Lac-Saint-Jean |                       |
|  | 09 - Laurentides | 14 - Côte-Nord               |                       |

PRÉSENTÉ PAR :



ORGANISÉ PAR :

**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**



# SALON DE L'IMMIGRATION ET DE L'INTÉGRATION AU QUÉBEC

ACCUEIL • INSTALLATION • EMPLOI • FORMATION  
RÉGIONS • ENTREPRENEURIAT • LOISIRS

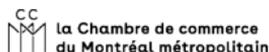
**31 mai - 1 juin 2017**

Palais des congrès de Montréal



**Entrée gratuite**  
**salonimmigration.com**

En partenariat avec :



# CONNAÎTRE LE QUÉBEC

## ABÉCÉDAIRE DU QUÉBEC

Terre riche et multiple, le Québec exerce un fort pouvoir d'attraction et fait rêver de nombreux immigrants. Un projet bien préparé demande à chacun de s'informer sur le Québec pour départager les mythes des réalités. Les immigrants déjà installés au Québec sont les premiers à le conseiller : il est nécessaire de se documenter sur l'histoire, l'économie, la politique, la culture, la société, les valeurs québécoises tout au long de sa démarche d'immigration. Avoir acquis des connaissances sur le Québec, c'est déjà faire un premier pas pour faciliter votre arrivée et votre intégration dans la Belle Province.

### ACCOMMODEMENT RAISONNABLE

Étroitement lié aux chartes des droits de la personne provinciale et canadienne, l'accommodement raisonnable a pour but de contrer la discrimination dont pourraient être victimes des citoyens, à cause de leur handicap, âge, sexe, ou encore appartenance à des minorités religieuses et culturelles. Les accommodements raisonnables pour motif religieux ont fait l'objet d'un vif débat au Québec en 2007, ce qui a mené à la mise en place de la Commission Bouchard-Taylor qui avait pour but de les examiner.

### ALLOPHONE

Au Québec, il n'est pas rare d'entendre parler des allophones, que l'on différencie des personnes francophones et anglophones.

Une personne est considérée comme allophone quand sa langue maternelle n'est ni le français, ni l'anglais. Selon des statistiques datant de 2006, environ 12 % de la population québécoise serait allophone.

## AUTOCHTONES (AMÉRINDIENS ET INUITS)

Au Québec vivent les Mohawks (près de Montréal, réserves d'Oka et de Kahnawake), les Cris (Baie James et Grand Nord), les Algonquins (Abitibi-Témiscamingue), les Atikameks (Mauricie), les Innus, aussi connus sous le nom de Montagnais-Naskapis (Côte-Nord et Lac-Saint-Jean), les Micmacs (Gaspésie), les Abénaquis (vallée du Richelieu), les Hurons (près de Québec), les Malécites (Bas-Saint-Laurent) et les Inuits (baie d'Hudson et péninsule d'Ungava). Ces premières nations cherchent à préserver leur culture et leurs racines, avec un ministère qui leur est dédié ainsi qu'une police qui leur est propre.

## BELLE PROVINCE

Cette expression qui désigne le Québec fait référence notamment à la beauté des paysages québécois, vantés pour leur diversité, leur immensité et majesté. Utilisée comme une devise, elle apparaissait sur les plaques d'immatriculation des voitures jusqu'en 1977. Puis, elle a été remplacée par la devise officielle de la province, « Je me souviens ».

## CABANE À SUCRE

Sucrerie où sont fabriqués des produits à base de sève d'érable, la cabane à sucre est un des lieux les plus appréciés par les Québécois durant l'hiver. En famille, entre amis, ils s'y rendent pour visiter la cabane et surtout déguster des sucreries, mais aussi des plats traditionnels, et ce, dans une ambiance conviviale.

## CANADIENS (LES)

L'équipe professionnelle de hockey sur glace, Les Canadiens de Montréal - appelé également Le Canadien - existe depuis 1909. Elle évolue dans la Ligue nationale de hockey. Lorsque Les Canadiens reçoivent leurs adversaires, ils disputent le match au Centre Bell, situé au centre-ville. L'équipe montréalaise a remporté jusqu'à présent 24 Coupes Stanley, qui représente le Saint Graal du hockey. Ses joueurs sont surnommés « Les Habs », diminutif de « Les Habitants ».

## CHARTRE QUÉBÉCOISE DES DROITS ET LIBERTÉS DE LA PERSONNE

Au Québec, en plus de la Charte canadienne des droits et libertés, il existe la Charte québécoise des droits et libertés de la personne qui définit les droits fondamentaux de tous les citoyens du Québec. L'article 10 de cette loi stipule notamment que :

*« Toute personne a droit à la reconnaissance et à l'exercice, en pleine égalité, des droits et libertés de la personne, sans distinction, exclusion ou préférence fondée sur la race, la couleur, le sexe, la grosseur, l'orientation sexuelle, l'état civil, l'âge sauf dans la mesure prévue par la loi, la religion, les convictions politiques, la langue, l'origine ethnique ou nationale, la condition sociale, le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap. Il y a discrimination lorsqu'une telle distinction, exclusion ou préférence a pour effet de détruire ou de compromettre ce droit. »*

► **Sur les valeurs communes de la société québécoise, voir également :**  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/avantages/valeurs-communes/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/avantages/valeurs-communes/index.html)

## CULTURE

Le Québec est réputé pour ses nombreux festivals, dont certains sont de véritables institutions (Festival international de jazz, Festival Juste pour rire, Francofolies, etc.). La chanson et la musique font partie du fleuron de la culture québécoise grâce aux artistes comme Robert Charlebois, Félix Leclerc, Gille Vigneault, Luc Plamondon, Fabienne Thibault, Diane Dufresne et Céline Dion. Les arts du cirque, grâce au Cirque du soleil, au Cirque Éloize, au 7 doigts de la main, entre autres, sont mondialement réputés.

Dans les villes, un réseau d'activités culturelles est généralement bien développé. À Montréal, les maisons de la culture et les bibliothèques municipales se trouvent dans chaque quartier et leur accès est gratuit. La Grande bibliothèque connaît un vrai succès avec ses collections de milliers de livres, CD et DVD en libre-service.

## CUISINE

La cuisine québécoise traditionnelle est composée de différentes sortes de soupes, de fèves au lard, de tourtières (tourte souvent à base de viande hachée), de pâté chinois (un hachis parmentier avec du maïs), de cretons (sorte de rillettes), de tartes au sucre ou aux fruits, de mets à base de sirop d'érable. La poutine (des frites arrosées de sauce brune avec des morceaux de fromage cheddar) et les

hamburgers connaissent toujours un beau succès. Si la « malbouffe » est très présente au Québec, la gastronomie raffinée se développe de plus en plus et Montréal compte des restaurants et des chefs renommés. À Montréal, métropole cosmopolite, il est possible de trouver des restaurants et épiceries du monde entier.

La production d'excellents fromages québécois connaît un très bel essor depuis des années, tout comme celle de la bière. Quant à la production de vin, elle reste encore modeste.

## DÉPANNEURS

Les Québécois appellent dépanneurs, les petites épiceries, supérettes qui se trouvent généralement jamais très loin de chez eux. Commerces de proximité, les dépanneurs permettent d'acheter rapidement un produit que l'on a oublié de prendre au supermarché ou dont on a besoin à une heure avancée dans la soirée. On y trouve également du tabac et de l'alcool.

## ÉRABLE

Parmi les éléments emblématiques du Québec, nombre d'entre eux sont en relation directe avec l'érable, arbre pouvant atteindre jusqu'à 40 mètres de hauteur. Sa feuille est devenue l'emblème du Canada. Le sirop produit à partir de sa sève est connu à travers le monde. Il est aussi le composant principal de la tîre d'érable, sucrerie faite avec du sirop chaud durci avec de la neige, très appréciée des Québécois pendant l'hiver.

### Quelques films très populaires au Québec

- › *Starbuck*, de Ken Scott, 2011
- › *De père en flic*, d'Émile Gaudreault, 2009
- › *Bon cop, bad cop*, d'Érik Canuel, 2006
- › *C.R.A.Z.Y.*, de Jean-Marc Vallée, 2005
- › *La Grande séduction*, de Jean-François Pouliot, 2003
- › *Séraphin, un homme et son péché*, de Charles Binamé, 2002
- › *Les Boys*, de Louis Saïa, 1997
- › *Le Déclin de l'empire américain et Les Invasions barbares*, de Denys Arcand, 1986 et 2003

## LGBT (LESBIENNES, GAIS, BI ET TRANS)

À Montréal, le Village, situé autour de l'artère rue Sainte-Catherine, entre Berri et Papineau, fait partie des quartiers gais les plus importants d'Amérique du Nord. On trouve également plusieurs établissements en région pour les communautés LGBT. Le Québec est respectueux de l'orientation sexuelle et de l'identité de genre des individus. Organismes communautaires pour les nouveaux arrivants LGBT :

- **Arc-en-ciel d'Afrique** : [arcencielfrique.org](http://arcencielfrique.org)
- **Helem Montréal** : [montrealhelem.net](http://montrealhelem.net)
- **Au-delà de l'Arc-en-ciel** : [lgbt-ada.org](http://lgbt-ada.org)

## FEMMES

Les femmes québécoises ont conquis leur liberté et leur indépendance, deux valeurs désormais bien implantées dans la société. Elles travaillent et occupent des postes à tous les niveaux de la hiérarchie. Dans les relations personnelles et professionnelles, la prudence est de bon ton en matière de remarques, de compliments ou d'humour sur une attitude ou une tenue vestimentaire, qui pourraient passer pour du sexisme, sans que vous vous en rendiez compte.

## HIVER

"Mon pays, ce n'est pas un pays, c'est l'hiver", chantait Gilles Vigneault. Présent 120 à 160 jours par an, l'hiver est rigoureux. Six à huit tempêtes majeures jalonnent ces mois blancs, avec une accumulation moyenne de 3 mètres de neige. Si tout est fait pour vivre aussi bien été qu'hiver, le nouvel immigrant doit être bien conscient de la réalité du froid et de l'hiver. Il est nécessaire d'avoir un bon équipement composé d'un long manteau, de bottes fourrées, de gants, d'une écharpe et d'un bonnet. Pour les enfants, une combinaison de ski peut être appréciable pour qu'ils jouent dans la neige.

La société québécoise est très bien organisée pour faire face à la neige et au froid : les machines pour déneiger et saler les routes et les trottoirs fonctionnent très bien. Les activités hivernales sont nombreuses : patins à glace, ski de fond, raquettes, glissades. L'hiver se vit dehors au Québec.

## LOI 101

Également appelée Charte de la langue française, cette loi établit le français comme langue officielle du Québec, à partir de 1977, année de son adoption par l'Assemblée nationale. Elle définit les droits

### Les expressions québécoises

Voici quelques expressions typiquement québécoises à connaître pour ses premiers jours au Québec :

Expressions	Signification
Allô !	Salut
Bienvenue	Je vous en prie
Bonjour (en fin de conversation)	Au revoir, bonne journée
Une blonde	Une petite amie
Un breuvage	Une boisson non-alcoolisée
Un chandail	Un t-shirt
Un char	Une voiture
Un chum	Un petit ami
Déjeuner	Petit-déjeuner
Dîner	Déjeuner
Souper	Dîner
Magasiner	Faire des achats
Niaiseux	Bête, stupide
Pogner	Attraper, surprendre, réussir
Pantoute	Pas du tout
Une tuque	Un bonnet

- Pour plus d'expressions québécoises : [wikebec.org](http://wikebec.org)  
*La Parlure québécoise*, Lorenzo Proteau, Publications Proteau  
*Dictionnaire des expressions québécoises*,  
Pierre des Ruisseaux, Bibliothèque Québécoise

linguistiques fondamentaux des habitants de la province, le premier étant que « *toute personne a le droit que communiquent en français avec elle l'Administration, les services de santé et les services sociaux, les entreprises d'utilité publique, les ordres professionnels, les associations de salariés et les diverses entreprises exerçant au Québec* ».

## MICROBRASSERIE

Terme francisé de l'anglais « microbrewery », microbrasserie désigne une petite entreprise, artisanale, produisant de la bière. En 2011, les microbrasseries possédaient une part de marché de 6,1 %. Ce type d'entreprise étant de plus en plus à la mode, les microbrasseries se sont multipliées ces dernières années dans la province. La plus importante reste Unibroue, fondée en 1990 par Serge Racine et André Dion, deux hommes d'affaires québécois.

## POLITIQUEMENT CORRECT

Au Québec, le politiquement correct est de mise dans les rencontres sociales. Souvent difficile à comprendre pour un nouvel arrivant, ce mélange de retenue, d'idées simples, de thèmes fédérateurs et de sourires faciles alimentera pourtant vos premières discussions avec les habitants de la province, votre voisin et votre collègue de bureau. Il ne faut surtout pas prendre cela pour de l'hypocrisie ou un manque d'intérêt pour vous, mais plus comme un respect de vos idées et de votre espace vital. Ce n'est qu'après avoir gagné la confiance des Québécois que vous pourrez avoir des discussions plus profondes, plus animées. De façon générale, les Québécois évitent la controverse, surtout en public.

## RELIGION

Jusqu'aux années 1960, l'Église catholique joue un rôle de premier plan et cohabite avec le protestantisme et le judaïsme. À partir de 1960, son influence décroît et le pluralisme s'installe peu à peu. L'islam, l'hindouisme, le bouddhisme et le sikhisme rentrent peu à peu dans la vie de la province. Les catholiques demeurent toutefois les plus nombreux avec 83 % de la population (et cependant seulement 10 % de pratiquants).

Source : Statistique Canada

## SPA / BAINS SCANDINAVES

C'est une des activités préférées des Québécois, mais aussi des touristes, pendant la saison hivernale. Le spa scandinave, dit aussi bain nordique, consiste à réchauffer son corps par un bain de vapeur ou quelques minutes de sauna, puis à le refroidir avec un bain froid ou une douche nordique. Il est très apprécié pour ses effets apaisants et/ou régénérants et les sensations qu'il procure.

## TOUR DU POTEAU

Pratique liée aux obligations de l'immigration, le tour du poteau consiste à sortir du territoire canadien pour y rentrer à nouveau, afin de faire valider son permis ou visa canadien par le service d'immigration.

## VENTE DE GARAGE

Très prisée par les Québécois, la vente de garage consiste à organiser une vente de tous les objets dont on ne veut plus, devant chez soi et généralement en fin de semaine. L'ambiance est le plus souvent très conviviale et les clients occasionnels en profitent pour faire de bonnes affaires. L'Office québécois de la langue française préconise plutôt d'utiliser le terme de vente-débaras.

## VIOLENCE

L'usage de violence envers un enfant ou un(e) conjoint(e) ou toute autre personne est interdit et sévèrement puni. Le Québec est une société de médiation et de discussion, le civisme est une valeur importante pour tous les habitants de la province. En cas de manque de civisme, d'agressivité croissante ou encore, tout simplement, de mauvaise volonté, il n'est pas rare de se voir rappeler à l'ordre par la police ou un concitoyen.

Le Canada est composé de 10 provinces et de 3 territoires. Le Québec est l'une des provinces du Canada. Le territoire québécois est divisé en 17 régions administratives dans lesquelles se répartissent 104 municipalités régionales de comté (MRC) ou territoires équivalents. Le Québec compte également 57 territoires autochtones.

- › **Superficie** : 1 667 441 km<sup>2</sup>
- › **Population** : 8 263 600 (2015)
- › **Densité de la population** : 6,4 habitants/km<sup>2</sup> en 2015
- › **Capitale provinciale** : Québec
- › **Gentilé** : Québécois, Québécoise
- › **Langue officielle** : français
- › **Monnaie** : dollar canadien
- › **Devise** : « Je me souviens ». La devise est attribuable à l'architecte Eugène-Étienne Taché (1836-1912) et évoque l'histoire du Québec.
- › **Régime politique** : démocratie parlementaire

### EN SAVOIR PLUS SUR LE QUÉBEC

- **Gouvernement du Québec, portrait du Québec** : [gouv.qc.ca](http://gouv.qc.ca)
- **Patrimoine canadien** : [pch.gc.ca](http://pch.gc.ca)
- **L'Encyclopédie canadienne** : [thecanadianencyclopedia.com](http://thecanadianencyclopedia.com)

### La population immigrante au Québec

La population immigrante au Québec est importante. L'enquête nationale auprès des ménages de 2011 a dénombré 974 895 personnes immigrées, soit 12,6 % de la population totale du Québec. Pour la ville de Montréal, on y recense plus de 120 communautés représentées. En 2015, le Québec a accueilli 49 024 immigrants dont plus des deux tiers ont choisi de s'installer à Montréal. Dans la catégorie de l'immigration économique, les cinq principaux pays de naissance des immigrants arrivés en 2015 sont : la France, la Chine, Haïti et l'Iran.

- *Source : Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion, Direction de la recherche et de l'analyse prospective.*

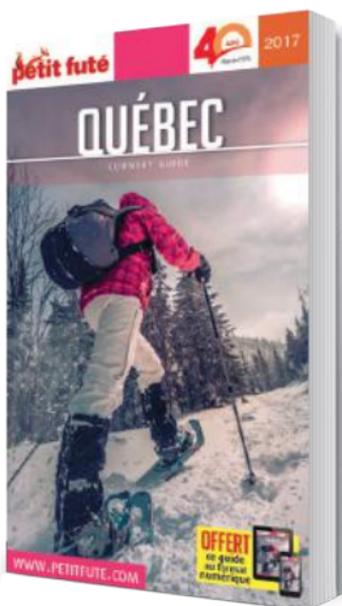
# **petit futé** Collection 2017

**Futé** : *adj. Et n. :*

**Intelligent et malicieux  
(syn : Fin, malin)**

... avec le Petit Futé ! Plus qu'un titre diffusé à travers le monde, c'est un état d'esprit qui guide les démarches des Petits Futés depuis 40 ans déjà : **faire des guides répondant vraiment aux besoins des utilisateurs.**

Et c'est le pari qui nous pousse chaque jour à traquer les bonnes adresses et à vous les faire connaître.



[www.petitfute.com](http://www.petitfute.com)

## REPÈRES CHRONOLOGIQUES

### LA NOUVELLE-FRANCE (1534-1763)

**1534** ► Le Malouin Jacques Cartier débarque à Gaspé et prend possession du Canada au nom de François I<sup>er</sup>.

**1604** ► Première exploration de Samuel de Champlain sur le fleuve Saint-Laurent.

**1608** ► Samuel de Champlain fonde la ville de Québec.

**1627** ► Pour favoriser la colonisation, Richelieu fonde la Compagnie de la Nouvelle-France qui détient le monopole du commerce des fourrures.

**1642** ► Paul Chomedey de Maisonneuve fonde Ville-Marie (Montréal).

**1648-1650** ► La Confédération huronne, alliée de la France, est anéantie par les Iroquois qui contrôlent la vallée du Saint-Laurent.

**1654-1667** ► Les Anglais occupent l'Acadie (Nouvelle-Écosse).

**1663** ► Avec l'intégration par Colbert de la Nouvelle-France dans le domaine royal, le système administratif des provinces françaises régit la colonie.

**1670** ► Fondation de la Compagnie britannique de la baie d'Hudson qui devient une importante rivale des trappeurs de la Nouvelle-France.

**1713** ► Les conflits franco-britanniques en Europe ont des répercussions sur les colonies : le traité d'Utrecht, qui met fin à la guerre de succession d'Espagne, permet aux Anglais d'annexer les territoires de la baie d'Hudson, de Terre-Neuve et de l'Acadie rebaptisée Nouvelle-Écosse par les Anglais.

**1741-1748** ► Guerre franco-britannique qui se termine, avec le traité d'Aix-la-Chapelle, par le rétablissement du statu quo entre les deux nations.

**1755** ► Le « Grand Dérangement » : les Anglais procèdent à la déportation de plusieurs milliers de francophones d'Acadie.

**1759** ► Défaite française à la bataille des Plaines d'Abraham. Reddition de la ville de Québec aux Anglais.

**8 septembre 1760** ► La capitulation du dernier gouverneur général français, le marquis de Vaudreuil, à Montréal, marque la fin de la Nouvelle-France. Les Anglais dominent désormais l'Amérique du Nord.

**10 février 1763** ► Conformément au traité de Paris, la France cède toutes ses possessions canadiennes aux Anglais, sauf l'archipel de Saint-Pierre-et-Miquelon.

## LE RÉGIME ANGLAIS (1763-1867)

**1774** ► L'Acte de Québec organise la nouvelle colonie anglaise, le « Québec ». Il maintient les lois criminelles anglaises et rétablit les lois civiles françaises.

**1783** ► À la suite de l'indépendance des États-Unis, 40 000 loyalistes demeurés fidèles à la Couronne britannique se réfugient au Canada, notamment dans les Cantons de l'Est.

**1791** ► Acte constitutionnel instituant qu'un gouvernement représentatif partage le pays en deux provinces : le Haut-Canada (Ontario) anglophone et le Bas-Canada (Québec) francophone.

**1837-1838** ► Révolte des Patriotes. Cette révolte fut menée par un petit groupe de patriotes qui s'opposaient à l'absolutisme du pouvoir anglais et ne voulaient pas que le gouvernement d'Angleterre décide seul des lois du Bas-Canada.

**1841** ► L'Acte d'Union institue un seul gouvernement pour le Haut et le Bas-Canada : le Canada Uni.

## LA CONFÉDÉRATION CANADIENNE

**24 mai 1867** ► L'Acte de l'Amérique du Nord britannique crée la Confédération canadienne qui regroupe les provinces de Québec, de l'Ontario, du Nouveau-Brunswick et de la Nouvelle-Écosse. Le nouvel État, appelé aussi « dominion canadien », obtient la totale maîtrise de ses affaires étrangères, mais la Couronne britannique reste représentée. La province du Québec se voit garantir le maintien de sa particularité française et catholique.

**1874** ► Adoption de la Loi sur les Indiens qui définit les devoirs de l'État envers eux. Création des « réserves indiennes ».

**1887** ► La construction du premier chemin de fer transcontinental, le « Canadian Pacific Railway », déclenche un immense mouvement d'immigration vers l'ouest.

**1871-1911** ► Le pays est alternativement gouverné par les conservateurs et les libéraux.

## LE QUÉBEC MODERNE

**1948** ► Le Québec adopte son drapeau provincial fleurdelisé.

**1960** ► Début de la « Révolution tranquille » : le gouvernement du Québec prend d'importantes mesures économiques et sociales.

**1967** ► Visite du général de Gaulle, qui lance « Vive le Québec... libre! ». Exposition universelle de Montréal.

Les États généraux du Canada français, tenus à Montréal, décident une orientation vers l'indépendance du Québec et du rejet catégorique du fédéralisme canadien.

**1968** ► Fondation du Parti québécois (PQ, indépendantiste) par René Lévesque. Pierre-Elliott Trudeau, résolument hostile au séparatisme, arrive à la tête du gouvernement Libéral du Canada, qu'il quittera en mai 1984. Les principaux problèmes qui se posent sont la volonté d'indépendance du Québec et la crise économique.

**1969** ► Les Amérindiens et les Inuits acquièrent le droit de vote au Québec.

**1970** ► Front de libération du Québec (prise d'otages), la loi martiale est déclarée dans la ville de Montréal.

Projet de construction de centrales hydroélectriques dans la Baie James et création de l'Association des Indiens et Inuits du Québec.

**1976** ► Jeux Olympiques d'été de Montréal.

René Lévesque, chef du Parti québécois, devient Premier ministre.

**1977** ► La loi 101 (charte de la langue française) est votée.

### Un Guide pour Apprendre le Québec

Sur le site du Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI), vous pouvez télécharger le guide *Apprendre le Québec* qui donne des renseignements généraux sur le travail et la recherche d'emploi, le logement, les valeurs et les fondements de la société québécoise, l'apprentissage du français, les services d'accueil et d'aide à l'intégration.

► [apprendrelequebec.gouv.qc.ca](http://apprendrelequebec.gouv.qc.ca)

**1980** ► Référendum sur la souveraineté du Québec : 60 % de « non », 40 % de « oui ».

**1982** ► Le Québec refuse de signer l'Acte de Constitution de 1982.

**1985** ► Robert Bourassa (Parti libéral du Québec) est réélu Premier ministre du Québec.

**1987-1990** ► Échec des accords du lac Meech : les provinces canadiennes refusant l'attribution d'un statut distinct pour le Québec, ce dernier maintient son refus d'adhérer à la Constitution de 1982.

**1988** ► Création officielle du Nunavik, patrie des Inuits, à l'extrême nord de la province de Québec.

**1990** ► La « Crise d'Oka », qui oppose les Mohawks aux gouvernements québécois et canadien, rallume le délicat problème du statut des Amérindiens.

**1992** ► Échec du référendum national sur l'attribution d'un statut spécial pour le Québec : les accords de Charlottetown.

Montréal fête le 350<sup>e</sup> anniversaire de sa fondation.

**1993** ► Le Bloc québécois (parti fédéral séparatiste) devient l'opposition officielle à la Chambre des communes.

**Octobre 1993** ► Élections générales. Jean Chrétien est élu Premier ministre du Canada.

**Septembre 1994** ► Le Parti québécois remporte les élections législatives.

Jacques Parizeau devient Premier ministre du Québec. Entrée en vigueur de l'ALÉNA, accord de libre-échange entre le Canada, les États-Unis et le Mexique.

**Novembre 1995** ► Second référendum sur la souveraineté du Québec : le « non » l'emporte de quelques milliers de voix (50,5 % de « non », 49,5 % de « oui »).

Jacques Parizeau démissionne. Lucien Bouchard le remplace.

**1996** ► La Commission royale d'enquête sur les Autochtones du Canada préconise la création d'un gouvernement autochtone.

**2001** ► Lucien Bouchard démissionne. Bernard Landry le remplace.

**Avril 2003** ► Élections législatives. Jean Charest (Parti libéral du Québec) devient Premier ministre du Québec.

**2004** ► Le « scandale des commandites » éclate au niveau du gouvernement fédéral. L'ancien et l'actuel gouvernement libéral sont accusés d'avoir détourné des fonds publics. Pour ce faire, ils se sont entendus avec des agences de communication. Elles étaient chargées de redorer l'image du gouvernement fédéral au Québec, contre de fortes commissions. L'affaire est extrêmement douloureuse pour les Québécois. La commission parlementaire dite « commission Gomery » interroge les principaux responsables canadiens et québécois sur les commandites. Le Premier ministre Paul Martin est mis hors de cause. C'est probablement la plus grande affaire de corruption de l'histoire du Canada.

**2006** ► Les conservateurs prennent le pouvoir du pays, à la tête d'un gouvernement minoritaire dirigé par Stephen Harper.

**26 mars 2007** ► Le gouvernement libéral est reconduit au pouvoir au Québec et l'Action démocratique du Québec (ADQ) prend la place officielle de l'opposition. Peu de temps après, André Boisclair démissionne de la tête du Parti québécois pour être remplacé par Pauline Marois.

**14 octobre 2008** ► Stephen Harper et son parti conservateur sont réélus à la tête du gouvernement canadien, toujours minoritaires mais avec plus de députés qu'en 2006. Les élections provinciales du Québec suivent le 8 décembre.

La ville de Québec célèbre son 400<sup>e</sup> anniversaire.

**6 mars 2009** ► En conséquence de la cuisante défaite de son parti d'opposition en décembre 2008, Mario Dumont, cofondateur et chef de l'Action démocratique du Québec (ADQ), quitte officiellement ses fonctions. Sept mois plus tard, un nouveau chef est élu : Gérard Deltell.

**Mai 2011** ► Le Parti conservateur de Stephen Harper obtient un gouvernement majoritaire lors de l'élection fédérale. Au Québec, les résultats sont de 59 néo-démocrates, 7 libéraux, 5 conservateurs et 4 bloquistes.

Les détails du Plan Nord, visant à développer les territoires au nord du 49<sup>e</sup> parallèle, sont rendus publics : un investissement de 80 milliards \$ CAN est prévu sur les 25 prochaines années. Le Plan Nord est critiqué par les partis d'opposition.

**Octobre 2011** ► Création d'une commission d'enquête sur la collusion et la corruption dans l'industrie de la construction, la commission Charbonneau.

**Novembre 2011** ► Lancement officiel du nouveau parti de François

Legault, la Coalition avenir Québec (CAQ).

**Février 2012** ► Début de la grève étudiante contre la hausse des droits de scolarité.

**Mars 2012** ► Une manifestation rassemblant environ 200 000 personnes se tient à Montréal pour protester contre la hausse des droits de scolarité.

**Septembre 2012** ► Élections législatives. Pauline Marois (Parti Québécois) est la première femme élue au poste de premier ministre du Québec.

Le 20 septembre marque la fin de la grève étudiante avec l'annulation par le nouveau gouvernement de la hausse des droits de scolarité. Ce mouvement historique, aussi appelé le « Printemps Érable », aura amené des centaines de milliers de Québécois à manifester dans les rues. Cette grève a été symbolisée par le port du carré rouge par les manifestants et l'utilisation de casseroles lors de rassemblements.

**Novembre 2012** ► Commission Charbonneau. Suite à des témoignages révélant l'existence de pratiques de corruption et de collusion sous son administration, le maire de Montréal, Gérald Tremblay, annonce sa démission. Gilles Vaillancourt, soupçonné de corruption, démissionne également de son poste de maire de Laval.

**Juin 2013** ► Maire intérimaire de Montréal, Michael Applebaum est arrêté par l'Unité permanente anticorruption (UPAC), le 17 juin 2013, faisant face à 14 chefs d'accusation de fraude envers le gouvernement, de complot, d'abus de confiance et d'actes de corruption dans des affaires municipales reliées à des transactions immobilières survenues alors qu'il était maire de l'arrondissement

## L'Histoire du Québec pour les Nuls

Auteur de nombreux livres sur le Québec, l'historien Éric Bédard propose un condensé de toute l'Histoire de la Belle Province, de l'exploration de Jacques Cartier en 1534 jusqu'à l'élection de Pauline Marois en septembre 2012.

Au sommaire: toute l'histoire du Québec des origines à nos jours, des portraits de personnages marquants, présentation des symboles du Québec et des grands sites historiques à visiter.

► *L'Histoire du Québec pour les nuls*. Éric Bédard. First éditions, 394 pages.

Côte-des-Neiges-Notre-Dame-de-Grâce. Il démissionne le lendemain. Le 25 juin, à l'issue d'un vote du Conseil municipal de Montréal, Laurent Blanchard est élu maire intérimaire jusqu'aux élections municipales du 3 novembre 2013.

**Juillet 2013** ► Tragédie ferroviaire au centre-ville de Lac-Mégantic (50 morts) en Estrie au Québec, la plus importante de l'histoire canadienne.

**Septembre 2013** ► Le gouvernement dévoile ses propositions concernant la création d'une Charte des valeurs québécoises qui vise à instaurer la neutralité religieuse de l'État et encadrer le port de signes religieux ostentatoires.

**Novembre 2013** ► Denis Coderre devient maire de Montréal et à Québec, Régis Labeaume est réélu pour un troisième mandat.

**Avril 2014** ► Avril - Le Parti libéral du Québec reprend le pouvoir. Philippe Couillard devient premier ministre du Québec.

**Novembre 2015** ► Élections fédérales, Justin Trudeau (Parti Libéral) devient premier ministre du Canada.

## SYSTÈME POLITIQUE

Membre du Commonwealth (la reine d'Angleterre est reine du Canada), le Canada est un État confédéral de régime parlementaire. Le système politique de la province du Québec s'inscrit dans le cadre de l'Acte d'Amérique du Nord britannique de 1867, loi anglaise qui répartit les compétences législatives entre les gouvernements provinciaux et le fédéral.

Les lois s'appliquant au Québec sont votées par le Parlement provincial ou fédéral, en fonction des compétences. Chaque province possède son propre gouvernement qui dispose de compétences complémentaires à celles de l'État fédéral. Le gouvernement fédéral et les gouvernements provinciaux sont formés de façon identique : à chaque élection parlementaire, le chef du parti qui a obtenu la majorité devient Premier ministre et forme son Conseil des ministres parmi les députés élus.

Le système électoral du Québec fonctionne par suffrage universel pour tous les citoyens âgés de 18 ans et plus. Le scrutin est uninominal et majoritaire à un tour, fondé sur le concept de la représentation territoriale. Chacun des 125 députés du Québec représente la population d'un « comté ».

N'importe quel immigrant majeur résident permanent au Canada peut être membre d'un parti politique au Canada, que ce soit un parti fédéral ou provincial, quelle que soit sa province de résidence.

Tous les citoyens canadiens âgés de 18 ans et plus et domiciliés au Québec depuis au moins six mois ont le droit de vote.

## LIENS UTILES

- **Assemblée nationale du Québec** : [assnat.qc.ca](http://assnat.qc.ca)
- **Parlement du Canada** : [parl.gc.ca](http://parl.gc.ca)

## ÉCONOMIE

C'est l'abondance de ses richesses naturelles qui fait la force de l'économie québécoise. Le Québec dispose de vastes forêts, de riches terres agricoles, d'industries extractives, mais surtout d'un énorme potentiel hydroélectrique.

Les exportations du Québec à l'échelle mondiale représentaient 28,6 % du PIB en 2015. Les exportations sont principalement dirigées vers les États-Unis (72,5% en 2015). En 2015, les principales industries exportatrices de biens vers l'étranger étaient : Fabrication de produits aérospatiaux et de leurs pièces (14,3 %), Production et transformation d'alumine et d'aluminium (8,2 %), usines de papier (4,3 %), fonte et affinage de métaux non ferreux (4,1 %), ainsi que l'extraction de minerais de fer (2,8 %).

- *Source: ministère de l'Économie, des Sciences et de l'Innovation.*

## EXPLOITATION DES RESSOURCES NATURELLES

---

### FORÊT, BOIS ET PAPIER

L'industrie forestière demeure l'un des piliers de l'économie québécoise, grâce à l'exploitation de la forêt et la fabrication de produits du bois et du papier. Aujourd'hui, le tiers de la production canadienne de la pâte à papier provient du Québec, qui en exporte la moitié aux États-Unis.

## HYDROÉLECTRICITÉ

C'est la principale ressource du Québec, qui en exporte environ 24 % aux États limitrophes des États-Unis, dont New York. Elle fournit l'énergie nécessaire à l'industrie du bois, à la pétrochimie et à l'électrometallurgie (Alcan, Reynolds, Pechiney). C'est elle qui a permis le développement économique de la province et qui lui assure aujourd'hui son indépendance énergétique. L'électricité québécoise est essentiellement produite par les centrales électriques d'Hydro-Québec. Les grands barrages construits pour produire cette énergie sont une grande source de fierté pour les Québécois.

## MINES

Le sous-sol du Québec est particulièrement riche en minéraux métalliques : or, argent, fer, cuivre, zinc, plomb, nickel. Cette abondance le place parmi les premiers producteurs mondiaux. Le Québec exploite aussi des minéraux non métalliques (minéraux industriels comme le graphite, la tourbe, le soufre, la silice... et des matériaux de construction comme la chaux, la pierre, le sable...). La province compte trois régions excellent dans l'extraction minière : l'Abitibi-Témiscamingue, la Côte-Nord et le Nord-du-Québec.

## AGRICULTURE ET ÉLEVAGE

Jusqu'au début du XX<sup>e</sup> siècle, le Québec était une province essentiellement agricole, les produits laitiers représentant une part importante du marché. Les principales régions agricoles se situent dans la partie sud

### Le Nord Pour Tous

En 2011, le gouvernement du Québec a établi le développement du Nord du Québec, immense projet d'investissement évalué à plus de 80 milliards de dollars sur 25 ans, pour « le développement durable qui intégrera le développement énergétique, minier, forestier, bioalimentaire, touristique et du transport, la mise en valeur de la faune, ainsi que la protection de l'environnement et la conservation de la biodiversité ». Le développement du Nord prévoit la création de 20 000 emplois spécialisés.

► [plannord.gouv.qc.ca/fr/](http://plannord.gouv.qc.ca/fr/)

de son territoire, à proximité du Saint-Laurent : Montérégie, Chaudière-Appalaches, Bas-Saint-Laurent, Beauce, Gaspésie. Ces régions produisent des produits dérivés du lait, permettent l'élevage du porc, des bovins, de la volaille, s'occupent de la culture des céréales (maïs, orge, blé, avoine), des cultures maraîchères et fruitières (bleuets, pommes, fraises et framboises).

## PÊCHE

Elle se pratique essentiellement en Gaspésie, sur la Côte-Nord et aux Îles-de-la-Madeleine, mais contribue peu au produit intérieur brut (1 %). On pêche essentiellement le doré, la truite mouchetée, le groupe brochet-perchaude-achigan.

## CRÉNEAUX D'EXCELLENCE

Le Québec a développé un savoir-faire reconnu à l'échelle planétaire dans certains domaines grâce à un développement de technologies de pointe, des centres de recherche et d'une main-d'œuvre formée et qualifiée. De plus, chaque région du Québec développe des compétences spécialisées la plaçant parmi les acteurs principaux dans certains domaines: l'aluminium dans le Saguenay, les jeux vidéos et le multimédia à Montréal, l'extraction de minerais précieux en Abitibi, etc.

Les secteurs des hautes technologies sont particulièrement développés au Québec: l'aérospatiale; l'industrie pharmaceutique et les biotechnologies (sciences de la vie); les technologies environnementales; la photonique; le multimédia et les technologies de l'information et des communications.

### Information sur le marché du travail (IMT): un outil d'Emploi-Québec

Pour en savoir plus sur les perspectives d'emploi, les carrières d'avenir et les indices régionaux, consultez le site d'Emploi-Québec. Plus précisément, le site IMT en ligne vous permettra de connaître les descriptions de poste, la rémunération et les perspectives d'emploi de plus de 500 métiers et professions et de savoir lesquels sont le plus en demande actuellement dans chaque région du Québec.

► [imt.emploiquebec.gouv.qc.ca](http://imt.emploiquebec.gouv.qc.ca)

Des secteurs d'excellence couvrent les domaines suivants: bioalimentaire; construction; design industriel; énergie; environnement; mines; recherche et innovation; transport terrestre; vêtement...

Le site Internet du ministère de l'Économie, de l'Innovation et des Exportations propose une information documentée agrémentée de nombreuses ressources sur les secteurs d'activités au Québec et les créneaux d'excellence.

► [economie.gouv.qc.ca/objectifs/informer/creneaux-dexcellence/](http://economie.gouv.qc.ca/objectifs/informer/creneaux-dexcellence/)

## SECTEURS D'AVENIR

D'après les analyses d'Emploi-Québec, il y aura 695 000 postes à pourvoir d'ici 2016 dans plusieurs secteurs d'activité économiques et dans toutes les régions du Québec, grâce à la croissance économique (175 000 postes dans 21 industries sur 33) et aux prochains départs massifs à la retraite (près de 520 000 postes à remplacer). Une étude sur les perspectives du marché du travail au Québec à long terme prévoit une baisse du chômage sous le seuil des 7 % en 2014 et un recul jusqu'à 5,3 % en 2021. Ce serait le taux de chômage le plus bas observé depuis 1967 et qui s'approche de ce que les économistes appellent « taux de chômage de plein emploi ». Le nombre d'emplois devrait ainsi augmenter de 175 000 d'ici à 2016.

### Projet ACCORD (Action concertée de coopération régionale de développement)

Le projet ACCORD lancé par une décision du Conseil des ministres du gouvernement du Québec en avril 2002, s'appuie sur des comités régionaux pour définir des pôles d'excellence qui caractérisent chacune des régions. Ces axes sont des activités dans lesquelles, à travers son réseau d'entreprises, la région souhaite se spécialiser, voire se spécialise déjà. Ils sont classés selon un barème précis: Leader (la région peut jouer un rôle de premier plan au niveau national ou international), Associé (la région peut servir de soutien à une autre région dans un créneau précis), Émergent (la région connaît une forte croissance de ce pôle et pense pouvoir s'affirmer dans un rôle de leader dans le futur) et En évaluation (la région reconnaît un certain potentiel, mais souhaite remettre à plus tard son étude).

► [economie.gouv.qc.ca](http://economie.gouv.qc.ca)

métrô 

LE #1 PLUS

À MTL

1 233 000 *lecteurs*

Source: Vividata Q2 2016, imprimé, cum 5 jours, RMR, 18 +



Toujours selon les mêmes prévisions, le secteur des services, qui fournit 79 % des emplois, se verra attribuer 93 % des emplois créés.

Enfin, d'ici 2015, l'immigration au Québec devrait fournir 16 % de la main-d'œuvre.

Parmi les secteurs de services, certains domaines seront particulièrement fertiles en création d'emplois (soins de santé et de l'assistance sociale, services professionnels, scientifiques et techniques, commerce de détail). L'outil IMT (information sur le marché du travail) en ligne, d'Emploi-Québec, dresse la liste des secteurs d'activité économique selon l'importance de la croissance annuelle moyenne de l'emploi dans l'ensemble du Québec. Les secteurs avec une croissance annuelle moyenne (2013-2017) comprise entre 1 et 3 % ou plus, sont :

1. Extraction minière
2. Matériel de transport
3. Foresterie et exploitation forestière
4. Aliments, boissons et tabac
5. Produits métalliques
6. Commerce de gros
7. Commerce de détail
8. Transport et entreposage
9. Finance, assurances, immobilier et location
10. Services professionnels, scientifiques et techniques
11. Services aux entreprises, services relatifs aux bâtiments et autres services de soutien

## Protecteur du citoyen

Le Protecteur du citoyen prévient et corrige les erreurs ou les injustices commises à l'égard de toutes personnes ou groupes de personnes en relation avec un ministère, un organisme du gouvernement du Québec ou une instance du réseau de la santé et des services sociaux.

► [protecteurducitoyen.qc.ca](http://protecteurducitoyen.qc.ca)

12. Soins de santé et assistance sociale

13. Information, culture et loisirs

► Cette information est également disponible par région sur IMT en ligne.

## JUSTICE

Contrairement au reste du Canada qui est régi par la common law, tant au privé qu'au public, au Québec le droit privé est régi par le Code civil.

### TRIBUNAUX

---

Il existe un grand nombre de tribunaux, ayant chacun leur propre champ de compétence : causes criminelles, administratives ou civiles, causes relevant de la législation provinciale ou fédérale, ou de la réglementation municipale.

La Cour suprême du Canada, le plus haut tribunal du pays, entend les causes de toutes les provinces y compris le Québec.

La Cour d'appel est le tribunal général d'appel pour le Québec. C'est donc le plus haut tribunal de la province. Elle siège à Québec et à Montréal.

La Cour supérieure est le tribunal de compétences générales qui exerce sur tout le territoire du Québec et siège dans tous les districts judiciaires.

La Cour du Québec est composée de trois chambres : la Chambre civile (dont font partie les Petites créances), la Chambre criminelle et pénale et la Chambre de la jeunesse.

Les cours municipales règlent certaines causes pénales (par exemple, infractions des citoyens aux règlements ou au Code de la sécurité routière) et certaines causes civiles (par exemple, sommes pour des permis et taxes dues aux municipalités).

À ces cours s'ajoutent divers tribunaux administratifs, qui ne font pas partie du système judiciaire : Commission des relations du travail, Tribunal des droits de la personne, Tribunal des professions, etc.

## DIVISION DES PETITES CRÉANCES

Afin de faciliter l'accessibilité à la justice pour les citoyens, le gouvernement québécois a créé la division des petites créances de la Cour du Québec. Elle est plus facile d'accès et facilite le règlement à l'amiable et/ou des procès des causes civiles courantes (action sur compte, mécontentement avec un commerçant, un fournisseur de services, etc.). Cette procédure plus rapide et efficace a toutefois des conditions strictes d'application :

- › votre réclamation ne doit pas dépasser 15 000 \$ CAN (vous pouvez décider de réduire le montant de votre réclamation pour accéder à la division des petites créances),
- › vous ne pouvez pas être représenté par un avocat, mais celui-ci peut vous aider à préparer votre dossier,
- › seules les entreprises de cinq employés et moins peuvent y avoir accès,
- › le jugement rendu est final et sans appel.

## SERVICE DE MÉDIATION, RÈGLEMENT À L'AMIABLE

De plus, il existe un service de médiation en droit familial, civil ou commercial pour tenter de régler les litiges à l'amiable plus rapidement, entre deux particuliers ou deux entreprises. L'avocat médiateur

### Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

Si vous estimez avoir été victime de discrimination pour l'accès à un logement, à un emploi, dans le cadre professionnel ou autre, vous pouvez déposer plainte à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse. Il vous faudra être très précis sur les accusations que vous portez et apporter dans la mesure du possible des preuves et témoignages.

Sachez que la Déclaration du gouvernement du Québec sur les relations interethniques et interraciales condamne la discrimination raciale sous toutes ses formes.

► [cdpdj.qc.ca](http://cdpdj.qc.ca)

est accrédité par le Barreau du Québec : il possède les mêmes compétences qu'un avocat et il est formé aux techniques de la négociation et de la médiation.

► **Pour trouver un avocat médiateur :**

[barreau.qc.ca/public/trouver/mediateur/index.html](http://barreau.qc.ca/public/trouver/mediateur/index.html)

Les parties peuvent, d'un commun accord, solliciter une conférence de règlement à l'amiable présidée par un juge : elle sert, entre autres, à trouver des solutions mutuellement satisfaisantes.

L'Association du Jeune Barreau de Montréal (AJBM) offre un service d'assistance d'un avocat à la préparation de votre dossier pour une audition devant la Cour du Québec, la Division des petites créances, la Commission des relations du travail, la Régie du logement.

## SERVICES JURIDIQUES

---

Au Québec, toute personne est libre de choisir l'avocat de son choix qui la représentera devant les tribunaux et qui défendra ses intérêts. Vous devrez cependant payer ses honoraires si vous en avez les moyens. Toutefois, vous êtes peut-être admissible à l'aide juridique, un service gouvernemental qui donne aux personnes à très faible revenu l'accès aux services d'un avocat gratuitement ou moyennant une contribution modeste.

Si vous avez besoin d'un avocat, le ministère de la Justice du Québec, la Commission des services juridiques, le Barreau du Québec et l'Association du Jeune Barreau de Montréal (AJBM) peuvent vous fournir de

### Des avocats au service de l'immigration

Disponible en français et en anglais, le Barreau du Québec propose son site web sur l'immigration destiné au grand public et aux organismes œuvrant dans ce domaine. L'objectif est d'informer et protéger toute personne désireuse d'entreprendre une démarche en immigration ou en processus d'immigration. Plusieurs ressources gouvernementales ou autres sont liées à ce site qui a été conçu avec l'apport d'avocats qui ont une pratique en droit de l'immigration.

► [immigration.barreau.qc.ca](http://immigration.barreau.qc.ca)

la documentation sur les règles à suivre, vos droits, vos responsabilités et la façon d'obtenir les services d'un avocat aux moyens de services de référence efficaces, selon vos besoins et vos moyens.

Le Barreau du Québec pourra vous fournir les coordonnées d'avocats qui, selon votre région, offrent la première demi-heure de consultation à 30 \$ CAN ou sans frais.

Pour 4 \$ CAN par mois environ, il est possible de souscrire à une assurance juridique auprès de votre compagnie ou courtier d'assurance (lié à une police d'assurance habitation ou voiture).

Pour en savoir plus :

► [assurancejuridique.ca](http://assurancejuridique.ca)

## RESSOURCES WEB

---

- Ministère de la Sécurité publique : [securitepublique.gouv.qc.ca](http://securitepublique.gouv.qc.ca)
- Ministère de la Justice : [justice.gouv.qc.ca](http://justice.gouv.qc.ca)
- Barreau du Québec : [barreau.qc.ca](http://barreau.qc.ca)
- Association du jeune barreau de Montréal : [ajbm.qc.ca](http://ajbm.qc.ca)
- Commission des services juridiques – aide juridique : [csj.qc.ca](http://csj.qc.ca)
- Société québécoise d'information juridique : [soquij.qc.ca](http://soquij.qc.ca)
- Informations sur les droits et responsabilités : [educaloi.qc.ca](http://educaloi.qc.ca)

## CULTURE, SPORTS ET LOISIRS

Réputé au niveau international pour ses nombreux festivals, le Québec jouit également d'une présence sur la scène mondiale avec les arts du cirque et les compagnies du Cirque du Soleil, les 7 Doigts de la Main et le cirque Éloïze. Le cinéma n'est pas en reste avec le jeune réalisateur Xavier Dolan dont les films bénéficient d'une large audience Outre-Atlantique.

Dans tout le Québec, les municipalités ont une politique active autour de la culture, des sports et loisirs : vous aurez facilement accès à des terrains de sports, des bibliothèques, des maisons de la culture, des sorties de groupe...

Vivre au Québec, c'est aussi la possibilité d'adopter un mode de vie sportif été comme hiver avec la possibilité de faire des randonnées, du camping, du canoë, de la pêche, de la baignade, du golf, du ski de fond, des randonnées à raquettes, du patinage sur glace dans des paysages magnifiques.

# VOTRE ENTREE POUR SORTIR 2011



La seule adresse pour tous  
les billets de spectacles à Montréal.

2, rue Sainte-Catherine Est  
514 285-4545 – Métro Saint-Laurent

**LA  
VITRINE  
.COM**  
VOTRE  
GUICHET  
CULTUREL

Québec 

Montréal 

TOURISME /  
MONTREAL

Canada 



COSSETTE



Côté sport, le hockey sur glace est un véritable phénomène de société au Québec.

Une bonne adresse à Montréal pour faire du sport et des rencontres interculturelles : l'Association récréative Milton-Parc offre des cours à bas prix pour tous les âges. Son projet Plein air interculturel offre aux nouveaux arrivants une très belle opportunité de découvrir les environs de Montréal lors d'une sortie sportive en plein air.

► [miltonpark.org](http://miltonpark.org)

► [pleinairinterculturel.com](http://pleinairinterculturel.com)

## LIENS UTILES

► Agenda de l'actualité culturelle et musicale dans les grandes villes du Québec : [voir.ca](http://voir.ca)

► Portail de la culture de la région de Québec : [culture-quebec.qc.ca](http://culture-quebec.qc.ca)

► Portail de la ville de Montréal : [ville.montreal.qc.ca](http://ville.montreal.qc.ca)

► La Vitrine, pour profiter de billets à prix réduit : [lavitrine.com](http://lavitrine.com)

► Atuvu.ca, actualité culturelle, billets de spectacles et tarif réduit : [atuvu.ca](http://atuvu.ca)

## MÉDIAS

### PRESSE ÉCRITE

---

De nombreux quotidiens, hebdomadaires et magazines spécialisés sont disponibles au Québec. Voici la liste des principaux titres :

### LES QUOTIDIENS PAYANTS

► *La Presse*. Politique, culture, santé, économie, actualité nationale et internationale, ce quotidien aborde une multitude de sujets sous la plume de nombreux journalistes et chroniqueurs d'expérience. Sa pluralité fait sa force. La Presse + remplace l'édition papier qui est uniquement disponible le samedi.

*La Presse* appartient au groupe Power Corporation (Gesca), qui publie également les quotidiens suivants :

› *Le Soleil*, publié à Québec.

› *La Tribune*, publié à Sherbrooke.

› *Le Nouvelliste*, publié à Trois-Rivières.

- ▶ *Le Droit*, publié à Ottawa en Ontario et à Gatineau au Québec.
- ▶ *La Voix de l'Est*, publié à Granby.
- ▶ *Le Quotidien*, publié à Saguenay.
- ▶ *Le Journal de Montréal/de Québec*. Quotidiens dans lesquels les nouvelles locales, les scandales, les enquêtes-chocs et les sports tiennent la vedette. Ces deux journaux appartiennent à Sun Media (Québecor). Le Journal de Montréal est actuellement le quotidien québécois au plus fort tirage.
- ▶ *Le Devoir*. Seul quotidien francophone indépendant, c'est le journal des lecteurs qui privilégient la réflexion et l'analyse, plutôt que la nouvelle à tout prix. Sa devise : Libre de penser.
- ▶ *The Gazette*. Le quotidien des anglophones de Montréal est la propriété de Postmedia Network.
- ▶ *The Record*. Quotidien anglophone publié à Sherbrooke, propriété de Alta Newspaper Group.
- ▶ *The Globe and Mail*. Journal canadien dont le siège est à Toronto et qui diffuse les informations générales nationales et internationales en anglais.

## LES QUOTIDIENS GRATUITS

Journaux diffusés dans les stations de métro, gares et différents lieux publics de la région métropolitaine de Montréal.

- ▶ *Métro*. Quotidien publié chaque jour de la semaine par le groupe Transcontinental.
- ▶ *24 h*. Quotidien publié chaque jour de la semaine par Québecor.

## LES MAGAZINES

Plus de 200 magazines grand public sont publiés au Québec. Une vingtaine de magazines ont un tirage de plus 50 000 exemplaires par parution. Trois groupes se partagent l'essentiel de ce marché : Québecor, Transcontinental et Rogers.

- ▶ *L'Actualité*. Bimensuel francophone d'information générale. *L'Actualité* appartient au groupe Rogers.
- ▶ *L'Itinéraire* : journal de rue dont l'objectif est la réinsertion sociale de personnes itinérantes, toxicomanes ou sans emploi.

► *Protégez-vous*. Mensuel indépendant dont la mission est d'informer les consommateurs. Articles, guides d'achat et tests de produits.

## LES MAGAZINES GRATUITS

► *Voir*. (Montréal, Québec, Gatineau/Ottawa, Mauricie, Saguenay/Alma, Estrie). Hebdomadaire culturel incontournable pour ceux et celles qui s'intéressent à la musique, au théâtre, à la danse, au cinéma, etc.

À Montréal, vous trouverez également des journaux de quartiers pour chaque arrondissement de la ville et des journaux étudiants distribués au sein des établissements.

## RADIO

---

Il existe plus d'une centaine de stations de radio au Québec diffusées en AM ou FM. Il y en a pour tous les goûts : informations et actualités, musique populaire, humour... Voici un aperçu des stations les plus populaires :

### STATIONS INFORMATIONS/ GÉNÉRALISTES

- Radio-Canada (FM 95,1), Montréal. Monument incontournable des ondes canadiennes.
- CBC Radio One (FM 88,5), Montréal. Station d'actualités en anglais.
- 98,5 FM (FM 98,5), Montréal. Émissions parlées et diffusions de succès musicaux classique. Durant la saison de hockey, la station diffuse la description des matchs des Canadiens de Montréal.
- CIBL (FM 101,5), Montréal. Radio communautaire qui se tisse de diverses tendances.
- Radio X (FM 98,1), Québec. Radio parlée et d'opinions avec une antenne à Montréal depuis septembre 2012.

### STATIONS MUSICALES

- Rythme FM (FM 105,7), la station numéro 1 à Montréal avec des antennes à Sherbrooke et Trois-Rivières. Musique populaire francophone.
- CHOM (FM 97,7), Montréal. Station rock anglophone dans la grande région de Montréal.

# QUÉBEC

LE MAG' / RÊVER, BOUGER, RENCONTRER

LE SEUL MAGAZINE 100% QUÉBEC

QUI VOUS DONNE RENDEZ-VOUS EN KIOSQUE,  
SUR ABONNEMENT ET SUR LE WEB !



- > En **kiosque** (mise en vente au Québec, en France, en Belgique et en Suisse)
- > Par **abonnement** sur : [www.quebeclemag.com/abonnement](http://www.quebeclemag.com/abonnement)
- > En **version numérique** sur : [www.relay.com](http://www.relay.com)

[www.quebeclemag.com](http://www.quebeclemag.com)

 [www.facebook.com/quebeclemag/](https://www.facebook.com/quebeclemag/)

## Sites et forums incontournables

**Immigrant Québec**: le site du guide que vous avez entre les mains. Vous y trouverez une foule d'informations complémentaires, des conseils d'experts, des témoignages, des portraits de la société québécoise et des articles sur l'actualité au Québec. Bref, tout pour vous familiariser avec le Québec avant et après votre arrivée.

► [immigrantquebec.com](http://immigrantquebec.com)

**Immigrer.com**: un forum bien connu des immigrants où vous pourrez trouver de nombreux renseignements, poser vos questions, lire les témoignages et partager votre expérience.

► [immigrer.com](http://immigrer.com)

**Bladi.net**: un forum pour la communauté marocaine. Beaucoup de sujets concernent le Québec et le Canada.

► [bladi.net](http://bladi.net)

**Grand Québec**: un site précieux où vous trouverez des articles, des récits, des informations diverses sur le Québec, son histoire, sa culture, son patrimoine et son actualité.

► [grandquebec.com](http://grandquebec.com)

**Petit Futé**: le site du guide touristique Le Petit Futé regorge de bonnes adresses de sites à visiter, de restaurants, bars, magasins de vêtements, de décoration, de meubles, etc. pour découvrir votre nouveau pays et bien vous y installer.

► [petitfute.ca](http://petitfute.ca)

**L'Outarde libérée**: animé par des journalistes franco-québécois, ce webmagazine basé à Montréal vous informe des actualités françaises au Québec, et des actualités québécoises en France, en toute indépendance.

► [loutardeliberee.ca](http://loutardeliberee.ca)

**Le Petit Journal de Montréal**: site Internet, pour les Français et les francophones à l'étranger, qui regroupe des rubriques thématiques (santé, culture, économie...) et des actualités sur Montréal.

► [lepetitjournal.com/montreal](http://lepetitjournal.com/montreal)

**Noticias Montréal**: site d'actualités sur Montréal et le Québec qui propose également des blogs et des chroniques d'immigrants hispanophones.

► [noticiasmontreal.com](http://noticiasmontreal.com)

- ▶ CKOI (FM 96.9), Montréal. Musique commerciale, animation et humour.
- ▶ Rouge FM (FM 107.3), Montréal. Musique variée, plus ou moins douce. Des antennes à Gatineau, Québec, Sherbrooke et Trois-Rivières.
- ▶ NRJ (FM 94.3), Montréal. Musique commerciale, animation et humour. Des antennes à Gatineau, Québec, Sherbrooke et Trois-Rivières.
- ▶ CFOM (FM 102.9), Québec. Musique populaire des années 80 et 90.

## TÉLÉVISION

---

Les chaînes de télévision des réseaux francophones et anglophones sont nombreuses. Pour avoir accès à certaines chaînes ou certaines émissions, il faut parfois payer des frais d'abonnement. La télévision vous offre des émissions d'informations locales, nationales et internationales, des émissions traitant de sports, de divertissements, et vous permet de visionner des films... Les journaux d'information sont généralement diffusés à 18 h. Des canaux se sont spécialisés dans la météo (utiles l'hiver notamment), d'autres vous proposeront des émissions américaines. Il existe également des chaînes communautaires. Finalement, TV5 Québec Canada retransmet une partie des émissions françaises, belges et suisses.

## LES WEBTÉLÉS ET LA VIDÉO À LA DEMANDE

---

Webtélé de divertissement, ICI Tou.tv est offerte gratuitement par Radio-Canada et ses partenaires. Sur le même principe que la vidéo à la demande, elle propose un large choix de programmes d'émissions, des webséries et autres contenus.

► [ici.tou.tv](http://ici.tou.tv)

Des canaux payants, comme Netflix ou Illico de Vidéotron, proposent, pour moins de 10 \$ CAN par mois, un large choix de séries, émissions, films et documentaires.

# BIEN PRÉPARER VOTRE PROJET

Avant de faire une demande de sélection du Québec, il est nécessaire de bien préparer votre projet et de prendre le temps nécessaire pour mettre toutes les chances de votre côté pour réussir votre immigration et votre intégration dans la société québécoise.

## **DISCUTER DU PROJET EN FAMILLE**

Un projet d'immigration est un bouleversement pour soi-même et pour sa famille. Il est important de favoriser la discussion autour du projet, d'évaluer les attentes de chaque participant, de partager ses envies et ses inquiétudes.

Il peut être appréciable également d'aborder le sujet avec la famille et les amis qui vont rester dans votre pays. Il est possible qu'ils soient surpris de votre envie d'immigration et tristes, voire en colère face à votre décision. Essayez de leur faire comprendre que leur adhésion à votre projet, leurs encouragements et leur présence pour l'organisation du départ vous seront précieux.

## **VOUS DOCUMENTER SUR LE QUÉBEC ET LE CANADA**

Comprendre le fonctionnement du pays et partager les valeurs de la société vous aideront à vous familiariser avec le Québec et le Canada et poser des jalons pour une meilleure intégration. L'information ne manque pas : naviguez sur le web, lisez les blogues de ceux qui ont tenté l'aventure, empruntez des guides touristiques et des films à la bibliothèque, écoutez la radio, lisez la presse sur Internet...

## **VOUS INFORMER SUR LE MARCHÉ DE L'EMPLOI ET SUR SON SECTEUR D'ACTIVITÉS**

Plus vous aurez recueilli de renseignements sur le marché du travail québécois et votre secteur d'activités, plus rapide votre insertion professionnelle sera. Vérifiez notamment si la profession ou le métier que vous souhaitez exercer est réglementé. Le cas échéant, vous pouvez consulter les sites des ordres professionnels pour connaître les conditions d'exercice. Il est important également de savoir que

l'appellation de votre métier ou profession est peut-être différente au Québec.

### **FAIRE UN VOYAGE DE PROSPECTION**

Si vous le pouvez, un voyage de prospection vous aidera à découvrir et à vous familiariser avec le Québec. Vous pourrez voyager dans les différentes régions, vous renseigner sur les écoles, rencontrer des immigrants, bénéficier des services d'organismes communautaires et même solliciter des rendez-vous avec de potentiels employeurs... Une excellente façon de découvrir la réalité du Québec.

### **VOUS RENSEIGNER SUR LA VIE QUOTIDIENNE**

Construire un projet d'immigration amène son lot de questions sur la vie pratique et quotidienne. Comment peut-on ouvrir un compte bancaire? Comment inscrire mes enfants à l'école? Comment m'y prendre pour trouver un logement? etc. Toutes ces questions, des milliers d'immigrants se les sont posées avant vous, alors lisez les rubriques du site [immigrantquebec.com](http://immigrantquebec.com) et découvrez des informations viables et documentées sur la vie au Québec.

### **AMÉLIORER VOTRE FRANÇAIS**

Le Québec est une province francophone. Parler français est donc indispensable. Il est recommandé de suivre des cours de français avant le départ et de poursuivre vos efforts à l'arrivée. Voir le zoom consacré à ce sujet, page 44.

### **AMÉLIORER VOTRE ANGLAIS**

Bien que le Québec soit une province francophone, il est souvent nécessaire dans certains emplois ou secteurs d'activités économiques de connaître l'anglais. De nombreux établissements d'enseignement et écoles de langue proposent des cours, renseignez-vous.

# ÊTRE ARTISTE PROFESSIONNEL IMMIGRANT

► Texte de Fanny Guérin, Directrice des communications,  
Diversité artistique Montréal (DAM)

Artistes fraîchement arrivé(e)s, votre art mérite d'être partagé. Si le milieu artistique vous paraît labyrinthique... suivez le guide !

## PREMIER RÉFLEXE : DIRECTION LES CENTRES RESSOURCES !

**Conseil des Arts de Montréal (CAM) :** partenaire dynamique de la création artistique montréalaise, le Conseil des Arts de Montréal est votre tout premier allié. Il peut vous soutenir et reconnaître l'excellence de vos créations, au moyen d'appuis financiers, de conseils et d'actions de concertation et de développement.

► [artsmontreal.org](http://artsmontreal.org)

**Diversité artistique Montréal (DAM) :** DAM a pour mission d'informer, d'accompagner et de défendre les artistes et les organismes artistiques de la diversité culturelle dans le paysage montréalais. L'organisme sera un soutien du début à la fin de vos projets, et surtout votre meilleur conseiller pour percer le milieu.

► [diversiteartistique.org](http://diversiteartistique.org)

**CJE - Carrefour Jeunesse Emploi :** Les carrefours jeunesse-emploi (CJE) sont des organismes sans but lucratif qui ont pour mandat d'offrir des services d'accompagnement aux jeunes dans leur cheminement vers l'emploi.

► [rcjeq.org/trouvetoncje/](http://rcjeq.org/trouvetoncje/)

## CÔTÉ BUDGET

Voici les organismes susceptibles de vous offrir des aides pour développer vos projets, subventions et financements :

Conseil des Arts et des Lettres du Québec (CALQ)

► [calq.gouv.qc.ca](http://calq.gouv.qc.ca)

Conseil des arts du Canada

► [canadacouncil.ca/](http://canadacouncil.ca/)

Ville de Montréal

► [ville.montreal.qc.ca](http://ville.montreal.qc.ca)

Société de développement des entreprises culturelles (SODEC)

► [sodec.gouv.qc.ca](http://sodec.gouv.qc.ca)

## À CHAQUE DOMAINE ARTISTIQUE, SON ASSOCIATION PROFESSIONNELLE

En fonction de votre art de prédilection, vous pouvez vous tourner vers celle qui saura représenter et défendre vos intérêts professionnels.

Union des Artistes (UDA) :

► [uda.ca](http://uda.ca)

Regroupement des artistes en arts visuels (RAAV) :

► [raav.org](http://raav.org)

Regroupement des arts interdisciplinaires du Québec (RAIQ) :

► [raiq.ca](http://raiq.ca)

L'association des professionnels des arts de la scène du Québec (APASQ) :

► [apasq.org](http://apasq.org)

Regroupement des centres d'artistes autogérés du Québec (RCAAQ) :

► [rcaaq.org](http://rcaaq.org)

Conseil québécois des arts médiatiques (CQAM) :

► [cqam.org](http://cqam.org)

Guilde des musiciens et musiciennes du Québec (GMMQ) :

► [gmmq.com](http://gmmq.com)

## QUELQUES RESSOURCES EN LIGNE POUR LES TRUCS UTILES AU QUOTIDIEN D'UN ARTISTE

**Artère** : portail d'informations pour la relève artistique montréalaise

► [artere.qc.ca](http://artere.qc.ca)

**Centrale d'artistes** : centre de services d'accompagnement de carrière, de référencement, de diffusion et de formation continue.

► [lacentraledesartistes.com](http://lacentraledesartistes.com)

**Conseil québécois des ressources humaines en culture** : représentant de la « main-d'œuvre » des différents secteurs culturels qui offre des boîtes à outils et des renseignements sur le milieu.

► [cqrh.c.com](http://cqrh.c.com)

**Carrefour des arts** : réseau de professionnels de la scène, boîtes à outils et actualités du milieu.

► [carrefourdesarts.ca](http://carrefourdesarts.ca)

Bienvenue à Montréal !



# ON PARLE LE FRANÇAIS AU QUÉBEC

La société québécoise est régie par la Charte de la langue française qui fait du français la langue officielle du Québec. C'est parfois une surprise pour certains immigrants qui pensent arriver dans un univers anglophone. Le français est la langue des institutions publiques et la langue normale et habituelle du travail, de l'enseignement, des communications, du commerce et des affaires. Le Québec tient à préserver et à promouvoir sa langue officielle. Le français représente non seulement un instrument de communication essentiel, mais aussi un symbole commun d'appartenance à la société québécoise.

## **SUIVRE DES COURS DE FRANÇAIS AVANT VOTRE DÉPART**

Si vous ne maîtrisez pas le français, il est fortement recommandé de suivre des cours de français avant votre départ et d'utiliser les outils de francisation mis en ligne par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI). Le MIDI a signé des ententes de service en francisation, principalement avec des Alliances françaises situées partout dans le monde, permettant ainsi aux personnes désireuses d'immigrer au Québec d'apprendre ou de perfectionner leur français tout en découvrant les valeurs démocratiques communes et les codes socioculturels de la société québécoise. Les personnes possédant un certificat de sélection du Québec (CSQ) peuvent, à leur arrivée au Québec, se faire rembourser jusqu'à 1 500 \$ CAN pour des cours de français suivis chez les partenaires du MIDI avant leur départ.

► <http://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/pays-depart/remboursement-frais.html>

## **DES OUTILS EN LIGNE**

Il existe aussi une série d'outils en ligne pour apprendre le français :

Banque d'exercices en ligne: elle s'adresse aux étudiants de français langue seconde de stade débutant, intermédiaire et avancé.

► [banque-exercices.immigration-quebec.gouv.qc.ca/site/skin/htm/default.htm](http://banque-exercices.immigration-quebec.gouv.qc.ca/site/skin/htm/default.htm)

Francisation en ligne (FEL): ces cours sont réservés aux personnes de plus de 16 ans et détentrices d'un certificat de sélection du Québec (CSQ).

À l'étranger, ils peuvent être suivis avec ou sans tuteur. Trois modules d'autoapprentissage du français sont offerts dans des domaines spécialisés suivants: la santé et les soins infirmiers, le génie et les sciences appliquées, l'administration, le droit et les affaires. Au Québec, les cours sont offerts aux personnes résidentes permanentes, aux étudiants étrangers et aux travailleurs temporaires.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/apprendre-ligne/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/apprendre-ligne/index.html)

Office québécois de la langue française (OQLF) : sur le site Internet, vous y trouverez des liens vers des ressources d'exercices à faire en ligne.

► [oqlf.gouv.qc.ca](http://oqlf.gouv.qc.ca)

## **POURUIVRE VOS EFFORTS UNE FOIS AU QUÉBEC**

Une fois sur le sol québécois, vous aurez peut-être besoin de perfectionner vos connaissances en français, particulièrement votre compréhension et votre expression orale. Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et ses partenaires (organismes à but non lucratif, commissions scolaires universités, cégeps...) disposent d'une importante offre de cours de français. Peu importe la région dans laquelle vous vous établissez, vous aurez toujours la possibilité de trouver des cours de français à temps complet ou à temps partiel gratuits.

► **Pour connaître les programmes, lieux et horaires de cours :**  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/apprendre-quebec/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/apprendre-quebec/index.html)

Les écoles de langue sont nombreuses à Montréal. Vous pourrez y apprendre le français, mais aussi d'autres langues (anglais, espagnol, etc.). Ces cours sont payants. Renseignez-vous directement auprès des écoles.

## **FRANCISATION EN ENTREPRISE**

Sachez également que votre employeur peut obtenir un soutien pour mettre en place des classes de français dans son entreprise. De plus, diverses formules de cours sont offertes aux entreprises pour franciser leurs employés immigrants qui ne parlent pas ou qui parlent peu français. À certaines conditions, les cours sont gratuits pour les entreprises. Emploi-Québec et le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) assument les coûts de ces cours, selon la formule choisie, et en assurent l'organisation pour les entreprises qui en font la demande.

► **Pour en savoir plus :** [carrefourfrancisation.com](http://carrefourfrancisation.com)



# JULIA

Pays d'origine : Brésil

Au Québec depuis : 2013

Statut à l'arrivée au Québec : Résidente permanente

Région d'installation : Montréal

## PROFITER DES COURS DE FRANCISATION

J'adore les langues et dans le choix de venir Québec, il y avait le désir d'apprendre une nouvelle langue. Je parlais déjà anglais, alors j'ai anticipé en prenant des cours de français à l'Alliance française au Brésil. J'ai continué l'apprentissage, à mon arrivée, grâce au programme de francisation pour les nouveaux arrivants.

Une fois à Montréal, j'ai pris des cours à temps plein pendant 10 semaines. Non seulement les cours étaient très bénéfiques au niveau apprentissage de la langue et connaissance de l'histoire et de la culture québécoises, mais ils m'ont permis de me faire un premier réseau de connaissances. C'est d'ailleurs au travers de ces classes que j'ai rencontré la personne qui m'a ensuite aidé à trouver l'emploi que j'occupe aujourd'hui.

L'autre bon côté des cours de francisation, c'est qu'entre immigrants non francophones, on pratique beaucoup, car on n'a pas peur de faire des fautes !

La confiance que j'ai gagnée grâce à ces cours m'a ensuite permise d'aller chercher de l'emploi en français, un aspect très apprécié des employeurs. Pendant quelques mois supplémentaires, j'ai continué mon perfectionnement en français avec des cours du soir en français écrit et d'affaires.

Aujourd'hui, je travaille comme conseillère en entrepreneuriat et, trois ans seulement après mon arrivée au Québec, je suis fière d'être capable de faire des présentations exclusivement en français devant des comités constitués de gens d'affaires et d'administrateurs.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

# TRAVAILLER AU QUÉBEC

## PERMIS ET PROGRAMMES

En fonction de votre projet, plusieurs programmes d'immigration québécois sont offerts pour vivre et travailler au Québec. Les travailleurs permanents, les travailleurs temporaires, les gens d'affaires (investisseurs, entrepreneurs et travailleurs autonomes) et les étudiants internationaux doivent d'abord entamer leurs démarches auprès des autorités provinciales québécoises pour l'obtention d'un certificat de sélection du Québec (CSQ) ou d'un certificat d'acceptation du Québec (CAQ), puis conclure leur projet d'immigration auprès du gouvernement fédéral pour l'obtention du visa une fois leur dossier sélectionné ou accepté par le Québec. Par contre, les personnes candidates à l'Expérience Internationale Canada (Programme Vacances-Travail, Jeunes Professionnels, Stages) et les personnes parrainées relèvent directement du gouvernement du Canada. Pour les travailleurs étrangers temporaires dont l'employeur doit soumettre une Étude d'impact sur le marché du travail, cette démarche sera faite simultanément au niveau provincial et fédéral.

Les frais applicables au traitement de la demande de CSQ ou de CAQ sont variables selon les programmes, de même que les délais de traitement qui varient quant à eux selon le lieu de dépôt de votre demande.

Dans toutes vos démarches d'immigration, nous vous recommandons de poster toutes vos correspondances avec accusé de réception, et de garder une copie de tous vos échanges avec les autorités d'immigration et de tous documents que vous avez pu transmettre ou recevoir des autorités canadiennes et québécoises.

## MINISTÈRE DE L'IMMIGRATION, DE LA DIVERSITÉ ET DE L'INCLUSION (MIDI)

Lorsque vous démarrerez votre projet d'immigration, le site du MIDI deviendra un incontournable. Il offre gratuitement de l'information sur les démarches à effectuer pour immigrer, travailler, étudier au Québec et met à disposition les formulaires à remplir, accompagnés de guides d'instruction très utiles. La plupart des immigrants témoignent qu'ils ont souvent passé des heures sur le site, tellement l'information y est indispensable. Le site offre également des portraits des régions, aborde tous les aspects de la vie quotidienne et la recherche d'emploi, qu'il est primordial de connaître avant d'entamer votre démarche d'immigration.

### ► Service des renseignements généraux (Centre de contacts clientèle)

Région de Montréal : 514 864-9191

Ailleurs au Québec (sans frais) : 1 877 864-9191

De l'extérieur du Québec : + 1 514 864-9191

### ► Accès par téléscripteur (appareil de télécommunication pour personnes sourdes ou malentendantes – ATS)

Région de Montréal : 514 864-8158

Ailleurs au Québec (sans frais) : +1 866 227-5968

## IMMIGRATION, RÉFUGIÉS ET CITOYENNETÉ CANADA (IRCC)

Une fois sélectionné par le Québec, vous devrez poursuivre vos démarches auprès d'IRCC qui vérifiera principalement si vous êtes en bonne santé (visite médicale) et que vous n'êtes pas une menace pour le Canada (enquête de sécurité : casier judiciaire). Sur le site d'IRCC, vous trouverez tous les formulaires nécessaires et les guides d'instruction à remplir. Si vous êtes déjà au Canada avec un statut temporaire, les formulaires pour prolonger votre séjour y sont téléchargeables. Il est possible de présenter certaines demandes en ligne. Notez que la détention d'un CSQ ne confère aucun statut au Canada. En vertu des accords gouvernementaux, le gouvernement du Canada est le seul responsable de l'admission, c'est-à-dire qu'il a la responsabilité de vous émettre un visa permettant l'entrée au pays ou de vous octroyer le statut de résident permanent au pays.

- Téléc centre: 1 888 242-2100 (uniquement si vous avez soumis une demande à un bureau au Canada ou en ligne).
- Accès par téléscripteur (ATS) : 1 888 576-8502
- [cic.gc.ca](http://cic.gc.ca)

## MINISTÈRE DES RELATIONS INTERNATIONALES ET DE LA FRANCOPHONIE (MRIF)

---

Le MRIF est un ministère provincial chargé de promouvoir et de défendre les intérêts du Québec au plan international, en s'assurant du respect de ses compétences et de la cohérence de l'action gouvernementale. Il dispose de bureaux à l'étranger : délégations générales, délégations, bureaux, antennes. Ils offrent des services sur l'économie, l'éducation, la culture, l'immigration, les affaires publiques.

- [mrif.gouv.qc.ca](http://mrif.gouv.qc.ca)

### Engager un intermédiaire en immigration

Tout candidat peut déposer directement sa demande de certificat de sélection auprès des bureaux d'immigration du Québec et du Canada dans son pays de résidence. Si vous décidez de retenir les services d'un représentant – consultant, avocat, ami, membre de votre famille, etc. – sachez que le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) n'accordent aucun traitement prioritaire ou particulier aux candidats ayant recours à des intermédiaires. S'il s'agit de services rémunérés, vous devez savoir que depuis le 2 février 2011 le Ministère ne traite qu'avec des consultants reconnus et inscrits au registre du MIDI, même si votre demande était déjà en cours à cette date.

- Il est de votre responsabilité de vérifier si un consultant en immigration est reconnu par le Ministère. Pour ce faire, consultez le registre à [midi.gouv.qc.ca/fr/reglementation-consultants/index.html](http://midi.gouv.qc.ca/fr/reglementation-consultants/index.html)

### CERTIFICAT DE SÉLECTION DU QUÉBEC (CSQ) ET RÉSIDENCE PERMANENTE

Pour connaître le nombre maximal de demandes de certificat de sélection à recevoir et les périodes de réception, consultez le site Web du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/regles-procedures.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/regles-procedures.html)

Le processus de demande d'immigration à titre de résident permanent comprend deux étapes successives :

- d'abord, l'obtention du certificat de sélection du Québec (CSQ) auprès des instances du gouvernement du Québec ;
- ensuite, l'obtention de la résidence permanente auprès du gouvernement fédéral (examens médicaux et vérification des antécédents judiciaires).

Notez que pour les personnes ayant été condamnées au Canada, il vous faudra obtenir une réhabilitation de la Commission nationale des libérations conditionnelles avant de demander votre la résidence permanente :

► [canada.ca/fr/commission-liberations-conditionnelles.html](http://canada.ca/fr/commission-liberations-conditionnelles.html)

#### Les délais de traitement

Les délais de traitement des dossiers d'immigration sont relativement longs. Il faut compter actuellement entre 1 et 5 ans, voire plus parfois, pour obtenir la résidence permanente. Les délais de traitement varient en fonction des territoires où la demande a été présentée, mais également en fonction des objectifs de sélection du Québec et du nombre de demandes reçus par les services de sélection. Si vous avez un statut de résident temporaire au Québec et que vous souhaitez vous y installer durablement, il est nécessaire d'anticiper les démarches. Consultez régulièrement le site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et celui d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) pour connaître les délais.

## CONDITIONS D'ÉLIGIBILITÉ POUR L'OBTENTION DU CSQ

Le Québec a la responsabilité exclusive de sélectionner les immigrants qui désirent s'y établir, à l'exception des demandeurs d'asile et des personnes issues de la catégorie du regroupement familial. Si vous souhaitez vous établir au Québec durablement via le Programme régulier des travailleurs qualifiés (PRTQ), les facteurs de sélection que sont la formation, l'âge et les connaissances linguistiques sont ceux qui permettent d'obtenir le plus de points à la grille de sélection.

Les facteurs et critères de la grille de sélection applicables à la sélection des travailleurs qualifiés au PRTQ sont ceux-ci :

- › formation (niveau de scolarité et domaine de formation),
- › expérience de travail,
- › âge,
- › connaissances linguistiques en français et en anglais (voir encadré ci-dessous),
- › précédents séjours au Québec,
- › présence de famille installée dans la province (époux ou conjoint de fait, fils ou fille, père ou mère, frère ou sœur, grand-père ou grand-mère),
- › offre d'emploi validée de la part d'un employeur québécois, satisfaisant certaines conditions et validée par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion,
- › caractéristiques de votre conjoint ou conjointe qui vous accompagne (s'il y a lieu),
- › présence d'enfants qui vous accompagnent,



**IMMIGRATION ÉLITE** 

**VOTRE RÉUSSITE  
DANS VOS DÉMARCHES  
POUR LE CANADA**

Investir | Travailler | Parrainage  
EIMT | Entrée Express

**CHRISTINE POULIN**  
*Consultante en immigration*  
5420 Robert-Gravel,  
Montréal Québec H2J 4E7  
**T. 514 910-2028**  
[www.immigrationelite.com](http://www.immigrationelite.com)



- capacité d'autonomie financière (pour les trois premiers mois suivants votre installation),

Pour tester vos chances d'être sélectionné par le Québec, nous vous recommandons de remplir en ligne l'Évaluation préliminaire d'immigration (ÉPI).

- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/)

De plus, il est intéressant d'assister aux séances d'information sur le Québec. Elles sont données en plusieurs langues par un conseiller ou une conseillère du Ministère. Elles sont offertes en ligne et en personne dans certains pays.

- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/services/seances-information.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/services/seances-information.html)

## Évaluation de vos connaissances linguistiques – les tests standardisés

Pour le programme régulier des travailleurs qualifiés (PRTQ), si vous souhaitez obtenir des points pour vos connaissances linguistiques en français ou en anglais, vous devez les démontrer en joignant à votre demande d'immigration l'original d'une attestation de vos résultats d'un test standardisé et cela même si le français ou l'anglais est votre langue maternelle (les exigences sont différentes pour le Programme de l'expérience québécoise. Voir à ce sujet la page 73). Pour obtenir des points au critère Connaissances du français du facteur Connaissance linguistique à la grille de sélection, vos connaissances en français doivent correspondre minimalement au niveau intermédiaire avancé, soit le niveau 7 de l'Échelle québécoise des niveaux de compétence en français des personnes immigrantes adultes ou son équivalent (niveau B2 du Cadre européen commun de référence pour les langues).

- Consultez la liste de tests d'évaluation linguistique reconnus par le ministère sur :  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/demande-immigration-general/conditions-requises/connaissances-linguistiques.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/demande-immigration-general/conditions-requises/connaissances-linguistiques.html)

Si un employeur québécois est prêt à vous embaucher et que vous souhaitez vous établir durablement au Québec, cet employeur peut entamer des démarches pour vous embaucher en tant que travailleur étranger permanent.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-permanent/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-permanent/index.html)

## SOUSSION DE LA DEMANDE OFFICIELLE D'IMMIGRATION

---

### DEMANDE DE CERTIFICAT DE SÉLECTION DU QUÉBEC (CSQ)

#### 1. CONSTITUTION ET ENVOI DU DOSSIER

Pour déposer une demande de Certificat de sélection du Québec, vous devrez créer un compte sur Mon projet Québec. Vous pourrez alors remplir en ligne votre demande. Une fois votre demande complétée, vous recevrez une liste personnalisée des documents exigés que vous devrez transmettre par la poste sous un délai de 90 jours.



## Immigrer au CANADA ? Nous pouvons vous aider !

Association sans but lucratif d'aide à l'immigration.

---

### LE GITE



Montage des dossiers,  
Conseils éclairés,  
Stratégie d'immigration  
Choix de la catégorie.

### CENTRE INTERNATIONAL D'AIDE A L'IMMIGRATION AU CANADA



Professionalisme,  
Haut sens éthique,  
Respect des lois,  
Qualité des services.

<http://www.legite.quebec> - [infos@legite.quebec](mailto:infos@legite.quebec)  
Canada + 1 514 907 5366 France + 33 1 76 63 32 80

*Des gens, qui aident des gens ... Tout simplement !*

Vous devez envoyer votre dossier à l'un des bureaux d'immigration du Québec dont les attributions couvrent votre pays. Si vous êtes déjà au Québec, vous pouvez le faire parvenir au bureau au Québec selon certaines conditions. Vous recevrez un accusé de réception de votre dossier une fois qu'un numéro de dossier est octroyé et les frais de traitement encaissés.

- Pour créer un compte Mon projet Québec : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/mon-projet-quebec/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/mon-projet-quebec/index.html)
- Pour connaître les coordonnées des bureaux : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/coordonnees/adresses-pays.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/coordonnees/adresses-pays.html)

## 2. ENTREVUE DE SÉLECTION (SI APPLICABLE)

Vous pouvez être convoqué, ainsi que votre conjoint(e), à une entrevue de sélection. Cette rencontre a pour objectif d'évaluer votre dossier et certains éléments de votre dossier. Tous les demandeurs ne sont pas nécessairement convoqués en entrevue.

### Les frais à déboursier

#### POUR LE PROVINCIAL (CSQ) :

- › 779 \$ CAN pour une personne seule + 167 \$ CAN par personne supplémentaire (époux, conjoint de fait, enfant).

#### POUR LE FÉDÉRAL :

- › 550 \$ CAN pour le demandeur principal pour l'examen du dossier + 550 \$ CAN pour l'époux/ conjoint de fait + 150 \$ CAN par enfant.
- › 490 \$ CAN pour l'obtention du statut de résident permanent.

#### POUR LA VISITE MÉDICALE :

- › Entre 200 et 250 \$ CAN par personne, parfois plus.
- À tout cela, ajoutez les frais d'envois en recommandé des dossiers, les frais pour faire des copies certifiées conformes, le coût des photos d'identité, les frais de traduction de documents, le cas échéant, etc.

*\*Tarifs en vigueur au 1<sup>er</sup> janvier 2017*

### 3. RÉCEPTION DU CSQ

Si votre demande est acceptée, vous recevrez un CSQ. Le CSQ est délivré en deux exemplaires qui vous sont acheminés. Vous devez conserver le premier exemplaire intitulé « titulaire » du certificat et acheminer le deuxième « Immigration Canada » à IRCC lors de votre demande de résidence permanente. Ce document est valide pendant trois ans après sa date d'émission. Il est donc de votre responsabilité de déposer votre demande de résidence permanente dans les délais impartis.

## DEMANDE DE RÉSIDENCE PERMANENTE

### 1. CONSTITUTION ET ENVOI DU DOSSIER

Vous avez intérêt à déposer dans les meilleurs délais votre demande de résidence permanente auprès d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). Les formulaires à remplir sont disponibles sur leur site Internet. Encore une fois, prenez le temps de les lire attentivement, de les compléter et d'y joindre les documents additionnels nécessaires, dont votre CSQ : servez-vous de la liste de contrôle ! Des extraits de casier judiciaire de tous les pays où vous, et les personnes vous accompagnant, avez résidé plus de six mois depuis l'âge de 18 ans, sont notamment exigés.

Vous devrez envoyer votre demande de résidence permanente bien remplie et accompagnée de votre paiement de frais au Bureau de réception centralisée des demandes (BRCD) de Sydney, en Nouvelle-Écosse (Canada).

► [cic.gc.ca/francais/information/bureaux/canada/sydney.asp](http://cic.gc.ca/francais/information/bureaux/canada/sydney.asp)

### Entrée au Canada de vos enfants

La sécurité des enfants est l'une des principales préoccupations des services frontaliers. Si vous arrivez au Canada avec vos enfants, il faut que vous ayez en votre possession les documents qui attestent de leur identité. Si vos enfants ne voyagent pas avec vous (par exemple, s'ils vous rejoignent plus tard accompagnés d'un membre de votre famille qui vient en tant que touriste), vous devrez remettre à ce parent une lettre écrite autorisant le voyage avec votre adresse et numéro de téléphone. D'autre part, si vous êtes divorcé ou séparé, ayez en possession une lettre d'autorisation et/ou une copie de la séparation légale ou des ententes légales de garde de l'enfant.

Si votre dossier est complet et correctement présenté, IRCC vous retournera un accusé de réception vous informant de votre numéro de dossier et transférera votre demande à la représentation du Canada la plus proche de chez vous pour le traitement ultérieur. Vous pouvez suivre l'avancée de votre dossier en ligne sur le site de IRCC à la rubrique *Ma demande*, Vérifier l'état de ma demande.

## 2. VISITE MÉDICALE

Une fois votre dossier traité, vous serez invité à vous soumettre à des examens médicaux.

Pour réussir l'examen médical, vous et les membres de votre famille vous accompagnant ne devez pas présenter de maladie à risque pour la santé publique, ou pouvant être un fardeau important pour les services de santé canadiens. Cet examen est à vos frais. Les frais exigés d'un médecin à un autre peuvent varier. Vous trouverez la liste des médecins autorisés à effectuer les examens médicaux dans votre pays de résidence sur le site d'IRCC :

► [cic.gc.ca/francais/information/medicaux/examen-medical-perm.asp](http://cic.gc.ca/francais/information/medicaux/examen-medical-perm.asp)

### Des recours pour les citoyens

En ce qui a trait à votre demande de CSQ, il est possible de soumettre une demande de révision administrative si vous estimez qu'une erreur de traitement a entraîné une réponse négative à votre demande de sélection. Votre demande doit être transmise par la poste, dans un délai maximale de 90 jours suivant la date de la lettre vous informant du refus, et accompagnée des pièces justificatives que vous n'avez pas déjà soumises.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/revision-administrative.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/revision-administrative.html)

### COMMISSAIRE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ DES SERVICES

Si vous êtes insatisfait de la qualité des services et de l'information données par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI), vous pouvez adresser une plainte au Commissaire aux plaintes et à la qualité des services.

► [midi.gouv.qc.ca/fr/ministere/commissaire-plaintes.html](http://midi.gouv.qc.ca/fr/ministere/commissaire-plaintes.html)

### 3. RÉCEPTION DE LA CONFIRMATION DE RÉSIDENCE PERMANENTE

Si votre demande est acceptée, vous recevrez une Confirmation de résidence permanente (CRP). Elle sera émise pour vous et les membres de votre famille vous accompagnant. Vous devrez la présenter au point d'entrée au Canada, en même temps que votre visa. L'obtention du visa est essentielle pour vous donner accès au territoire canadien. Pour obtenir votre visa, il vous suffira d'envoyer ou de présenter votre passeport (ainsi que celui des personnes vous accompagnant) à la représentation du Canada qui gère votre dossier. **Attention :** Gardez précieusement votre confirmation de résidence permanente ainsi que votre CSQ, car ils seront exigés à chaque étape de votre immigration au Canada : ouvrir un compte bancaire, demander une carte d'assurance maladie ou votre numéro d'assurance sociale, accéder aux services d'accueil pour nouveaux arrivants, etc.

### 4. ENTRÉE AU CANADA ET OBTENTION DE LA CARTE DE RÉSIDENCE PERMANENTE

C'est au point d'entrée au Canada (poste frontière) que sera validé votre statut de résident permanent. Vous recevrez votre carte de résident permanent par la poste, dans un délai de deux mois environ. Votre carte sera normalement valable 5 ans. Bon à savoir : la carte de résident permanent vous sera remise à l'adresse au Canada que vous avez fournie lors de votre arrivée sur le sol canadien. Si vous changez d'adresse, n'oubliez pas de le signaler le plus tôt possible auprès d'IRCC.

## Séance d'accueil personnalisée pour les immigrants investisseurs à Investissement Québec

Investissement Québec, une société d'État, offre une séance d'information sur mesure. Vous pourrez vous renseigner sur les sujets qui vous intéressent, tels que l'économie du Québec, l'immobilier, les références pour les occasions d'affaires et l'éducation ou obtenir de l'information sur toute autre demande que vous formulerez.

- Pour vous inscrire, consultez le site Internet d'Investissement Québec : [investquebec.com](http://investquebec.com)

## LIENS UTILES

- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/index.html](http://www.immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/index.html)
- Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) [cic.gc.ca/francais/immigrer/quebec/index.asp](http://cic.gc.ca/francais/immigrer/quebec/index.asp)

## GENS D'AFFAIRES

Aux gens d'affaires qui ont le souhait de découvrir de nouveaux horizons, le Québec offre une économie diversifiée, dynamique, moderne et ouverte sur le monde, un milieu de vie stable et sécuritaire, une main-d'œuvre hautement qualifiée et de qualité, des coûts d'exploitation concurrentiels et une fiscalité des sociétés compétitive.

Il existe trois programmes d'immigration pour les gens d'affaires reposant sur des critères de sélection spécifiques à chacun : Programme des entrepreneurs, Programme des investisseurs et Programme des travailleurs autonomes. D'autres critères (comme l'âge, la formation, les connaissances linguistiques, etc.) peuvent être également évalués.

Afin de bien comprendre toutes les subtilités reliées à ces trois programmes d'immigration d'affaires, il est important de consulter le site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) :

- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/)

## TRAVAILLEURS TEMPORAIRES

Les travailleurs étrangers temporaires sont de plus en plus nombreux au Québec : s'ils étaient 18 000 en 2000, ils sont plus de 37 000 à s'être établis dans la Belle Province en 2013.

## COMPRENDRE LE PROCESSUS

Le processus varie en fonction du type d'emploi que vous souhaitez occuper. Vérifiez si votre emploi nécessite l'obtention d'un permis de travail car un certain nombre de professions en est exempté :

- [cic.gc.ca/francais/travailler/demande-qui-permis-non.asp](http://cic.gc.ca/francais/travailler/demande-qui-permis-non.asp)

Si le type d'emploi n'est pas dans cette liste, c'est que vous avez besoin d'un permis de travail. Pour ce faire, il existe deux catégories de traitement des demandes : celles visées par une Étude d'impact sur le marché du travail (EIMT) ou celles dispensées de l'EIMT.

## EMPLOI VISÉ PAR UNE EIMT

Si une EIMT est exigée, l'employeur doit en faire la demande à Service Canada et au ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI). Pour ce faire, le ressortissant étranger devra préalablement envoyer à l'employeur le formulaire Demande de certificat d'acceptation du Québec (CAQ) pour travail temporaire dûment rempli, signé et accompagné du paiement des frais exigés pour l'examen de sa demande de Certificat d'acceptation du Québec (CAQ) et des pièces justificatives requises. C'est également le ressortissant étranger qui doit finaliser la démarche en sollicitant un permis de travail auprès d'IRCC une fois l'EIMT et le CAQ délivrés.

- **Lien utile des démarches à suivre pour l'employeur :**  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embautcher-temporaire/recrutement-temporaire.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embautcher-temporaire/recrutement-temporaire.html)
- **Lien utile des démarches à suivre pour le ressortissant étranger :**  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/obtenir-autorisations/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/obtenir-autorisations/index.html)

Si la demande déposée par l'employeur est acceptée par le MIDI et par Service Canada, l'employeur recevra une EIMT favorable et le ressortissant étranger recevra un CAQ. Le ressortissant étranger devra par la suite entreprendre les démarches pour obtenir un permis de

## Des professions spécialisées pour une embauche simplifiée

Si un employeur vous fait une offre d'emploi pour l'une de ces professions spécialisées, en forte demande de main-d'œuvre, il pourrait vous recruter par le biais d'un parcours d'embauche simplifiée. Il n'aura notamment pas à fournir de preuve de recrutement.

- **Pour connaître la liste des professions et les étapes de procédures d'embauche simplifiée, consultez :**  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embautcher-temporaire/recrutement-haut-salaire/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embautcher-temporaire/recrutement-haut-salaire/index.html)

travail. À ce titre, veuillez consulter le site d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) à l'adresse suivante :

► [cic.gc.ca/francais/travailler/demande-qui.asp](http://cic.gc.ca/francais/travailler/demande-qui.asp)

## EMPLOI DISPENSÉ DE L'EIMT

Si l'emploi est dispensé d'EIMT vous pourrez demander directement le permis de travail. Depuis le 21 février 2015, les employeurs qui embauchent des étrangers dispensés d'EIMT devront fournir des renseignements sur leur entreprise à Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC), le formulaire offre d'emploi et s'acquitter de frais de 230 \$ CAN.

En règle générale, le permis de travail est limité à un emploi spécifique pour une entreprise donnée et d'une durée précise. Cette durée correspond habituellement à celle du contrat de travail offert par l'employeur. Elle peut aller de quelques jours jusqu'à un maximum de quatre ans, en général.

Si votre conjoint vous accompagne, consultez le site du MIDI pour savoir de quel statut il pourrait bénéficier.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/informer-quebec/possibilites-conjoint.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/informer-quebec/possibilites-conjoint.html)

## RÉCAPITULATIF DES ÉTAPES

### 1. LA DEMANDE D'ÉTUDE D'IMPACT SUR LE MARCHÉ DU TRAVAIL (EIMT)

De manière à obtenir une EIMT favorable, l'employeur doit déposer une demande à Service Canada et au MIDI. Voir la liste complète des documents que l'employeur doit déposer :

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-temporaire/recrutement-temporaire.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-temporaire/recrutement-temporaire.html)

L'employeur devra entre autres démontrer qu'il a préalablement fait des efforts de recrutement conformément aux exigences du gouvernement fédéral pour trouver des travailleurs québécois. Celui-ci devra ainsi conserver des copies de tous les Curriculum vitae reçus et traces des entrevues qu'il aura fait passer car il devra justifier, le cas échéant, les raisons pour lesquelles il n'a pas embauché les travailleurs québécois.

Si l'EIMT est acceptée par le MIDI et Service Canada, l'employeur

recevra alors une lettre de décision signée conjointement par Emploi et Développement social Canada (EDSC)/Service Canada et le MIDI, ainsi que le CAQ délivré par le MIDI. Il devra alors faire parvenir au ressortissant étranger une copie de cette lettre ainsi qu'une copie du CAQ.

## **2. LA DEMANDE DE PERMIS DE TRAVAIL TEMPORAIRE**

Le ressortissant étranger doit par la suite déposer une demande de permis de travail auprès du bureau des visas desservant son pays ou sa région ou alors soumettre une demande en ligne (en prenant soin au préalable de numériser tous les documents nécessaires) sur le site d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) :

► [cic.gc.ca/francais/services-e/index.asp](http://cic.gc.ca/francais/services-e/index.asp)

Il est possible que le travailleur étranger soit convoqué pour une entrevue avec un agent d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) et/ou pour un examen médical.

## **3. LA DÉLIVRANCE DU PERMIS DE TRAVAIL TEMPORAIRE**

Le permis de travail temporaire est délivré par l'Agence des services frontaliers du Canada (ASFC) au point d'entrée lorsque le travailleur étranger arrive au Canada.

Il est possible, en fonction de la nationalité du travailleur étranger, qu'un visa de résident temporaire (VRT) soit nécessaire pour entrer au Canada.

Attention : À compter du 15 mars 2016, les voyageurs jusqu'à présent

### **Les Journées Québec : des missions de recrutement en France**

Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Emploi-Québec, en étroite collaboration avec leurs partenaires, organisent, deux fois par année, des missions de recrutement à Paris. Ces Journées Québec sont destinées à mettre en relation des employeurs du Québec et des travailleurs qualifiés. Des offres d'emploi variées - mais dans des secteurs bien spécifiques - sont proposées.

► Pour être informé des prochaines Journées Québec : [journeesquebec.gouv.qc.ca](http://journeesquebec.gouv.qc.ca)

exemptés de visa devront demander une autorisation de voyage électronique (AVE) pour visiter le Canada ou y transiter par avion. Cette attestation, valide pour 5 ans, se fera en ligne au prix de 7 \$ CAN.

➔ [cic.gc.ca/francais/visiter/visas.asp](http://cic.gc.ca/francais/visiter/visas.asp)

## LE CONJOINT DU TRAVAILLEUR TEMPORAIRE

---

Si votre conjoint a l'intention de travailler au Québec et que vous avez été embauché pour une durée de six mois ou plus pour occuper un emploi spécialisé, il peut déposer une demande de permis de travail. Le Certificat d'acceptation du Québec n'est alors pas requis.

Si vous avez été embauché pour occuper un emploi peu spécialisé, votre conjoint devra trouver un employeur disposé à l'embaucher. Par la suite, son employeur devra obtenir une EIMT positive délivrée conjointement par EDSC/Service Canada et le MIDI. Votre conjoint devra quant à lui obtenir un Certificat d'acceptation du Québec et un permis de travail.

Pour plus d'informations sur les démarches réservées au conjoint d'un travailleur étranger temporaire peu spécialisé, veuillez consulter le site Internet du MIDI :

➔ [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/obtenir-autorisations/peu-specialise/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/obtenir-autorisations/peu-specialise/index.html)

## LIENS UTILES

---

- ➔ **Emploi et Développement social Canada (EDSC) :**  
[edsc.gc.ca/fra/emplois/travailleurs\\_etrangers/index.shtml](http://edsc.gc.ca/fra/emplois/travailleurs_etrangers/index.shtml)
- ➔ **Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI)**  
Page dédiée aux employeurs : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-temporaire/recrutement-temporaire.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-temporaire/recrutement-temporaire.html)
- ➔ **Page dédiée aux travailleurs temporaires :** [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/obtenir-autorisations/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/obtenir-autorisations/index.html)
- ➔ **Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC)**  
Page générale dédiée aux travailleurs étrangers temporaires : [cic.gc.ca/francais/travailler/index.asp](http://cic.gc.ca/francais/travailler/index.asp)
- ➔ **Demande en ligne d'un permis de travail :**  
[cic.gc.ca/francais/ma\\_demande/demande\\_en\\_ligne.asp](http://cic.gc.ca/francais/ma_demande/demande_en_ligne.asp)

Le programme de parrainage d'un membre de la famille permet à un citoyen canadien ou à un résident permanent domicilié au Québec de se porter garant d'un proche parent désirant immigrer si celui-ci appartient à la catégorie du regroupement familial (époux, conjoint de fait, partenaire conjugal, enfant à charge, père, mère, grand-père, grand-mère, ainsi que frère, sœur, neveu, nièce, petit-fils ou petite-fille, seulement si elle ou il est orphelin de père et de mère, âgé de moins de 18 ans, non marié ni conjoint de fait, et enfant à adopter).

La demande de certificat de sélection des personnes parrainées doit être présentée en même temps que la demande d'engagement, et doit inclure la personne parrainée principale et les membres de sa famille. Une fois admise au Québec, une personne peut cependant parrainer un membre de sa famille non inclus dans sa demande initiale.

Les candidats de cette catégorie obtiennent la résidence permanente grâce à l'engagement que ce proche parent a souscrit en leur faveur. Ce parent s'engage « par contrat » à pourvoir aux besoins essentiels des personnes parrainées et, le cas échéant, à rembourser à l'État les

### Définition du conjoint de fait

Un conjoint de fait est une personne qui habite avec une autre personne dans le cadre d'une relation conjugale depuis au moins un an. Les conjoints de fait comprennent autant les personnes de sexe opposé que les personnes de même sexe. Depuis le 25 octobre 2012, des modifications apportées au Règlement sur l'immigration et la protection des réfugiés précisent que les époux, les conjoints de fait ou les partenaires conjugaux dont la relation date de deux ans ou moins et qui n'ont aucun enfant commun sont visés par une période de résidence permanente conditionnelle. IRCC est actuellement en processus de modification réglementaire pour faire annuler la disposition relative à la période de résidence permanente conditionnelle. Le règlement exige en outre que le couple cohabite dans une relation conjugale pendant deux ans à compter de la date à laquelle la résidence permanente au Canada a été obtenue.

► Source : Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC)

sommes qui leur seraient versées en aide de dernier recours (aide sociale) pendant la durée du parrainage.

La durée de cet engagement varie selon le lien familial et, dans le cas des enfants, selon leur âge. Dans certaines situations, le garant doit faire la preuve de ses capacités financières.

Récapitulatif des étapes pour parrainer une personne :

1. Remplir une demande de parrainage auprès du gouvernement du Canada : vous devrez envoyer à Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) les formulaires spécifiques remplis, les pièces justificatives et les frais de traitement exigés. Vous devrez également joindre la demande de résidence permanente des personnes parrainées accompagnée des pièces justificatives et des frais exigés.
2. Si votre demande est jugée recevable par CIC, vous déposerez une demande d'engagement auprès du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI). Vous devrez télécharger la trousse spécifique sur le site du MIDI et remplir les formulaires, joindre les pièces justificatives et les frais exigés.
3. La décision du MIDI sera transmise directement au bureau de CIC qui traite la demande de résidence permanente des personnes que vous parrainez. Ces dernières vont devoir satisfaire aux exigences relatives à la santé, à la criminalité et à la sécurité pour que CIC leur accorde la résidence permanente. Des frais sont exigés par le gouvernement du Canada pour le traitement d'une demande de résidence permanente. Notons que des frais sont aussi exigés pour les examens médicaux.

## Le statut de réfugié

Le Canada est signataire de la Convention des Nations Unies relative au statut des réfugiés. Le Québec contribue à l'effort humanitaire visant à venir en aide aux personnes victimes de conflits armés, de catastrophes naturelles ou vivant une situation humanitaire particulière en sélectionnant des réfugiés à l'étranger. Le Canada est responsable de leur admission.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/refugies-autres/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/refugies-autres/index.html)

## LIENS UTILES

- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/parrains-parraines/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/parrains-parraines/index.html)
- Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) : [cic.gc.ca/francais/immigrer/parrainer/index.asp](http://cic.gc.ca/francais/immigrer/parrainer/index.asp)

## EXPÉRIENCE INTERNATIONALE CANADA (EIC) : PVT, JEUNES PROFESSIONNELS ET STAGES

### PVTISTES.NET

- En collaboration avec [PVTistes.net](http://PVTistes.net), LA référence pour tout savoir sur le Programme Vacances-Travail (PVT).

L'initiative « Expérience Internationale Canada » (EIC) s'adresse aux jeunes âgés de 18 à 29, 30 ou 35 ans (selon leur nationalité) souhaitant voyager et/ou acquérir une expérience professionnelle au Canada.

Les autorisations pour séjourner et travailler au Canada sont temporaires. Les personnes bénéficiant d'un permis d'une catégorie prévue par EIC doivent quitter le sol canadien lors de l'échéance de leur permis ou se tourner vers d'autres dispositifs d'immigration temporaire ou permanente. Selon leur nationalité, les candidats peuvent, ou non, participer plusieurs fois à EIC. Chaque accord EIC a en effet des conditions de participation et un fonctionnement qui lui sont propres. Il convient donc également de se renseigner sur les possibles évolutions de ces accords, pays par pays.

Chaque année, un nombre restreint de places est disponible dans chaque catégorie EIC. Lorsqu'elles sont épuisées, il faut attendre l'année suivante pour postuler. L'initiative EIC n'est pas exclusive au Québec : il s'agit d'un programme du gouvernement fédéral. En y participant, vous pouvez voyager et/ou travailler partout au Canada. Pour tout savoir sur EIC, consultez le site d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) :

- [cic.gc.ca/francais/travailler/eic](http://cic.gc.ca/francais/travailler/eic)

## CONDITIONS GÉNÉRALES D'ADMISSION

Pour participer à EIC, il est obligatoire :

- d'entrer dans la tranche d'âge requise lors du dépôt de la demande,
- être citoyen d'un pays participant et (pour certains pays seulement) y résider habituellement,
- être titulaire d'un passeport valide pendant toute la durée du séjour prévu au Canada,
- avoir une assurance maladie/hospitalisation/rapatriement valide pour la durée du séjour (à présenter à un agent d'immigration lors de votre arrivée au Canada).
- avoir suffisamment d'économies pour subvenir à ses besoins en début de séjour (l'équivalent de 2 500 \$CAN).

## PAYS PARTICIPANTS

En 2016, les ressortissants des pays suivants peuvent participer à Expérience Internationale Canada : Allemagne, Australie, Autriche, Belgique, Chili, Costa Rica, Croatie, Corée (République de), Danemark, Espagne, Estonie, France, Grèce, Hong Kong, Irlande, Italie, Japon, Lettonie, Lituanie, Mexique, Norvège, Nouvelle-Zélande, Pays-Bas, Pologne, République tchèque, Royaume-Uni, Slovaquie, Slovénie, Suède, Suisse, Taïwan et Ukraine.

EIC est composée de plusieurs catégories : le PVT, le permis Jeunes Professionnels et le permis Stage coop international. Attention, toutes ne sont pas effectives dans chacun des pays. Consultez le site

### PVTistes.net : l'incontournable!

Pour poser vos questions, échanger avec d'autres bénéficiaires de l'initiative EIC et d'autres résidents et futurs résidents canadiens, découvrir des témoignages, rendez-vous sur le site PVTistes.net, un incontournable.

Il concerne principalement les PVTistes, mais vous y trouverez néanmoins de nombreuses informations sur les autres catégories d'EIC et d'autres permis et visas. Avant votre départ et pendant votre séjour au Canada, rejoignez la communauté PVTiste et profitez de ses conseils, ses informations, ses bons plans... et faites-vous des amis !

➤ [pvtistes.net](http://pvtistes.net)

**PVT**À**STES**.NET

# **INFOS SUR LES PERMIS ET VISAS** **POUR TRAVAILLER ET IMMIGRER AU CANADA**

---

Une communauté de **175 000 expatriés** qui échangent sur notre forum

---

**DES BONS PLANS, DES PETITES ANNONCES, DES OFFRES D'EMPLOIS**



d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) pour connaître les options possibles pour chaque nationalité.

## CATÉGORIES EIC

---

### VACANCES-TRAVAIL (PVT)

Ce dispositif s'adresse aux personnes souhaitant voyager et travailler au Canada pendant au maximum un an, voire deux pour certains pays (c'est le cas, notamment, des Français). Une offre d'emploi n'est pas exigée pour postuler au PVT. Les PVTistes, comme on les nomme, pourront donc travailler pour n'importe quel(s) employeur(s) au Canada.

### JEUNES PROFESSIONNELS

Ce dispositif s'adresse aux personnes désireuses de se perfectionner dans leur domaine de compétences. Il est nécessaire d'avoir trouvé un emploi au Canada pour en bénéficier et la durée du contrat de travail ne peut excéder 24 mois (durée plus courte pour beaucoup de pays). Le salaire hebdomadaire doit correspondre, au moins, au salaire minimum de la province ou du territoire de l'emploi, calculé sur une base de travail à temps plein.

L'emploi que vous allez occuper doit correspondre aux études que vous avez faites ou à une expérience professionnelle dans le domaine, sous peine de voir votre demande de participation refusée.

Nouveauté : à partir de 2015, l'emploi trouvé doit appartenir aux catégories A, B ou O de la classification nationale des professions (CNP) du Canada. Si votre emploi n'appartient pas à l'une de ces catégories, votre demande de permis Jeunes Professionnels sera refusée.

### STAGES COOP INTERNATIONAL

Ce dispositif de 12 mois maximum (24 mois pour les Australiens et 6 mois pour les Autrichiens) concerne les personnes souhaitant faire un stage pratique au Canada, dans le cadre de leurs études ou de leurs formations professionnelles. Au Canada, il est obligatoire d'obtenir un permis de travail pour faire un stage, rémunéré ou non, quelle qu'en soit sa durée.

## SOUSSIONS DES DOSSIERS

La soumission des demandes de participation à l'initiative EIC se fait sur une interface unique, MonCIC et est menée en deux étapes :

1. L'évaluation pour déterminer l'éligibilité à EIC. Cette première étape sert à déterminer votre admissibilité au programme.  
Vous pouvez créer un compte MonCIC sur le site Internet d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC), vous ferez alors partie d'un bassin de candidats. Si vous le souhaitez, et si vous êtes éligible, vous pouvez intégrer plusieurs bassins (PVT, JP ou Stage coop). Une fois cette première étape franchie, vous devez attendre que le gouvernement du Canada vous envoie une invitation à présenter une demande de permis de travail, sur votre compte MonCIC. Vous n'avez aucune garantie de recevoir une invitation : plusieurs rondes d'invitations auront lieu, jusqu'à épuisement du quota. Pour les PVT, les places seront attribuées par tirage au sort tout au long de l'année. Pour les Jeunes Professionnels et les Stages, les places seront attribuées au compte goutte en fonction des demandes reçues.
2. Dès que vous aurez reçu votre invitation, vous aurez 10 jours pour l'accepter puis 20 jours pour réaliser votre demande de permis de travail. Dans cette seconde étape, vous devrez télécharger en ligne les documents exigés et payer les frais demandés. Après avoir rempli votre dossier en ligne, téléchargez les documents exigés et payé les

### Des séances d'information à la CITIM pour les PVTistes

L'organisme montréalais CITIM (Clef pour l'intégration au travail des immigrants) offre différents services pour les résidents temporaires (PVTiste, conjoint de fait, étudiant). D'abord un court atelier sur les incontournables à savoir en matière de recherche d'emploi à Montréal (CV, entrevues d'embauche, techniques de recherche), ensuite des séances d'information axées sur les avantages et inconvénients des différentes catégories de permis et visas pour prolonger votre séjour au Canada, et enfin un suivi personnalisé et des activités régulières pour les clients de la CITIM.

► [citim.org](http://citim.org), rubrique : PVTistes

frais, votre demande sera soumise à IRCC et traitée par un agent du Gouvernement. Si votre demande est acceptée, vous recevrez une lettre d'introduction à présenter à votre arrivée au Canada.

- Sur le site Internet [pvtistes.net](http://pvtistes.net), vous trouverez un tutoriel pour vous aider à remplir votre dossier.

## FORMALITÉS À L'ENTRÉE AU CANADA

---

Lors de votre arrivée au Canada, vous devrez être en mesure de remettre à un agent de l'immigration :

- › la lettre d'introduction qu'IRCC vous a envoyée,
- › votre passeport,
- › la preuve d'assurance maladie hospitalisation/rapatriement valide pendant toute la durée de votre séjour,
- › un relevé de compte datant de moins d'une semaine.

L'agent vous délivrera alors votre permis de travail. Avant de quitter le bureau d'immigration, vérifiez avec minutie l'exactitude des informations qui y figurent (nom, prénom, date de validité, nom de l'employeur le cas échéant, etc.).

Dernière démarche à faire une fois installé : vous devez demander votre numéro d'assurance sociale (NAS), obligatoire pour pouvoir commencer à travailler.

## ET VOTRE FAMILLE ?

---

Si votre conjoint vient avec vous au Canada, il doit obtenir un statut qui lui est propre : travailleur (en obtenant son propre permis), étudiant ou visiteur (sans autorisation de travailler). En fonction de son pays de citoyenneté, il est en effet possible que votre conjoint(e) doive demander un permis de résident temporaire, qu'il / elle souhaite travailler ou non.

Vos enfants peuvent également vous accompagner, mais devront obtenir un statut qui leur est propre.

S'ils ont plus de 6 ans, ils devront être scolarisés et doivent, de ce fait, obtenir un permis d'études.

## VOLONTARIAT INTERNATIONAL EN ENTREPRISES (VIE) : POUR TOUS LES RESSORTISSANTS EUROPÉENS

Le volontariat international en entreprises (VIE) est un moyen pour les 18 à 28 ans de réaliser une mission professionnelle à l'étranger durant une période allant de 6 à 24 mois, renouvelable une fois dans cette limite. Il ne s'agit pas de bénévolat car les participants sont rémunérés. Pour y participer, il faut être d'une nationalité européenne (citoyen d'un des 28 États membres de l'Union Européenne, de l'Islande, la Norvège, le Liechtenstein) ou monégasque.

Il faut trouver sa mission soi-même en consultant les offres publiées sur le site du Centre d'information sur le volontariat international (CIVI) ou en envoyant des candidatures spontanées aux entreprises que vous aurez ciblées. Une fois que l'entreprise est prête à vous embaucher, elle devra se mettre en rapport avec BUSINESSFRANCE, établissement public français qui se charge pour tous les VIE des démarches administratives et juridiques.

- Centre d'information sur le volontariat international (CIVI) : [civiweb.com](http://civiweb.com) (site en français, anglais, espagnol, allemand, italien).
- BUSINESSFRANCE : [businessfrance.fr](http://businessfrance.fr)

## DES PROGRAMMES FRANCO-QUÉBÉCOIS : ACQUÉRIR UNE EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE (EMPLOI OU STAGE)

**Office franco-québécois pour la jeunesse (OFQJ) :** organisme bi-gouvernemental, il accompagne chaque année 7 000 jeunes Français de 18 à 35 ans dans la réalisation de leur projet professionnel au Québec, et réciproquement soutient les jeunes Québécois pour des projets en France via le regroupement des Offices Jeunesse internationaux du Québec (LOJIQ). L'OFQJ propose des opportunités variées sur mesure : stage lié aux études pour les étudiants et apprentis, emplois temporaires et stage de perfectionnement pour demandeur d'emploi, également des séjours de formation pour jeunes

professionnels, des missions de prospection commerciale pour de jeunes entrepreneurs ou encore des séjours de développement de carrière pour les jeunes artistes.

► [ofqj.org](http://ofqj.org)

**Association France-Québec** : elle gère le programme Inter-municipalité qui permet à un étudiant français âgé de 18 à 35 ans d'occuper un emploi d'été dans une municipalité québécoise. Le programme repose sur le principe de la réciprocité et du jumelage entre une ville québécoise et une ville française. Les postes, d'une durée maximale de 8 semaines entre juin et août, couvrent les secteurs de l'animation en centres aérés, l'entretien des espaces verts, l'accueil en mairie, au musée ou à l'office de tourisme ou autre travail administratif ou de surveillance. Il y a une soixantaine de postes à pourvoir chaque année.

► [francequebec.fr](http://francequebec.fr)

## RESTER AU QUÉBEC : PROLONGER VOTRE SÉJOUR OU VOUS ÉTABLIR DURABLEMENT

Si vous travaillez au Québec avec un permis temporaire, plusieurs possibilités s'offrent à vous pour poursuivre votre vie et votre travail dans la Belle Province, mais le mot d'ordre pour y parvenir est l'anticipation. Les délais de traitement des dossiers ont tendance à rallonger régulièrement depuis quelques années. Il faut donc s'organiser en tenant compte des délais administratifs, au risque de devoir quitter le territoire canadien le temps du traitement de la demande, ce qui peut avoir des conséquences malheureuses. Ne vous y prenez donc pas à la dernière minute !

## PROLONGER LE PERMIS DE TRAVAIL TEMPORAIRE

### LES DÉMARCHES ADMINISTRATIVES

Si votre employeur a toujours besoin de vos services, il peut vous proposer de prolonger votre séjour au Canada. Vous pouvez de votre côté avoir une offre d'emploi d'un nouvel employeur. La procédure à suivre varie selon que votre emploi est soumis à une Étude d'impact sur le marché du travail (EIMT) ou en est dispensé. Si votre employeur doit obtenir une EIMT, il est fort probable que vous aurez également besoin d'un nouveau CAQ.

Pour connaître la procédure, veuillez consulter la partie consacrée aux travailleurs temporaires dans ce guide, à la page 60.

Vous devrez faire une demande de prorogation ou de modification de votre statut de travailleur temporaire. Si vous ne faites pas cette demande, vous devez quitter le pays à l'expiration de votre permis de travail actuel.

Pour en savoir plus sur la prolongation ou la modification de votre statut de travailleur temporaire :

► [cic.gc.ca/francais/travailler/prolonger.asp](http://cic.gc.ca/francais/travailler/prolonger.asp)

## UN PROLONGEMENT OU UN RENOUVELLEMENT FACILITÉ POUR LES DÉTENTEURS D'UN CSQ

Depuis le 1<sup>er</sup> juin 2012, il existe une mesure permettant de renouveler ou de prolonger son permis de travail temporaire plus facilement. Le préalable : être détenteur d'un Certificat de sélection du Québec (CSQ) et résider au Québec. Cette mesure concerne les travailleurs temporaires qualifiés et les étudiants étrangers ayant un permis de travail postdiplôme qui souhaitent s'établir de façon permanente au Québec, tout comme ceux participant à l'Expérience Internationale Canada (PVT, Jeunes Professionnels).

Si vous êtes titulaire d'un CSQ, que vous résidez au Québec et que votre permis de travail temporaire va bientôt expirer, votre employeur est désormais dispensé de l'obligation de faire une demande d'Étude d'impact sur le marché du travail (EIMT). Il n'est pas non plus nécessaire d'obtenir un nouveau Certificat d'acceptation du Québec (CAQ). Pour les étudiants étrangers, il faut que vous ayez obtenu un permis de travail postdiplôme et une offre d'emploi valide d'un employeur au Québec.

À consulter pour en savoir plus :

- **Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) :**  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/etudiants-quebec/apres-csq.html#permis](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/etudiants-quebec/apres-csq.html#permis)
- **Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) :** [cic.gc.ca/francais/travailler/demande-qui-permis.asp](http://cic.gc.ca/francais/travailler/demande-qui-permis.asp)

## SOUSCRIRE AU PROGRAMME DE L'EXPÉRIENCE QUÉBÉCOISE (PEQ)

---

Le Programme de l'expérience québécoise (PEQ), en vigueur depuis le 14 février 2010 est un programme accéléré de sélection de travailleurs qualifiés. Il permet d'obtenir rapidement un certificat de sélection du Québec (CSQ) et d'en faire bénéficier, le cas-échéant, son époux ou conjoint de fait ainsi que ses enfants à charge inclus dans la demande de CSQ.

Ce programme s'adresse aux candidats majeurs (âgés d'au moins 18 ans) suivants :

- › les travailleurs temporaires occupant un emploi spécialisé au Québec au moment de présenter leur demande ;
- › les étudiants étrangers diplômés du Québec.

Les expériences de travail acquises à temps plein au Québec dans le cadre d'un permis Vacances-Travail (PVT), d'un permis Stage Coop International ou d'un permis Jeunes Professionnels peuvent être considérées aux fins du PEQ dans la mesure où elles répondent à toutes les conditions requises.

Les candidats qui souhaitent immigrer à titre de travailleurs qualifiés doivent faire le choix entre le PEQ et le Programme régulier des travailleurs qualifiés. Il existe un formulaire et des conditions spécifiques pour chacun de ces deux programmes.

De manière générale, le PEQ est un programme simplifié qui permet l'obtention du CSQ dans les vingt jours ouvrables suivant le dépôt d'une demande complète, auxquels s'ajoutent les délais postaux. Contrairement au processus de sélection du programme régulier, le PEQ permet de sélectionner des travailleurs qualifiés sans recourir à la grille de sélection basée sur un système de pondération, sans évaluation des caractéristiques de l'époux ou du conjoint de fait et sans entrevue. Il suffit de satisfaire aux conditions du PEQ, de présenter une demande complète et de joindre tous les documents requis dans le format exigé.

Une fois le CSQ obtenu, il vous faudra faire sans tarder les démarches au niveau fédéral pour obtenir votre résidence permanente.

## LIENS UTILES

- PEQ – Diplômés du Québec :  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/etudiants-peq/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/etudiants-peq/index.html)
- PEQ – Travailleurs temporaires :  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/demeurer-quebec/demande-csq/travailleurs-peq/exigences-linguistiques.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/demeurer-quebec/demande-csq/travailleurs-peq/exigences-linguistiques.html)

## PARTICIPER AU PROGRAMME DE L'EXPÉRIENCE INTERNATIONALE CANADA (EIC)

---

Si vous correspondez aux critères, il est possible de faire une demande dans l'une des catégories de l'EIC (PVT, Jeunes Professionnels ou Stage). Si vous avez déjà bénéficié de ce programme, vous ne pourrez pas faire une nouvelle demande dans la même catégorie, mais il est possible de souscrire successivement à deux permis différents proposés dans le cadre de l'EIC (sur deux années de quotas différentes néanmoins). À partir de 2015, il n'est plus possible de cumuler un PVT et un Jeunes Professionnels. Vous pouvez donc cumuler par exemple un Stage et un PVT.

- **Pour en savoir plus, consultez les pages du guide consacrées au programme de l'EIC (p. 67).**

## BÉNÉFICIER DU PROGRAMME MOBILITÉ DES JEUNES TRAVAILLEURS (MJT) (POUR LES FRANÇAIS)

---

Vous êtes un jeune travailleur français et vous avez utilisé votre quota de deux permis dans le cadre du programme Expérience Internationale Canada (par exemple un PVT suivi d'un permis Jeunes Professionnels) ? Sachez qu'il vous est possible d'obtenir un troisième permis pour prolonger votre résidence temporaire au Québec.

En effet, l'Office franco-québécois pour la Jeunesse (OFQJ), par son programme Mobilité des Jeunes Travailleurs (MJT), délivre chaque année un quota de permis pour toutes les personnes respectant les critères définis par le programme.

Le MJT est délivré pour l'occupation d'un poste à temps plein dans la seule province du Québec. Il n'est pas possible de partir travailler dans une autre province du Canada avec ce permis. Le quota des MJT pour l'année 2016 est désormais atteint.

Pour vous inscrire ou pour avoir plus d'informations sur ce permis de travail :

► [ofqj.org](http://ofqj.org)

## SÉANCES D'INFORMATIONS SUR LA RÉSIDENCE PERMANENTE

---

### AU QUÉBEC

Le MIDI offre des séances d'information gratuites aux étudiants étrangers sur le passage de la résidence temporaire à la résidence permanente. Renseignez-vous auprès de votre établissement d'enseignement pour avoir plus de détails.

### À MONTRÉAL

La CITIM (Clef pour l'intégration au travail des immigrants) offre des séances d'information aux travailleurs temporaires (visa temporaire, PVT, Jeunes Professionnels, étudiants avec permis de travail) concernant les visas canadiens et les possibilités de renouvellement ou de prolongation de son visa.

► [citim.org](http://citim.org).

### À QUÉBEC

Québec international offre des séances d'information gratuites sur les démarches à entreprendre pour obtenir la résidence permanente.

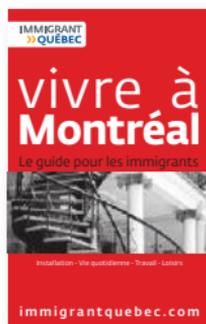
► [quebecinternational.ca](http://quebecinternational.ca)

### AUTRES RÉGIONS

Plusieurs organismes offrent des informations sur les visas canadiens et les démarches administratives. En fonction de la ville où vous résidez, consultez dans le guide les pages relatives à votre région. Vous y trouverez les coordonnées des organismes proposant ce genre de services.

# 6 Guides complets

pour vous accompagner dans  
votre nouvelle vie au Québec



# Gratuits

et téléchargeables sur  
**immigrantquebec.com**

IMMIGRANT  
QUÉBEC



# IVAN

Pays d'origine : Venezuela

Au Québec depuis : 2010

Statut à l'arrivée au Québec : Résident permanent

Région d'installation : Montréal

## LE BÉNÉVOLAT : UNE PORTE OUVERTE SUR LE MARCHÉ DU TRAVAIL

Au Venezuela, j'étais conseiller en commerce international dans une chambre de commerce dont l'objectif était de faciliter les relations entre les entreprises colombiennes et vénézuéliennes.

### SE FAMILIARISER AVEC L'ENTREPRENEURIAT AU QUÉBEC

En attendant notre résidence permanente, nous avons suivi des cours de français à l'Alliance française. Je ne le parlais pas correctement en arrivant et il me manquait le vocabulaire nécessaire pour évoluer dans le milieu des affaires. J'ai donc suivi des cours de francisation et ensuite à HEC Montréal un Certificat en affaires internationales pour améliorer mon vocabulaire. À la fin de ma formation, j'ai eu l'opportunité de suivre le programme Interconnexion de la Chambre de commerce du Montréal métropolitain. Cela a été une véritable chance pour moi car j'ai pu réaliser un stage dans cette Chambre en développement des affaires à l'international. C'est à ce moment que j'ai découvert l'écosystème de l'entrepreneuriat à Montréal et que j'ai eu mes premiers contacts avec des entreprises et des gens d'affaires.

### SAISIR LES OPPORTUNITÉS

Par le biais de ce stage, j'ai découvert la Chambre de Commerce Latino-américaine du Québec (CCLaQ). J'ai rencontré le directeur qui recherchait un bénévole pour établir un service à l'international, je me suis proposé pour ce bénévolat. Suite à ce projet, j'ai été recruté par la CCLaQ pour être en charge de deux projets de novembre 2013 à février 2015. J'ai ensuite eu la chance d'obtenir le poste de directeur de la CCLaQ. Au Venezuela, faire du bénévolat n'est pas courant, les gens ont davantage de contraintes économiques. Ici, c'est complètement différent.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)



# CHRISTOPHER

Pays d'origine : France

Au Québec depuis : septembre 2015

Statut à l'arrivée au Québec : Permis Vacances Travail

Région d'installation : Montréal

## UN SAVOIR-FAIRE RECHERCHÉ

Ma conjointe est Québécoise. Je l'ai rencontrée en 2014, alors qu'elle visitait la France.

Je suis venu lui rendre visite à Montréal en août 2014 et ça a été un vrai coup de cœur. J'ai décidé de venir m'installer ici.

J'ai fait une demande de PVT dès la fin 2014.

À partir de janvier 2015, j'ai pu anticiper mon départ et ma réinstallation. J'ai pris le temps d'évaluer le marché du travail et je me suis rendu compte que mon savoir-faire était grandement recherché ici. Je suis ingénieur en transformation de métaux et il n'y a pas de formation dans ce domaine au Québec. J'ai trouvé du travail dans ma branche comme superviseur de production seulement un mois après mon arrivée. Je suis éligible à l'ordre de ingénieur du Québec car mon école fait partie des arrangements sur la reconnaissance mutuelle des qualifications professionnelles entre la France et le Québec. Je compte faire cette année les démarches nécessaires pour avoir le titre officiel d'ingénieur.

Je n'ai pas attendu d'avoir cumulé l'expérience québécoise pour déposer mon dossier de demande de résidence permanente au provincial. Je l'ai fait quelques temps après mon arrivée, en tant que travailleur qualifié. Neuf mois plus tard, j'ai reçu mon CSQ et je suis présentement en attente du fédéral. Mon PVT ne se termine que fin 2017, j'ai normalement largement le temps de recevoir ma résidence définitive. Cette anticipation était volontaire, afin de ne pas me retrouver lié à un employeur dans mes démarches.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

# ÉTUDIER AU QUÉBEC

Au Québec, l'enseignement supérieur est composé de l'enseignement collégial et de l'enseignement universitaire. Pour comprendre le système d'éducation du Québec, reportez-vous à la section du guide consacrée à ce sujet (p. 212).

@ Pour plus d'informations sur les études au Québec, téléchargez gratuitement notre guide *Étudier au Québec* : [immigrantquebec.com/telecharger-les-guides](http://immigrantquebec.com/telecharger-les-guides)

Chaque année, ce sont plusieurs milliers d'étudiants du monde entier qui sont reçus par les établissements d'enseignement québécois, attirés par la qualité de l'enseignement, une vie sur le campus à la nord-américaine, un espace francophone en Amérique, un cadre de vie sécuritaire où le monde urbain moderne côtoie les grands espaces. En 2013, le Québec comptait 41 838 étudiants étrangers dans ses établissements universitaires (source : *Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC)*).

Au Québec, les établissements d'enseignement de qualité ne se trouvent pas qu'à Montréal. En fonction du programme d'études que vous souhaitez suivre, prenez le temps de regarder les différentes offres des collèges et universités québécois. Chacun a ses particularités et ses spécialisations. Ne craignez pas de vous éloigner de Montréal pour découvrir les établissements d'enseignement supérieur en région. Vous serez surpris de constater que chacun d'entre eux reçoit un nombre non négligeable d'étudiants venant de tous les horizons, contribuant à rendre animée et diversifiée la vie sur tous les campus du Québec.

# Je choisis MONTREAL.com

## être ici pour rester

S'installer dans le Grand Montréal après les études?  
On est là pour vous aider.

 /jechoisismontreal



**MTL  
INTL**  
 MONTREAL  
INTERNATIONAL

En partenariat avec

*Immigration,  
Diversité  
et Inclusion*

Québec 

Votre projet d'études peut prendre plusieurs formes en fonction de vos objectifs :

### ÉTUDIER POUR OBTENIR UN DIPLOME QUÉBÉCOIS

Vous résidez à l'étranger et vous souhaiteriez suivre un cursus dans l'enseignement supérieur au Québec en vue d'obtenir un diplôme québécois ? Vous appartenez alors à la catégorie des « étudiants internationaux » ou « étudiants étrangers ».

Que vous soyez intéressé par un programme au niveau collégial ou universitaire, vous devrez tout d'abord être accepté par l'établissement d'enseignement. Pour cela, vous devez suivre les démarches d'admission.

### PARTICIPER À UN PROGRAMME BILATÉRAL D'ÉCHANGES D'ÉTUDIANTS

Les collèges et universités québécois ont pu signer des échanges bilatéraux avec certaines facultés ou pour un programme en particulier. Il s'agit d'échanges courts, généralement six mois au maximum. Renseignez-vous auprès de votre établissement d'origine pour connaître les possibilités. Dans ce cadre, vous n'obtiendrez pas de diplôme québécois et vous resterez rattaché à votre université d'origine.

#### Les cégeps du Québec

Le cégep est une entité particulière au Québec. Il fait le pont entre l'adolescence et l'âge adulte en proposant à l'étudiant un encadrement plus rigoureux qu'à l'université, tout en favorisant l'acquisition de l'autonomie et de l'indépendance. Certains cégeps œuvrent ensemble pour favoriser l'échange, les partenariats et les projets de coopération à l'international. Favoriser la mobilité étudiante et le recrutement d'étudiants internationaux est l'une des missions de la Direction des affaires internationales de la Fédération des cégeps.

► [cegepsquebec.ca](http://cegepsquebec.ca)

## PARTICIPER À L'UN DES PROGRAMMES D'ÉCHANGES D'ÉTUDIANTS (PÉE) DU BIC

---

Des ententes de mobilité internationale ont été signées entre le Bureau de coopération interuniversitaire (BCI) et plus de 500 établissements ou consortiums d'établissements à l'étranger. Pour savoir si vous pouvez participer à ce programme d'échanges, adressez-vous à votre université d'origine et consultez le site :

► [echanges-etudiants.bci-qc.ca/](http://echanges-etudiants.bci-qc.ca/)

Dans ce cadre, si vous venez étudier moins de six mois, il ne vous sera pas nécessaire d'obtenir un permis d'études.

### OBTENIR LES AUTORISATIONS POUR ÉTUDIER AU QUÉBEC : CAQ ET PERMIS D'ÉTUDES

Si vous venez étudier au Québec plus de six mois, vous devez impérativement obtenir les autorisations nécessaires, c'est-à-dire un certificat d'acceptation du Québec (CAQ) et un permis d'études.

### RÉCAPITULATIF DES ÉTAPES :

---

- › Choisir un programme d'études dans un établissement d'enseignement désigné du Québec.
  - Pour connaître les établissements désignés, consulter le site d'IRCC : [cic.gc.ca/francais/etudier/etudier-etablissements-liste.asp](http://cic.gc.ca/francais/etudier/etudier-etablissements-liste.asp)
- › Se renseigner sur les frais de scolarité.
- › Envoyer une demande d'admission à l'établissement d'enseignement. Renseignez-vous précisément sur les conditions d'admissibilité auprès de l'institution vous intéressant.

Une fois que vous avez reçu une lettre d'admission de l'établissement, faire une demande en ligne du certificat d'acceptation du Québec (CAQ). Après la réception de votre CAQ, faire une demande en ligne du permis d'études auprès du gouvernement du Canada.

En fonction de votre pays de citoyenneté, il se peut que vous deviez faire la demande d'un visa de résident temporaire. Frais (en vigueur en 2017) : CAQ : 111 \$ CAN - Permis d'études : 150 \$ CAN

## PREUVE DE CAPACITÉ FINANCIÈRE

Vous devez présenter une preuve de capacité financière pour pouvoir obtenir votre CAQ (par exemple en 2017, il fallait détenir 12 341 \$ CAN pour une année complète d'études).

## DÉLAIS DE TRAITEMENT DES DOSSIERS

Il est impératif que vous consultiez les délais de traitement sur les sites respectifs du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). Le Ministère s'est engagé à traiter la demande pour obtenir son CSQ dans un délai de 20 jours. Les délais de traitement des demandes de permis d'études varient en fonction des bureaux des visas canadiens à l'étranger. Consultez le tableau sur le site d'IRCC.

## OÙ VOUS RENSEIGNER POUR L'OBTENTION DU CAQ, PUIS DU PERMIS D'ÉTUDES ?

### **POUR L'OBTENTION DU CAQ :**

- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/index.html)

### **POUR LE PERMIS D'ÉTUDES :**

- Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) : [cic.gc.ca/francais/etudier/index.asp](http://cic.gc.ca/francais/etudier/index.asp)
- Service Canada : [servicecanada.gc.ca/fra/gdc/permis\\_etudes.shtml](http://servicecanada.gc.ca/fra/gdc/permis_etudes.shtml)

Les étudiants étrangers doivent payer des droits de scolarité fixés par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES). À l'université, les frais correspondent à ceux payés par les étudiants québécois (2799\$ en 2015), majorés d'un montant forfaitaire. En fonction de la durée de la session et du nombre de crédits, il faut souvent compter plusieurs milliers de dollars (pouvant atteindre des sommes allant de 9 000 \$ à 13 000 \$ CAN, voire plus). Certaines universités peuvent demander en plus un montant forfaitaire facultatif, ne dépassant pas 10% du montant forfaitaire pour étudiants étrangers

Il existe des exemptions de droits de scolarité (montant forfaitaire). Le Québec a signé plusieurs ententes de coopération internationale ou d'ententes bilatérales avec des pays étrangers. À titre d'exemple, l'Algérie, le Maroc, la Tunisie, la Côte d'Ivoire, le Sénégal, la Chine, le Mexique, etc. font partie de ces pays. Il existe un nombre maximal d'exemptions (quotas) par pays. Vous pouvez consulter la liste des pays sur le site Internet du MEES :

► [education.gouv.qc.ca/](http://education.gouv.qc.ca/)

D'autre part, le Québec et la France ont signé une entente relative aux frais de scolarité des étudiants français dans la province. Ainsi, grâce à cette initiative des deux gouvernements, tous les étudiants français payent les mêmes frais de base et montants forfaitaires que les étudiants canadiens non-résidents du Québec. Pour les formations professionnelles et techniques, les étudiants français bénéficient toujours de la gratuité des frais de scolarité.

Les étudiants en échange universitaire n'ont pas de droits de scolarité à payer au Québec car ils restent attachés à leur établissement d'origine.

Certaines bourses sont accessibles aux étudiants étrangers. Renseignez-vous auprès de votre établissement d'enseignement.

Les droits de scolarité ne comprennent pas les frais de logement, de transport, de nourriture, d'assurance maladie et hospitalisation, de loisirs, etc.

## BUDGET

Outre les droits de scolarité, votre budget doit inclure au minimum les frais de logement, de nourriture, de transports (métro ou autobus), de téléphone (cellulaire), d'Internet, d'assurance maladie, de matériel pédagogique et de loisirs. L'équipement d'hiver (veste, bottes, gants, bonnet) représente un budget assez important (500 à 700 \$ CAN environ pour des vêtements neufs).

À Montréal, on estime qu'un étudiant vivant seul dépensera annuellement entre 14 000 \$ et 16 000 \$ CAN environ.

## SANTÉ ET ASSURANCE MALADIE-HOSPITALISATION

Des ententes de sécurité sociale ont été signées entre le Québec et certains pays (Belgique, Danemark, Finlande, France, Grèce, Luxembourg, Norvège, Portugal et Suède). Si vous êtes ressortissant d'un pays signataire d'un accord, il faut, avant votre départ pour le Québec, obtenir auprès de votre organisme de sécurité sociale un formulaire attestant que vous étiez couvert dans ce pays. Ce formulaire devra être présenté, une fois au Québec, à la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ).

► **Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) :**  
[ramq.gouv.qc.ca/fr/immigrants-travailleurs-etudiants-etrangers/assurance-maladie/Pages/ententes-autres-pays.aspx](http://ramq.gouv.qc.ca/fr/immigrants-travailleurs-etudiants-etrangers/assurance-maladie/Pages/ententes-autres-pays.aspx)

Pour les autres étudiants, il est obligatoire de souscrire à un régime d'assurance privée. La plupart des universités obligent leurs étudiants étrangers à souscrire à une assurance-maladie administrée par l'établissement d'enseignement. Les tarifs y sont avantageux (environ 600 à 900 \$ CAN pour une année). Généralement, le régime couvre les frais médicaux et hospitaliers ainsi que les médicaments sur ordonnance. En revanche, il ne couvre pas forcément les soins dentaires, les soins optiques, le suivi de grossesse et d'accouchement. Renseignez-vous auprès du service universitaire pour les étudiants étrangers sur le montant de l'assurance et les soins couverts.

Il en est de même pour les étudiants étrangers au collégial : vous devrez obligatoirement souscrire au régime collectif d'assurance maladie et

hospitalisation des étudiants étrangers des cégeps et collèges privés. En 2016-2017, le montant annuel de l'assurance s'élevait à 852\$ CAN.

## LOGEMENT

---

Plusieurs choix s'offrent à vous : logement dans une résidence universitaire, appartement ou colocation hors campus.

### LOGEMENT DES PREMIERS JOURS

Pour votre arrivée, si vous n'avez pas de chambre universitaire, vous pouvez réserver un logement temporaire qui vous permettra de passer vos premières nuits et démarrer votre recherche de logement en toute sérénité.

- **Auberges de jeunesse** : [quebecvacances.com/auberge-de-jeunesse](http://quebecvacances.com/auberge-de-jeunesse)
- **Couch-surfing** : [couchsurfing.org](http://couchsurfing.org)

### LES RÉSIDENCES POUR ÉTUDIANTS

Il s'agit généralement de chambres à un prix raisonnable et surtout très pratiques pour les étudiants internationaux. C'est une solution facile pour se loger car la réservation se fait avant votre arrivée au Québec.

Pour trouver une résidence universitaire, consultez le site du collège ou de l'université dans laquelle vous étudierez.

### LE LOGEMENT HORS CAMPUS

Plusieurs sites Internet proposent des petites annonces de logement à louer pour une personne ou pour plusieurs. La colocation est une pratique courante au Québec et se révèle un excellent moyen de s'intégrer socialement. Si vous optez pour une colocation, dès votre arrivée, faites un point avec vos colocataires pour déterminer les règles de vie : ménage, vaisselle, achats de produits en commun, etc.

Reportez-vous à la section du guide consacrée au logement pour connaître les sites de petites annonces (p. 191).

## PANORAMA DES UNIVERSITÉS DU QUÉBEC

### À MONTRÉAL

Plus de 170 000 étudiants fréquentent les établissements universitaires de Montréal, contribuant à faire de Montréal l'une des principales villes estudiantines d'Amérique du Nord.

**L'Université de Montréal (UdeM)**, fondée en 1878, l'UdeM compte 16 facultés, plus de 60 départements, couvrant tant les sciences humaines et sociales que les diverses disciplines des sciences pures et de la santé. L'École des hautes études commerciales (HEC) de Montréal et l'École polytechnique de Montréal y sont affiliées.

► [umontreal.ca](http://umontreal.ca)

**L'Université du Québec à Montréal (UQAM)** est un établissement public francophone situé au cœur du Quartier Latin. Créée en 1969, elle compte 6 facultés (arts, communication dont l'École de langues, sciences de l'éducation, science politique et de droit, sciences et sciences humaines), une École des sciences de la gestion (ESG UQAM). Elle offre plus de 160 programmes de 1<sup>er</sup> cycle et 145 programmes au 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycle. En plus du campus central, l'UQAM est aussi située en région métropolitaine avec ses 4 autres campus en région.

► [uqam.ca](http://uqam.ca)

**L'Université McGill** a été fondée en 1821, sur ce qui allait devenir le centre-ville même de Montréal. Ses 10 facultés, 12 écoles, 4 hôpitaux d'enseignement et son École d'éducation permanente offrent plus de 300 programmes au niveau du baccalauréat, de la maîtrise et du doctorat.

► [francais.mcgill.ca](http://francais.mcgill.ca)

Fondée en 1974, l'**Université Concordia** compte environ 40 000 étudiants, à qui elle offre 200 programmes, sous la gouverne de 4 facultés. L'Université compte aussi une École des études supérieures ainsi que de nombreux collèges, centres et instituts.

► [concordia.ca](http://concordia.ca)

**L'Université de Sherbrooke (UdeS) – Campus Longueuil** est composée de 8 facultés et du Centre universitaire de formation en environnement. Elle offre plus de 120 programmes de baccalauréat, de maîtrise et de doctorat. Elle compte de nombreuses chaires de recherche, dont les forces comprennent, entre autres, la pharmacologie, la biotechnologie, les matériaux, l'aérospatiale, la microélectronique, l'environnement, la linguistique, l'électrochimie, l'acoustique et la supraconductivité.

► [usherbrooke.ca/longueuil](http://usherbrooke.ca/longueuil)

Fondée en 1907, **HEC Montréal** est la première école de gestion universitaire en Amérique du Nord à détenir les trois agréments internationaux les plus convoités en gestion : AACSB International, EQUIS et AMBA. HEC Montréal accueille plus de 13 000 étudiants dont 33 % d'étudiants internationaux dans l'un ou l'autre des 80 programmes en gestion du 1<sup>er</sup> au 3<sup>e</sup> cycle.

► [hec.ca](http://hec.ca)

**L'École Polytechnique de Montréal** est l'un des établissements les plus importants au Canada en terme d'enseignement et de recherche en génie. 16 spécialités pour la formation d'ingénieurs sont proposées aux 7 500 élèves qui suivent ses cours chaque année. L'école consacre une part importante de son budget à la recherche et dispose de 24 chaires de recherche du Canada.

► [polymtl.ca](http://polymtl.ca)

**L'ENAP (École Nationale d'Administration publique)** est l'une des plus importantes écoles en administration publique au monde. Les programmes multidisciplinaires de 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles qu'elle propose répondent aux besoins des organismes publics et parapublics, des réseaux de la santé, des services sociaux, de l'éducation et du monde municipal.

L'ENAP est établie dans 5 régions du Québec (Montréal, Québec, Gatineau, Saguenay et Trois-Rivières). Et à partir de l'hiver 2017, des cours seront également offerts à Drummondville.

► [enap.ca](http://enap.ca)

**L'ÉTS (École de technologie supérieure)** est une constituante du réseau de l'Université du Québec. Spécialisée dans la formation et la recherche appliquée en génie et le transfert technologique, elle offre des programmes d'études du 1<sup>er</sup> au 3<sup>e</sup> cycle ainsi qu'un service de perfectionnement. L'ÉTS compte quelque 7 600 étudiants et offre 155 programmes d'études. Chaque année, près de 3000 cadres, professionnels et techniciens en service suivent des formations de perfectionnement dans des domaines divers (qualité, management, technologie et informatique).

► [etsmtl.ca](http://etsmtl.ca)

**L'INRS (Institut national de la recherche scientifique)** est une université de recherche et de formation de 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles composée de quatre centres de recherche multidisciplinaires situés à Montréal, à Québec, à Laval et à Varennes. Première au Canada pour son intensité en recherche (subventions par professeur), l'INRS se distingue par un environnement d'études exceptionnel grâce à la compétence de ses 150 professeurs aux expertises diversifiées, à la qualité de l'encadrement des étudiants et leur intégration dans des équipes de recherche, à l'accès à des infrastructures à la fine pointe de la technologie, au financement avantageux offert aux étudiants et à la présence de stagiaires postdoctoraux.

► [inrs.ca](http://inrs.ca)

## AUTRES ÉTABLISSEMENTS D'ENSEIGNEMENT UNIVERSITAIRES

Les étudiants étrangers peuvent suivre des formations de niveau universitaire dans certains établissements comme l'ITHQ avec son programme "Hautes études en gestion hôtelière internationale".

**L'ITHQ (Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec)** est la référence au Canada en matière de formation spécialisée dans le domaine du tourisme, de l'hôtellerie, de la restauration et de la sommellerie. Avec une vingtaine de programmes d'études dont plus de la moitié en alternance, l'ITHQ offre une formation de qualité à ses 11 000 diplômés. Les étudiants peuvent pratiquer au sein de l'un des 2 restaurants et de l'hôtel 4 étoiles de l'école.

► [ithq.qc.ca](http://ithq.qc.ca)

## À QUÉBEC (CAPITALE-NATIONALE)

Avec environ 3 700 professeurs et quelques 42 500 étudiants, dont 13% d'étudiants étrangers, **L'Université Laval à Québec** offre 500 programmes d'étude répartis dans 17 facultés.

► [ulaval.ca](http://ulaval.ca)

## À SHERBROOKE (ESTRIE)

**L'Université de Sherbrooke** se classe au premier rang des universités canadiennes en ce qui concerne les redevances pour les innovations

### Les journées «Étudier au Québec» dans toute la France

Vous êtes intéressé par un programme d'études au Québec ou vous souhaitez simplement obtenir une expérience étudiante internationale ? Ne ratez pas les journées «Étudier au Québec» qui ont lieu régulièrement en France. C'est l'occasion de rencontrer des universités et établissements de l'enseignement supérieur, de leur poser toutes vos questions, vous renseigner sur les cursus et les possibilités de bourses, mais aussi de vous documenter sur la vie au Québec. Bref, le rendez-vous incontournable pour bien préparer votre projet.

► Pour connaître les dates des journées : [etudierauquebec.fr](http://etudierauquebec.fr)

brevetées. Ses domaines de connaissance vont de la santé à l'environnement, en passant par la microélectronique, l'optique, les TIC et les micro-nanotechnologies.

► [usherbrooke.ca](http://usherbrooke.ca)

**L'Université Bishop's**, fondée en 1843, est anglophone. De petite taille, seulement 2500 étudiants, elle offre à ses étudiants des cours de 25 personnes en moyenne, ce qui en fait l'un de ses atouts.

► [ubishops.ca](http://ubishops.ca)

## À SAGUENAY (SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN)

**L'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC)** offre près de 380 programmes de recherche. L'Uqac compte 6500 étudiants de 60 nationalités différentes. Diverses ressources sont mises à la disposition des étudiants internationaux afin de les accueillir et de leur fournir un encadrement tout au long de leur séjour.

► [uqac.ca](http://uqac.ca)

## EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

**L'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT)** offre des programmes de 1<sup>er</sup>, 2<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> cycles en éducation, en gestion, en santé, en génie, en mines et environnement, en foresterie, en création et nouveaux médias et en développement humain et social.

► [uqat.ca](http://uqat.ca)

## À RIMOUSKI (BAS-SAINT-LAURENT)

**L'Université du Québec à Rimouski (UQAR)** brille notamment pour ses programmes de recherche sur les sciences de la mer, le développement régional et la nordicité.

► [uqar.ca](http://uqar.ca)

### Pour tout savoir sur les universités et la vie étudiante :

- Site du gouvernement du Québec : [international.gouv.qc.ca/fr/accueil/etudier](http://international.gouv.qc.ca/fr/accueil/etudier)
- Université du Québec (réseau) : [uquebec.ca](http://uquebec.ca)
- Étudier au Québec : [etudierauquebec.fr](http://etudierauquebec.fr)
- Ma place au Québec : [maplaceauquebec.ca](http://maplaceauquebec.ca)

## À TROIS-RIVIÈRES (MAURICIE)

Fondée en 1969, l'**Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR)** est reconnue pour sa spécialisation dans les domaines de pointe (recherche en biologie végétale, en électronique industrielle, en neurosciences ou encore en médecine alternative).

► [uqtr.ca](http://uqtr.ca)

## EN OUTAOUAIS

L'**Université du Québec en Outaouais (UQO)** est répartie sur deux campus à Gatineau et à Saint-Jérôme. Son campus à l'avantage d'être situé aux portes de l'Ontario, tout près d'Ottawa.

L'UQO offre plus d'une centaine d'options d'études au sein desquels évoluent près de 7 500 étudiants. Elle est reconnue, entre autres, pour ses recherches en sciences sociales, développement territorial, psychoéducation, cyberspsychologie.

► [uqo.ca](http://uqo.ca)

## TRAVAILLER PENDANT OU APRÈS VOS ÉTUDES

### TRAVAILLER SUR LE CAMPUS DURANT VOS ÉTUDES

Les étudiants étrangers peuvent travailler sur leur campus s'ils étudient à temps plein dans un établissement postsecondaire public ou privé et s'ils ont un permis d'études valide.

### TÉLUQ : des études universitaires à distance

La TÉLUQ est la première et la seule université totalement à distance au Québec. Depuis sa création en 1972, elle n'a pas cessé d'enrichir son offre qui comporte aujourd'hui plus de 400 cours et 75 programmes à tous les cycles d'études dans les principaux domaines du savoir. Ses programmes sont sanctionnés par un diplôme de l'Université du Québec. La TÉLUQ enregistre à ce jour près d'un million d'inscriptions à ses cours et programmes.

► [teluq.ca](http://teluq.ca)

Il s'agit d'une bonne option pour ceux qui souhaitent avoir un complément budgétaire, mais les emplois disponibles sont peu nombreux.

► Consultez le site d'IRCC : [cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-surcampus.asp](http://cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-surcampus.asp)

## TRAVAILLER HORS CAMPUS DURANT VOS ÉTUDES

---

Depuis le 1<sup>er</sup> juin 2014, il est possible pour les étudiants étrangers à temps complet, inscrits dans des établissements d'enseignement désignés (EED) de niveau postsecondaire ou, à un programme de formation professionnelle de niveau secondaire, de travailler hors campus à temps partiel (et à temps complet pendant les congés prévus au calendrier scolaire) même s'ils ne sont pas titulaires d'un permis de travail. Vous ne pourrez pas travailler plus de 20 heures par semaine durant les sessions.

► Consultez le site d'IRCC : [cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-horscampus.asp](http://cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-horscampus.asp)

## TRAVAILLER TEMPORAIREMENT AU QUÉBEC APRÈS VOS ÉTUDES : LE PERMIS POSTDIPLÔME

---

Si vous obtenez votre diplôme d'études et si vous avez étudié au moins huit mois dans une université, un cégep public ou un collège privé subventionné ou suivi une formation professionnelle, vous pouvez, dans les 90 jours suivant son obtention, présenter une demande de permis de travail postdiplôme auprès d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). Il n'excédera pas la durée de vos études, avec un maximum de trois années : par exemple, si vous avez étudié pendant 14 mois, le permis postdiplôme sera de 14 mois. Vous devez avoir un permis d'études valide au moment où vous demandez le permis de travail postdiplôme.

► Consultez le site d'IRCC : [cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-post.asp](http://cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-post.asp)

Il s'agit là d'un permis de travail temporaire. Par la suite, si vous souhaitez poursuivre votre vie au Québec, pensez à demander la résidence permanente en bénéficiant du Programme de l'expérience québécoise (PEQ).

## VOUS ÉTABLIR DURABLEMENT AU QUÉBEC : LE PROGRAMME DE L'EXPÉRIENCE QUÉBÉCOISE (PEQ) OU LE PROGRAMME RÉGULIER DES TRAVAILLEURS QUALIFÉS (PRTQ)

---

Si vous souhaitez devenir résident permanent du Canada, vous devez obtenir tout d'abord un certificat de sélection du Québec (CSQ), puis la résidence permanente auprès des autorités fédérales.

Il est possible, qu'ayant suivi des études au Québec et obtenu ou en voie d'obtenir un diplôme québécois, vous soyez admissible au Programme de l'expérience québécoise (PEQ). Ce programme permet d'obtenir le CSQ en un mois seulement. Si vous n'êtes pas admissible au PEQ, vous pourriez l'être au Programme régulier des travailleurs qualifiés (PRTQ).

Pour en savoir plus sur ce programme et les critères d'octroi, consultez le site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) :

- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/index.html](https://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/index.html)
- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/JeResteAuQuebec](https://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/JeResteAuQuebec)

PRÉSENTÉ PAR :



ORGANISÉ PAR :



# SALON DE L'IMMIGRATION ET DE L'INTÉGRATION AU QUÉBEC

ACCUEIL • INSTALLATION • EMPLOI • FORMATION  
RÉGIONS • ENTREPRENEURIAT • LOISIRS

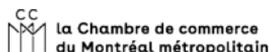
31 mai - 1 juin 2017

Palais des congrès de Montréal



**Entrée gratuite**  
[salonimmigration.com](http://salonimmigration.com)

En partenariat avec :



# JE CHOISIS MONTRÉAL

## Un texte de Montréal International

Le Grand Montréal compte sur la présence de plus de 30 000 étudiants internationaux au niveau collégial et universitaire. Ces talents sont hautement stratégiques pour le développement économique futur de la métropole : ils sont nombreux, diplômés du Québec, maîtrisent plusieurs langues et disposent de réseaux bien établis dans le Grand Montréal ainsi qu'à l'international.

Du fait de l'importance de ce bassin de talents, Montréal International et le Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion du Québec ont développé conjointement un projet visant à favoriser la rétention des étudiants internationaux dans le Grand Montréal, sur le thème Je choisis Montréal. Les établissements d'enseignement et les commissions scolaires sont des partenaires clés pour la réussite de ce projet.

Je choisis Montréal, qui sera piloté par Montréal International au cours des trois prochaines années, a pour but d'accroître significativement le nombre d'étudiants internationaux qui décident de s'établir et de travailler au Québec après leurs études. L'objectif est de favoriser l'établissement durable des personnes immigrantes répondant aux besoins du Québec et des régions ; dans ce cas-ci, la région de la Communauté métropolitaine de Montréal.

Pour ce faire, Montréal International ira à la rencontre des étudiants internationaux de la métropole et leur offrira diverses activités en lien avec l'immigration, le travail et la vie au Québec et dans le Grand Montréal.

Je choisis Montréal prévoit, entre autres, la tenue de séances d'information conjointes avec le Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion du Québec pour aider les étudiants internationaux à mieux comprendre les processus d'immigration permanente au Québec et au Canada. Ces séances d'informations sont offertes sur les campus des établissements d'enseignement et commissions scolaires participants et en ligne.

Par ailleurs, en collaboration avec divers partenaires privés et acteurs du développement économique montréalais, Montréal International proposera des activités visant à mettre en relation les étudiants internationaux avec le marché du travail : séances de réseautage, visites d'entreprises, séances de recrutement pour des stages ou emplois, etc.

Je choisis Montréal permettra aussi aux étudiants internationaux de découvrir la qualité de vie exceptionnelle de notre métropole, notamment la richesse et la diversité de son offre culturelle. Encore une fois, l'organisation de telles activités se fera en étroite collaboration avec des acteurs clés du monde culturel montréalais.

Finalement, la campagne promotionnelle Je choisis Montréal se déclenche sur le site web [jechoisismontreal.com](http://jechoisismontreal.com) et les réseaux sociaux (Facebook, LinkedIn). Les étudiants internationaux y retrouveront une multitude d'informations concrètes en lien avec les volets Immigrer, Vivre et Travailler au Québec et dans le Grand Montréal.

En résumé, Je choisis Montréal reflète la volonté de la communauté du Grand Montréal d'aider les étudiants internationaux de la métropole à transformer leur projet d'études en projet de vie.

- [jechoisismontreal.com](http://jechoisismontreal.com)
- [facebook.com/jechoisismontreal](https://facebook.com/jechoisismontreal)

# Je choisis MONTREAL



En partenariat avec

**Immigration,  
Diversité  
et Inclusion**

Québec 



# GISELLA

Pays d'origine : Pérou

Au Québec depuis : 2002

Statut à l'arrivée au Québec : Réfugiée

Région d'installation : Montréal

## REPRENDRE DES ÉTUDES

Au Pérou, nous vivions une situation très difficile et nous avons décidé de partir assez précipitamment pour le Québec en 2002. Dès notre arrivée, nous avons demandé, avec mon mari et mes 4 enfants, le statut de réfugiés.

Au Pérou, je travaillais dans le secteur des ressources humaines au sein d'un service éducatif. Mon mari était ingénieur industriel. Nous savions que nous ne pourrions trouver un emploi dans ces domaines et nous étions prêts à accepter n'importe quoi. J'ai trouvé, grâce à un contact, un poste de femme de chambre et mon mari d'ouvrier. Après plusieurs années à ces postes, nous avons envisagé de reprendre nos études.

Mon mari s'est inscrit au cégep d'Ahuntsic pour une formation de remise à niveau dans le domaine industriel. À l'issue de celle-ci, il a trouvé un poste de contrôleur qualité. Il fait des shifts de nuit et est rémunéré 15 \$ CAN de l'heure. Dès que mon mari a trouvé une meilleure situation, j'ai suivi un certificat en immigration et relation interethnique à l'Université du Québec à Montréal (UQAM). C'est une formation à temps plein que je faisais en parallèle de mon travail.

Reprendre mes études a beaucoup changé ma façon de voir les choses. Je souhaite désormais me réorienter dans le secteur des ressources humaines. J'ai commencé à refaire mon CV et à regarder des offres d'emploi. J'ai également été bénévole au Salon de l'immigration et de l'intégration au Québec durant lequel j'ai réalisé que de nombreux organismes pouvaient m'aider pour ma recherche d'emploi.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)



# MENGJIAO

Pays d'origine : Chine

Au Québec depuis : 2014

Statut à l'arrivée au Québec : Étudiante internationale

Région d'installation : Montréal

## S'INTÉGRER GRÂCE AUX ÉTUDES

J'ai fait un baccalauréat en langue et littérature française et anglaise en Chine. Je cherchais à partir à l'étranger pour continuer mes études, perfectionner mon français et, éventuellement, émigrer définitivement. Le Québec m'a semblé la destination idéale. Mon anglais était plus fort que mon français et j'aurais pu m'inscrire dans une université anglophone, mais je voulais me forcer à améliorer mon français. J'ai décidé de m'inscrire à la maîtrise en sociologie offerte par l'Université du Québec à Montréal. J'avais étudié quelques œuvres québécoises dans mon cursus en Chine et j'étais mentalement préparé à la différence de langue, mais ça a quand même été un choc. Je ne comprenais pas grand chose. Grâce à mon implication dans la communauté étudiante et à diverses petites jobines, j'ai vite intégré les nouvelles expressions et l'accent. Cela m'a aussi permis de rencontrer des gens et de mieux m'intégrer. Je suis même aujourd'hui mariée à un Québécois !

À la suite de ma maîtrise, je vais entamer un bac en droit civil à l'UQAM ou à l'UdeM. J'ai toujours voulu faire du droit, mais je voulais commencer par un autre diplôme afin que mon français soit assez solide pour ensuite pouvoir étudier le droit.

J'attends actuellement ma résidence permanente, déposée par le biais du parrainage, et j'espère un jour être avocate et plaider en français !



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

# CHOISIR VOTRE RÉGION D'INSTALLATION

Si la plupart des immigrants arrivant au Québec s'installent à Montréal, certains sont attirés – à juste titre – par d'autres régions offrant une qualité de vie très agréable et une possibilité de s'insérer sur le marché du travail plus facilement qu'à Montréal, où les demandeurs d'emploi se bousculent.

Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI), depuis plusieurs années, souhaite stimuler la régionalisation de l'immigration. Des plans d'action, en lien avec des organismes locaux, visent à faciliter l'accueil, l'intégration et l'accès à l'emploi des nouveaux arrivants. N'hésitez pas à considérer sérieusement la possibilité de vous établir en région : l'avenir de l'immigration au Québec se tient là !

## Le site « Vous avez une place au Québec »

Pour pousser plus loin vos connaissances des régions du Québec, connaître les perspectives d'emploi, comprendre les valeurs de la société québécoise ou encore visionner des témoignages, connectez-vous au site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) :

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/placeauquebec/fr/index.php](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/placeauquebec/fr/index.php)

Vous pouvez également consulter la section « Où s'installer » du site Immigration-Québec qui s'adresse plus spécifiquement aux nouveaux arrivants et aux personnes qui envisagent d'immigrer au Québec :

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/region/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/region/index.html)

Les régions du Québec ont de nombreux atouts pour qui a mûrement pensé son immigration. Les villes du Québec offrent des occasions uniques d'emploi, des études spécialisées et des opportunités d'investissement intéressantes. Généralement, le Québec est riche d'une excellente qualité de vie, d'un coût de la vie abordable ainsi que de loisirs nombreux et variés. Acheter ou construire une maison en région revient bien souvent à déboursier la somme nécessaire à l'achat d'un simple studio dans les grandes métropoles du monde. Une habitation, ou une ferme, avec des vastes terres autour, reste dans le domaine du raisonnable. Compétitives entre elles, les régions ont créé depuis quelques années des pôles d'excellence ainsi que des plans stratégiques de développement qui méritent qu'on s'y attarde, surtout lors d'une démarche d'immigration.

Les personnes immigrantes qui résident dans la région métropolitaine de Montréal ou à l'étranger souhaitant s'installer en région peuvent bénéficier des services d'accueil et d'établissement gratuits (informations et accompagnement) auprès de quatre organismes partenaires du Ministère à Montréal ayant pour mandat l'aide à la régionalisation : Collectif, Promotion-Intégration-Société nouvelle (PROMIS), Accueil liaison pour arrivants (ALPA) et Carrefour BLE (voir zoom, page 143).

## Place aux jeunes en région

Vous souhaitez vous établir en région plutôt que dans un grand centre urbain? Vous êtes âgés entre 18 et 35 ans et possédez un permis de travail valide? Le programme Place aux jeunes en région (PAJR) est fait pour vous! Le réseau de PAJR peut vous aider à trouver la région qui vous convient et à rencontrer des employeurs et divers intervenants locaux au cours de séjours exploratoires, tout en vous accompagnant à distance dans vos démarches d'établissement. Le site Internet de PAJR présente une mine d'informations indispensables pour vos recherches : portrait socio-économique des régions, offres d'emploi, ressources en entrepreneuriat et plus encore! Veuillez noter que la possession d'un permis de conduire, ainsi que d'une voiture pourrait constituer un atout pour votre établissement dans certaines régions.

► [placeauxjeunes.qc.ca](http://placeauxjeunes.qc.ca)

## Accueil et soutien aux femmes immigrantes

### À MONTRÉAL

**Assistance aux femmes:** intervention auprès des femmes immigrantes victimes de violence conjugale.

➤ [assistanceauxfemmes.ca](http://assistanceauxfemmes.ca)

**Centre communautaire des femmes sud-asiatiques:** services d'accueil et d'intégration pour des femmes immigrantes d'origine sud-asiatique.

➤ [sawcc-ccfsa.ca](http://sawcc-ccfsa.ca)

**Cercle d'entraide professionnelle pour femmes immigrantes (CEPFI):** programme d'insertion professionnelle en bureau-tique pour femmes immigrantes du secteur de Verdun, Lachine et Lasalle, offert par le Chantier d'Afrique du Canada.

➤ [chafri.ca](http://chafri.ca)

**Centre d'encadrement pour jeunes femmes immigrantes (CEJFI):** accompagnement de l'intégration des jeunes femmes immigrantes à la société québécoise.

➤ [cejfi.org](http://cejfi.org)

**Centre des femmes de Montréal:** services en plusieurs langues pour accompagner l'intégration et l'employabilité des femmes immigrantes.

➤ [centredesfemmesdemtl.org](http://centredesfemmesdemtl.org)

**Collectif des femmes immigrantes du Québec:** promotion et accompagnement dans les démarches d'autonomie financière et personnelle.

➤ [cfiq.ca](http://cfiq.ca)

**Femmes du monde à Côte-des-Neiges:** accueil, écoute et informations aux femmes du quartier de Côte-des-Neiges.

➤ [femmesdumondecdn.org](http://femmesdumondecdn.org)

**Maison d'Athéna:** services en plusieurs langues d'hébergement d'urgence aux femmes victimes de violence familiale et leurs enfants.

➤ [shieldofathena.com](http://shieldofathena.com)

**Y des femmes de Montréal:** programmes visant à l'autonomie et au développement personnel et professionnel des femmes.

Offre également des services d'hébergement ouverts au public dont les recettes aident à financer les projets de l'organisme.

➤ [ydesfemmesmtl.org](http://ydesfemmesmtl.org)

## EN RÉGION

**Centre pour femmes immigrantes de Sherbrooke:** accompagnement pour sortir de l'isolement des femmes immigrantes et les aider par des services gratuits.

► 942, rue Belvédère Sud, Sherbrooke, J1H 4G3. Tél. 819 822-2259.

**Association des femmes immigrantes de l'Outaouais (AFIO):** accompagnement pour une meilleure intégration des femmes immigrantes.

► [afio.ca](http://afio.ca)

**Centre international des femmes (CIFQ) (Québec):** accès aux soins de santé et aux services sociaux pour les femmes immigrantes.

► [cifqfemmes.qc.ca](http://cifqfemmes.qc.ca)

**Maison pour femmes immigrantes:** pour femmes et enfants victimes de violence conjugale.

► [maisonpourfemmesimmigrantes.com](http://maisonpourfemmesimmigrantes.com)

Une installation bien préparée vous aidera à prendre plus vite vos repères et à effectuer les bonnes démarches administratives. Lorsque vous arriverez dans votre ville d'établissement, adressez-vous aux services municipaux qui, bien souvent, offrent des services d'accueil aux nouveaux arrivants. Certaines villes ont même mis en place des services pour l'accueil des immigrants: c'est dire comme vous êtes attendus! Dans tous les cas, consultez les sites Internet des villes.

Pour pousser plus loin vos connaissances des régions du Québec, le portail des régions administratives vous sera d'une grande utilité. Vous y découvrirez des portraits régionaux, des actualités gouvernementales régionales, les politiques de développement afférentes, des points sur les services en région... :

► [gouv.qc.ca/portail/quebec/pgs/commun/portailsregionaux](http://gouv.qc.ca/portail/quebec/pgs/commun/portailsregionaux)

Bienvenue au Québec!

*\*Les chiffres des portraits des régions sont issus des données de l'année 2014 et 2015 de l'Institut de la statistique du Québec.*

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population :** 147 700 hab.
- › **Superficie en terre ferme :** 57 349 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population :** 2,6 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité :** 66,4 %
- › **Taux de chômage :** 6,7 %
- › **Principales villes :** La Sarre, Amos, Rouyn-Noranda, Val-d'Or, Malartic

## PORTRAIT

Immense région boisée aux nombreux lacs, peu peuplée et riche en ressources naturelles, l'Abitibi-Témiscamingue est une région riche en or, ce qui fait de cette industrie un pilier de l'économie régionale. L'économie s'est beaucoup développée autour de l'exploitation et de la transformation des minerais et du bois, mais actuellement la région ne ménage pas ses efforts pour associer ce secteur à des centres de recherche. Elle mise également sur les services de santé, d'éducation, de transports pour répondre au plus près aux besoins de ses habitants. Si le secteur primaire autour de la mine, la forêt et l'agriculture constitue la structure économique historique de l'Abitibi-Témiscamingue, l'expansion du secteur tertiaire offre de belles perspectives en termes d'emplois à pourvoir dans les années à venir.

L'Abitibi-Témiscamingue constitue le cœur de la nation algonquine. Sept des onze communautés algonquines du Canada y sont installées, soit près de 7450 personnes en 2013.

L'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue (UQAT) se répartit sur les trois campus de Rouyn-Noranda, Val-d'Or et Amos. L'UQAT a développé une antenne du campus dédiée aux Premières Nations avec un enseignement sur mesure.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Agriculture et élevage bovin ; Exploitation et transformation : mines, forêt ; Transformation des matières premières

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

**Carrefour jeunesse-emploi Abitibi-Est (CJAE) (Val-d'Or, Malartic, Senneterre):** offre des services pour favoriser l'installation durable et la rétention à long terme des personnes immigrantes s'établissant dans la MRC Vallée-de-l'Or (conseils sur la vie quotidienne, soutien dans les démarches administratives, informations sur l'insertion au marché du travail).

► [cjeae.qc.ca](http://cjeae.qc.ca)

**La Mosaïque (Rouyn-Noranda):** depuis 1990, facilite l'accueil, l'accompagnement et l'insertion des immigrants en Abitibi-Témiscamingue, et plus particulièrement dans les villes de Rouyn-Noranda (activités sociales, culturelles et de loisirs).

► [lamosaique-at.org](http://lamosaique-at.org)

**Mouvement de la relève d'Amos-région (Amos):** offre plusieurs services aux personnes immigrantes tels que : soutien dans la recherche d'emploi, soutien administratif, découverte d'Abitibi et activités sociales.

► [mrar.qc.ca](http://mrar.qc.ca)

### AUTRES LIENS UTILES

► Observatoire de l'Abitibi-Témiscamingue : [observat.qc.ca](http://observat.qc.ca)

► Tourisme Abitibi-Témiscamingue :  
[tourisme-abitibi-temiscamingue.org](http://tourisme-abitibi-temiscamingue.org)

### Ressource en ligne : Valorisation Abitibi-Témiscamingue

Ce site présente les atouts de la région et consacre un espace aux nouveaux arrivants. Vous y trouverez un ensemble d'adresses d'organismes pouvant vous aider dans votre installation et votre recherche d'emploi. Vous pouvez également visionner des capsules vidéos de témoignages de personnes récemment installées en Abitibi-Témiscamingue.

► [valorisation-abitibi-temiscamingue.org](http://valorisation-abitibi-temiscamingue.org)

- › **Population** : 199 577 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 22 185 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population** : 9 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 57,3 %
- › **Taux de chômage** : 9,3 %
- › **Principales villes** : Matane, Rimouski, Rivière-du-Loup, La Pocatière

## PORTRAIT

---

De La Pocatière aux Méchins, le Bas-Saint-Laurent s'étend le long du fleuve Saint-Laurent. Ouvert sur le monde, il propose un mariage entre les commodités urbaines et l'environnement sain caractéristique de la campagne.

À ce jour, de nombreux travailleurs, professionnels et gens d'affaires ont choisi le Bas-Saint-Laurent pour y travailler et y vivre à temps plein. Région diversifiée, son développement s'appuie en grande partie sur l'innovation et les emplois qu'elle offre sont souvent synonymes d'initiative et de créativité. Le secteur maritime, l'écoconstruction, la tourbe et les technologies environnementales ne sont que quelques domaines porteurs et en plein développement.

Sa vie culturelle est riche, dynamique et variée. Arts visuels, musique, cinéma, théâtre, littérature, patrimoine sont très présents sur le territoire. Aussi, une relève se fait de plus en plus sentir dans les arts et la culture.

Rimouski déborde d'animation avec ses quelque 15 000 étudiants chaque année dans les divers établissements d'enseignement, dont l'Université du Québec à Rimouski (UQAR).

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉ

---

Agriculture et forêt; Industries manufacturières : aliments, produits en bois, papier; Technologies agro-environnementales; Écoconstruction; Éolien; Biotechnologies marines; Technologies de l'information; Écotourisme

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Accueil et Intégration B.S.L (Rimouski):** depuis 1991, facilite l'arrivée et l'intégration dans la région des immigrants; travaille à la promotion de l'immigration.

➡ [aibsl.org](http://aibsl.org)

**Centre local de développement de la région de Rivière-du-Loup** (volet Immigration): depuis 2003, travaille de façon proactive au développement de l'immigration (accueil et intégration, aide à la recherche d'emploi, services aux entreprises pour l'embauche de travailleurs étrangers et la gestion de la diversité culturelle).

➡ [riviereduloup.ca](http://riviereduloup.ca)

**Service d'accueil-immigration de La Matanie (SAIM):** depuis mars 2012, guichet unique favorisant l'installation et l'intégration des nouveaux arrivants (support à la recherche d'emploi, accueil et établissement, intégration sociale et professionnelle, organisation d'activités interculturelles, etc.). Il offre des services aux entreprises (référence de candidats, gestion de la diversité culturelle...).

➡ [sadc-matane.qc.ca/immigration.html](http://sadc-matane.qc.ca/immigration.html)

**Service d'accueil des nouveaux arrivants de La Matanie (SANAM):** offre une gamme de services visant à favoriser l'installation et la rétention des nouveaux arrivants en Matanie. Il accompagne également les entreprises qui souhaitent recruter et maintenir à leur emploi du personnel issu de l'immigration ou originaire d'autres régions du Québec. Enfin, il supporte les étudiants internationaux dans leur intégration à Matane ainsi que leurs éventuels projets d'immigration post-diplôme.

➡ [sanamatanie.org](http://sanamatanie.org)

### AUTRES LIENS UTILES

➡ **Tourisme Bas-Saint-Laurent :** [bassaintlaurent.ca](http://bassaintlaurent.ca)

➡ **Pour les arts et la culture :** [crcbsl.org](http://crcbsl.org)

➡ [bas-saint-laurent.org/](http://bas-saint-laurent.org/)

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population** : 737 455 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 18 643 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population** : 39,6 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 69,4 %
- › **Taux de chômage** : 4,5 %
- › **Principales villes** : Québec, Baie-Saint-Paul, La Malbaie

## PORTRAIT

La région de la Capitale-Nationale se caractérise par son économie prospère, son entrepreneuriat en expansion et sa vie culturelle dynamique. Siège du gouvernement du Québec, la présence de fonctionnaires garantit aussi à la ville une excellente stabilité économique. La diversité de ses secteurs d'activités, ses services d'éducation et de santé, ses loyers accessibles, rendent la région très compétitive et nombre d'immigrants la préfère à Montréal.

## UNE QUALITÉ DE VIE ENVIABLE

Pour la qualité de ses services scolaires et de santé, des activités culturelles et récréotouristiques, la ville de Québec a obtenu plusieurs distinctions au palmarès « American Cities of the Future 2015 - 2016 » du magazine britannique *fDi*, une publication du groupe The Financial Times. Elle s'est vue classée dans le Top 10 des catégories « Général - Ville moyenne du futur », « Facilité à démarrer ou reprendre une entreprise », « Meilleures stratégies de promotion et d'attraction d'investissements étrangers ».

► [Source : quebecinternational.ca](http://quebecinternational.ca)

D'un point de vue économique et sécuritaire, Québec a tous les avantages d'une capitale sans forcément en avoir tous les défauts. La présence des ministères aidant, la ville de Québec peut se prévaloir d'un taux de criminalité nettement inférieur à celui enregistré dans les grandes villes canadiennes, Montréal comprise. La ville de Québec affiche également des loyers raisonnables et un coût de la vie moins élevé qu'à Montréal.

## ÉCONOMIE STABLE ET EN PLEINE EXPANSION

Deuxième ville de la province en termes d'habitants, l'agglomération de Québec rime avec expansion économique, innovation, performance et créativité. Citadelle résolument tournée vers l'industrie des services, Québec a cependant négocié avec brio le tournant des nouvelles technologies. Main dans la main avec plusieurs centres de recherches réputés, des pôles de compétitivité ont ainsi pu grandir dans l'agglomération ces dernières années. Les sciences biomédicales, l'optique photonique, le laser, la robotique, le bioalimentaire et les technologies de l'environnement sont ainsi à l'honneur.

## RECHERCHE ET CRÉATION

L'Université Laval à Québec compte près de 60 000 étudiants et est classée parmi les 10 plus grandes universités de recherche au Canada. Sa vraie plus-value réside dans sa capacité à allier savoir et pratique, pour rendre toujours plus performante sa population étudiante. L'Université Laval est reconnue pour ses recherches en neurosciences, en optique, photonique et laser, en géomatique, en génomique, en environnement, en études anciennes, etc.

► [ulaval.ca](http://ulaval.ca)

## PARC TECHNOLOGIQUE DU QUÉBEC MÉTROPOLITAIN

Premier parc technologique du Canada créé en 1988, le Parc technologique du Québec métropolitain regroupe une communauté d'affaires d'une centaine d'entreprises et centres de recherche qui emploient près de 5 200 travailleurs œuvrant dans les secteurs de la haute technologie et des sciences de la vie. Le Parc Techno met à l'honneur les talents, l'innovation et le développement durable. La zone d'échanges entre les travailleurs y est particulièrement stimulante.

► [parctechno.com](http://parctechno.com)

## INTÉGRATION DES NOUVEAUX ARRIVANTS COMME PRIORITÉ

La ville de Québec a adopté un plan stratégique de développement de l'immigration depuis 2004 et s'est dotée, en 2010, de la politique municipale sur l'accueil, l'intégration et la rétention des personnes

immigrantes. Afin de faciliter l'arrivée, l'installation et l'intégration des immigrants, la municipalité a ainsi créé un service pour les nouveaux arrivants coordonné par le Commissariat aux relations internationales de la Ville de Québec. Soucieuse d'accueillir au mieux cette nouvelle population, elle ne ménage pas ses efforts en matière de services. Elle offre notamment des sessions d'accueil aux immigrants franco-phones ou qui suivent des cours de francisation, ainsi qu'aux travailleurs temporaires en entreprises. Elle propose aussi des visites guidées de plusieurs arrondissements.

Sources : Bureau de la Capitale-Nationale et Québec International

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

---

Industrie manufacturière : bâtiment vert et intelligent ; Alimentation santé ; Assurances et services financiers ; Technologies de l'environnement ; Sciences de la vie ; Technologies appliquées ; Tourisme

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Accès-Travail Portneuf :** Aide à la recherche d'emploi, accompagnement spécialisé, réseautage et mentorat et suivi en entreprise pour les immigrants.

► [accestravailportneuf.com](http://accestravailportneuf.com)

**Centre multiethnique de Québec :** depuis 1960, offre des services d'accueil et d'intégration aux immigrants et réfugiés (informations, conférences, activités interculturelles, aide à la recherche de logement, organisation de la vie quotidienne...).

► [centremultiethnique.com/Accueil.html](http://centremultiethnique.com/Accueil.html)

**Centre R.I.R.E. 2000 (Limoilou) :** depuis 1996, propose un accompagnement des immigrants dans leur intégration socio-professionnelle (aide à la préparation aux examens pour accéder à l'Ordre des ingénieurs du Québec, des informations sur les métiers et professions réglementés, des ateliers d'employabilité, des cours d'informatique, de comptabilité et de langues, une préparation à l'examen théorique pour le permis de conduire, des programmes d'aide à l'emploi et au stage pour les jeunes...).

► [r2000.qc.ca](http://r2000.qc.ca)

**Charlevoix me voilà :** piloté par la MRC de Charlevoix, le site offre un inventaire des ressources et services disponibles sur le logement, le travail, l'éducation, la santé, etc. Des services spécifiques aux nouveaux résidents y sont notifiés.

➡ [charlevoixmevoila.com](http://charlevoixmevoila.com)

**Groupe Intégration Travail (GIT) - Club de recherche :** offre des services d'encadrement en petit groupe pour effectuer sa recherche d'emploi (conseils sur les techniques de recherche, le CV, l'entrevue d'embauche, soutien, répertoire d'entreprises, mise à disposition logistique...).

➡ [git.qc.ca](http://git.qc.ca)

**Mieux-être des immigrants (MEI) (Sainte-Foy) :** a pour objectif de soutenir les immigrants afin d'améliorer leurs conditions de vie quotidienne et ainsi faciliter leur intégration (services psychosociaux, interventions individuelles, de couple ou en famille, soutien scolaire, dépannage alimentaire, francisation, activités socioculturelles...).

➡ [meiquebec.org](http://meiquebec.org)

**Option-Travail Carrefour Jeunesse-Emploi Sainte-Foy :** met à disposition des services personnalisés pour les 16 à 35 ans dont le programme « Objectif Intégration » destiné aux nouveaux arrivants pour mieux comprendre le monde du travail québécois et les valeurs communes de la société québécoise.

➡ [optioncje.qc.ca](http://optioncje.qc.ca)

## Ressource en ligne : Québec en tête

Guichet unique d'informations et de référencement (anciennement 1888 Me Voilà), créé en 2009 et piloté par Québec International, visant à soutenir les entreprises qui recrutent hors-Québec et les travailleurs étrangers souhaitant s'établir dans la région. Le site Internet propose également des offres d'emploi sur lesquelles vous pouvez postuler. Un espace-conseil interactif vous permet de poser des questions à des agents d'orientation qui vous répondent par chat en direct. Québec en tête est une initiative d'Emploi-Québec, du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion, de la Ville de Québec, de Québec International et de la Chambre de commerce et d'industrie de Québec. Un incontournable pour les personnes souhaitant s'établir à Québec !

➡ [quebecentete.com](http://quebecentete.com)

**Service d'aide à l'adaptation des immigrants et immigrantes (SAAI) (Québec):** propose des services de soutien et d'adaptation au nouveau milieu de vie (jumelage interculturel, cuisine collective, accompagnement dans le réseau santé, assermentation de documents, cours de français...).

➡ [saaiquebec.com](http://saaiquebec.com)

**Services de Main-d'œuvre l'Appui Inc. (La Malbaie, Baie-Saint-Paul et Beauport):** offrent aux personnes immigrantes résidentes de Charlevoix et à celles qui souhaitent venir s'établir dans la région un service d'aide à l'emploi complet afin de faciliter leur intégration sociale et professionnelle.

➡ [cje-appui.qc.ca](http://cje-appui.qc.ca)

**Service d'orientation et d'intégration des immigrants (SOIT):** offre des activités de recherche d'emploi personnalisées (CV, information sur le marché du travail, réseautage, préparation aux entrevues, orientation professionnelle, mentorat, maintien en emploi etc.). Dépôt du CV et offres d'emploi sur le site web.

➡ [soit.quebec](http://soit.quebec)

**Ville de Québec:** le site Internet consacre des rubriques spécifiques visant à informer les nouveaux arrivants des caractéristiques de la ville (coût de la vie, économie, marché du travail, services municipaux, etc.), des démarches à effectuer pour se loger et trouver un emploi, des organismes, associations et institutions de la ville de Québec offrant différents services aux immigrants.

➡ [ville.quebec.qc.ca/nouveaux\\_arrivants/index.aspx](http://ville.quebec.qc.ca/nouveaux_arrivants/index.aspx)

## AUTRES LIENS UTILES

➡ **Québec International:** [quebecinternational.ca](http://quebecinternational.ca)

Agence de développement économique offrant une gamme complète de services d'aide aux entreprises de la région métropolitaine de Québec afin de leur permettre d'atteindre une position compétitive sur les marchés internationaux.

➡ **Municipalité régionale et comté (MRC) de Portneuf:** [vivreportneuf.com](http://vivreportneuf.com)

➡ **Office de tourisme de Québec et sa région:** [quebecregion.com](http://quebecregion.com)

## CARTE D'IDENTITÉ

---

- › **Population** : 240 872 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 6921 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population** : 34,8 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 67,5 %
- › **Taux de chômage** : 5,1 %
- › **Principales villes** : Victoriaville, Drummondville, Bécancour

## PORTRAIT

---

La position géographique du Centre-du-Québec, à proximité de Québec, Montréal et de la frontière américaine, fait de cette région un carrefour incontournable avec ses axes routiers majeurs tant canadiens qu'américains. Les activités entrepreneuriales y sont très développées, notamment celles des petites et moyennes entreprises.

Sa structure industrielle s'est beaucoup diversifiée depuis deux décennies, grâce notamment à l'expansion des secteurs de l'alimentation, du papier, des produits métalliques, de la machinerie et du matériel de transport. L'agriculture représente aussi l'un des secteurs d'activités les plus développés avec une diversité des cultures et de l'élevage, une production laitière importante ainsi qu'un savoir-faire en transformation alimentaire.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

---

Industrie manufacturière ; Agriculture et élevage (production laitière) ; Transformation alimentaire ; Textiles techniques ; Tourisme.

*Sources : ministère des Finances*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Accès Travail (Victoriaville et Drummondville):** offre plusieurs programmes et services spécialisés afin d'atteindre ses objectifs professionnels tels que l'aide à la recherche d'emploi, la gestion de carrière, des stages en entreprise, etc. Les services de Drummondville proposent des services spécifiques pour les immigrants de moins de 30 ans.

➡ [accestravail.com](http://accestravail.com)

**Carrefour jeunesse-emploi du comté de Nicolet-Yamaska et de la MRC de Bécancour:** a pour mandat l'accueil et l'intégration des nouveaux arrivants (recherche d'emploi, entrepreneuriat, accompagnement en entrevue et pour des visites exploratoires, etc.).

➡ [cjenicbec.org](http://cjenicbec.org)

**Comité d'accueil international des Bois-Francs (CAIBF) (Victoriaville):** met à la disposition des services d'accueil et d'intégration des personnes immigrantes (recherche de logement, inscription scolaire, interprétariat, etc.).

➡ [caibf.ca](http://caibf.ca)

**Regroupement interculturel de Drummondville:** a pour mandat l'accueil et l'intégration des nouveaux arrivants par le biais d'activités autour des relations interculturelles, d'accompagnement des entreprises et des nouveaux arrivants en matière de diversité culturelle en emploi, de cours de langues, d'interprétariat, de clinique d'impôts et de jumelage, entre autres.

➡ [riddrummondville.ca](http://riddrummondville.ca)

## AUTRES LIENS UTILES

➡ **Tourisme Centre-du-Québec:** [tourismecentreduquebec.com](http://tourismecentreduquebec.com)

➡ **Toile jeunesse Centre-du-Québec:** [toilejeunesse.centre-du-quebec.qc.ca](http://toilejeunesse.centre-du-quebec.qc.ca)

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population** : 421 832 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 15 074 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population** : 28 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 64,7 %
- › **Taux de chômage** : 5,3 %
- › **Principales villes** : Lévis, Saint-Georges, Thetford Mines, Sainte-Marie, Montmagny

## PORTRAIT

La région de la Chaudière-Appalaches, située en face de la région de Québec, s'étend entre le fleuve Saint-Laurent et la chaîne de montagnes des Appalaches. Elle a également une frontière avec le Maine (États-Unis). Les régions de Lévis et de la Beauce en sont le cœur économique avec un maillage de PME très élevé. Chaudière-Appalaches est une région dynamique aux riches ressources naturelles : l'industrie forestière et le secteur de l'agriculture et de l'agroalimentaire y sont prospères. Le secteur manufacturier, porté par les PME, est diversifié autour du bois, du textile, de l'alimentation, des produits métalliques et du plastique. Quant au tourisme, il ne cesse de se développer. Le secteur tertiaire offre le plus d'emplois en commerce de détail, de services de santé, d'hébergement et de restauration. Les secteurs de la finance et de l'assurance y sont historiquement implantés.

### Vos projets se mettent en route

Un portail d'information très complet sur la région : vie, études, carrières, intégration, affaires. Le site offre de nombreux liens vers des ressources concernant l'emploi dans la région, l'intégration sur le marché du travail, les opportunités d'affaires et de carrières.

► [centreduquebec.ca](http://centreduquebec.ca)

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

---

Agriculture et agroalimentaire ; Matériaux composites et en plastique, textiles techniques ; Industrie manufacturière : aliments, produits en bois, produits métalliques, meubles et produits connexes ; Valorisation du bois dans l'habitat ; Tourisme.

Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Alpha Bellechasse :** Alpha Bellechasse, groupe populaire en alphabétisation : pilote le programme « Liaison immigration Bellechasse » qui accompagne les nouveaux arrivants dans leur démarche d'insertion de leur nouveau milieu de vie et de travail.

► [alphabellechasse.org/immigration/](http://alphabellechasse.org/immigration/)

**Carrefour jeunesse-emploi de Beauce-Sud :** est un service d'accueil et d'accompagnement des immigrants dans la recherche d'emploi et de logements ; le jumelage-parrainage ; le réseautage ; l'aide dans les démarches légales et administratives liées à l'installation.

► [cjebeauce-sud.com](http://cjebeauce-sud.com)

**Carrefour jeunesse-emploi de Lotbinière :** a pour mandat d'offrir des services visant à favoriser l'intégration sociale et économique de nouvelles populations, en offrant un support à la recherche d'emploi et de logement, au réseautage, à la découverte du milieu.

► [cjelotbiniere.qc.ca](http://cjelotbiniere.qc.ca)

**Carrefour Jeunesse Emploi de Montmagny :** vise à favoriser l'insertion sociale et professionnelle des jeunes adultes âgés entre 16 et 35 ans.

► [cjemontmagny.com](http://cjemontmagny.com)

**Carrefour jeunesse-emploi et travail de rue de la MRC de Bellechasse :** pilote le programme « Place aux immigrants » favorisant la découverte de la région et de son réseau de services et d'entreprises.

► [cjbellechasse.qc.ca](http://cjbellechasse.qc.ca)

**Carrefour jeunesse-emploi de la MRC de L'Islet :** offre des services

de soutien pour l'insertion en emploi des immigrants de la MRC.

► [cjelislet.qc.ca](http://cjelislet.qc.ca)

**Comité d'accueil et d'intégration des immigrants (CAIDI) Beauce-Nord (Sainte-Marie):** assure les meilleures conditions possibles permettant aux immigrants de devenir des citoyens à part entière sur le territoire de Beauce-Nord (MRC de Robert-Cliche et MRC de la Nouvelle-Beauce) par des services d'accompagnement à l'installation, des activités interculturelles des jumelages entre familles.

► [caidi.org](http://caidi.org)

**Intégration communautaire des immigrants (ICI) (Thetford Mines):** fondé en 2003, se consacre au recrutement, à l'accueil, à l'intégration socioéconomique et à la rétention des familles immigrantes; il a développé une expertise unique dans le développement de la régionalisation de l'immigration et de la main-d'œuvre immigrante.

► [immigration-ici.ca](http://immigration-ici.ca)

**Le Tremplin, centre pour personnes immigrantes et leur famille (Lévis):** offre différents services favorisant l'intégration des personnes immigrantes et leur famille; il tente de briser l'isolement vécu par celles-ci en offrant de l'accueil, de l'accompagnement, de la référence et des activités interculturelles.

► [letremplinlevis.org](http://letremplinlevis.org)

## AUTRE LIEN UTILE

► [Tourisme Chaudière-Appalaches : chaudiereappalaches.com](http://Tourisme Chaudière-Appalaches : chaudiereappalaches.com)

CÔTE-NORD

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population :** 93 932 hab
- › **Superficie en terre ferme :** 236 664 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population :** 0,4 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité :** 63,5 %
- › **Taux de chômage :** 9,2 %
- › **Principales villes :** Baie-Comeau, Port-Cartier, Sept-Îles

## PORTRAIT

---

La région de la Côte-Nord est extrêmement vaste : à elle seule, elle occupe le quart de la superficie du Québec. Elle est également peu peuplée : 95 000 habitants répartis dans 33 municipalités et 21 territoires dont certains ne sont pas reliés au reste du Québec par voie terrestre. Concentrée sur la bande côtière, la population de la région se compose majoritairement de francophones et d'autochtones. Sept-Îles et Baie-Comeau sont les deux pôles urbains qui profitent du développement économique et touristique.

De toutes les régions du Québec, la Côte-Nord est probablement celle qui offre le cadre de vie le plus simple, pour les amoureux de la mer ou de l'immensité des plaines enneigées.

Son économie repose principalement sur l'exploitation des ressources naturelles : les mines, la forêt, l'énergie hydroélectrique, la transformation de l'aluminium, l'exploitation des ressources fauniques et halieutiques. À noter que 78 % de la production régionale est exportée hors du Québec.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

---

Industrie manufacturière : mines de fer, forêt ; Transformation : aluminium, hydroélectricité ; Sciences et technologies marines

*Sources : Ministère de l'Économie, de l'Innovation et des Exportations.*

### Trouvez votre espace

Vous y trouverez une multitude d'informations sur l'économie de la région, les possibilités de développement d'affaires, les investissements, le marché de l'emploi, mais aussi sur la vie quotidienne (vie culturelle, santé, services, établissements scolaires, etc.). Des ressources s'adressent spécifiquement aux immigrants qui souhaiteraient s'établir en Côte-Nord avec une présentation d'outils et d'organismes qui pourront vous aider dans la recherche d'emploi et l'installation.

► [trouvezvotreespace.com](http://trouvezvotreespace.com)

## SERVICES SPECIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Centre Alpha-Lira de Sept-Îles :** est un centre de services axé sur la francisation pour l'accueil et l'intégration des immigrants.

► [centrealphalira.org](http://centrealphalira.org)

**Centre Emersion :** offre des services favorisant l'intégration sur le marché de l'emploi et soutient les personnes des communautés culturelles dans leur intégration sociale et professionnelle.

► [emersion.qc.ca](http://emersion.qc.ca)

### AUTRE LIEN UTILE

► [Tourisme Côte-Nord : tourismecote-nord.com](http://Tourisme Côte-Nord : tourismecote-nord.com)

ESTRIE

## CARTE D'IDENTITÉ

---

- › **Population :** 322 099 hab.
- › **Superficie en terre ferme :** 10 197 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population :** 31,6 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité :** 59 %
- › **Taux de chômage :** 5,8 %
- › **Principales villes :** Sherbrooke, Coaticook, Magog, Lac-Mégantic

## PORTRAIT

---

Les Cantons de l'Est (devenu Estrie en 1946), dénomination utilisée aujourd'hui pour la région touristique, offrent un cadre de vie très agréable avec son relief de montagnes et de lacs, et ses maisons de style victorien. La proximité avec les États-Unis est sans conteste un atout dans le dynamisme économique de la région qui se classe au 1<sup>er</sup> rang au Québec en terme d'exportation.

Le secteur de la production agricole et laitière y joue un rôle important. Une cinquantaine de centres de recherche spécialisés fournissent de plus, à la région, une solide expertise dans des branches comme l'outillage de précision, les technologies biomédicales et environnementales et la microélectronique.

Le système d'éducation est bien implanté en Estrie avec des écoles primaires et secondaires, des cégeps, des écoles de formation professionnelle et d'éducation pour adultes et deux universités : Bishop, de taille modeste avec environ 2 400 étudiants, et celle de Sherbrooke avec ses quelque 40 000 étudiants. La région compte un nombre d'anglophones non négligeable : 8,4 %. Leur présence est plus élevée dans les MRC de Memphrémagog et du Haut Saint-François.

## SHERBROOKE : UNE VILLE AU COEUR DE L'ACCUEIL DES PERSONNES IMMIGRANTES

Entourée de lacs et de montagnes, Sherbrooke permet de retrouver à la fois les avantages de la ville et de la campagne ! C'est la troisième ville québécoise à accueillir le plus grand nombre d'immigrants. En septembre 2011, la Ville de Sherbrooke a signé le renouvellement de l'Entente spécifique en régionalisation de l'immigration. C'est dire combien la ville compte sur l'apport des immigrants pour contribuer au dynamisme de Sherbrooke.

À Sherbrooke, le secteur tertiaire domine le marché du travail, suivi par le secteur secondaire et le secteur primaire. Les secteurs de la santé, de l'éducation et les autres services publics offrent les meilleures possibilités d'emploi ; viennent ensuite les secteurs de la fabrication et de la construction. La cité possède également des compétences dans cinq secteurs d'activité distincts : les sciences de la vie ; les technologies propres ; la micro-nanotechnologies ; les technologies de l'information ; la fabrication de pointe. Elle offre de nombreux débouchés aux entrepreneurs.

► [Ville de Sherbrooke : ville.sherbrooke.qc.ca](http://ville.sherbrooke.qc.ca)

## SHERBROOKE INNOPOLE

Sherbrooke Innopole est un organisme de développement économique qui offre aux entrepreneurs un accompagnement stratégique, des services-conseils personnalisés et des solutions financières pour réaliser leur projet.

► [sherbrooke-innopole.org](http://sherbrooke-innopole.org)

## AVEZ-VOUS CHOISI SHERBROOKE EN AMÉRIQUE DU NORD? (QUÉBEC)



### UNE PORTE S'OUVRE À VOUS!

Contactez-nous pour un soutien **GRATUIT** et de confiance dans vos démarches d'installation :

- Recherche de logement
- Inscription des enfants à l'école/garderie
- Recherche d'emploi
- Hébergement temporaire à prix modique

[www.sanc-sherbrooke.ca](http://www.sanc-sherbrooke.ca)



Service d'aide aux  
**Néo-Canadiens**

ACCUEIL ET  
ACCOMPAGNEMENT  
DEPUIS 1954.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Agriculture et production laitière; Industrie manufacturière: mines (amiante et magnésium), textile; Transformation du caoutchouc, bois et papier; Microélectronique de pointe, outillage de précision, informatique; Biomédical; Bio-industries environnementales

Sources : Ministère des Finances.

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

**Actions interculturelles de développement et d'éducation (AIDE) (Sherbrooke):** offre des services conseils pour mieux gérer la diversité culturelle; soutient l'intégration socio-économique et culturelle des personnes issues de l'immigration; organise des activités sociales qui rapprochent les gens de différentes cultures et valorisent leur potentiel.

► [aide.org](http://aide.org)

**Centre Interculturel Peuplestrie Optimum (CIPO) (Sherbrooke):** favorise l'intégration des personnes immigrantes par des activités intergénérationnelles et interculturelles diverses.

➡ [cipoz.com](http://cipoz.com)

**Fédération des communautés culturelles de l'Estrie (FCCE) (Sherbrooke):** depuis 1994, assume le rôle d'interface entre les immigrants, les intervenants socio-économiques et la communauté d'accueil; favorise la rétention et l'intégration des immigrants en Estrie et le développement de relations harmonieuses durables au sein de la communauté estrienne.

➡ [fcestrie.org](http://fcestrie.org)

**Pro-Gestion Estrie (PGE) (Sherbrooke):** depuis 1983, fait la promotion de l'entrepreneuriat, appuie le démarrage et le développement d'entreprises, et soutient des habiletés en matière d'administration, de gestion et de technologies de l'information (soutien aux projets d'affaires des immigrants, informations sur les services dans la région, les ressources et organismes susceptibles d'aider les immigrants, formation pour comprendre le marché du travail et les valeurs de la société québécoise...).

➡ [progestion.qc.ca](http://progestion.qc.ca)

**Soutien aux familles réfugiées et immigrantes de l'Estrie (SAFRIE):** propose de l'aide aux familles immigrantes et réfugiées en difficultés pour mieux s'insérer dans le tissu social et professionnel en Estrie (ateliers parents-enfants, aide aux devoirs, relation famille-école, conseils familiaux...).

➡ [safrie.org](http://safrie.org)

**Service d'aide aux Néo-Canadiens (SANC) (Sherbrooke):** depuis 1954, offre de l'information et de l'accompagnement aux

## Je suis sherbrookoïis

La Ville de Sherbrooke a mis en place un micro site Internet pour les nouveaux arrivants à Sherbrooke offrant une foule d'informations, de références et d'hyperliens visant non seulement à faciliter l'accueil, l'installation et l'intégration des nouveaux Sherbrookoïis, mais aussi à faire valoir les nombreux avantages et attraits de la ville.

➡ [jesuissherbrookoïis.ca](http://jesuissherbrookoïis.ca)

nouveaux arrivants dans le but de leur donner la possibilité d'avoir une meilleure intégration dans leur nouvel environnement.

► [sanc-sherbrooke.ca](http://sanc-sherbrooke.ca)

## AUTRES LIENS UTILES

► **Tourisme Cantons-de-l'Est** : [cantonsdelest.com](http://cantonsdelest.com)

► **Destination Sherbrooke** : [destinationsherbrooke.com](http://destinationsherbrooke.com)

## GASPÉSIE ET ILES-DE-LA-MADELEINE

### CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population** : 91 786 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 20 272 km<sup>2</sup>
- › **Densité de la population** : 4,5 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 52 %
- › **Taux de chômage** : 14,1 %
- › **Principales villes** : Gaspé, Agglomération des Iles-de-la-Madeleine, Chandler, Saint-Anne-des-Monts

### PORTRAIT

De plus en plus reconnue sur la scène internationale en tant que destination touristique de choix, la Gaspésie–Iles-de-la-Madeleine se démarque par la qualité de vie dont jouissent ses citoyens et par la qualité de son environnement au charme maritime qui recèle de ressources naturelles qu'elle entend développer de façon durable. Région administrative relativement nouvelle (1987), elle comprend la péninsule de la Gaspésie à l'extrémité du Québec et les Iles-de-la-Madeleine. Le centre de la Gaspésie concentre la majorité de la population et connaît une forte fréquentation touristique en été. Les îles offrent un cadre de vie unique.

La structure de l'emploi de la région s'articule principalement autour des services, de l'éolien, de la pêche, de la forêt et du tourisme. La péninsule et les îles sont reconnues pour leur savoir-faire en matière de produits maritimes, notamment le homard. D'une beauté sans

égale, cette région est connue pour l'accueil chaleureux de ses habitants et sa qualité de vie.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Agriculture; Pêche; Exploitation forestière; Éolien; Transformation des produits marins; Biotechnologies marines; Tourisme santé-nature

Sources : *ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.*

## SERVICES D'ACCUEIL ET D'ACCOMPAGNEMENT

**Carrefour jeunesse-emploi (Avignon, Bonaventure) :**

➡ [cjevabo.org](http://cjevabo.org)

**MRC d'Avignon :**

➡ [mrcavignon.com](http://mrcavignon.com)

**MRC de la Haute-Gaspésie (Sainte-Anne-des-Monts) :**

➡ [hautegaspesie.com/accueil.html](http://hautegaspesie.com/accueil.html)

**MRC de Rocher-Percé :**

➡ [mrcrocherperce.qc.ca](http://mrcrocherperce.qc.ca)

**Pouvoir des mots Inc. (MRC Côte-de-Gaspé, Gaspé) :**

➡ [pouvoirdesmots.org](http://pouvoirdesmots.org)

**Portail jeunesse :**

➡ [portailjeunesse.ca](http://portailjeunesse.ca)

**MRC Bonaventure :**

➡ [mrcbonaventure.com](http://mrcbonaventure.com)

## AUTRES LIENS UTILES

➡ Tourisme Gaspésie : [tourisme-gaspesie.com](http://tourisme-gaspesie.com)

➡ Tourisme Îles-de-la-Madeleine : [tourismeilesdelamadeleine.com](http://tourismeilesdelamadeleine.com)

➡ Région Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine stratégie d'établissement durable des personnes : [gaspesieilesdelamadeleine.ca](http://gaspesieilesdelamadeleine.ca)

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population** : 496 086 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 12 308 km<sup>2</sup>
- › **Densité de la population** : 40,3 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 63,6 %
- › **Taux de chômage** : 7,5 %
- › **Principales villes** : Joliette, Mascouche, Rawdon, Terrebonne

## PORTRAIT

Au nord du fleuve Saint-Laurent, la région de Lanaudière connaît, depuis quelques années, une urbanisation liée au prolongement urbain de Montréal et de Laval. La partie sud-ouest du territoire connaît une importante croissance démographique. Le sud de la région est constitué de vastes terres fertiles, propices à l'agriculture, le nord étant fortement boisé et ouvert aux activités récréotouristiques et à l'industrie du bois (78 % du territoire est utilisé par l'industrie du bois). Ses industries travaillent et prospèrent principalement dans les matériaux de construction, les meubles, le papier, le vêtement et le plastique. Par ailleurs, en tant que troisième région agricole du Québec, Lanaudière se distingue par l'importance de son secteur bioalimentaire. Les petites et moyennes entreprises sont nombreuses en Lanaudière. L'industrie manufacturière est l'un des secteurs économiques les plus développés de la région. Cette région est de plus en plus présente sur la scène internationale, notamment dans le domaine du tourisme individuel ou de groupe.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Agro-alimentaire ; Bioproduits végétaux ; Industrie manufacturière : papier, bois, métaux, caoutchouc, matière en plastique ; Production de composants métalliques et de meubles ; Construction résidentielle et commerciale

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Action Famille Lavaltrie** : accueille des familles et des enfants en organisant des rencontres, ateliers, activités de cuisine, etc. Un service de jumelage entre familles de Lavaltrie et familles immigrantes est disponible.

► [actionfamillelavaltrie.sitew.com](http://actionfamillelavaltrie.sitew.com)

**AMINATE (Accueil multiethnique et intégration des nouveaux arrivants à Terrebonne et les environs)** : offre un service d'accueil multiethnique et d'intégration de nouveaux arrivants à Terrebonne et ses environs.

► [aminata.qc.ca](http://aminata.qc.ca)

**Carrefour jeunesse-emploi de Montcalm (Sainte-Julienne)** : est un service de placement (emploi et/ou stage), d'accompagnement et de suivi offert aux travailleurs immigrants de 18 à 35 ans ainsi qu'aux entreprises.

► [cjmontcalm.qc.ca](http://cjmontcalm.qc.ca)

**Commission scolaire des Affluents (Repentigny)** : fournit un service d'accueil, d'intégration et de francisation pour tous les élèves immigrants avec l'outil de travail Vire-Vent.

► [csaffluents.qc.ca](http://csaffluents.qc.ca)

**CRÉDIL (Comité régional d'éducation pour le développement international de Lanaudière) (Joliette)** : a pour mandat l'accueil et l'accompagnement des nouveaux arrivants et des réfugiés et œuvre au rapprochement interculturel.

► [credil.qc.ca](http://credil.qc.ca)

**Perspectives nouvelles (Joliette)** : propose des services aux chercheurs d'emploi de la région Lanaudière, plus spécifiquement aux personnes de 45 ans et plus, aux personnes immigrantes et aux minorités visibles.

► [laclef-perspectives.com](http://laclef-perspectives.com)

**SAFIMA (Service d'aide à la famille immigrante de la MRC de L'Assomption) (Repentigny)** : vise à accueillir et à favoriser l'intégration et le développement des relations interculturelles.

► [lesafima.org](http://lesafima.org)

## AUTRES LIENS UTILES

- **Région au travail** : site dédié aux ressources humaines pour les chercheurs d'emploi et les employeurs de Terrebonne et de Mascouche. Utile pour connaître les secteurs porteurs d'activités et les entreprises présentes sur le territoire. [regionautravail.com](http://regionautravail.com)
- **Répertoire Lanaudière** : répertoire d'entreprises et d'organismes œuvrant dans tous les secteurs (agroalimentaire, culture, économie, éducation, santé... ). [repertoirelanaudiere.qc.ca](http://repertoirelanaudiere.qc.ca)
- **Tourisme Lanaudière** : [lanaudiere.ca](http://lanaudiere.ca)

## LAURENTIDES

### CARTE D'IDENTITÉ

---

- › **Population** : 592 683 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 20 546 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population** : 28,8 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 65,7 %
- › **Taux de chômage** : 5,8 %
- › **Principales villes** : Mirabel, Mont-Tremblant, Saint-Jérôme, Sainte-Thérèse

### PORTRAIT

---

La région des Laurentides est une région riche de la diversité de ses industries, de l'abondance de ses ressources naturelles et de la solidité de son industrie touristique. La station de ski du Mont-Tremblant est une destination privilégiée. À moins d'une heure de route de Montréal, elle offre un cadre de vie alliant grands espaces et proximité des grands centres urbains. La région est reconnue pour être une destination de choix pour les Américains et un lieu de vie pour les personnes les plus aisées.

Les plus grandes compagnies y ont installé leurs entrepôts de déstockage, ouverts au public 7 jours sur 7, avec des prix inférieurs de 60 % au prix

du marché. Reconnue pour ses emplois en haute technologie, la région compte aussi plus de 1 000 entreprises manufacturières établies dans les domaines du bois d'œuvre, des pâtes et papiers et des produits du plastique. À noter que le secteur de l'aéronautique est fortement développé dans les Laurentides, avec la présence de tous les acteurs majeurs de ce secteur au Québec et au Canada.

Dans les Laurentides, le secteur tertiaire domine la structure économique avec 74,5 % des emplois dans la région. Compte tenu de leur poids et de leur croissance, les activités du tertiaire ont accaparé la majorité de l'augmentation de l'emploi observée entre 1987 et 2011. Dans l'ensemble, ces activités seront en hausse au cours des prochaines années et continueront d'être les chefs de file de la création d'emplois. La santé et les services professionnels, scientifiques et techniques continueront de croître à un rythme supérieur à la moyenne.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Transformation du bois et de produits alimentaires; Aéronautique; Technologie du transport terrestre; Récréotourisme et villégiature

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion, ministère des Finances et Emploi-Québec.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

**ABL Accès Accueil Action Basses-Laurentides pour l'immigration (ABL Immigration) (Mirabel, Deux-Montagnes, Argenteuil et Thérèse-De Blainville):** un organisme à but non lucratif qui a pour mission de favoriser et soutenir une intégration interculturelle dans la région des Basses-Laurentides.

► [abl-immigration.org](http://abl-immigration.org)

**Investissement Laurentides:** service dédié à l'information et l'accueil des entrepreneurs et investisseurs désirant choisir la région des Laurentides comme lieu d'implantation de leur entreprise.

► [investissementlaurentides.com](http://investissementlaurentides.com)

**Centre d'intégration en emploi dans la région des Laurentides (CIE) (Saint-Jérôme)**: dispense des conseils en orientation, d'aide à la rédaction de CV, en recherche d'emploi effective, et dispose d'un service aux immigrants et aux entreprises en recherche de main-d'œuvre.

► [cielaurentides.com](http://cielaurentides.com)

**Le Coffret (Centre d'orientation et de formation pour favoriser les relations ethniques) (Saint-Jérôme)**: offre des activités de régionalisation de l'immigration, des activités de sensibilisation à la lutte contre la discrimination raciale, de l'aide à l'accueil, l'installation et l'intégration des nouveaux arrivants, un club de jumelage, des cours de francisation.

► [lecoffret.ca](http://lecoffret.ca)

## AUTRE LIEN UTILE

► [Tourisme Laurentides : laurentides.com](http://Tourisme Laurentides : laurentides.com)

LAVAL

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population**: 425 225 hab.
- › **Superficie en terre ferme**: 246 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population**: 1727,6 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité**: 66,1 %
- › **Taux de chômage**: 8,1 %

## PORTRAIT

Troisième ville la plus peuplée du Québec, Laval est située sur la rive nord de la rivière des Prairies, en face de Montréal. Centre urbain important, Laval a su allier développement d'espaces verts, de centres commerciaux et de résidences. Les zones agricoles composent une partie importante du territoire.

Laval connaît une politique de développement urbain planifié, notamment avec le projet ÉvoluCité contribuant à développer une ville durable: habitat, environnement, accès en transports en commun. Depuis 2007,

de nouvelles stations de métro la desservent et un prolongement de la ligne est annoncé pour les années à venir. En septembre 2011, l'Université de Montréal (UdeM) a inauguré un tout nouveau campus à Laval, spécialisé en santé, éducation et intervention psychosociale :

► [umontreal.ca/campus/laval/index.html](http://umontreal.ca/campus/laval/index.html)

Avec sa Technopole mondialement reconnue pour la qualité de ses centres de recherche et entreprises hautement spécialisés, Laval attire un nombre important d'immigrants chaque année. Les perspectives d'emploi y sont optimistes surtout dans les nouveaux secteurs en développement comme la gestion d'entreprises, les services professionnels, scientifiques et techniques, les soins de santé et du commerce.

## LAVAL TECHNOPOLE

Elle relève le défi du développement de Laval depuis sa création en 1995 et offre de nombreux services aux entreprises lavalloises afin de les soutenir dans leur cheminement d'affaires.

► [lavaltechnopole.com](http://lavaltechnopole.com)

## LAVAL DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUE

Le service développement économique de la Ville de Laval propose un soutien aux entrepreneurs dans la réalisation de leur projet. Il soutient également le recrutement et l'embauche de travailleurs étrangers en les informant sur les démarches installation et en favorisant leur intégration.

► [lavaleconomique.com](http://lavaleconomique.com)

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Industries manufacturières; Production et transformation agroalimentaire; Biotechnologie; Sciences de l'information; Laboratoires pharmaceutiques; Services.

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère de l'Économie, de l'Innovation et des Exportations.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

**Carrefour d'Intercultures de Laval (CIL):** depuis 1990, accueille,

oriente et accompagne les nouveaux arrivants et les personnes immigrantes dans leur processus d'intégration (programme d'alternance formation emploi, soutien scolaire, francisation...).

► [carrefourintercultures.com](http://carrefourintercultures.com)

**L'Entraide (Pont Viau et Laval-des-Rapides)** : offre des activités aux parents, aux enfants, aux préadolescents mais également aux nouveaux immigrants (aide à l'établissement, activités d'intégration, francisation).

► [lentraidelaval.ca](http://lentraidelaval.ca)

**Perspective Carrière** : depuis 1989, offre des services-conseils en transition de carrière et recherche d'emploi (compréhension du marché du travail, club de recherche, rencontres individuelles avec un conseiller, ateliers de groupe, etc.).

► [perspectivecarriere.ca](http://perspectivecarriere.ca)

## AUTRES LIENS UTILES

► **Tourisme Laval** : [tourismelaval.com](http://tourismelaval.com)

► **Ville de Laval** : [ville.laval.qc.ca](http://ville.laval.qc.ca)

► [laurentdeseconomique.ca](http://laurentdeseconomique.ca)

## MAURICIE

### CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population** : 266 907 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 35 448 km<sup>2</sup>
- › **Densité de la population** : 7,5 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 56,8 %
- › **Taux de chômage** : 6,4 %
- › **Principales villes** : Shawinigan, Trois-Rivières, La Tuque

### PORTRAIT

Région historique (Trois-Rivières est la 2<sup>e</sup> ville du Québec fondée en 1634), située à mi-chemin entre Montréal et Québec, la région de la Mauricie est aussi bien dotée d'atouts naturels et touristiques qu'économiques. L'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR) donne à la

ville un côté étudiantin plaisant.

Avec ses deux grands pôles de développement urbain, Trois-Rivières et Shawinigan, l'économie de la région est traditionnellement ancrée dans l'exploitation des ressources naturelles (forêt, pâtes et papiers, agriculture) et la production hydroélectrique.

La Mauricie est principalement une région de petites et moyennes entreprises (PME). Pour assurer une diversification économique, elle mise aussi sur le secteur énergétique, les technologies de transformation des métaux, l'hydrogène et les électrotechnologies, les bioprocédés industriels et le meuble. Le tourisme connaît un bel essor autour du Parc national de la Mauricie, des réserves fauniques et des 17 000 lacs qui composent la région.

## SHAWINIGAN : LA CITÉ DE L'ÉNERGIE

À une trentaine de kilomètres au nord de Trois-Rivières, la ville de Shawinigan est par excellence la « cité de l'énergie » avec le Centre d'excellence en efficacité énergétique (C3E) et le Laboratoire des technologies de l'énergie (LTE). La diversification de son économie la pousse à développer le matériel de transport, la transformation des métaux ainsi que l'électronique et les technologies de l'information et des communications.

► [Ville de Shawinigan : shawinigan.ca](http://Ville de Shawinigan : shawinigan.ca)

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Secteur manufacturier: industrie du bois, industrie des pâtes et papiers, métallurgie; Meubles; Énergie; Hydrogène; Transformation des métaux; Tourisme

Sources: *ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

**Service d'accueil des nouveaux arrivants (SANA):** depuis 40 ans, s'engage dans l'installation et l'intégration des personnes

immigrantes dans les villes de Trois-Rivières et Shawinigan, dans le Haut Saint-Maurice et dans la MRC de Maskinongé.

- [sanatris-rivieres.ca](http://sanatris-rivieres.ca)
- [sanamauricie.com](http://sanamauricie.com)
- [sanashawinigan.ca](http://sanashawinigan.ca)
- [mrc-maskinonge.qc.ca](http://mrc-maskinonge.qc.ca)

**Stratégie Carrière (Trois-Rivières):** depuis 1998, favorise l'intégration socioprofessionnelle des individus. Un service spécifique est offert aux immigrants: informations sur le marché du travail, aide à la recherche d'emploi et programme de familiarisation de la culture québécoise au travail.

- [strategiecarriere.com](http://strategiecarriere.com)

## AUTRES LIENS UTILES

- Corporation culturelle de Shawinigan : [cultureshawinigan.ca](http://cultureshawinigan.ca)
- Tourisme Mauricie : [tourismemauricie.com](http://tourismemauricie.com)
- Comité international mauricien de l'éducation (CIME) : [etudierenmauricie.ca](http://etudierenmauricie.ca)

## MONTÉRÉGIE

## CARTE D'IDENTITÉ

- **Population :** 1 502 094 hab.
- **Superficie en terre ferme :** 11 112 km<sup>2</sup>
- **Densité de population :** 136,8 hab./km<sup>2</sup>
- **Taux d'activité :** 63,9 %
- **Taux de chômage :** 5,2 %
- **Principales villes :** Belœil, Granby, Longueuil, Saint-Jean-sur-Richelieu, Saint-Hyacinthe, Sorel-Tracy, Vaudreuil-Dorion

## PORTRAIT

La Montérégie possède tous les avantages des milieux urbains (écoles, hôpitaux, transports, etc.), auxquels s'adjoignent de grands espaces ruraux. Située à la périphérie de Montréal et s'étendant jusqu'à la frontière des États-Unis, elle dispose d'un vaste réseau routier qui la relie

aux grands centres industriels du Nord-Est américain. Elle joue ainsi un rôle de plaque tournante du fret entre le Québec et les États-Unis. Avec un faible taux de chômage et une importante croissance de l'emploi, la région se positionne parmi les régions les plus performantes au Québec. La région se démarque aussi par la présence de secteurs clés, notamment l'aérospatiale et l'aéronautique, ainsi que sur la diversité de son tissu agricole, agroalimentaire et bioalimentaire.

Riche de la diversité touristique que l'on y retrouve, culture, agriculture et patrimoine s'y entremêlent. Témoin d'un important pan de l'histoire, remplie des richesses de son terroir et fière de ses innovations, la Montérégie vous invite à de savoureuses découvertes. Mentionnons que la Montérégie est la deuxième destination des immigrants du Québec.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

Agroalimentaire ; Bioalimentaire et biotechnologie ; Technologies de matériel de transport et logistique ; Transformation des métaux ; Tourisme, loisirs.

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

### AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL

**Carrefour Le Moutier (Longueuil) :** depuis 1969, oriente les personnes immigrantes dans les démarches d'installation et d'intégration et offre un service de formation aux entreprises pour sensibiliser leur personnel à la réalité multiculturelle de la société québécoise.

► [carrefourmoutier.org](http://carrefourmoutier.org)

**Centre Sino-Québec de la Rive-Sud (Brossard) :** propose des services d'aide à l'intégration pour les communautés asiatiques (interprétariat, francisation, services sociaux et de santé, relations parents-enfants...).

► [sinoquebec.ca](http://sinoquebec.ca)

**Services et formation aux immigrants en Montérégie (SFIM) (Saint-Hubert) :** favorise l'intégration socioéconomique des nouveaux arrivants dans la société québécoise par l'insertion professionnelle (intégration en emploi, information scolaire et professionnelle, formation, ateliers thématiques...).

► [sfim.qc.ca](http://sfim.qc.ca)

---

## CHOISIR VOTRE RÉGION D'INSTALLATION

## MONTÉRÉGIE EST

**Espace Carrière:** l'organisme accompagne, de façon individuelle et en groupe, les nouveaux arrivants et les personnes immigrantes afin de favoriser leur adaptation au marché du travail maskoutain.

► [espacecarriere.org](http://espacecarriere.org)

**Forum-2020 (Saint-Hyacinthe):** consortium formé de la Ville de Saint-Hyacinthe, de la MRC des Maskoutains, de la Chambre de commerce et de l'industrie Les Maskoutains, de la Commission scolaire de Saint-Hyacinthe, du Centre de Santé et des Services sociaux Richelieu-Yamaska, du Centre local de développement Les Maskoutains et du Cégep de Saint-Hyacinthe, le Forum-2020 vise à dynamiser le développement démographique dans la MRC des Maskoutains au moyen de l'immigration (recherche de logement, inscription scolaire, séances d'informations sur les services offerts par la région...).

► [forum-2020.qc.ca](http://forum-2020.qc.ca)

**Maison de la Famille des Maskoutains (Saint-Hyacinthe):** propose un accompagnement des nouveaux arrivants au pays (installation, accessibilité des services offerts par la collectivité...) et un programme d'intégration linguistique des immigrants (cours d'apprentissage rapide de la langue française).

► [mfm.qc.ca](http://mfm.qc.ca)

**L'Orientheque centre d'orientation et services d'intégration de la main-d'œuvre (Sorel-Tracy):** offre des services spécifiques d'orientation et de recherche d'emploi aux habitants développés en fonction des besoins et de la réalité de la région (services spécifiques pour les nouveaux arrivants et services aux entreprises pour recruter une main-d'œuvre immigrante).

► [orientheque.ca](http://orientheque.ca)

**La Porte ouverte (Saint-Jean-sur-Richelieu):** centre d'alphabétisation, de francisation et d'aide à l'établissement des immigrants dans le Haut-Richelieu.

► [laporteouverte.info](http://laporteouverte.info)

**Service l'ANCRE, Corporation Droit à l'emploi (Saint-Jean-sur-Richelieu):** Le service L'ANCRE vise à permettre aux nouveaux arrivants d'acquérir une meilleure connaissance du fonctionnement du marché du travail québécois, connaître les entreprises du milieu, identifier et valider une cible professionnelle réaliste et réalisable à court

terme, connaître et appliquer des stratégies de recherche d'emploi adaptées aux exigences des employeurs québécois et bénéficier d'un réseau de contacts.

➡ [droitalemploi.ca](http://droitalemploi.ca)

**Service l'ENVOL, Carrefour jeunesse-emploi de la Vallée-du-Richelieu (Mont-Saint-Hilaire, Chambly, Saint-Basile-le-Grand):** L'Envol a pour mission la démystification du système québécois et de ses rouages auprès des personnes immigrantes, mais aussi la démystification de l'image de l'immigrant (diplômes, compétences et acquis) auprès des employeurs. Le projet vise aussi à concerter les différents intervenants du milieu afin d'assister les nouveaux arrivants dans leur insertion socioprofessionnelle et les encourager à

se maintenir en région par une vie sociale agréable et des emplois stables répondant à leurs besoins.

➡ [cjev.com](http://cjev.com)

**Solidarité ethnique régionale de la Yamaska (SERY) (Granby):** offre un accueil et favorise l'intégration des familles et des personnes immigrantes dans les cinq premières années de leur arrivée au Québec (intégration scolaire, aide à l'emploi, francisation...).

➡ [sery-granby.org](http://sery-granby.org)

## VALLÉE DU HAUT-SAINT-LAURENT

**Centre de recherche d'emploi du Sud-Ouest (CRESO) (Salaberry-de-Valleyfield):** aide les chercheurs de plus de 17 ans à se trouver rapidement un emploi correspondant à leurs aspirations (services aux immigrants pour la recherche d'emploi et aux entreprises pour la pré-sélection de candidats immigrants, les informations sur les subventions spécifiques...).

➡ [creso-emploi.ca](http://creso-emploi.ca)

## AUTRE LIEN UTILE

➡ **Tourisme Montérégie :** [tourisme-monteregie.qc.ca](http://tourisme-monteregie.qc.ca)

## CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population** : 1 999 795 hab.
- › **Superficie en terre ferme** : 498 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population** : 4 014,5 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 66,6 %
- › **Taux de chômage** : 8,1 %
- › **L'île de Montréal est constituée de la ville de Montréal et des agglomérations suivantes** : Beaconsfield, Baie-D'Urfé, Côte-Saint-Luc, Dollard-Des-Ormeaux, Dorval, Hampstead, Kirkland, L'Île-Dorval, Montréal-Est, Montréal-Ouest, Mont-Royal, Pointe-Claire, Sainte-Anne-de-Bellevue, Senneville, Westmount

## PORTRAIT

Centre culturel, industriel, commercial et financier, Montréal exerce un fort pouvoir attractif sur les immigrants qui ont fait de la ville leur première région d'établissement au Québec. Environ 75 % des nouveaux arrivants s'y installent. En 2011, le territoire montréalais comptait une population de plus de 1,8 million de personnes, dont près de 33 % d'immigrants. Selon le Bulletin statistique sur l'immigration permanente en 2014 (*MIDI, Direction de la recherche et de l'analyse prospective*), Montréal enregistre 72 % d'admission, la plaçant au 1<sup>er</sup> rang des destinations choisies par les immigrants du Québec.

## LE GRAND MONTRÉAL, UNE ÉCONOMIE TRÈS DIVERSIFIÉE

Avec près de 66 % des emplois se trouvant sur l'île de Montréal et plus de 400 entreprises qui y ont leur siège social, la métropole mérite bien son titre de centre économique régional. Le secteur des services domine le marché du travail en fournissant 85 % des emplois. Le Grand Montréal occupe également une place appréciable dans les secteurs financiers, de l'industrie aérospatiale, des technologies de l'information et des communications et il est reconnu au niveau mondial pour son expertise de pointe dans les sciences de la vie. Le secteur du multimédia est en fort développement : la région est

reconnue pour son innovation et sa créativité dans les secteurs de la fabrication, les logiciels, les services informatiques, les médias numériques interactifs, etc.

Sa situation géographique fait du Grand Montréal une place stratégique en matière d'échanges commerciaux autant dans les transports que grâce à des accords commerciaux, comme l'Accord de libre-échange nord-américain (ALENA). En août 2015, le taux de chômage était de 11 % à Montréal.

Selon les prévisions d'Emploi-Québec, 141 800 emplois seront à pourvoir dans la région d'ici 2016, la majorité exigeant un diplôme d'études supérieures. L'emploi sera en hausse dans 19 secteurs d'activité économique. Les secteurs des services monopoliseront plus de 99 % des emplois créés d'ici 2016 notamment dans les services professionnels, scientifiques et techniques, soins de santé et assistance sociale, finances, assurances, immobilier et location, services aux entreprises, services du bâtiment et autres et enfin hébergement et restauration.

A noter que 57,7 % de la population de la région de Montréal est bilingue (anglais-français). Ce taux est nettement supérieur en comparaison à l'ensemble du Québec et du Canada.

## VILLE COSMOPOLITE

Avec quelque 120 communautés ethnoculturelles sur son territoire, Montréal est la ville cosmopolite par excellence et la principale région d'accueil des immigrants internationaux au Québec. L'agglomération de Montréal accueille chaque année environ 37 000 immigrants et en compte plus de 30 % dans sa population. Les immigrants récents proviennent majoritairement des pays suivants : Algérie, Maroc, Haïti, France, Chine, Philippines, Liban, Roumanie, Colombie et Mexique.

*Source : Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion.*

## UNE VIE CULTURELLE DYNAMIQUE

Montréal est LA ville des festivals, avec plus de 40 festivals et événements internationaux qui s'y tiennent chaque année, dont certains sont de véritables institutions (Festival international de jazz, Festival Juste pour rire, Francofolies, etc.). Les arts du cirque, grâce aux compagnies Cirque du Soleil, Cirque Éloize et Les 7 doigts de la main, entre autres, sont mondialement réputés.



# CACI

Centre d'appui  
aux communautés  
immigrantes



## CENTRE D'APPUI AUX COMMUNAUTÉS IMMIGRANTES

### Notre objectif : votre intégration

Nous vous aidons, gratuitement, à :

- Faire les démarches administratives
- Apprendre le français
- Trouver un logement
- Trouver un emploi

Que vous planifiez votre départ ou que vous  
veniez d'arriver au Québec, contactez-nous :

**4770, rue de Salaberry, Montréal  
(Québec) H4J 1H6 - +1 514 856-3511  
[www.caci-bc.org](http://www.caci-bc.org)**

## UN PARC RÉSIDENTIEL ABORDABLE

Bien que les prix de l'immobilier aient tendance à grimper ces dernières années, Montréal reste l'une des rares métropoles au monde où le prix des logements est abordable. Chaque arrondissement de Montréal offre une ambiance et un style de vie. Les loyers diffèrent en fonction de votre quartier d'installation. À l'automne 2014, le loyer moyen des appartements de deux chambres était compris entre 600 et 1400 \$ CAN.

*Source : Rapport sur le marché locatif, RMR de Montréal, Société canadienne d'hypothèques et de logement, automne 2013.*

## LES UNIVERSITÉS ET LA RELÈVE SCIENTIFIQUE, TECHNOLOGIQUE ET COMMERCIALE

Selon le palmarès QS Best Student Cities de 2015, Montréal se positionne au 2<sup>e</sup> rang en Amérique du Nord des meilleures villes universitaires, et 8<sup>e</sup> au monde. Chaque année, les employeurs de la région de Montréal peuvent compter sur un bassin de nouveaux diplômés universitaires issus de branches commerciales, technologiques et scientifiques, garantissant une relève hautement qualifiée. Dans un pays où la qualité de l'enseignement est un souci constant, la région de Montréal se démarque par la réputation de ses universités. Les quatre universités de Montréal sont fréquentées par quelque 150 000 étudiants, dont quasiment 9 % d'étrangers.

## VILLE SÉCURITAIRE

Montréal est une ville dans laquelle on se déplace en toute sécurité. La criminalité, déjà très basse pour une grande ville, diminue régulièrement depuis 1990. Son taux de criminalité est l'un des plus bas en Amérique du Nord, mais le plus élevé au Québec.

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Accueil aux immigrants de l'Est de Montréal (AIEM) :** depuis 1986, aide à l'intégration socio-économique des immigrants et des minorités visibles pour développer des citoyens à part entière de la société

d'accueil (cours d'informatique, francisation, halte-garderie, aide aux femmes qui subissent des violences, employabilité des jeunes).

► [aiemont.com](http://aiemont.com)

**Agence Ometz:** depuis avril 2008, fruit de la fusion d'Emploi Juif Montréal (JEM), des Services à la famille juive (JFS) et des Services d'assistance aux immigrants juifs (JIAS), l'Agence Ometz offre toute une gamme de services intégrés relatifs à toutes les étapes de la vie et s'engage à renforcer ceux qui traversent des moments difficiles dans leur vie.

► [ometz.ca](http://ometz.ca)

**Alpa (Accueil Liaison pour Arrivants):** Depuis 1984, ALPA offre une gamme très variée de services gratuits et adaptés aux besoins des immigrants pour les soutenir dans toutes les étapes de leur installation et intégration à la société et au marché du travail : écoute, démarches administratives d'installation et d'immigration, activités culturelles et d'information, cours de français, accompagnement des immigrants voulant s'installer en région et programme complet et flexible de recherche d'emploi. Ce dernier inclut : accompagnement individuel et personnalisé avec un(e) conseiller(e) en emploi, ateliers pratiques, rencontres avec des employeurs et groupe de recherche active d'emploi.

► [alpaong.com](http://alpaong.com)

**Alliance pour l'accueil et l'intégration des immigrants-es (ALAC):** depuis 1983, vouée à l'éducation et à la promotion sociale, culturelle et économique, elle vise l'intégration des différentes collectivités ethnoculturelles de Montréal. Cette intégration est axée sur trois domaines essentiels : aide à l'intégration, à l'emploi et cours de français.

► [alac.qc.ca](http://alac.qc.ca)

**Carrefour BLE (Bio Local Emploi):** depuis 10 ans, a pour mission l'insertion en emploi de professionnels immigrants dans les secteurs de l'agroalimentaire et de l'environnement. Ses services s'articulent autour du programme Agrippez-vous!, qui propose une formation qualifiante de mise à jour des connaissances sur l'agro-alimentaire au Québec, et du programme Cap sur les régions qui offre un accompagnement aux personnes souhaitant travailler hors de Montréal.

► [carrefourble.qc.ca](http://carrefourble.qc.ca)

**Carrefour d'aide aux nouveaux arrivants (CANA):** depuis 1979, offre des services d'accueil et d'orientation pour les nouveaux immigrants (séances d'informations sur la vie quotidienne, démarches vers l'emploi, cours de français et d'anglais, activités socio-culturelles. . .).

► [cana-montreal.com/](http://cana-montreal.com/)

**CARI St-Laurent:** offre une grande gamme d'activités pour aider les immigrants à créer de nouveaux réseaux et à participer pleinement à une société québécoise pluraliste (services « Famille et rapprochement interculturel », « Francisation », « Emploi » et « Éducation populaire et Vie communautaire »).

► [cari.qc.ca](http://cari.qc.ca)

**CESAREI-Carrefour interculturel et de média communautaire de Verdun :**

► 4741 rue de Verdun, Verdun, QC, H4G 1M9. Tel : 514 996 8761

**CASA-CAFI (Centre d'aide aux familles immigrantes):** depuis 1989, aide, oriente et informe les familles immigrantes durant leur processus d'intégration à la société québécoise.

► 4741 Rue de Verdun, Verdun, QC H4G 1M9. Tel : 514 844 3340

## Montréal International : un allié dans l'attraction des travailleurs qualifiés

Créé en 1996, Montréal International (MI) est issu d'un partenariat privé-public. Sa mission est d'agir comme moteur économique du Grand Montréal pour attirer de la richesse en provenance de l'étranger, tout en accélérant la réussite de ses partenaires et de ses clients. MI a comme mandats d'attirer dans la région métropolitaine des investissements étrangers, des organisations internationales et des talents stratégiques, ainsi que de promouvoir l'environnement concurrentiel du Grand Montréal.

Son site Internet met à disposition une foule de renseignements sur les avantages de vivre et travailler dans le Grand Montréal.

► [montrealinternational.com](http://montrealinternational.com)

**Centre d'action socio-communautaire de Montréal:** services aux personnes socio-économiquement défavorisées provenant des communautés ethnoculturelles (accompagnement en vue de la recherche d'un emploi ou d'un retour aux études, activités de préparation au marché du travail, aide à la réorientation professionnelle).

➡ [cascmontreal.ca](http://cascmontreal.ca)

**Centre d'appui aux communautés immigrantes (CACI) de Bordeaux-Cartierville:** depuis 1993, accueil et intégration (accompagnement en adaptation au marché du travail, cours de langue, vie associative, halte-garderie...).

➡ [caci-bc.org](http://caci-bc.org)

**Centre d'intégration multi-services de l'Ouest de l'Île (CIMOI):** depuis 1993, travaille dans le domaine de l'intégration et de l'aide aux nouveaux arrivants (renseignements sur le marché de l'emploi, méthodologie de recherche...).

➡ [cimo.com](http://cimo.com)

**Centre Génération Emploi:** a pour mission première la préparation et l'intégration en emploi des personnes immigrantes, des membres des communautés ethnoculturelles et des minorités visibles, ainsi que des jeunes et des femmes du Grand Montréal (informations sur le marché du travail, méthodologie de recherche, mentorat et parrainage...).

➡ [generationemploi.org](http://generationemploi.org)

**Centre Multi-Écoute:** mission de prévention en santé mentale et d'aide à l'intégration sociale de toute personne qui en éprouve le besoin. Il offre ses services dans le respect de la culture du participant et, dans la mesure du possible, dans la langue d'origine du client. En ce sens, le Multi-Écoute porte une attention particulière aux immigrants.

➡ [multiecoute.org](http://multiecoute.org)

**Centre social d'aide aux Immigrants (CSAI):** Depuis 1947, le CSAI accompagne les personnes immigrantes et les réfugiés dans leur démarche d'une intégration et d'une participation active à la société d'accueil (counselling individuel, francisation, aide à la recherche d'emploi, activités et sorties...).

➡ [centrescai.org](http://centrescai.org)

**AIR-SOM /Centre Prisme:** facilite l'intégration harmonieuse des personnes réfugiées et immigrantes à la vie sociale, culturelle politique de leur nouvelle société d'accueil.

➡ [airsomprisme.org](http://airsomprisme.org)

**CITIM (Clef pour l'intégration au travail des immigrants):** offre un service d'aide à l'insertion sur le marché du travail pour les nouveaux arrivants permanents ou temporaires français et franco-phones, notamment par des ateliers intensifs de recherche d'emploi en groupe (CV, entrevue d'embauche, techniques de recherche...). Il propose un accompagnement spécifique aux personnes ayant obtenu un diplôme d'ingénieur dans leur pays d'origine souhaitant exercer la profession d'ingénieur au Québec.

► [citim.org](http://citim.org)

**CLAM (Carrefour de liaison et d'aide multi-ethnique):** offre aux immigrants des services afin de contribuer à leur intégration et à leur adaptation à la société québécoise.

► [leclam.ca](http://leclam.ca)

**Le Collectif:** depuis 1983, favorise l'intégration des personnes immigrantes à la société québécoise et offre un service d'aide à l'emploi adapté à leurs besoins: techniques de recherche, préparation aux

## Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BANQ)

La Grande Bibliothèque, lieu de rendez-vous culturel incontournable avec ses quatre millions de documents, ses services, ses ateliers et ses activités pour tous les publics, propose dans sa collection destinée aux nouveaux arrivants environ 1500 livres sur divers aspects de la vie au Québec. Cette collection qui comprend de nombreux guides pratiques permet de se familiariser avec les institutions québécoises, les programmes d'études, le marché du travail, les droits et responsabilités des citoyens, etc.

Le Centre emploi-carrière de la bibliothèque propose des services gratuits à toute personne à la recherche d'un emploi. Le personnel d'Emploi Québec sur place offre un service d'assistance pour la rédaction d'un curriculum vitae, la recherche d'un emploi en ligne ou l'envoi de télécopies à des employeurs potentiels, etc.

Aux nouveaux arrivants qui apprennent le français, les Amis de BANQ proposent des ateliers de conversation française. La Grande Bibliothèque est facilement accessible par le métro, station Berri-UQAM.

► [banq.qc.ca](http://banq.qc.ca)

► [amis.banq.qc.ca/p/activites/par\\_les\\_membres/conversation\\_francaise/](http://amis.banq.qc.ca/p/activites/par_les_membres/conversation_francaise/)

entrevues, diagnostic professionnel, atelier de connaissance de la société québécoise, etc. Le Collectif, de par son engagement historique, est également un porte-parole des femmes immigrantes. Il a aussi pour objectifs de favoriser la régionalisation de l'immigration.

► [cfiq.ca](http://cfiq.ca)

**Comité d'éducation aux adultes de la Petite Bourgogne et de Saint-Henri :** favorise l'intégration des personnes immigrantes en leur offrant un accompagnement individuel et organise des cours d'apprentissage du français et des activités collectives.

► [cedast-henri.blogspot.ca](http://cedast-henri.blogspot.ca)

**DeGama, coop de solidarité :** favorise l'intégration des immigrants en leur offrant des conférences, ateliers ou activités ludiques concernant leur cheminement personnel, professionnel, social et familial.

► [degama.ca](http://degama.ca)

**Fondation Ressources-Jeunesse :** depuis 1979, axe son intervention sur l'insertion des jeunes adultes au marché du travail. Aujourd'hui, la FRJ poursuit sa mission : développer l'employabilité des jeunes adultes



**SERVICE À LA FAMILLE CHINOISE DU GRAND MONTRÉAL**

滿城華人服務中心

CHINESE FAMILY SERVICE OF GREATER MONTREAL

987 rue Côté, 4e étage, Montréal, Québec H2Z 1L1

☎ (514) 861-5244

☎ (514) 861-9008

🌐 <http://www.famillechinoise.qc.ca/> [famille.chinoise@qc.aibn.com](mailto:famille.chinoise@qc.aibn.com)



**CENTRE SINO-QUÉBEC DE LA RIVE SUD**

南岸華人服務中心

SINO-QUEBEC CENTER OF THE SOUTH SHORE

7209, Boul. Taschereau # 108, Brossard, Quebec, J4Y 1A1

☎ (450) 445-6666

☎ (450) 445-8188

🌐 <http://www.sinoquebec.ca/>

[csqrs@qc.aira.com](mailto:csqrs@qc.aira.com)

et les aider à s'intégrer de façon durable au marché du travail. La FRJ propose différentes activités gratuites aux jeunes de 18 à 35 ans : des ateliers participatifs sur la recherche d'emploi (LinkedIn, le réseautage, la prospection téléphonique, le CV, l'entrevue ...); des programmes de recherche d'emploi motivants; des conférences inspirantes dispensées par des professionnels bénévoles investis dans la relève.

En plus de fournir des techniques de recherche d'emploi, ces activités sont un lieu d'échange et de réseautage pour les participants.

➡ [frj.qc.ca](http://frj.qc.ca)

**L'Hirondelle, services d'accueil et d'intégration des immigrants :** depuis 1979, offre des services personnalisés d'accueil et d'intégration pour les nouveaux arrivants au Québec et démontre à la société d'accueil tous les avantages liés à la diversité des cultures et des expériences.

➡ [hirondelle.qc.ca](http://hirondelle.qc.ca)

**Impulsion-Travail :** depuis 1984, œuvre au développement de l'employabilité des adultes (informations sur le marché du travail, techniques de recherche d'emploi, ateliers informatiques...).

➡ [impulsion-travail.com](http://impulsion-travail.com)

**La Maisonnée (Service d'aide et de liaison pour immigrants) :** depuis 1979, offre des services collectifs et individuels reliés à l'accueil et à l'établissement des nouveaux résidents, à leur employabilité et leur insertion en emploi, pour favoriser l'exercice de la citoyenneté et de la participation civique et le développement des réseaux sociaux.

➡ [lamaisonneeinc.org](http://lamaisonneeinc.org)

**Objectif Emploi :** depuis 1993, offre des services d'intégration dans la société québécoise. Le programme d'intégration en emploi propose des informations sur le marché du travail, les méthodes de recherche d'emploi, la mise en place d'un plan d'action, etc.

➡ [objectifemploi.ca](http://objectifemploi.ca)

**PROMIS (Promotion Intégration Société Nouvelle) :** depuis 1988, favorise l'intégration des personnes immigrantes et réfugiées et aide à défendre leurs droits. Les services sont offerts dans de nombreuses langues autour de l'intégration, l'éducation, l'emploi et la régionalisation, l'hébergement. Il propose un accueil aux nouveaux arrivants pour les accompagner dans leurs démarches d'installation (orientation vers les bonnes ressources, ateliers collectifs sur la société d'accueil, activités culturelles...) et les informer sur le marché du travail

# Y DES FEMMES DE MONTRÉAL

DE NOUVELLES VOIES POUR LES FEMMES DEPUIS 1875

INTÉGRATION

EMPLOYABILITÉ

BÉNÉVOLAT

ACTIVITÉS



**YWCA**  
Y DES FEMMES  
MONTRÉAL

514 866-9941 | [ydesfemmesmtl.org](http://ydesfemmesmtl.org)

(counselling individuel et des ateliers de présentation d'outils pour la recherche d'emploi). Le service à la francisation avec ses cours à temps complet ou à temps partiel reçoit près de 700 élèves par an.

► [promis.qc.ca](http://promis.qc.ca)

**Projet Genèse** : solidement ancré à Côte-des-Neiges, Projet Genèse combine les services individuels et l'organisation communautaire pour améliorer concrètement les conditions de vie de la communauté. Il offre des informations, des références et assure la défense de droits sociaux et économiques (recours, responsabilités des locataires, revenu de base et programmes de supplément de revenu, incluant les pensions, l'aide sociale, les prestations familiales et plusieurs autres).

► [genese.qc.ca](http://genese.qc.ca)

## Réseau Accès Montréal

Le Réseau Accès Montréal de la Ville de Montréal permet aux citoyens de communiquer avec la municipalité plus facilement, par téléphone, en composant le 311 (disponible 7/7, 24/24), mais aussi par Internet, par courrier ou en se rendant à un comptoir de service (ouvert en semaine de 8 h 30 à 20 h 30, les fins de semaine et jours fériés de 9 h à 17 h). Réseau Accès Montréal offre des renseignements sur les activités, les services et les programmes municipaux.

► Ville de Montréal : [ville.montreal.qc.ca](http://ville.montreal.qc.ca)

**Regroupement des organismes du Montréal ethnique pour le logement (ROMEL):** depuis 1984, promeut l'amélioration des conditions de logement (coût, salubrité, aménagement, environnement) au bénéfice des citoyens démunis des communautés ethniques, par le moyen de support technique, de formation et d'éducation à la mise sur pied de coopératives ou de logements à but non lucratif.

► [romel-montreal.ca](http://romel-montreal.ca)

**Service à la famille chinoise du Grand Montréal :** organisme à but non lucratif qui offre des services d'intégration et de soutien à des membres de la communauté asiatique et de la communauté chinoise à Montréal et sur la Rive-Sud.

► [famillechinoise.qc.ca](http://famillechinoise.qc.ca)

**Service d'interprète d'aide et de référence aux immigrants (SIARI):** depuis 1981, déploie une multitude d'interventions individuelles et d'activités collectives visant à briser l'isolement, soutenir les parents dont les enfants grandissent dans un nouvel univers, outiller les adultes pour l'emploi et l'amélioration des conditions de vie.

► [siari.org](http://siari.org)

**Service d'intégration au marché du travail par objectifs (SIMO):** organisme sans but lucratif ayant pour mission de développer l'employabilité et favoriser l'intégration au marché du travail d'une clientèle répondant à des critères spécifiques. Partenaire d'Emploi-Québec depuis 1998, SIMO offre des services individualisés et personnalisés.

► [simo-emplois.com](http://simo-emplois.com)

**Travail sans frontières:** depuis 1989, œuvre à l'insertion professionnelle et sociale, autant des Québécois de souche que ceux d'origine étrangère. Le club de recherche d'emploi permet une mise en pratique de la recherche: mise à jour ou réalisation du CV, appels téléphoniques aux employeurs, simulations d'entrevues, utilisation du réseautage, etc. Le programme Mutation vers l'emploi s'adresse aux hommes de 36 à 60 ans dans une situation professionnelle ou personnelle qui rend difficile l'intégration au travail (orientation professionnelle, ateliers préparatoires à la recherche d'emploi en groupe, stage en entreprise, préparation aux retours aux études, etc.).

► [tsf.qc.ca](http://tsf.qc.ca)

**Y des femmes de Montréal :** depuis 1875, travaille pour la prévention de violences, le développement des compétences et l'épanouissement des femmes et des filles. Le Y des femmes de Montréal offre une foule de programmes et services : programme d'alphabétisation, orientation et aide à la recherche d'emploi, entreprise d'insertion professionnelle, clinique d'information juridique, etc.

► [ydesfemmesmtl.org](http://ydesfemmesmtl.org)

## NORD-DU-QUÉBEC

### CARTE D'IDENTITÉ

- › **Population :** 44 769 hab.
- › **Superficie en terre ferme :** 707 164 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population :** 0,1 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité :** 63,5 %
- › **Taux de chômage :** 9,2 %
- › **Principales villes :** Chibougamau, Chisasibi, Kuujuaq

### PORTRAIT

Le Nord-du-Québec est un immense territoire très peu peuplé, occupé par quelques francophones et les premières nations (Cris, Innu, Inuits...). Terre quasi vierge, la région offre un potentiel en ressources naturelles incroyable. Les habitants de la région essaient de travailler main dans la main pour créer un processus de développement durable et équitable. L'hydroélectricité (50 % de la production québécoise vient du Nord du Québec), l'industrie des mines (gisements de diamants dans les monts Otish) et l'industrie forestière sont au cœur des activités du Nord-du-Québec. La région de la Baie-James est une des plus actives alliant développement économique et touristique.

Le Nord-du-Québec ne connaît qu'une très faible immigration, mais si vous êtes tentés de vous y établir, vous recevrez un accueil sur mesure.

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

---

Exploitation de la forêt et des mines ; Hydroélectricité ; Récréotourisme.

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Carrefour jeunesse-emploi de la Jamésie (CJEJ) :** accompagne les personnes souhaitant s'établir en Jamésie (contact avec des employeurs, conseils pour se loger et pour la vie quotidienne).

► [cjejamesie.ca](http://cjejamesie.ca)

**La Ruée vers le nord (Jamésie) :** offre des services de recrutement de la main d'œuvre, du soutien dans les démarches d'emploi, de l'aide au logement et le placement de conjoints, ainsi que des services favorisant l'intégration des nouveaux arrivants en les dirigeant vers les bonnes ressources.

► [larueeverslenord.com](http://larueeverslenord.com)

## AUTRES LIENS UTILES

- **Tourisme Baie-James :** [tourismebaiejames.com](http://tourismebaiejames.com)
- **Tourisme Eeyou Istchee :** [creetourism.ca](http://creetourism.ca)
- **Tourisme Nunavik :** [nunavik-tourism.com](http://nunavik-tourism.com)

## OUTAOUAIS

## CARTE D'IDENTITÉ

---

- › **Population :** 385 579 hab.
- › **Superficie en terre ferme :** 30 471 km<sup>2</sup>
- › **Densité de population :** 12,7 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité :** 66,4 %
- › **Taux de chômage :** 6,9 %
- › **Principales villes :** Gatineau, Cantley, Val-des-Monts

## PORTRAIT

---

L'Outaouais est une vaste région située à l'extrême sud-ouest du Québec. La rivière des Outaouais marque la frontière entre le Québec et l'Ontario et sépare la ville de Gatineau d'Ottawa. La structure économique de l'Outaouais est étroitement liée à la proximité de la capitale fédérale Ottawa et compte ainsi de nombreux postes dans l'administration publique. Sa situation géographique lui offre une place stratégique près des grands centres d'affaires canadiens et américains.

La région constitue un centre important de haute technologie, la plaçant numéro 1 au Québec quant à la proportion d'entreprises exportatrices dans ce secteur. Elle est particulièrement innovante dans les technologies de l'information dont la croissance est l'une des plus considérables en Amérique du Nord. Les industries régionales de télécommunication, de géomatique, de biotechnologies et de services multimédias connaissent un taux de croissance important. Les emplois relevant du secteur tertiaire représentent 85,4 % de son produit intérieur brut (PIB) régional.

### VILLE DE GATINEAU : LA DIVERSITÉ CULTURELLE À L'HONNEUR

La Ville de Gatineau affiche une volonté politique dynamique de mise en valeur de l'immigration et de la diversité culturelle. Soucieuse que ses habitants, quelles que soient leurs origines, puissent développer un sentiment d'appartenance à la ville, Gatineau a adopté une politique active autour du rapprochement interculturel, de la diversité sur le territoire et de l'implication citoyenne.

Le site Internet offre des informations sur les activités valorisant la diversité culturelle ainsi qu'une liste des organismes œuvrant à l'accueil et l'intégration des immigrants. La Ville organise des tours de ville en autobus ainsi que des initiations à la vie municipale.

► [ville.gatineau.qc.ca](http://ville.gatineau.qc.ca)

### SECTEURS PRINCIPAUX D'ACTIVITÉS

Agriculture ; Production et transformation du bois ; Récréotourisme ; Hautes technologies d'information et de télécommunication ;

Industrie de la langue (expertise linguistique, traduction humaine ou automatique...).

*Sources : ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère de l'Économie, de l'Innovation et des Exportations.*

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Accueil-parrainage Outaouais (APO) (Gatineau):** accueille les immigrants nouvellement arrivés dans l'Outaouais et leur offre un soutien à l'intégration (aide à la recherche d'un logement, interprétariat, aide pour la vie quotidienne, inscriptions scolaires, orientation en emploi, jumelage...).

➡ [apo-qc.org](http://apo-qc.org)

**Association des femmes immigrantes de l'Outaouais (AFIO) (Gatineau):** depuis 1984, offre un soutien psychosocial, un service d'accueil et d'information-orientation personnalisés pour favoriser la démarche d'intégration, un soutien technique pour les démarches administratives, un soutien aux femmes victimes de violence conjugale et des activités de rencontres.

➡ [afio.ca](http://afio.ca)

**Carrefour jeunesse-emploi Papineau (CJEP) (Gatineau):** développe le projet Multipli-Cité, sur l'employabilité, l'exode des jeunes, l'accueil, l'intégration et la rétention des nouveaux résidents.

➡ [cjepapineau.qc.ca/](http://cjepapineau.qc.ca/)

**Service Intégration Travail Outaouais (SITO) (Gatineau):** offre plusieurs programmes et services de référence pour répondre aux besoins des chercheurs d'emploi immigrants (aide individuelle, stages en entreprise, aide au placement de la main-d'œuvre de Montréal vers l'Outaouais...). Il compte de nombreux partenaires et travaille en étroite collaboration avec les employeurs.

➡ [sito.qc.ca](http://sito.qc.ca)

### AUTRE LIEN UTILE

➡ [Tourisme Outaouais : tourismeoutaouais.com](http://Tourisme Outaouais : tourismeoutaouais.com)

## SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

### CARTE D'IDENTITÉ

---

- **Population :** 277 209 hab.
- **Superficie en terre ferme :** 95 761 km<sup>2</sup>

---

## CHOISIR VOTRE RÉGION D'INSTALLATION

- › **Densité de population** : 2,9 hab./km<sup>2</sup>
- › **Taux d'activité** : 60,2 %
- › **Taux de chômage** : 6,9 %
- › **Principales villes** : Saguenay, Alma, Dalbeau-Mistassini, Saint-Félicien, Roberval

## PORTRAIT

---

Le Saguenay-Lac-Saint-Jean est un immense territoire où l'on retrouve une nature abondante. La région s'ouvre de plus en plus à l'immigration, un enjeu économique important dans les années à venir.

L'extraction des ressources naturelles et la transformation primaire occupent une portion importante de l'économie régionale. Cinq secteurs y occupent une place prépondérante : l'aluminium, le bois, l'hydroélectricité, l'agroalimentaire et le tourisme. De 1998 à 2002, la région a accueilli le plus vaste chantier d'Amérique du Nord avec la construction de l'aluminerie Alcan à Alma. En 2000, le gouvernement a reconnu à la région le titre de Vallée de l'aluminium. Cela a contribué à greffer autour de la production d'aluminium des activités économiques de deuxième et de troisième transformations. La région est maintenant reconnue dans le monde entier pour sa production.

Ses établissements d'enseignement publics offrent plus de cinquante diplômes d'études collégiales (DEC) et ses quatre commissions scolaires proposent des programmes menant à l'obtention d'un DEP ou d'une ASP dans différents centres de formation générale et professionnelle.

► **Service régional de l'admission des Cégeps du Saguenay-Lac-Saint-Jean** : [srasl.qc.ca](http://srasl.qc.ca)

L'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC) offre près 180 programmes d'études. Avec ses 6 500 étudiants de 58 nationalités différentes, c'est tout un mélange de cultures et de savoir qui s'unissent à la vie étudiante bien québécoise que propose l'UQAC.

► [uqac.ca](http://uqac.ca)

## PRINCIPAUX SECTEURS D'ACTIVITÉS

---

Agroalimentaire: lait, céréales, viandes, bleuets sauvages, pomme de terre de semence; Production: aluminium et bois; Hydroélectricité; Commerce de détail, services de santé; Récréotourisme

Sources: ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et ministère des Finances.

## SERVICES SPÉCIFIQUES AUX IMMIGRANTS

---

**Corporation Intégration Saguenay (CIS) (Chicoutimi):** favorise l'intégration socioculturelle, socioéconomique et l'établissement durable des nouveaux arrivants en intervenant auprès des personnes immigrantes, travailleurs temporaires étrangers et des Québécois sur le territoire du Saguenay.

► [industrie.saguenay.ca/fr/qualite-de-vie](http://industrie.saguenay.ca/fr/qualite-de-vie)

**Portes ouvertes sur le lac (Saint-Félicien, Alma, Dolbeau-Mistassini):** accompagne les personnes immigrantes dans toutes leurs démarches d'installation (accompagnement dans les démarches administratives, recherche de logement, aide à l'insertion sur le marché du travail...), propose des activités socioculturelles, offre un jumelage entre nouveaux arrivants et habitants du Lac-Saint-Jean.

► [portesouvertessurlelac.org](http://portesouvertessurlelac.org)

**Service externe de main-d'œuvre (SEMO) du Saguenay (Jonquière):** offre des services d'accueil et d'intégration aux personnes immigrantes: accompagnement personnalisé lors de l'arrivée (inscriptions, logement et autres), information sur le milieu et ses ressources, activités visant à créer un réseau social, aide à la recherche d'emploi et jumelage familial.

► [semo-saguenay.ca](http://semo-saguenay.ca)

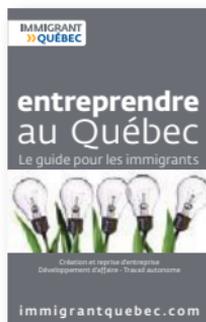
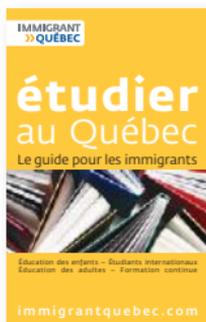
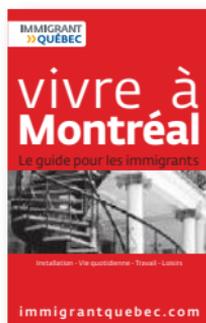
## AUTRES LIENS UTILES

► Stratégie MigrAction : [migraction.ca](http://migraction.ca)

► Tourisme Saguenay-Lac-Saint-Jean : [saguenaylacsaintjean.ca](http://saguenaylacsaintjean.ca)

# 6 Guides complets

pour vous accompagner dans  
votre nouvelle vie au Québec



# Gratuits

et téléchargeables sur  
**immigrantquebec.com**

**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**

# LES BIBLIOTHÈQUES DE MONTRÉAL : GRATUITES, ACCESSIBLES ET ACCUEILLANTES !

► Par **Nathalie Martin**, conseillère aux Bibliothèques de Montréal

Les Bibliothèques de Montréal forment un réseau de 45 bibliothèques de quartier, réparties sur l'ensemble du territoire de la Ville de Montréal. Passionnément engagées dans les quartiers, les Bibliothèques de Montréal offrent à tous un accès à la lecture, à l'information, au savoir, à la culture et au loisir. Soutenues par une programmation audacieuse et des équipes dévouées, les Bibliothèques de Montréal :

- rendent disponibles 4,2 millions de documents ;
- offrent leurs services 7 jours sur 7 ;
- donnent accès à des ressources accessibles 24 heures par jour via le site web. Chaque bibliothèque est unique et en fonctionnant ensemble en réseau, les Bibliothèques de Montréal offrent un ensemble de ressources et de services variés à la population montréalaise.

## UNE BIBLIOTHÈQUE, PRÈS DE CHEZ VOUS...

Toutes les bibliothèques sont des lieux neutres et publics, à accès libre, où du personnel professionnel compétent accueille et conseille les citoyens, organise et anime des activités et facilite l'accès à une offre de documents de qualité.

La quantité d'informations disponibles est immense, abordant des sujets aussi variés que les actualités locales et internationales, des guides sur les régions du Québec aux cours de conduite, en passant par les ressources de la communauté, des recettes de cuisine ou des modes d'emploi pour rénover. Des documents particulièrement en demande par certaines clientèles sont parfois regroupés en « collection ». C'est le cas de la **collection Nouveaux arrivants**, disponible dans quelques bibliothèques, qui offre une foule d'informations pratiques sur les questions d'immigration et les permis, la santé, le logement, l'emploi, les études ainsi que sur le test de citoyenneté canadienne.

## QUELQUES TYPES DE DOCUMENTS

- › journaux et revues, dont plus de 5 000 journaux en 60 langues de 100 pays disponibles en ligne

- › jeux de société, jeux vidéo, musique et films
- › cours de langues et cours d'informatiques
- › bandes dessinées, romans et documentaires
- › livres numériques et livres parlants
- › collection jeunesse
- › instruments de musique

Bien que l'accès aux bibliothèques et à leurs collections soit libre pour tous, l'abonnement (gratuit) aux bibliothèques permet d'avoir accès à une gamme élargie de services sans frais, par exemple :

- › des postes informatiques
- › le réseau Internet, incluant l'accès sans-fil (wi-fi)
- › le prêt des documents (provenant des 45 bibliothèques)
- › des animations (heures du conte pour enfants, activités familiales, formations, conférences, etc.)
- › des ressources en ligne réservées aux abonnés (voir la section La Bibliothèque numérique)
- › un service de livraison à domicile (certaines conditions s'appliquent)

Les Montréalais, comme tous les Québécois, bénéficient de plus des services de la Grande Bibliothèque de Bibliothèques et Archives nationales du Québec, située au cœur de Montréal.

## LA BIBLIOTHÈQUE NUMÉRIQUE

Via le site [bibliomontreal.com](http://bibliomontreal.com), les citoyens ont également accès à un ensemble de services en ligne incluant les ressources de la Bibliothèque numérique : livres numériques, journaux et revues, cours de langues et d'informatique, musique. Outre ces documents, le site propose entre autres un portail jeunesse, le catalogue des documents (permettant de renouveler ou de réserver en ligne), des recommandations de lecture et des informations sur tous les programmes et services disponibles, ainsi qu'à propos de chacune des bibliothèques.

Tout ça, accessible 24 heures sur 24 évidemment !

## LA BIBLIOTHÈQUE HORS LES MURS ET LES PARTENAIRES

Ne vous surprenez pas si au détour de vos activités quotidiennes, vous croisez l'une de nos animatrices ou bibliothécaires... Plusieurs activités ou événements sont réalisés avec les nombreux partenaires des bibliothèques. Tout au long de l'année, plusieurs membres du personnel se promènent ainsi dans les cliniques de vaccination, les maisons de la famille, les parcs, les écoles, les fêtes de quartiers ou les festivals pour aller à la rencontre des citoyens.

► Pour en savoir plus ou pour nous joindre, consultez [bibliomontreal.com](http://bibliomontreal.com)

## LES 4 ORGANISMES MONTRÉALAIS DE RÉGIONALISATION DE L'IMMIGRATION

Si vous souhaitez vous établir en région ou que vous y songez, ces organismes ont pour mandat de favoriser la régionalisation de l'immigration. N'hésitez pas à les rencontrer pour leur parler de vos projets : une équipe de professionnels pourra vous guider dans vos démarches, évaluer vos besoins, vous informer sur les réalités de l'emploi et la vie en région, proposer des séjours exploratoires et des rencontres avec des recruteurs, établir la corrélation entre votre profil professionnel et les besoins en main-d'œuvre, connaître les financements possibles, etc. Comme un projet d'immigration, un projet d'installation en région se prépare et implique d'acquérir des connaissances sur le milieu. Chaque organisme travaille avec un réseau de partenaires – employeurs et organismes d'accueil des immigrants – en région.

### **ALPA (ACCUEIL LIAISON POUR ARRIVANTS)**

Alpa offre un suivi personnalisé pour les candidats à une installation en région. L'équipe évalue la faisabilité du projet, participe à la définition des objectifs, aide à acquérir les techniques efficaces de recherche d'emploi, met en contact les candidats avec des agents de liaison en région. Des séances d'information sur l'emploi et la vie en région sont proposées et des offres d'emploi transférées aux candidats. Son approche concrète permet également de recevoir, au besoin, un soutien technique et financier, des conseils sur les démarches à effectuer pour quitter Montréal comme par exemple céder son bail, etc.

➡ [alpaong.com](http://alpaong.com)

### **CARREFOUR BLE (BIO LOCAL EMPLOI)**

Le programme de régionalisation Cap sur les régions du Carrefour BLE offre un soutien technique et financier aux immigrants qui souhaitent s'installer en région. Deux formations de mises à niveau sont proposées aux nouveaux arrivants. Si vous avez un diplôme ou une expérience en agronomie, le programme Agrippez-vous ! s'adresse à vous, pour ceux qui possèdent un diplôme ou une expérience en génie des

aliments ou en agronomie, le programme Transformez-vous ! vous conviendra. Durant 21 semaines, ces deux formations vous permettront une mise à jour de vos connaissances et de vos compétences en agroalimentaire afin de réussir votre intégration sur le marché du travail québécois.

► [carrefourble.qc.ca](http://carrefourble.qc.ca)

## **LE COLLECTIF**

Dans son mandat d'aide à l'établissement en région, le Collectif offre un accompagnement individualisé : visite socioprofessionnelle des régions, mise en contact avec le réseau de correspondants en région, soutien à l'établissement (logement, école, etc.), soutien technique et financier en cas de déménagement, etc. Des séances d'information sur la présentation des régions sont organisées régulièrement. Consultez leur calendrier des événements à venir sur leur site Internet.

► [cfiq.ca](http://cfiq.ca)

## **PROMIS (PROMOTION INTÉGRATION SOCIÉTÉ NOUVELLE)**

Une équipe de cinq professionnels du Service à la régionalisation de PROMIS accompagne de façon stratégique toute personne intéressée à s'installer en région : informations sur les spécificités du marché du travail et de la vie en région, techniques de recherche d'emploi adaptées, arrimage entre les offres d'emploi et les profils des candidats, séjour d'exploration professionnel, analyse des besoins de chacun et plan d'action personnel, etc. Des sessions d'informations sur l'emploi dans 14 régions du Québec sont régulièrement proposées. L'organisme a créé une page Facebook dédiée à l'établissement en région.

► [promis.qc.ca](http://promis.qc.ca)



# RABIA

Pays d'origine : Algérie

Au Québec depuis : 2011

Statut à l'arrivée au Québec : Résident permanent

Région d'installation : Montérégie

## LA MONTÉRÉGIE, UN FORT POTENTIEL DANS L'AGROALIMENTAIRE

Nous travaillons tous les deux dans l'agroalimentaire. Avant de venir au Québec, nous savions que dans ce domaine il faut souvent travailler dans des petites villes. Quand nous sommes arrivés en septembre 2011, nous avons assisté à une séance d'information sur le marché du travail. C'est à ce moment que nous avons appris que dans le domaine de l'agroalimentaire, la région de la Montérégie recherchait de la main-d'œuvre.

Lors d'un atelier de recherche d'emploi de l'organisme ALPA, un conseiller nous a orientés vers l'organisme Forum 2020 à Saint-Hyacinthe. Nous y sommes allés avec ma femme pour rencontrer des employeurs potentiels et visiter la région. Le même jour, nous avons tous les deux été engagés dans l'usine de Liberté. J'ai obtenu un poste de technicien en pasteurisation et ma femme de technicienne en contrôle qualité de laboratoire. À Montréal, l'organisme Carrefour BLE aide les personnes qui veulent s'installer en région et particulièrement celles qui souhaitent travailler dans le secteur de l'agroalimentaire.

Une fois sur place, nous avons été accompagnés une nouvelle fois par le Forum 2020 qui nous a conseillés pour trouver un logement, nous renseigner sur la région, etc. J'ai témoigné à plusieurs reprises de mon expérience d'immigrants auprès de nouveaux arrivants dans la région et nous participons régulièrement à des activités de réseautage ou des activités proposées par le Forum 2020. Cela permet de rencontrer d'autres personnes, souvent des immigrants, et de se constituer un réseau.

Il ne faut pas avoir peur de travailler en région. Je pense qu'il y a de nombreuses opportunités d'emploi et la vie est agréable ici.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)



## ERWAN ET BÉATRICE

Pays d'origine : France

Au Québec depuis : mai 2015

Statut à l'arrivée au Québec : Résidents permanents

Région d'installation : Magog, Estrie

### EXPLORER LES RÉGIONS

Après plusieurs visites touristiques au Québec, ma femme et moi avons décidé d'immigrer définitivement. Nous savions que nous ne souhaitions pas nous établir à Montréal. Nous venions au Québec pour la beauté des paysages, les grands espaces, le rêve québécois en quelque sorte.

Nous avons prévu par avance un budget qui allait nous permettre d'explorer le Québec afin d'y choisir notre région d'installation. Pendant deux mois, nous avons voyagé et évalué les opportunités de vie et d'emploi.

C'est finalement l'Estrie qui nous a séduits par son environnement et ses paysages. J'avais rencontré le Service d'aide aux Néo-Canadiens au Salon de l'immigration et de l'intégration au Québec qui se tient chaque année au Palais des congrès de Montréal et, une fois installés à Magog, ils m'ont aidé pendant plusieurs semaines avec des ateliers et une mise en relation avec un employeur. Je suis ingénieur mécanique et ma femme psychologue, la région a une grosse activité industrielle et la ville de Sherbrooke offre de nombreux services de soins ce qui nous a permis à tous les deux de rapidement trouver un emploi.

C'est sûr que contrairement à nos amis installés à Montréal, la vie peut sembler un peu plus solitaire et moins animée. Il n'y a pas de communauté française et développer des relations peut prendre un peu plus de temps. Mais malgré cela, nous sommes très heureux de notre choix. D'ailleurs, nous sommes présentement en train de faire construire une maison.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

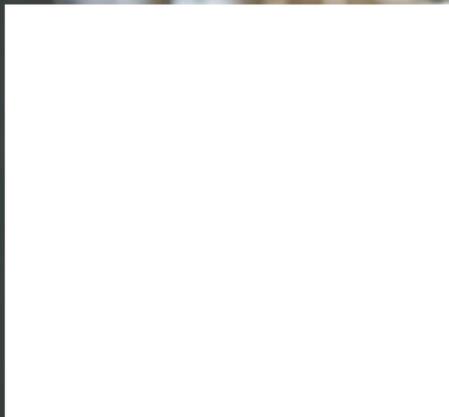
# PRÉPARER VOTRE DÉPART / RÉUSSIR VOTRE ARRIVÉE

Nouvelle vie, nouveau quotidien, nouveaux repères... Si l'on peut se sentir perdu à l'arrivée, vous constaterez rapidement que les Québécois sont accueillants et se feront un plaisir de vous guider dans certaines démarches. Vous verrez, peu à peu, votre vie quotidienne trouvera son propre rythme et ce qui vous paraissait étranger au début vous deviendra familier. Faites-vous confiance!

## CALCUL DU BUDGET

Une démarche d'immigration, qu'elle soit temporaire ou définitive, comporte des frais importants. Avant votre départ vous devez impérativement évaluer avec précision les coûts liés à votre nouvelle vie, ainsi que votre capacité à les assumer. Il ne faut pas tomber dans le piège de croire que payer les frais exigés par le gouvernement et garder un «léger» cousin permet de s'assurer les premiers mois de vie dans un nouveau pays. Nous vous avons préparé une liste des frais principaux à prévoir.

Un contrat relatif d'autonomie financière sera exigé pour subvenir à ses besoins essentiels, notamment la nourriture, les vêtements, les nécessités personnelles et les frais liés au logement. La durée du contrat est de trois mois suivant son arrivée au Québec. Le montant en vigueur du 1er janvier au 31 décembre 2015 est de 3036\$ CAN pour un requérant principal. Pour un requérant principal avec conjoint qui accompagne et deux enfants à charge de moins de 18 ans, le montant exigé est de 5 400\$ CAN. Pour les autres cas de figure, consultez le tableau de calcul sur le site Internet du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI).



Que vous veniez résider au Québec de façon permanente ou temporaire, Desjardins est votre partenaire financier pour obtenir le soutien dont vous aurez besoin.

- Demande d'ouverture de compte à partir de l'étranger
- Solutions de paiement
- Assurance visiteurs au Canada
- Virements internationaux et transferts de fonds dans un compte Desjardins avant votre arrivée
- Devises étrangères
- Économies et produits financiers sans frais\*

Nos conseillers sont là pour vous aider à simplifier votre arrivée.

**Plusieurs ententes conclues entre Desjardins et des institutions financières étrangères vous permettent de simplifier vos transactions avec votre pays d'origine et d'économiser.**



[desjardins.com/ouvrircompte](https://desjardins.com/ouvrircompte)

Coopérer pour créer l'avenir

\* Certaines conditions s'appliquent. Pour connaître tous les détails, visitez [desjardins.com/bienvenue](https://desjardins.com/bienvenue).

## FRAIS PRÉCÉDANT VOTRE DÉPART POUR LE QUÉBEC

---

- › Demande de certificat de sélection du Québec (CSQ);
- › Transport pour vous rendre dans le bureau d'immigration du Québec qui couvre votre pays si vous êtes convoqué à une entrevue de sélection;
- › Demande de résidence permanente;
- › Examens médicaux nécessaires à l'obtention de la résidence permanente;
- › Administratif: envoi des documents en recommandé, photos d'identité, traductions, etc.;
- › Billets d'avion et transport vers l'aéroport pour vous et votre famille;
- › Déménagement des effets personnels (frais de transport, assurance, etc.);
- › Assurance voyage pour vous et votre famille;
- › Documentation sur le Québec (guides, cartes de villes, cartes des routes...).

## FRAIS À L'ARRIVÉE ET DURANT LES PREMIERS TEMPS DE VOTRE ÉTABLISSEMENT AU QUÉBEC

---

- › Hébergement temporaire (chambre d'hôtel, logement meublé loué à la semaine ou au mois...);
- › Location d'un logement avec bail signé d'une durée usuelle d'un an;
- › Meubles, électroménagers et articles ménagers (batteries de cuisine, services de vaisselle, literie...);
- › Transport (achat d'une voiture, carte de transport en commun...);
- › Permis de conduire québécois;
- › Inscription à l'université ou à un ordre professionnel, si applicable;
- › Évaluation comparative des études effectuées hors du Québec, si nécessaire;
- › Électricité, téléphone, chauffage, Internet (installation, mise en route et premiers mois);
- › Assurances (habitation, personnelle, véhicule...);
- › Habillement (il est recommandé d'acheter les vêtements d'hiver au Québec);
- › Vie courante (nourriture, essence...);

- › Frais annexes (assurance santé facultative, garderie, loisirs...);
- › Réseautage (inscription en chambre de commerce...).

## FORMALITÉS D'ENTRÉE ET D'ACCUEIL

Comme la plupart des immigrants, il est fort probable que votre entrée au Canada s'effectue à l'aéroport international de Montréal, Pierre-Elliott-Trudeau. Il est normal de se sentir un peu nerveux en posant le pied sur le sol canadien. Rassurez-vous, si vous êtes en règle et avez tous vos papiers à portée de main, les formalités seront relativement simples et courtes et le personnel d'immigration est plutôt courtois. À l'arrivée, les contrôles douaniers et l'octroi du permis de travail ou d'études, selon le cas, relèvent des autorités canadiennes.

Une fois les formalités accomplies auprès du contrôle douanier, vous vous rendez dans les bureaux de Citoyenneté et Immigration Canada, et dans ceux du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion. Ensuite, pour faire dédouaner votre déménagement international, rendez-vous au service de douane avec la liste détaillée de vos effets personnels.

- ➔ **Toutes les informations sur [cbsa.gc.ca](http://cbsa.gc.ca)**
- ➔ **D'autres informations concernant l'importation de votre voiture sur [tc.gc.ca](http://tc.gc.ca), de votre animal domestique ou de plantes sur [inspection.qc.ca](http://inspection.qc.ca)**

Difficile d'évaluer le temps de ces procédures car cela dépend beaucoup du nombre d'immigrants qui seront présents, comme vous, ce jour-là. De manière générale, entre le moment où vous sortez de l'avion et celui où vous sortez de l'aéroport, comptez entre une heure et demie et deux heures et demie.

**Nouveau Départ À Québec Inc.  
Entreprise de relocalisation.**



**N.D.A.Q. INC.**

Expatriés, étudiants, Pvtistes, gens d'affaire faites confiance à nos services pour une assistance et un suivi professionnel sur-mesure et profitez pleinement de votre nouvelle vie à Québec.

[nouveaudepartaquebec.com](http://nouveaudepartaquebec.com)

## Taxes et pourboires au Québec

Au Québec, presque tous les biens et services (sauf les produits de base) font l'objet de taxes à la consommation imposées par les gouvernements du Canada et du Québec :

- › la taxe sur les produits et services (TPS) du Canada : 5 % sur le prix de vente,
- › la taxe de vente du Québec (TVQ) : 9,975 % (calculée sur le prix de vente sans la TPS).

Sauf exception, ces taxes ne sont pas incluses dans le prix indiqué. Il faut donc rajouter un 15 % pour connaître la facture totale. Les loyers, en revanche, sont toutes taxes comprises. Il est dans l'usage de laisser un pourboire lorsque le client a été satisfait d'un service.

- › En restauration, si l'on vous sert à table, vous devrez laisser un pourboire (suggéré) de 15 % du montant de l'addition avant taxes.
- › Dans les bars, il est courant de laisser 1 à 2 \$ CAN par consommation et 1 à 2 \$ CAN pour le vestiaire.

Pour tous les autres services, par exemple chez le coiffeur, il est d'usage de donner 10 à 15 % de la note. À la station-service, vous pouvez laisser de 0,50 à 2 \$ CAN au pompiste. Il faut également penser aux services de livraison à qui vous pouvez laisser 10 % du montant. Enfin, pour les déménageurs, on peut offrir la pizza, la bière ou 5 à 10 \$ CAN par employé.

## VOUS RENDRE DANS VOTRE VILLE DE DESTINATION

Vous trouverez un comptoir de renseignements dans tous les aéroports, gares de chemin de fer et terminus d'autobus.

Depuis l'aéroport international Montréal-Trudeau, vous avez plusieurs options pour vous rendre à Montréal ou dans ses environs.

- › Par le bus 747 qui vous déposera à la station Berri-UQAM (métro et gare d'autocars). Le billet coûtera 10 \$ CAN par personne et est disponible à l'aéroport dans le hall d'arrivée et auprès du chauffeur (en pièce uniquement). Votre billet offre également un laissez-passer valide 24 heures consécutives sur tout le réseau bus et métro de la Société de transports de Montréal (STM).

- › Par taxi. Le trajet entre l'aéroport et le centre-ville de Montréal (zone circonscrite) bénéficie d'un tarif unique fixé à 40 \$ CAN. Pour les autres destinations, la tarification se fait au compteur.
- › Par voiture de location. Les principaux loueurs de voitures sont présents à l'aéroport.

Si vous vous rendez directement en région, vous poursuivrez peut-être votre voyage sur un autre vol. Si vous poursuivez votre voyage en autobus pour rejoindre votre destination finale, il faudra vous rendre à la Gare d'autocars de Montréal à proximité de la station métro Berri-UQAM.

➡ [gamtl.com/fr/Bienvenue/](http://gamtl.com/fr/Bienvenue/)

## PREMIER HÉBERGEMENT

À moins d'avoir des amis ou de la famille établis au Québec, il peut être nécessaire de loger tout d'abord dans un logement temporaire que vous pourrez réserver avant votre départ. Certaines agences immobilières proposent des services aux nouveaux arrivants et peuvent se charger de vous trouver un logement avant votre arrivée si vous leur transmettez une liste précise de vos critères de recherche.

Dans un premier temps, vous aurez avantage à vous installer temporairement dans un logement (appartement ou chambre) meublé et loué à la semaine ou au mois pendant que vous entreprendrez les démarches qui vous permettront de trouver un domicile plus conforme à vos besoins. Choisissez une habitation suffisamment centrale pour faciliter vos recherches.

Quelques sites de locations meublées (à Montréal) :

- ➡ [kangalou.com](http://kangalou.com)
- ➡ [ragq.com](http://ragq.com) (Réseau Appartements et Gîtes au Québec)
- ➡ [gesthab.ca](http://gesthab.ca)
- ➡ [louer.ca](http://louer.ca)
- ➡ [mystudiomontreal.com](http://mystudiomontreal.com)
- ➡ [appartementsmontreal.ca](http://appartementsmontreal.ca)
- ➡ [toutmontreal.com/logement-a-louer](http://toutmontreal.com/logement-a-louer)
- ➡ [homelidays.com](http://homelidays.com)

Et également :

- ➡ [lespac.com](http://lespac.com)
- ➡ [cherchetrouve.ca](http://cherchetrouve.ca)
- ➡ [kijiji.ca](http://kijiji.ca)

## Combien avez-vous dépensé dans les trois premiers mois de votre installation ?

### **LUDIVINE – EN COUPLE À MONTRÉAL**

- › Pour le loyer d'une chambre dans un gîte : 600 \$ CAN / mois
- › Budget nourriture : 100 à 150 \$ CAN par semaine
- › Abonnement téléphonique : 80 \$ CAN / mois
- › Équipement d'hiver : 750 \$ CAN

### **MÉRAL – CÉLIBATAIRE À MONTRÉAL**

- › Loyer pour un appartement 2 <sup>1/2</sup> : 600 \$ CAN / mois
- › Équipement de l'appartement (meubles, laveuse-sécheuse, cuisinière et frigo d'occasion) : 2000 \$ CAN
- › Budget nourriture : 100 \$ / semaine
- › Abonnements téléphonique et Internet : 30 \$ CAN / mois
- › Équipement d'hiver : 600 \$ CAN

### **CÉLINE – EN COUPLE AVEC DEUX ADOLESCENTES À SHAWINIGAN (MAURICIE)**

- › Loyer de la maison : 750 \$ CAN / mois
- › Équipement de la maison (meubles, laveuse, etc.) : 2600 \$ CAN
- › Achat de deux voitures d'occasion : 15 000 \$ CAN
- › Assurances voitures et habitation : 165 \$ CAN / mois
- › Budget nourriture : 120 \$ CAN / semaine
- › Abonnements téléphonique et Internet : 230 \$ CAN / mois
- › Autres frais (uniformes pour l'école) : 320 \$ CAN

### **SOPHIE, EN COUPLE AVEC UN ENFANT À MONTRÉAL**

- › Loyer pour un appartement : 1300 \$ CAN / mois
- › Équipement de la maison (meubles, laveuse...) : 1000 \$ CAN
- › Assurances voiture et habitation : 150 \$ CAN / mois
- › Budget nourriture : 150 \$ CAN / semaine
- › Abonnements téléphonique et Internet : 250 \$ CAN / mois
- › Équipement d'hiver : 400 \$ CAN
- › Autres frais (effets scolaires et uniformes pour l'école) : 100 \$ CAN

# Bienvenue à **MONTREAL**

Grande sélection d'appartements  
à louer aux quatre coins de la ville.



**ROCKHILL**

514 738-4704 // APPARTEMENTSROCKHILL.CA

**LUNA**

514 286-9191 // APPARTEMENTSLUNA.COM

**NORGATE  
& RENAISSANCE**

514 744-1094 // NORGATEAPPT.CA

  
**cogir**  
IMMOBILIER

LE PLUS GRAND GESTIONNAIRE IMMOBILIER DU QUÉBEC // [WWW.COGIR.NET](http://WWW.COGIR.NET)

Pour en savoir plus sur le logement au Québec, reportez-vous à la section du guide sur le sujet (p. 191).

## DÉMÉNAGER SEREINEMENT

Il est conseillé de contacter plusieurs déménageurs et de leur demander d'établir un devis. Dans votre choix, veillez à choisir un déménageur spécialisé dans l'international qui connaîtra les formalités douanières à accomplir et les règles en matière de transport. Vous pourrez envoyer vos affaires en avion ou par bateau.

Surtout, pensez à faire une liste détaillée de tous les effets que vous amenez : ce sera indispensable à votre arrivée au Canada pour dédouaner votre déménagement.

Quelques déménageurs :

- Gallieni Déménagements : [gallieni-demenagements.com](http://gallieni-demenagements.com)
- Bagages du Monde : [bagagesdumonde.com](http://bagagesdumonde.com)
- Europack : [europack.ca](http://europack.ca)
- AGS Déménagements : [ags-demenagement.com](http://ags-demenagement.com)

### La relocalisation

Des agences spécialistes en mobilité internationale proposent des services de relocalisation qui comprennent le déménagement international et la recherche d'un logement en fonction de critères que vous aurez établis. Elles donnent également des conseils sur les démarches administratives, sur les services bancaires et d'assurance, sur l'inscription des enfants à l'école, l'achat d'une voiture et tout ce qui concerne la vie quotidienne. En cas de besoin, les agences peuvent vous orienter vers les services d'un avocat, d'agence de placement, de conseillers en emploi... Avoir recours à une agence de relocalisation représente un coût certain. C'est un choix personnel et financier qui n'est pas forcément nécessaire, mais qui peut vous garantir une tranquillité d'esprit.

Quelques sites d'agences :

- HP&Associés : [hpa.ca](http://hpa.ca)
- Reloc-Québec : [relocquebec.com](http://relocquebec.com)
- Fleur de Lys relocation : [fleurdelysrelocation.com](http://fleurdelysrelocation.com)
- Iris immigration : [irisimmigration.com](http://irisimmigration.com)
- Arianne Relocation Canada : [ariannerelocation.com](http://ariannerelocation.com)
- LP Relocation : [lprelocation.com](http://lprelocation.com)
- The MIGroup : [themigroup.com](http://themigroup.com)



# RESTEZ CONNECTÉS AVEC VOS PROCHES

—

**GRÂCE AUX OFFRES EXCLUSIVES  
POUR LES NOUVEAUX ARRIVANTS\*.**



MOBILE | INTERNET | TÉLÉPHONIE | TÉLÉ

DÉCOUVREZ NOS OFFRES  
À LA FIN DE CE GUIDE.

[VIDEOTRON.COM/ARRIVANTS](http://VIDEOTRON.COM/ARRIVANTS)

\* Certaines conditions s'appliquent.

## VOUS MEUBLER À PETITS PRIX

---

Outre les magasins IKEA (Montréal et Boucherville), vous trouverez beaucoup de boutiques de seconde main au Québec pour vous équiper en électroménagers, meubles, literie et ustensiles.

- [lespac.com](http://lespac.com)
- [renaissancequebec.ca](http://renaissancequebec.ca)
- [kijiji.ca](http://kijiji.ca)
- [craigslist.ca](http://craigslist.ca)
- [villagedesvaleurs.com](http://villagedesvaleurs.com)
- [arneedusalut.ca](http://arneedusalut.ca)

Les ventes de garages (vide-greniers), qui ont lieu entre juin et septembre, sont d'excellentes occasions de récupérer des meubles à prix bradés, notamment lors du grand déménagement du 1<sup>er</sup> juillet.

Les punaises de lit étant monnaie courante au Québec, malgré les efforts pour les éradiquer, méfiez-vous avant d'acheter de la literie ou un canapé d'occasion.

## FAIRE DES ACHATS DE PREMIÈRE NÉCESSITÉ

## OÙ FAIRE VOS COURSES ?

---

Les supermarchés au Québec ne fonctionnent pas forcément comme dans votre pays d'origine. Petit récapitulatif des différentes enseignes québécoises avec les produits et services que vous pourrez y trouver :

- Pour l'alimentation générale, vous trouverez tout ce qu'il faut dans les supermarchés IGA, Provigo, Métro, Loblaws, Maxi, Super C, etc. Pour un panier à petits prix, il peut être intéressant de prendre une carte de membre chez Costco Wholesale qui a la particularité de vendre des produits en gros dans ses magasins d'entrepôt.
- Vous aurez un grand choix de vins et autres alcools à la SAQ (Société des alcools du Québec).
- Pour les produits de beauté, hygiène corporelle, produits ménagers, santé, vous trouverez votre bonheur dans les chaînes comme Jean Coutu ou Pharmaprix. Ces magasins offrent les services d'une pharmacie et délivrent des médicaments sur ordonnance.

**bradorhiver**  
Depuis 1977

Du service et des marques à petits prix.

# L'HIVER QUÉBÉCOIS N'AURA JAMAIS ÉTÉ AUSSI AGRÉABLE !

**BRADOR HIVER, LA RÉFÉRENCE DANS LA VENTE  
DE MANTEAUX ET D'ACCESSOIRES D'HIVER AU QUÉBEC**



**Brador Hiver c'est :**

- ✓ Le 1<sup>er</sup> magasin entrepôt de manteaux et d'accessoires d'hiver au Québec depuis 1977.
- ✓ L'endroit idéal pour habiller toute la famille 12 mois par année.
- ✓ Des manteaux et accessoires qui répondent aux standards les plus élevés de qualité.
  - ✓ De la marchandise soldée des plus grandes marques (Pajar, Luhta, Helly Hansen, Louis Garneau, Lolë Femme, Eider)
  - ✓ Un personnel expérimenté et attentionné.
  - ✓ Un lieu où vous bénéficiez de conseils personnalisés.
  - ✓ Un blogue qui partage plein d'astuces.

**VENEZ VIVRE L'EXPÉRIENCE BRADOR HIVER**

**[www.bradorhiver.com](http://www.bradorhiver.com)**

On y trouve également des laboratoires photo (notamment pour les photos de passeport) et souvent des bureaux de poste.

- › Pour le bricolage et la quincaillerie, il faut se rendre dans les magasins comme Rona, Home Dépôt, Canadian Tire. Dollarama propose des articles du quotidien à petits prix.
- › Les journaux, livres, DVD et CD sont vendus dans des enseignes comme Chapters/Indigo, Archambault ou Renaud-Bray. On trouve également de nombreuses librairies indépendantes, francophones ou anglophones.
- › Pour tout ce qui concerne le multimédia et les produits high-tech, vous pourrez aller faire un tour à La Source, Future Shop ou chez Lozeau, spécialisé dans la photographie et la vidéo.

Enfin, pour les oublis et les produits de base, vous trouverez toujours un dépanneur près de chez vous !

## Quelques repères sur les systèmes de mesure au Québec

Le système métrique est légalement en vigueur depuis 1971 partout au Canada mais certains utilisent encore les unités de mesure anglo-saxonnes. Quelques équivalences à connaître :

- › 1 mile = 1,6 km
- › 1 pied = 30,48 cm
- › 1 pouce = 2,54 cm
- › 1 livre (1 lb) = ½ kilo
- › 1 once (1 oz) = 28 grammes
- › 1 pinte = 1 litre
- › 1 gallon = 4,5 l

Même si la météo affiche les températures en degrés Celsius, les cuisinières et les fours au Québec peuvent être parfois réglés en degrés Fahrenheit. Il faut savoir que 400 degrés F = 200 degrés C.

- › Et la formule de conversion :  $C = (F - 32) \times 5/9$

Enfin pour les recettes de cuisine :

- › 1 tasse = 250 ml
- › 1 cuillère à thé = 5 ml
- › 1 cuillère à soupe = 15 ml

## HEURES D'OUVERTURE DES COMMERCES

La plupart des commerces ouvrent :

- › de 8 h à 18 h du lundi au mercredi
- › de 8 h à 21 h le jeudi et le vendredi
- › de 8 h à 17 h le samedi et le dimanche

Certains centres commerciaux sont ouverts du lundi au vendredi de 10 h à 21 h.

Les établissements tels que les marchés d'alimentation, les petites épiceries de quartier, les pharmacies, les stations-services et les entreprises récréatives ou touristiques (restaurants, cinémas, musées et hôtels, etc.) peuvent offrir un horaire plus souple.

### DÉMARCHES DES PREMIERS JOURS

Conservez précieusement les originaux des documents suivants :

- › votre passeport ou votre document de voyage,
- › votre CSQ, votre confirmation de résidence permanente ou permis de travail, d'études ou de visiteur,

### Centres Service Canada

Les Centres Service Canada offrent des services pour les citoyens canadiens et les nouveaux arrivants. C'est dans un centre que vous pourrez demander un Numéro d'assurance sociale (NAS), obligatoire pour travailler. Des fiches d'informations, disponibles en plusieurs langues, sont mises à disposition de la clientèle (téléchargeables en ligne aussi) : normes du travail, prestations pour famille et enfants, assurance emploi, emploi des nouveaux arrivants... La lecture de ces fiches est fortement recommandée.

- Pour trouver le Centre Service Canada le plus proche de chez vous : [servicecanada.gc.ca](http://servicecanada.gc.ca)

- › votre carte de résident permanent, qui vous sera envoyée automatiquement par Citoyenneté et immigration Canada (CIC) dans un délai de 1 à 2 mois après votre arrivée.

Ces pièces prouvent votre identité et votre statut. Vous en aurez besoin dans la plupart de vos démarches. N'utilisez que des copies (certifiées conformes, s'il y a lieu) lorsque vous devez déposer une preuve d'identité pour faire une demande officielle.

## **VOUS MUNIR D'UN TÉLÉPHONE**

Téléphone fixe ou cellulaire, cela vous permettra de passer et de recevoir les appels qui seront nombreux dans les premiers mois de l'installation (démarches administratives, mais aussi recherche d'emploi). Pour en savoir plus sur les forfaits de télécommunication, reportez-vous à la section du guide consacrée à ce thème (p. 209).

Au Québec, vous trouverez également de nombreuses cabines téléphoniques dans la rue (et dans les bouches de métro à Montréal). Munissez-vous de pièces de 25 cents ! Chez le dépanneur, vous pourrez acheter des cartes d'appels internationaux à des prix très compétitifs (coût à la minute).

Pour vous connecter à Internet, si vous avez un ordinateur ou un téléphone intelligent, vous trouverez du wi-fi gratuit dans de nombreux cafés ou enseignes comme Starbucks, Second Cup ou Java-U. Également, les grands centres commerciaux proposent souvent du wi-fi à leur clientèle.

### **Le 211 : toutes les infos sur les ressources utiles près de chez vous**

Grâce à la géolocalisation, vous trouverez dans la banque de données 211 qui répertorie près de 3000 organismes sociocommunautaires, les ressources près de chez vous concernant vos besoins relatifs à l'emploi, l'éducation, la santé, la justice, l'alimentation et bien d'autres sujets encore. Une section est dédiée à l'immigration et aux communautés culturelles.

► [211qc.ca](http://211qc.ca)

## OBTENIR UN NUMÉRO D'ASSURANCE SOCIALE (NAS)

---

Le NAS, composé de neuf chiffres, est indispensable pour vous trouver un emploi. Si vous êtes un travailleur temporaire, votre NAS commencera obligatoirement par le chiffre 9. Présentez votre demande dans le Centre Service Canada le plus proche de chez vous, muni de votre passeport et vos documents d'immigration. Si vous êtes en règle, il vous sera attribué aussitôt.

Votre NAS est un numéro privé que vous ne divulguez à personne, excepté votre employeur, certaines institutions financières et certains organismes publics gouvernementaux pour bénéficier de prestations sociales.

Notez que le numéro d'assurance sociale n'a rien à voir avec la sécurité sociale ou l'assurance maladie.

Sans le NAS vous ne pourrez pas travailler au Canada. Cette démarche administrative est donc l'une des plus urgentes à faire dès votre arrivée.

► **Service Canada** : [servicecanada.gc.ca/fra/sc/nas/index.shtml](http://servicecanada.gc.ca/fra/sc/nas/index.shtml)

## OUVRIRE UN COMPTE BANCAIRE

---

Pour connaître les démarches relatives à l'ouverture d'un compte en banque, reportez-vous à la rubrique du guide consacrée au thème (p. 202). Généralement, les banques proposent des offres spécifiques pour les nouveaux arrivants.

## OBTENIR VOTRE CARTE D'ASSURANCE MALADIE

---

La carte d'assurance maladie permet d'obtenir les soins de santé – services médicaux et d'hospitalisation – couverts par le régime d'assurance maladie québécois. Cette carte s'appelle communément la carte Soleil. Les personnes âgées de 14 ans et plus sont tenues d'avoir leur propre carte d'assurance maladie. Un délai de carence peut s'appliquer pour les nouveaux résidents au Québec : ne tardez donc pas trop pour prendre rendez-vous avec la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ).

► **Pour connaître les démarches à suivre pour obtenir la carte Soleil, reportez-vous à la section Santé du guide (p. 222).**

## PRENDRE RENDEZ-VOUS POUR OBTENIR UN PERMIS DE CONDUIRE QUÉ BÉCOIS

---

Consultez dans ce guide la rubrique consacrée à l'automobile et au permis de conduire (p. 196).

## INSCRIRE VOS ENFANTS À L'ÉCOLE

---

Vous aurez pris soin de vous renseigner auprès des commissions scolaires et des écoles sur le système scolaire québécois et les modalités d'inscription. Consultez dans ce guide la rubrique consacrée à l'éducation (p. 212).

## DROITS ET DEVOIRS DU NOUVEL ARRIVANT

### UN GOUVERNEMENT ENGAGÉ

---

Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) est la clef de voûte de toute démarche d'immigration au Québec. Il offre un service de très grande qualité aux immigrants pour les aider dans leur intégration à la vie québécoise. Il ne faut cependant pas croire que le statut de nouvel arrivant soit un passe-droit au regard de la loi et du gouvernement. De leur côté, les Québécois s'engagent à fournir à l'immigrant un service courtois et complet: le MIDI vous offre de nombreux outils d'accompagnement et de suivi de votre immigration, notamment le guide *Apprendre le Québec*

#### Copie certifiée conforme

Pour 5 \$ CAN par document, il est possible qu'un commissaire assermenté appose sa signature sur une copie de documents originaux. Pour cela, vous pouvez vous rendre à la mairie de votre lieu d'établissement, dans votre banque ou dans un centre local d'emploi (CLE), muni des originaux, de leur copie et d'une pièce d'identité. Il faut parfois prendre rendez-vous.

- À Montréal, vous pouvez vous rendre dans un point de services du Réseau Accès Montréal : [ville.montreal.qc.ca](http://ville.montreal.qc.ca)



## Il est facile de s'installer grâce à la plus grande banque du Canada\*.

### Installez-vous plus rapidement, grâce au programme RBC Privilège Plus pour nouvel arrivant<sup>MC</sup>

- Solutions de crédit, de services bancaires et de placement conçues pour les nouveaux arrivants
- Des conseils spécialisés offerts en plus de 200 langues
- La commodité du plus important réseau combiné de succursales et de guichets automatiques bancaires au Canada

Pour en savoir plus, consultez notre site Web à [rbc.com/quebec](http://rbc.com/quebec). Au Canada, composez le 1 800 769-2511 dès aujourd'hui !



\* En fonction de la capitalisation boursière. Les produits et services de la Banque Royale du Canada sont offerts au Canada seulement. ® / <sup>MC</sup> Marque(s) de commerce de la Banque Royale du Canada.

qui est remis aux candidats sélectionnés et qui est aussi disponible en ligne à l'adresse [apprendrelequebec.gouv.qc.ca](http://apprendrelequebec.gouv.qc.ca). Ainsi, tant au niveau de la formation que de l'apprentissage du français, le gouvernement du Québec s'est engagé à fournir le maximum pour ses immigrants. Toutefois, être client d'un tel service demande une grande rigueur et une profonde compréhension des devoirs liés à ce nouveau statut.

## UN IMMIGRANT RESPONSABLE

Vouloir immigrer au Québec, c'est agir au mieux de ses compétences pour aider les autorités québécoises et canadiennes à traiter votre dossier. Nous ne le dirons jamais assez, mais un dossier mal préparé - de la lisibilité de l'écriture du demandeur à la présence de tous les documents demandés - peut faire de votre immigration un vrai chemin de croix! Outre la plus extrême diligence dans ses rapports avec les autorités, l'immigrant doit faire preuve d'ouverture d'esprit et agir pour découvrir les valeurs fondamentales de sa nouvelle société d'accueil.

La tolérance est aussi de mise lorsqu'on est un immigrant. Il est souvent courant de rencontrer des problèmes d'adaptation, surtout entre le 6<sup>e</sup> et le 24<sup>e</sup> mois. Après le premier contact, la réalité prend le pas sur le rêve. Tolérance et maturité d'esprit doivent alors être vos maîtres mots. Des personnes pourraient réagir par l'isolement, la gêne de ne pas être comme les autres. Doublée d'une perte d'emploi, ou d'une difficulté à en trouver un, cette situation peut être extrêmement préjudiciable au nouvel arrivant. C'est à ce moment-là qu'il faut faire preuve de tolérance vis-à-vis de soi-même et de maturité pour en parler aux autres. Dans le cercle d'amis, dans la communauté d'accueil, auprès des agents du MIDI ou de leurs partenaires. Cette prise de conscience est un prérequis à toute démarche motivée d'immigration.

PRÉSENTÉ PAR :



ORGANISÉ PAR :

**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**



# SALON DE L'IMMIGRATION ET DE L'INTÉGRATION AU QUÉBEC

ACCUEIL • INSTALLATION • EMPLOI • FORMATION  
RÉGIONS • ENTREPRENEURIAT • LOISIRS

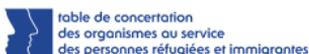
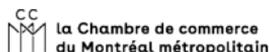
**31 mai - 1 juin 2017**

Palais des congrès de Montréal



**Entrée gratuite**  
[salonimmigration.com](http://salonimmigration.com)

En partenariat avec :



# DOCUMENTS IMPORTANTS À EMPORTER

Ces documents essentiels à emporter doivent être des originaux ou des copies certifiées conformes. Lorsque les documents sont rédigés dans une langue autre que le français ou l'anglais, ils doivent être accompagnés d'une traduction officielle en français ou en anglais, soit une traduction faite ou approuvée par un traducteur agréé.

Ce petit aide-mémoire n'est pas une liste exhaustive, ni officielle, des documents à emporter avec vous, mais plutôt une liste des principaux documents qui vous seront utiles et nécessaires lors de votre démarche d'immigration.

## **POUR LES AUTORITÉS, L'EMPLOYEUR, LES ÉTUDES :**

- › Certificat de sélection du Québec (CSQ)
- › Visa de résident permanent valide apposé dans votre passeport et confirmation de votre statut de résident (les deux délivrés par le gouvernement canadien)
- › Tout autre document remis par les autorités canadiennes lors de votre entrée dans le pays (permis de travail...)
- › Passeport et documents de voyage (surtout si vous ne venez pas à partir d'un vol direct au Québec)
- › Autres pièces d'identité (carte nationale d'identité, carte d'électeur...)
- › Certificat de naissance, livret de famille, certificat de mariage, documents de divorce
- › Diplômes, certificats d'études et autres attestations de scolarité
- › Relevés de notes
- › Description des cours et des stages suivis
- › Attestations d'emplois, d'expériences de travail
- › Lettres de recommandation d'anciens employeurs et de votre employeur actuel
- › Curriculum vitae à jour
- › Liste détaillée (en deux exemplaires) de tout ce que vous apportez avec vous au Québec en cas de contrôle douanier ou d'arrivée différée des biens
- › Extrait de casier judiciaire de votre pays d'origine ainsi qu'un certificat de position militaire, même pour les personnes n'ayant pas fait le service militaire

## **POUR LA SANTÉ**

- › Dossiers médical et dentaire, carnet de vaccination
- › Preuve d'assurance du régime de sécurité sociale du pays d'origine
- › Lettre de votre employeur confirmant votre statut et le nombre d'heures travaillées

## **POUR LES INSTITUTIONS FINANCIÈRES ET LA VIE DE TOUS LES JOURS**

- › Permis de conduire valide et/ou permis international
- › Lettre de recommandation de votre institution financière
- › Preuves de fonds (relevés de banques, investissements...)
- › Historique de crédit, si possible
- › Lettre de recommandation d'anciens propriétaires

Tous les documents énumérés précédemment pourront vous être utiles au Québec pour obtenir :

- › un numéro d'assurance sociale (NAS),
- › une carte d'assurance maladie (carte Soleil),
- › un permis de conduire.

Ils vous seront également utiles pour :

- › inscrire vos enfants à l'école ou vous inscrire vous-même dans un établissement d'enseignement,
- › faire reconnaître vos acquis scolaires et professionnels,
- › ouvrir un compte bancaire,
- › demander un prêt hypothécaire,
- › louer un logement.

Munissez-vous également d'argent en devises canadiennes qui vous sera utile dès l'arrivée au Canada pour téléphoner depuis l'aéroport ou pour vous rendre dans le centre-ville (par bus, taxi, voiture de location). À l'aéroport international de Montréal, vous disposez d'un bureau de change ainsi que d'un distributeur automatique de billets (les deux situées dans le hall des arrivées internationales).

## **Un conseil : numériser vos documents**

Avant le départ, il peut être utile de numériser l'ensemble des documents les plus importants et d'emporter avec vous ces copies numériques. Au cours des différentes démarches administratives, les mêmes pièces justificatives seront requises. Vous n'aurez plus qu'à les imprimer. D'autre part, cette sauvegarde numérique peut également être appréciée en cas de perte des pièces originales.

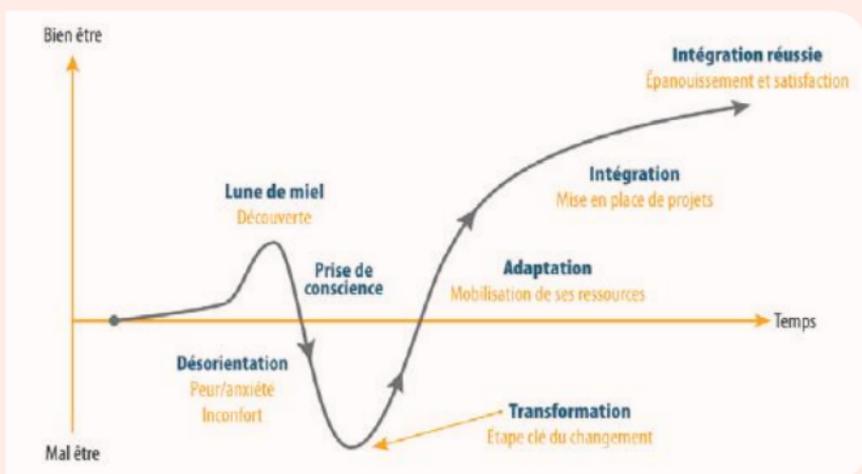
# BIEN VIVRE LE CHANGEMENT EN IMMIGRATION

## ► Un texte de Céline Chabée, coach professionnelle, fondatrice de 7ACoach

L'immigration provoque un changement important de l'environnement de vie et de travail. Enthousiasme et désenchantement, espoir et doute, envie de relever des défis et peur de se mettre en action : ces émotions sont courantes et relèvent d'un processus commun à tous ceux qui changent de pays.

### LA LUNE DE MIEL

Lorsque l'immigration est choisie, la première phase est vécue plutôt positivement et propice à la découverte du nouvel environnement. PROFITEZ-EN !!! Faites de nouvelles rencontres : les bons plans et astuces des autres vous feront gagner du temps et de l'énergie.



### L'ÉTAPE DE LA PRISE DE CONSCIENCE

C'est une étape fondamentale à traverser pour vivre ensuite pleinement son expatriation.

Cette période démarre lorsque vous avez géré vos besoins de base (maison, modalités administratives ...) et que vous vous heurtez aux premières difficultés. Vous pouvez éprouver de la tristesse, de la peur,

de la colère, des doutes et une perte de confiance. Cette étape peut durer de plusieurs semaines à plusieurs mois avec des variations positives et négatives.

Comment vivre la prise de conscience ? Lumière ROUGE : avancez prudemment, l'idée étant de prendre conscience de ce qui vous manque et ce qui vous anime et de regagner en contrôle.

### **L'ÉTAPE CLÉ DU CHANGEMENT : LA TRANSFORMATION**

La lumière devient ORANGE, et c'est également la période décisive dans votre vécu d'immigration. Vous êtes en cours de transformation et l'inconfort se fait encore sentir. Votre état d'esprit fera la différence. Avez-vous envie de faire de cette expérience un succès ? Le déclin repose sur le fait d'engager votre motivation.

Le coaching peut vous permettre d'aller de l'avant en répondant à vos propres questions et en travaillant en profondeur sur les aspects professionnels et personnels de votre expatriation.

### **L'ADAPTATION**

Enfin la lumière VERTE, la situation s'améliore nettement. Vous êtes maintenant à l'aise dans votre nouvel environnement. Le quotidien est plus facile, vous commencez à vous sentir chez vous. Votre niveau d'énergie remonte significativement. Vous avez votre destin en main ! Construisez vos projets ! Une nouvelle page de votre vie est à écrire !

### **L'INTÉGRATION**

Tout est au vert, vous avez compris en profondeur les bénéfices de votre nouveau mode de vie. Vous êtes complètement ajusté au pays et en appréciez de nombreuses facettes, vous parlez la langue locale et avez créé un réseau d'amis et de connaissances. Regardez le chemin parcouru et persévérez sur la route de l'amélioration continue.

Pour plus d'informations et pour être accompagné dans votre développement de carrière à Montréal :

- Céline Chabée, Coach certifiée ACC  
(7Acoach.com)



**7Acoach**  
TON POTENTIEL, TA VOLONTÉ, TA FORCE !

# VOUS MÉFIER DES IDÉES REÇUES SUR LE QUÉBEC

## **LE QUÉBEC, C'EST LA MÊME CHOSE QUE LE CANADA**

Cette idée est erronée. Bien des caractéristiques diffèrent entre la Belle Province et le reste du pays, autant au niveau politique, qu'au niveau de la langue et de la culture. Ainsi, si la mentalité des Canadiens ressemble de près à celle des Américains, les Québécois ne sont pas des Américains qui parlent français. Il existe une véritable identité québécoise, reliée aux racines françaises et une fierté d'y appartenir. Sans oublier qu'une partie des Québécois souhaitent l'indépendance de la province par rapport au Canada.

## **JE PEUX VIVRE AU QUÉBEC SANS PARLER NI LE FRANÇAIS NI L'ANGLAIS**

Le Québec étant une province francophone, il est nécessaire de parler le français autant pour la vie professionnelle que sociale. Il est donc recommandé aux personnes non francophones de prendre des cours avant leur arrivée au Québec, et au besoin, de se perfectionner une fois sur place. Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion propose différentes formules pour apprendre ou perfectionner votre français.

De plus, en fonction de votre secteur d'activités, de votre niveau de responsabilité, du type d'entreprises dans lesquelles vous évoluez, il peut être absolument nécessaire d'avoir une excellente maîtrise de l'anglais. Pour vous perfectionner, vous pouvez vous tourner vers les universités ou les écoles de langues.

## **MES DIPLÔMES SERONT RECONNUS**

Le système d'éducation et les diplômes qui sanctionnent les études ne sont pas les mêmes au Québec qu'ailleurs. Les titres de vos diplômes ainsi que les universités ou les écoles dans lesquelles vous les avez obtenus ne parleront pas à un recruteur québécois. À noter aussi que certains intitulés ne désignent pas la même formation académique : ainsi, un baccalauréat québécois correspond à un diplôme délivré après 3 années universitaires en France (la licence).

Vous pouvez – si vous en avez vraiment besoin (pour postuler dans la fonction publique, pour reprendre des études ou pour intégrer un ordre professionnel par exemple) – demander une Évaluation comparative des études effectuées hors du Québec auprès du MIDI. Cette procédure payante ne délivre pas d'équivalence de diplôme, mais une attestation de comparaison entre vos diplômes et ceux du Québec.

► **En savoir plus :** [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/evaluation-comparative/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/evaluation-comparative/index.html)

## **JE VAIS TROUVER UN EMPLOI AVEC LES MÊMES RESPONSABILITÉS QUE CELLES QUE J'AVAIS AVANT DE VENIR AU QUÉBEC**

À votre arrivée au Québec, vous devrez sans doute faire des concessions concernant l'emploi auquel vous souhaitez accéder. Si dans votre pays d'origine vous occupiez un poste à hautes responsabilités, ce type de poste est peut-être rare dans votre secteur d'activités. Soyez prêt à repartir de zéro ou à occuper un poste de niveau inférieur à celui que vous occupiez auparavant, et ce pendant quelques années, le temps de gravir la hiérarchie. Cela peut être très difficile à vivre pour des personnes ayant déjà une carrière professionnelle de dix ou quinze ans car elles pourront avoir l'impression de ne pas être embauchées à hauteur de leurs compétences (et à la même hauteur salariale donc), voire même de s'ennuyer dans un poste représentant moins de défis.

## **C'EST TRÈS FACILE DE DÉCROCHER UN JOB BIEN PAYÉ DANS MON DOMAINE**

Mieux vaut ne pas vous faire trop d'espoir en pensant décrocher le job de vos rêves avec le salaire correspondant dès le début. Il est possible que vous soyez contraint de débiter avec un emploi moins rémunérateur que ce que vous connaissiez dans votre pays d'origine. Certains devront recommencer avec un travail payé le salaire minimum (fixé à 10,75 \$ CAN l'heure au 1<sup>er</sup> mai 2016). Néanmoins n'oubliez pas que cela vous permettra d'acquérir une première expérience professionnelle au Québec. Il s'agit de « l'expérience québécoise », requise par la plupart des employeurs. C'est ensuite à vous de faire vos preuves pour pouvoir évoluer et atteindre petit à petit le niveau que vous convoitez. De la même façon, le salaire évoluera avec votre poste.



# OLGA

Pays d'origine : Liban

Au Québec depuis : mai 2015

Statut à l'arrivée au Québec : Résidente permanente

Région d'installation : Montréal

## BIEN SE RENSEIGNER POUR ÊTRE PRÊT À PARTIR

Quand nous avons pris la décision d'immigrer avec mon mari et nos deux enfants en 2006, nous avons sélectionné deux pays : le Canada et l'Australie. Le fait que nous étions francophones et que nos enfants auraient la possibilité d'être bilingues nous a fait choisir le Québec. Nous avons fait appel à un avocat en immigration de Montréal qui s'est déplacé plusieurs fois au Liban. J'avais auparavant vérifié qu'il était bien assermenté par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI). Cela nous a coûté 10 000 \$ CAN, la moitié pour les frais d'avocat et l'autre pour les frais d'immigration.

Lorsque notre choix s'est porté sur le Québec, nous voulions que les choses aillent vite. Entre l'envoi de notre dossier et la réception de notre résidence, il a fallu attendre 5 ans. Nous avons mis cette période à profit pour économiser et faire des recherches sur la vie à Montréal. Nous avons quelques doutes au début mais, après nos recherches et les 5 années d'attente, ils s'étaient dissipés.

Au début, je faisais beaucoup de recherches sur les sites Internet du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion et du Gouvernement du Canada. Lorsque nous avons passé notre entretien de sélection, deux ans et demi après le début des démarches, nous avons reçu le guide « Apprendre le Québec » qui contient de nombreuses informations très utiles pour les immigrants. Je regrette cependant que la majorité des témoignages soit ceux d'Européens, j'aurais aimé davantage de diversité.

J'ai consulté également le site Internet d'Emploi-Québec et de l'Information sur le marché du travail (IMT) en ligne et rempli le Plan d'action personnalisé. Un an avant de venir, nous avons commencé à regarder les journaux et magazines liés à l'immigration. Nous savions plus ou moins à quoi nous attendre.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

# VOUS INSTALLER ET VIVRE AU QUÉBEC

## LOGEMENT

### LOCATION

#### LA RECHERCHE D'UN LOGEMENT

Pour trouver votre logement, une fois sur place, plusieurs possibilités s'offrent à vous :

- › parcourir les rues à la recherche de pancartes « À louer »
- › consulter les sites d'annonces comme LesPAC : [lespac.com](http://lespac.com), Louer.ca : [louer.ca](http://louer.ca), Kijiji : [kijiji.ca](http://kijiji.ca), Craigslist : [craigslist.ca](http://craigslist.ca) ou Kangalou : [kangalou.com](http://kangalou.com)
- › consulter les petites annonces dans les quotidiens (journaux nationaux ou locaux) et leur site Internet,

#### 1<sup>er</sup> juillet, jour de déménagement

Le 1<sup>er</sup> juillet, qui est un jour férié (fête du Canada), est le jour des déménagements au Québec. Ceci est dû au fait que de nombreux baux terminent au 30 juin. Les camionnettes de déménagement sont réservées longtemps à l'avance. Les trottoirs des villes se remplissent de cartons. Nombre de personnes laissent des meubles qu'ils ne souhaitent pas emporter, ce qui fait souvent le bonheur des nouveaux résidents qui récupèrent le mobilier laissé à l'abandon.

- › on peut également avoir recours à une agence immobilière pour une location, surtout si l'on a des exigences précises.

## LE BAIL

Le contrat de location, appelé bail, expire généralement le 30 juin de chaque année. La période la plus propice pour chercher un logement est donc celle des mois d'avril, mai et juin. Cependant, on peut trouver des logis à louer tout au long de l'année. Lorsque vous visitez un logement et que vous vous déclarez intéressé, le propriétaire vous demande parfois de remplir une « Offre de location ». Il peut alors procéder à des vérifications concernant votre historique de crédit, votre comportement dans un précédent logement, etc. Après quelques jours, le propriétaire vous informe s'il vous accepte comme locataire. Ensuite vous devrez signer un bail qui établit les responsabilités du propriétaire et du locataire. Ce contrat doit être rédigé en français (à moins d'entente mutuelle contraire), doit également préciser la durée de location et le montant du loyer versé le premier jour de chaque mois. Sachez que le propriétaire ne peut exiger, à la signature du bail, que le paiement du premier terme soit en général un mois.

La Régie du logement peut également vous informer de vos droits et responsabilités, des pratiques interdites par la loi, des façons de renouveler votre bail ou d'y mettre fin, ainsi que des recours dont vous disposez si le propriétaire ne respecte pas ce contrat.

► [rdl.gouv.qc.ca](http://rdl.gouv.qc.ca)

### Lexique à la québécoise

- › **1<sup>1/2</sup>, 2<sup>1/2</sup>, 3<sup>1/2</sup>, etc.** : il s'agit du nombre de pièces de l'appartement, dont la cuisine qualifiée de pièce et la salle de bain de demi-pièce.
- › **Équipé ou semi-équipé** : les électroménagers de base (cuisinière et réfrigérateur) sont fournis et inclus dans le loyer.
- › **Chauffé ou non chauffé** : les coûts du chauffage sont compris dans le loyer ou pas.
- › **Condo ou condominium** : appartement régi par une déclaration de copropriété. Le logement appartient au propriétaire tandis que les parties communes (couloirs, escaliers, ascenseurs, cour, jardins, toit, salle de sport, piscine...) sont en copropriété.

## ACHAT IMMOBILIER

L'achat d'une résidence demande beaucoup de réflexion et requiert encore plus de précautions. Les transactions immobilières se font habituellement par l'entremise d'un courtier immobilier, quoique certains propriétaires s'occupent eux-mêmes de vendre leur résidence. Après avoir évalué vos ressources financières et le prêt hypothécaire que vous pouvez obtenir de votre banque, vous être fixé un prix maximum, visitez-le ou les quartiers résidentiels où vous aimeriez acheter une propriété et notez les numéros de téléphone des courtiers indiqués sur les pancartes affichées devant les maisons qui vous intéressent. Consultez aussi les petites annonces des journaux.

Pendant votre visite dans les maisons que vous aurez retenues, examinez attentivement l'état des lieux, demandez au vendeur ce qu'il paie annuellement en taxes et en entretien et, bien sûr, le prix qu'il demande. Renseignez-vous également sur les servitudes associées à l'immeuble, c'est-à-dire les restrictions au droit de propriété. Par ailleurs, vous seriez avisé de faire évaluer la propriété par un professionnel.

Sitôt votre choix arrêté, vous pouvez faire une offre d'achat. Il est toujours prudent qu'elle soit conditionnelle à l'obtention d'un prêt hypothécaire et à l'inspection du bâtiment par un spécialiste. Si ces

### Société canadienne d'hypothèques et de logement : les bons outils sur le logement

La Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) vous donne les outils dont vous avez besoin pour prendre de bonnes décisions en matière de logement, et trouver un logement sûr et abordable pour votre famille.

Son site web, dédié spécialement aux nouveaux arrivants au Canada, offre des guides, des brochures et des vidéos sur la location, l'achat et l'entretien d'une habitation, de même que diverses fiches d'information traitant de sujets tels que des conseils pour une bonne planification hypothécaire, votre dossier de crédit et la fraude hypothécaire. L'information est offerte en huit langues : français, anglais, mandarin/chinois simplifié, arabe, espagnol, ourdou, panjabi et tagalog.

► [schl.ca/nouveauxarrivants](http://schl.ca/nouveauxarrivants)

conditions sont acceptées, vous devez y donner suite et la transaction sera finalement conclue par un acte de vente signé devant un notaire.

► **Société canadienne d'hypothèques et de logement** : [schl.ca/fr/index.cfm](http://schl.ca/fr/index.cfm)

## AGENCES ET COURTIER IMMOBILIERS

Un courtier est un spécialiste en immobilier qui conseille et accompagne sur l'achat, la vente et le prêt hypothécaire. La profession de courtier est encadrée par l'Organisme d'autoréglementation du courtage immobilier du Québec (OACIQ), la Fédération des chambres immobilières du Québec (FCIQ), la Loi et règlements sur le courtage immobilier au Québec, le Code civil du Québec et un code éthique. Tout vise à protéger le client. Il est préférable pour un courtier d'être rattaché à une agence immobilière. Cela garantit à la profession ses bonnes pratiques et représente un gage de sécurité pour le client.

Sur le site de l'OACIQ, vous trouverez des informations sur l'achat ou la vente d'une maison, les devoirs et obligations du courtier. Vous pourrez y consulter également le registre des titulaires de permis de l'OACIQ.

► [oaciq.com](http://oaciq.com)

Sur le site [centris.ca](http://centris.ca), rattaché à la FCIQ, vous pourrez trouver le plus grand nombre de propriétés mises en vente au Québec, lire des conseils de courtiers immobiliers sur les outils de financement, la définition du juste prix, l'analyse de vos besoins, etc.

► [centris.ca](http://centris.ca)

Sur le site [realtor.ca](http://realtor.ca), appartenant à l'Association canadienne de l'immeuble (ACI), vous aurez la possibilité de trouver les propriétés à vendre dans tout le Canada et de rechercher un agent immobilier. L'application

### Impôts fonciers

Si vous devenez propriétaire, vous devrez payer chaque année une taxe foncière et une taxe scolaire. La taxe foncière est établie par votre municipalité et la taxe scolaire par les commissions scolaires. Lorsque vous consulterez des offres de vente de biens immobiliers, vous constaterez qu'elles font généralement mention du montant de chaque taxe pour l'année en cours.

pour iPhone, grâce à son système de location GPS, permet de se promener dans la rue et de connaître les propriétés à vendre à proximité.

► [realtor.ca](http://realtor.ca)

Certains courtiers sont spécialisés dans la clientèle immigrante comme HP&Associés référence immobilière pour les nouveaux arrivants désirant acquérir un bien immobilier :

► [hpa.ca](http://hpa.ca)

Vous entendrez certainement parler de DuProprio: [duproprio.com](http://duproprio.com). Cet organisme n'est pas une agence immobilière au sens de la Loi sur le courtage immobilier. Il offre la possibilité de vendre et d'acheter sans intermédiaire.

► [Vous pouvez également consulter le site publimaison.ca](http://publimaison.ca)

## GAZ, ÉLECTRICITÉ, CHAUFFAGE

### DÉPENSES D'ÉNERGIE

---

Les dépenses d'énergie sont généralement à la charge du locataire, sauf indication contraire dans le bail. C'est souvent le cas du chauffage. Lorsque vous prendrez possession de votre logement, contactez le service à la clientèle des sociétés d'électricité pour vous abonner et connaître les tarifs.

► Hydro-Québec : [hydroquebec.com](http://hydroquebec.com)

► Gaz métro : [gazmetro.com](http://gazmetro.com)

### VOLTAGE ET PRISE ÉLECTRIQUE

---

Au Canada, le courant électrique est généralement installé au voltage de 110 volts. Les appareils prévus pour une utilisation en Europe et dans plusieurs autres pays du monde auront besoin d'un adaptateur ou d'une prise spéciale. La meilleure solution est de ne pas emporter vos appareils et d'en acquérir des nouveaux une fois au Canada.

## LA RÉGLEMENTATION

En collaboration avec la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ).

► Pour tout renseignement : [saaq.gouv.qc.ca](http://saaq.gouv.qc.ca)

### RÉGIME PUBLIC D'ASSURANCE AUTOMOBILE

Au Québec, le Régime public d'assurance automobile protège tous les usagers de la route, qu'il s'agisse du conducteur, de passagers, de cyclistes ou de piétons. Tout citoyen du Québec est couvert pour les blessures subies dans un accident d'automobile partout dans le monde, qu'il soit responsable ou non de l'accident. Ce régime, aussi appelé la Police d'assurance de tous les Québécois, est financé à partir

### Projet d'achat ? Prenez des cours d'accession à la propriété

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de l'Est de Montréal, organisme sans but lucratif qui intervient dans les domaines du budget, de l'endettement, de la consommation et de la protection du consommateur, offre des consultations budgétaires individuelles gratuites et plusieurs autres services. En plus de ses cours sur le budget et de ses différents ateliers, l'ACEF propose des cours pour comprendre les aspects financiers et légaux de l'achat d'une première maison, et pour savoir ce qu'il faut surveiller lors de l'inspection.

Sur son site Internet, vous trouverez également des informations sur le budget, les solutions aux dettes et des dossiers sur la consommation et les mises en garde sur les cellulaires, les voitures usagées, les agences de recouvrement, les assurances-vie, les marges de crédit hypothécaire, etc.

► Pour en savoir plus : [consommateur.qc.ca/acefest](http://consommateur.qc.ca/acefest)

Il existe près d'une trentaine d'organismes, répartis dans tout le Québec, appartenant au Réseau de protection du consommateur du Québec. Pour trouver l'organisme le plus près de chez vous :

► [consommateur.qc.ca](http://consommateur.qc.ca)

des contributions d'assurance prélevées à même le coût de l'immatriculation des véhicules et le coût du permis de conduire.

## IMMATRICULATION

Au Québec, tout véhicule routier doit être immatriculé à moins d'en être exempté par le Code de la sécurité routière. Pour obtenir cette immatriculation, vous devez détenir une assurance responsabilité pour les dommages matériels. Le certificat d'immatriculation est payant et doit être renouvelé chaque année.

## PERMIS DE CONDUIRE

Un permis de conduire est nécessaire pour circuler sur les routes du Québec. La SAAQ peut, selon des règles précises, délivrer un permis de conduire ou échanger le permis de conduire délivré par une autre administration. Le titulaire d'un permis de conduire délivré par une autre administration peut, sous certaines conditions et pour une durée limitée, conduire au Québec sans être titulaire d'un permis du Québec.

## CEINTURE DE SÉCURITÉ ET SIÈGE D'AUTO

Au Québec, le Code de la sécurité routière oblige toute personne à porter la ceinture de sécurité. De plus, les enfants qui ont moins de 63 cm en position assise (mesuré du siège au sommet du crâne) doivent être installés dans un siège d'auto approprié à leur poids et à leur taille.

### Covoiturage

Le covoiturage est une pratique courante au Québec. Il arrive souvent que des collègues devant se rendre sur leur lieu de travail en voiture établissent un système de covoiturage. C'est également une solution économique pour vous déplacer si vous souhaitez découvrir la province de Québec. Il existe des systèmes centralisés de covoiturage.

Quelques sites de référence :

- ▶ [amigoexpress.com](http://amigoexpress.com)
- ▶ [covoiturage.ca](http://covoiturage.ca)

## VITESSE AU VOLANT

Le Code de la sécurité routière prévoit des sanctions pour les infractions liées à la vitesse. Les contrevenants s'exposent à des pénalités de deux types : amendes et inscription de points d'inaptitude à leur dossier de conduite. La vitesse maximale sur les autoroutes du Québec est de 100 km/h. Dans les agglomérations, la vitesse est généralement limitée à 50 km/h et sur les routes secondaires entre 60 et 90 km/h.

## ALCOOL AU VOLANT

Au Québec, le Code criminel canadien et le Code de la sécurité routière s'appliquent. Pour les infractions criminelles telles que la conduite avec les facultés affaiblies par l'alcool ou les drogues, la conduite avec une alcoolémie supérieure à 80 mg par 100 ml, le refus d'obtempérer (ex. : fournir un échantillon d'haleine), les lois prévoient diverses mesures et sanctions. Si votre taux est supérieur, votre véhicule peut être saisi et votre permis de conduire révoqué.

## ZÉRO ALCOOL

Il est interdit à tout titulaire de permis de conduire âgé de 21 ans ou moins et à tout titulaire d'un permis d'apprenti conducteur ou d'un permis probatoire qui a consommé de l'alcool de conduire un véhicule routier. Le zéro alcool s'applique également à tous les conducteurs d'autobus, de minibus ou de taxi.

## ACHAT D'UNE AUTOMOBILE

---

L'achat d'une automobile représente généralement une dépense importante, surtout lorsqu'il s'agit d'une voiture neuve. Plusieurs personnes trouvent avantageux d'acquérir une voiture d'occasion, plus économique à l'achat. De manière générale, vous trouverez que le prix d'un véhicule est plus abordable au Canada qu'en Europe. Il est recommandé de prospecter chez plusieurs concessionnaires avant d'acheter une voiture afin de voir les différents types de véhicules et leurs prix. Les magazines spécialisés dans les voitures ou les guides de consommateurs peuvent être une bonne source d'information et de recommandation. À noter, la négociation de prix est répandue en Amérique du Nord, alors n'hésitez pas à discuter avec le vendeur pour obtenir la meilleure offre.

Si vous optez pour l'achat d'une voiture d'occasion, n'hésitez pas à demander le maximum d'informations sur l'historique du véhicule et même obtenir le nom et les coordonnées des anciens propriétaires. Il est recommandé de ne pas acheter un véhicule d'occasion qui n'a pas passé un test de contrôle technique.

## TRANSPORTS

La plupart des villes au Québec offrent un service de transport en commun par autobus. À Montréal, vous aurez la possibilité d'emprunter le métro (4 lignes) ou le bus, deux réseaux exploités par la STM.

► [stm.info](http://stm.info)

Dans la région montréalaise, les autorités ont développé un réseau de trains de banlieue, géré par l'AMT et comportant six lignes.

► [amt.qc.ca](http://amt.qc.ca)

Les villes du Québec sont reliées entre elles par des autocars et parfois par des liaisons ferroviaires. Le train est un transport peu usité au Québec : les départs sont peu fréquents et la vitesse assez lente. Le transport interrégional se fait par la société fédérale VIA Rail Canada.

► [viarail.ca](http://viarail.ca)

Pour les autocars, plusieurs compagnies de transports proposent des liaisons à travers le Québec et l'Amérique du Nord. Le bus est un moyen de locomotion très utilisé. Le réseau dessert de nombreuses villes dans tout

### Services d'auto-partage

Communauto propose sur abonnement une location de voitures à la demi-heure, à l'heure, à la journée ou plus (réservation par Internet ou par téléphone). Le parc automobile est disponible 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24 dans de nombreuses aires de stationnement.

► [communauto.com](http://communauto.com)

Car2Go offre aux Montréalais la possibilité d'emprunter une voiture à tout moment, sans réservation.

► [car2go.com](http://car2go.com)

le Québec avec des départs très fréquents pour les destinations principales (par exemple, départ toutes les heures entre Montréal et Québec). Pour l'achat de billets à Montréal, voir le site de la Gare d'autocars :

➔ [gamtl.com/fr/Bienvenue/](http://gamtl.com/fr/Bienvenue/)

Le réseau des pistes cyclables étant développé dans la plupart des villes du Québec, vous aurez plaisir à prendre votre vélo pour vous déplacer. Vous pourrez facilement acheter une bicyclette de seconde main sur les sites d'occasion comme LesPAC ou auprès des boutiques qui recyclent de vieux vélos. De mai à octobre à Montréal, les Bixis sont de sortie. Il s'agit d'un système de vélos en libre-service moyennant des frais minimes.

➔ Pour plus de renseignements : [bixi.com](http://bixi.com)

À Montréal, il est très facile de trouver un taxi en l'interpellant directement dans la rue ou en l'appelant par avance. Quelques compagnies de taxis montréalaises :

➔ Taxi Co-op 514 725-9885

➔ Taxi Champlain 514 273-2435

➔ Taxi Diamond 514 273-6331

Le transport aérien à l'intérieur du Canada est relativement cher. Il est peu utilisé sauf par les personnes rejoignant des localités non desservies par la route. Le Québec compte deux aéroports internationaux : Montréal-Trudeau et Jean-Lesage à Québec. Les Québécois empruntent l'avion pour se rendre aux États-Unis, en Amérique centrale, dans les Caraïbes, surtout durant l'hiver où ils vont chercher le soleil et la chaleur.

Pour trouver des vols, des hôtels et des locations de voiture :

➔ [expedia.ca](http://expedia.ca)

➔ [ca.kayak.com](http://ca.kayak.com)

➔ [voyagesarabais.com](http://voyagesarabais.com)

## ASSURANCES

L'assurance, qu'elle soit automobile ou habitation, relève du domaine provincial. Si vous déménagez dans une autre province, vous devrez vous assurer auprès d'une compagnie dans la province où vous résiderez.

La plupart des compagnies proposent des assurances habitation et automobiles groupées. C'est généralement plus avantageux que de souscrire auprès de deux assureurs distincts.

Pour toutes les questions relatives aux assurances, renseignez-vous au centre d'information du Bureau d'assurance du Canada.

► [ibc.ca](http://ibc.ca)

## ASSURANCE HABITATION

Bien qu'il ne soit pas obligatoire d'assurer ses meubles, son appartement ou sa maison, il est fortement conseillé de le faire. Courtiers et compagnies d'assurance privées offrent toute une gamme de protections contre le feu, le vol ainsi qu'une responsabilité civile qui pourra couvrir les dommages au bâtiment si l'assuré est fautif. Même si le propriétaire a des assurances cela n'exonère pas le locataire de ses négligences et la compagnie d'assurance du propriétaire pourra poursuivre le locataire pour récupérer les montants d'assurance versés.

Attention, il peut s'avérer difficile d'assurer un appartement situé dans le même édifice qu'un magasin ou un restaurant. À vérifier avant de signer.

## ASSURANCE AUTOMOBILE

L'assurance automobile, contrairement à l'assurance habitation, est obligatoire au Québec. Avant votre départ, il peut être fort utile de demander à votre assureur de vous donner un relevé d'informations indiquant que vous avez été un bon conducteur. Cela permettra à votre assureur québécois d'avoir un historique de votre conduite et de vous proposer des tarifs d'assurance plus avantageux.

## FINANCES PERSONNELLES

### MONNAIE CANADIENNE

La monnaie utilisée au Québec est le dollar canadien (\$). Il se divise en cent (appelé aussi « sou ») et se présente sous les formes suivantes :

- pièces métalliques : 1 ¢, 5 ¢, 10 ¢, 25 ¢, 50 ¢ (rarement utilisé), 1 \$ et 2 \$ ;
- billets de banque : 5 \$, 10 \$, 20 \$, 50 \$ et 100 \$.

La production des pièces de 1 cent est arrêtée depuis mai 2012 et les pièces seront progressivement retirées de la circulation. Depuis 2013, pour une transaction payée comptant, le prix est arrondi (par

exemple, un article coûtant 5,01 \$, le prix sera arrondi à 5 \$ ; s'il coûte 5,03 \$, son prix sera de 5,05 \$).

À noter que la plupart des magasins refusent désormais les billets de 100 \$ (et parfois ceux de 50 \$).

## OUVRIR UN COMPTE BANCAIRE

L'ouverture d'un compte est indispensable pour les transactions courantes. Pour l'ouvrir, vous n'avez qu'à vous présenter à l'institution de votre choix, de préférence près de chez vous ou de votre travail. On vous demandera de vous identifier à l'aide de votre numéro d'assurance sociale et/ou de votre passeport. Il est important de bien choisir votre institution financière car les tarifs des transactions, chèques et autres services varient d'un établissement à l'autre. Généralement, les banques proposent des offres spécifiques pour les nouveaux arrivants.

Au Québec, en ouvrant un compte bancaire, une **carte de débit** vous sera proposée. Il faut comprendre qu'il existe une différence entre une carte de débit et une carte de crédit. Chacune a un fonctionnement qui lui est propre, pas toujours évident à saisir pour le nouvel arrivant.

Une carte de débit sert à payer vos achats en magasins. La somme est débitée de votre compte chèque le jour même. Vous pouvez également utiliser la carte de débit pour retirer de l'argent dans les guichets automatiques (avec des frais si vous retirez dans une institution financière différente). En revanche, vous ne pourrez pas l'utiliser pour faire des achats en ligne sur Internet. Dans ce cas, il vous faudra une carte de crédit.

L'utilisation des **cartes de crédit** est très répandue au Québec. Contrairement à l'usage dans d'autres pays, les cartes nord-américaines ne sont pas affiliées à votre compte bancaire mais à un compte de crédit qui émane d'un autre organisme. On reçoit chaque mois un relevé de son compte et la date d'échéance du paiement. Vous n'avez aucune obligation de payer la totalité, mais un montant minimum doit être réglé chaque mois. La somme due s'accompagne de taux d'intérêt mensuels assez élevés (entre 9,9 et 19,9 %) tant que la somme n'est pas entièrement remboursée. Les grandes chaînes de magasins ainsi que certaines compagnies pétrolières proposent leur propre carte de crédit.

Comme la demande d'une carte de crédit passe souvent par l'analyse historique de crédit au Canada, elle peut s'avérer difficile pour les nouveaux arrivants, pour qui la « cote de crédit » est souvent inexistante. Certaines institutions financières sont plus conciliantes que d'autres à



Peu importe comment vous dites  
«maison», nous parlons votre langue.

Le programme *BonDébut de la Banque Scotia*<sup>MD1</sup>  
peut faciliter votre nouvelle vie au Canada.

Rendez-vous au [www.banquescotia.com/nouvelarrivant](http://www.banquescotia.com/nouvelarrivant)

Vous êtes plus riche que vous le croyez.<sup>MD</sup>

<sup>MD</sup> Marque déposée de La Banque de Nouvelle-Écosse.

1. Le programme *BonDébut de la Banque Scotia* est conçu pour les résidents permanents établis au Canada depuis au plus trois ans, les étudiants étrangers et les travailleurs étrangers.

cet égard et certaines offrent également des cartes de crédit garanties par un dépôt sécuritaire destinées aux nouveaux immigrants. Selon le choix de carte de crédit, le taux d'intérêt, ainsi que les plafonds d'autorisation, les modalités de paiement et les frais annuels peuvent varier d'une institution à une autre.

## COTE DE CRÉDIT

La cote de crédit correspond à votre régularité de remboursement des dettes contractées avec votre carte de crédit et de vos prêts dans le délai qui vous est imparti. Elle doit être la plus irréprochable possible car elle détermine vos possibilités de contracter un emprunt pour des achats comme une maison ou une voiture. Il faut donc être très vigilant lorsque vous faites fonctionner votre carte de crédit à bien créditer votre compte, sous peine de voir vos demandes de prêts refusées.

La cote de crédit peut aussi être entachée si vous ne payez pas certains engagements financiers (téléphone, factures électriques, etc.).

Si vous êtes un nouvel arrivant et que vous n'avez pas encore de carte

### Desjardins : une institution financière de confiance

Desjardins, premier groupe financier coopératif au Canada et sixième au monde, est une institution financière de premier plan au Québec avec plus de 7 millions de membres et clients.

Elle figure parmi les institutions bancaires les plus solides au monde selon le magazine *The Banker*.

#### Une équipe dédiée aux nouveaux arrivants

Des conseillers financiers multidisciplinaires et multilingues qui comprennent votre réalité sont disponibles pour vous épauler. Vous pouvez les rencontrer au 1241, rue Peel (coin Sainte-Catherine) à Montréal (Québec) ou à votre convenance, en dehors des heures d'ouverture, au travail ou à la maison. Contactez le 1 877 875-1118, option 1.

Avec Desjardins, vous pouvez compter sur un allié prêt à vous épauler dans votre adaptation à votre nouvel environnement.

► Pour ouvrir un compte (au Canada ou à distance) ou pour obtenir des informations : [desjardins.com/OuvrirCompte](http://desjardins.com/OuvrirCompte)

de crédit, il est déconseillé de souscrire à une première demande auprès des grandes chaînes de magasins et compagnies pétrolières. Comme vous n'aurez pas d'historique et de cote de crédit, votre demande sera certainement refusée ce qui entraînera de mauvais points pour votre cote de crédit. Pour une première demande, il est conseillé de vous adresser à une institution financière qui transmettra votre demande auprès de Visa, American Express ou Mastercard.

## CHÈQUES

Les chèques personnels sont rarement acceptés dans les magasins. Ils sont plus communément utilisés pour le paiement du loyer, des factures ou pour des paiements par la poste. Petite astuce : un chèque barré tient lieu de Relevé d'identité bancaire (RIB). Le RIB est communément appelé « spécimen de chèque ».

### Quelques banques du Québec (avec services spécifiques aux nouveaux arrivants)

La plupart des banques offrent des services spécifiques aux nouveaux arrivants. Comparez les offres et identifiez bien vos besoins (nécessité de transfert d'argent régulier...) avant de vous décider.

#### **CAISSES DESJARDINS DU QUÉBEC**

➤ [desjardins.com/NouveauxArrivants](https://desjardins.com/NouveauxArrivants)

#### **BANQUE NATIONALE DU CANADA**

➤ [bnc.ca/immigrer](https://bnc.ca/immigrer)

#### **BANQUE SCOTIA**

➤ [banquescotia.com/bondebut](https://banquescotia.com/bondebut)

#### **BANQUE ROYALE DU CANADA (RBC)**

➤ [rbc.com/francais/canada](https://rbc.com/francais/canada)

#### **BANQUE DE MONTRÉAL (BMO)**

➤ [bmo.com/newstart/fr/index.html](https://bmo.com/newstart/fr/index.html)

#### **BANQUE CANADIENNE IMPÉRIALE DE COMMERCE (CIBC)**

➤ [cibc.com/ca/advice-centre/new-to-canada-fr.html](https://cibc.com/ca/advice-centre/new-to-canada-fr.html)

#### **BANQUE LAURENTIENNE**

➤ [banquelaurentienne.ca](https://banquelaurentienne.ca)

#### **BANQUE CANADA TRUST TD**

➤ [tdcanadatrust.com/newtocanada/francais/index.jsp](https://tdcanadatrust.com/newtocanada/francais/index.jsp)

## CONTRACTER UN PRÊT

Plusieurs formes de crédit sont disponibles au Québec. La facilité d'accès au crédit exige d'être extrêmement prudent, car le crédit coûte cher, comportant un intérêt plus ou moins élevé, selon le type d'emprunt, ainsi que des frais de gestion. Si vous sollicitez un emprunt auprès d'une institution financière, celle-ci peut exiger une assurance pour garantir votre capacité de rembourser vos dettes. Elle ne peut cependant vous obliger à souscrire cette assurance chez elle.

## ÉPARGNER ET PLACER VOTRE ARGENT

Les institutions bancaires proposent de nombreux produits d'épargne et de placement : épargne pour la retraite, pour l'invalidité, placements à taux garanti, placements liés au marché, etc. Étudiez leurs offres avec attention afin de déterminer celles qui correspondent le plus à vos besoins.

Si vous êtes un nouvel arrivant, il est conseillé de conserver de l'épargne disponible immédiatement car les frais liés à l'installation sont élevés. Soyez sûr de vouloir vous établir au Québec et donnez vous une visibilité sur le moyen terme avant de vous lancer dans des placements qui ne seront rentables que deux ou trois ans plus tard.

### Un Bon Début au Canada avec la Banque Scotia

Le programme BonDébut de la Banque Scotia<sup>MD1</sup> pour les nouveaux arrivants vous offre tout ce dont vous avez besoin pour faciliter votre installation dans votre pays d'adoption. Au début de votre nouvelle vie au Canada, la gestion de vos finances sera l'une de vos grandes priorités. Les conseillers de la Banque Scotia vous proposent des conseils et solutions, de l'ouverture d'un compte bancaire à la gestion de vos finances, en passant par l'épargne pour votre avenir.

- Pour plus d'informations contactez votre succursale la plus proche : [banquescotia.com/bondebut](http://banquescotia.com/bondebut)
- Numéro sans frais : 1-866-800-5159

1. Le programme BonDébut de la Banque Scotia a été créé pour les résidents permanents au Canada depuis au plus trois ans, les étudiants étrangers et les travailleurs étrangers. Le programme hypothécaire BonDébut de la Banque Scotia a été créé pour les résidents permanents et les travailleurs étrangers au Canada depuis au plus cinq ans.

<sup>MD</sup> Marque déposée de La Banque de Nouvelle-Écosse.

► Pour en savoir plus sur les régimes d'épargne au Canada : [canada.ca/fr/services/finance/epargne.html](http://canada.ca/fr/services/finance/epargne.html)

## IMPÔTS

Tous les résidents du Québec disposant d'un revenu doivent faire une déclaration annuelle de leurs revenus, quelle qu'en soit la source, aux fins des impôts provincial et fédéral. Le régime fiscal du Québec, de même que celui du Canada, repose sur le principe de l'autocotisation. Cela signifie que le contribuable doit fournir à l'État des renseignements sur ses revenus et sur ses dépenses ainsi que calculer sa part d'impôt à payer (« déclaration de revenus »).

En tant que résident fiscal au Québec, vous serez assujéti à l'impôt sur l'ensemble de vos revenus (salaire, intérêt, dividende, loyer, gain en capital, etc.) quelque soit leur provenance (du Canada, de votre pays d'origine ou d'un autre pays encore). Des mécanismes sont en place pour limiter la double imposition que cela peut créer, grâce à des crédits pour impôt étranger et des conventions fiscales. Pour connaître les modalités et les pays signataires des conventions, consulter le site de l'Agence du revenu du Canada et de Revenu Québec.

La première année, vous devez vous procurer les formulaires du gouvernement fédéral auprès de l'Agence du revenu du Canada, dans un bureau de poste ou par Internet. Pour ce qui est de la déclaration québécoise, vous devez vous adresser au ministère du Revenu du Québec, à Communication Québec ou à une Caisse Populaire. Par la suite, vous recevrez vos formulaires par la poste. Ces documents sont accompagnés

### La protection des consommateurs

L'Office de la protection du consommateur vous aide à faire des choix éclairés et à vous informer de vos droits, de vos obligations et de vos recours en cas de problème avec un commerçant.

► [opc.gouv.qc.ca](http://opc.gouv.qc.ca)

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de l'Est de Montréal a mis en place un site web pour conseiller et orienter les nouveaux arrivants au Québec dans leurs décisions financières.

► [neoconso.ca](http://neoconso.ca)

d'annexes et d'un guide vous expliquant comment procéder. Si votre situation financière est relativement simple, les formulaires abrégés suffisent.

Généralement, l'employeur déduit l'impôt et les cotisations à la source, c'est-à-dire directement sur votre salaire. Pour les travailleurs autonomes, il est possible de payer par acomptes provisionnels tout au long de l'année. Il faut comprendre donc que même si vous avez payé l'impôt et les cotisations, la déclaration de revenus est obligatoire. Le fait de remplir vos déclarations (provincial et fédéral) vous permettra de demander un

## Taux d'impôts pour les particuliers - 2016

### TAUX D'IMPOSITION PROVINCIAL

- › le taux de 16% s'applique à la tranche de revenu imposable inférieur ou égal à 42 390 \$ CAN.
  - › le taux de 20% s'applique à la tranche de revenu imposable supérieur à 42 390 \$ CAN, ne dépassant pas à 84 780\$ CAN.
  - › le taux de 24% s'applique à la tranche de revenu imposable supérieur à 84 780 \$ CAN, ne dépassant pas 103 150 \$ CAN.
  - › le taux de 25,75% s'applique à la tranche de revenu imposable supérieur à 103 150 \$ CAN.
- Source : [revenuquebec.ca/fr/citoyen/declaration/produire/taux.aspx](http://revenuquebec.ca/fr/citoyen/declaration/produire/taux.aspx)

### TAUX D'IMPOSITION FÉDÉRAL

- › 15 % sur la première tranche de revenu imposable de 45 282 \$ CAN
  - › 20,5 % sur la tranche suivante de 45 281 \$ de revenu imposable (sur la partie de revenu imposable entre 45 282 \$ CAN et 90 563 \$ CAN)
  - › 26 % sur la tranche suivante de 49 825 \$ CAN de revenu imposable (sur la partie de revenu imposable entre 90 563 \$ CAN et 140 388 \$ CAN)
  - › 29 % sur la tranche suivante de 59 612 \$ CAN de revenu imposable (sur la partie de revenue imposable entre 140 388 \$ CAN et 200 000\$ CAN )
  - › 33 % sur la portion de revenu imposable qui excède 200 000 \$ CAN.
- Source : [cra-arc.gc.ca/tx/ndvdl/s/fq/txrts-fra.html](http://cra-arc.gc.ca/tx/ndvdl/s/fq/txrts-fra.html)

remboursement des sommes versées en trop, ou vous indiquera le solde final à acquitter. Le défaut de produire ces déclarations peut entraîner des amendes ou des frais d'intérêt assez substantiels.

Si vous avez besoin d'aide pour remplir vos déclarations de revenus, vous pouvez téléphoner aux services de renseignements de l'Agence du revenu du Canada et du ministère du Revenu du Québec. Des agences spécialisées et des comptables peuvent également vous assister et remplir vos déclarations pour vous. Vous devrez cependant payer pour ce service. Il existe également des logiciels d'impôts comme ImpôtRapide, ImpôtExpert, H&R Block et Impôt Professionnel, pour 25 à 30 \$ CAN environ.

La déclaration de revenus doit être acheminée à chacun des deux gouvernements au plus tard le 30 avril de l'année civile qui suit l'année d'imposition, ou le 15 juin de l'année civile si vous êtes travailleur autonome.

## LIENS UTILES

- **Revenu Québec : [revenuquebec.ca](http://revenuquebec.ca)**  
Vous y trouverez le guide « Les nouveaux arrivants et l'impôt » : un excellent récapitulatif pour comprendre le système d'imposition.
- **Agence du revenu du Canada : [cra-arc.gc.ca](http://cra-arc.gc.ca)**  
Sur le site, recherchez la publication t4055 « Nouveaux arrivants au Canada ».

## TÉLÉCOMMUNICATIONS

Les services de télécommunication coûtent généralement cher au Québec nous vous conseillons donc de passer du temps à comparer les offres des nombreux opérateurs.

## TÉLÉPHONE FIXE

Concernant les téléphones fixes, les principales entreprises sont Vidéotron, Bell Canada, TELUS Québec et Télébec, des compagnies de téléphone qui détenaient auparavant un monopole. S'y sont ajoutées de petites compagnies de téléphone indépendantes. Pour obtenir une ligne téléphonique au Québec, il vous suffit de communiquer avec le service à la clientèle de la compagnie de téléphone qui dessert votre municipalité, de vous rendre à un comptoir de service muni d'une pièce d'identité, ou bien de contacter la compagnie

directement par téléphone. On vous demandera habituellement de verser un dépôt avant la mise en service ; le montant varie selon des cas. En règle générale, vous obtiendrez le service en 48 heures. Le tarif d'abonnement mensuel permet un nombre illimité d'appels locaux, peu importe leur durée. Mais comme les appels interurbains et internationaux sont relativement chers, il est important de bien choisir son opérateur. Les services sont facturés mensuellement. Les numéros de téléphone commençant par « 1 800 », « 1 888 », « 1 877 » ou « 1 866 » sont des appels interurbains gratuits.

Les premières pages de l'annuaire téléphonique de votre région expliquent clairement tout ce que vous devez savoir en tant qu'abonné (tarifs, utilisation, etc.). Elles vous donnent aussi l'adresse des comptoirs de service situés à proximité de votre domicile.

## TÉLÉPHONIE MOBILE – CELLULAIRES

La majorité des fournisseurs de services en téléphonie mobile offre un éventail diversifié de produits et services qui sauront satisfaire vos besoins. Chacun propose une gamme de forfaits qui s'adaptent à tous.

Les forfaits comprennent un nombre limité de minutes selon leur montant et font l'objet d'un contrat qui peut durer de 12 à 36 mois. Comparez aussi si les fonctions de base (telles que l'afficheur, la messagerie vocale, les messages SMS, etc.) sont incluses ou si elles doivent être ajoutées pour un montant supplémentaire. Sachez que les forfaits les moins chers font souvent payer les appels entrants, ce qui surprend souvent bon nombre de nouveaux arrivants.

D'autre part, si vous souhaitez acheter un téléphone cellulaire sans forfait et donc sans contrat, il existe des cartes prépayées pour réapprovisionner votre compte. La plupart des fournisseurs proposent régulièrement des offres spéciales. Si vous ne souhaitez pas prendre un forfait mais des cartes rechargeables, assurez-vous avant de partir que votre téléphone soit débloqué et tri-bande.

## INTERNET

---

De même que pour les téléphones mobiles, les fournisseurs de services Internet offrent des forfaits sur mesure selon vos besoins : n'hésitez pas à comparer les offres !

Il faut tout d'abord choisir entre la connexion traditionnelle et la connexion haute vitesse. La première occupe la ligne téléphonique pendant la navigation, à moins de se payer une seconde ligne (environ 20 \$ CAN par mois) ou de prendre un service d'afficheur Internet. Les forfaits haute vitesse peuvent être d'accès illimité ou limité en téléchargement mensuel et se chiffrent aux alentours de 30 à 45 \$ CAN par mois.

Sachez que pour tous ces forfaits, la location du modem ou d'un routeur WiFi n'est pas forcément incluse.

Outre les fournisseurs d'accès Internet incontournables au Québec (Vidéotron, Bell Internet), il existe de nombreux autres petits fournisseurs qui proposent parfois de meilleurs tarifs. Vous pouvez consulter la liste complète de ces fournisseurs et avoir plus d'informations à cette adresse :

► [canadianisp.ca](http://canadianisp.ca)

## TARIFS AVANTAGEUX POUR APPELS INTERNATIONAUX

---

De nombreuses services vous permettent de passer des appels à l'international gratuitement. Skype, WhatsApp, Facetime sont les plus connus. Toutes ces applications sont disponibles sur votre téléphone. Même si vous n'avez pas de données de navigation dans votre forfait téléphonique, le wifi est présent partout et vous permettra de garder contacts avec vos proches.

## FORFAITS COMBINÉS: TÉLÉPHONIE, INTERNET ET TÉLÉVISION

---

Plusieurs opérateurs (Vidéotron, Bell, TELUS...) offrent des forfaits qui comprennent Internet haute vitesse, la télévision, la téléphonie résidentielle et mobile pour 100 à 150 \$ CAN environ.

Prenez le temps de comparer les avantages, inconvénients et tarifs de chaque offre.

Principaux opérateurs de téléphonie mobile :

- Bell mobilité : [bell.ca](http://bell.ca)
- Fido : [fido.ca](http://fido.ca)
- Koodo mobile : [koodomobile.com](http://koodomobile.com)
- Public mobile : [publicmobile.ca](http://publicmobile.ca)
- Rogers : [rogers.com](http://rogers.com)
- Solo Mobile : [solomobile.ca](http://solomobile.ca)
- TELUS : [telus.com](http://telus.com)
- Vidéotron : [videotron.com](http://videotron.com)
- Virgin Mobile : [virginmobile.ca](http://virginmobile.ca)

## ÉDUCATION

Au Québec, tous les enfants âgés de six à seize ans sont obligés de fréquenter l'école. Le système scolaire québécois se compose d'un réseau d'éducation publique, ainsi que d'un réseau d'établissements privés, allant du préscolaire (la maternelle) à l'université. L'enseignement public est gratuit jusqu'au niveau collégial inclus. L'enseignement privé est payant et l'admission peut se faire par examen d'entrée. Il existe des établissements scolaires francophones et anglophones. Toutefois, le français étant la langue officielle du Québec, les enfants immigrants – à quelques exceptions près – doivent fréquenter le réseau francophone. Au niveau collégial et à l'université, l'étudiant peut choisir librement la langue de son enseignement.

Pour le primaire et le secondaire, l'année scolaire, qui dure environ 180 jours, commence à la fin août pour finir fin juin. Les enfants fréquentent l'école cinq jours par semaine, du lundi au vendredi, entre 8h ou 8h30 et 15h ou 15h30. Les enfants, en plus des vacances d'été, ont deux semaines de congés autour de Noël, puis une semaine en mars (appelée la semaine de relâche).

- **Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur** : [education.gouv.qc.ca/](http://education.gouv.qc.ca/)

## COMPRENDRE LE SYSTÈME SCOLAIRE QUÉBÉCOIS

---

Le système d'éducation se répartit entre : le préscolaire (1 à 2 années), le primaire (6 années), le secondaire (5 années), le collégial ou cégep (2 à 3 années) et l'enseignement universitaire.

Pour l'enseignement universitaire, il faut compter 3 à 4 années d'études pour obtenir un baccalauréat (1<sup>er</sup> cycle), 2 années pour la maîtrise (2<sup>e</sup> cycle) et 3 années voire plus pour le doctorat (3<sup>e</sup> cycle). Au 1<sup>er</sup> cycle, il est également possible d'obtenir un certificat (programme d'une année) et au 2<sup>e</sup> cycle, un diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS) (programme d'une année).

L'enseignement est gratuit au primaire, au secondaire et au collégial. À l'université, des droits de scolarité sont exigés.

## LES MODES DE GARDE POUR LES MOINS DE 5 ANS

---

Les classes de pré-maternelle pour les enfants de 4 ans n'étant pas offertes dans toutes les écoles publiques, votre enfant ira probablement à la garderie jusqu'à l'âge de 5 ans. Trouver un mode de garde pour son enfant n'étant pas chose aisée, surtout pour une garderie publique subventionnée (et donc aux tarifs peu élevés), vous pouvez inscrire vos enfants sur liste d'attente sur le portail « La Place 0-5 » qui est le guichet unique d'accès aux places en services de garde à contribution réduite.

► [laplaceo-5.com](http://laplaceo-5.com)

Il existe quatre principaux modes de garde :

- Les Centres de la petite enfance (CPE), des organismes à but non lucratif subventionnés par le gouvernement québécois. Ils coûtent 7,75 \$ CAN (en 2017) par jour et par enfant. Depuis le 1<sup>er</sup> avril 2015, ces tarifs seront modulés en fonction du revenu familial. Un maximum de 20\$ CAN sera exigé par jour. Les places sont rares et le délai d'attente peut être long.
- Les garderies privées reconnues par le ministère de la Famille.
- Les services de garde en milieu familial permettent à votre enfant d'être gardé dans une résidence privée par un responsable de services de garde ayant validé une formation spécifique

et soumis à des normes prévues par la loi. On dira que votre enfant va chez une gardienne, c'est-à-dire une « nounou ».

Ces deux derniers modes de garde peuvent pratiquer les prix qu'ils souhaitent (généralement entre 30 et 60 \$ CAN par jour), mais plusieurs offrent des places à 7,75 \$ CAN car, sous certaines conditions, ils peuvent bénéficier de subventions gouvernementales. Une contribution additionnelle, calculée en fonction du revenu familial, s'ajoute à cette contribution de base. S'ils ne sont pas subventionnés, vous pourriez bénéficier d'un crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants calculé selon votre revenu familial.

- Pour en savoir plus sur ces trois types de garde, voir le site du ministère de la Famille : [mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/Pages/index.aspx](http://mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/Pages/index.aspx)
- Pour le crédit d'impôt : Revenu Québec : [revenuquebec.ca/fr/citoyen/credits/credit\\_enfant/default.aspx](http://revenuquebec.ca/fr/citoyen/credits/credit_enfant/default.aspx)
- › D'autres services de garde privés non régis par le ministère de la Famille sont disponibles. Il s'agit de certaines gardes en milieu familial, dans un organisme communautaire, dans un jardin d'enfants, dans un camp de jour ou de vacances. Les tarifs sont variés. Pour une garde temporaire, les haltes-garderies accueillent les enfants de la naissance à 12 ans ; les jardins d'enfants de 2 à 5 ans. Les haltes-garderies communautaires permettent aux parents de faire garder leurs enfants pendant le temps qu'ils participent à un atelier ou une activité proposés par l'organisme. Elles offrent aussi des services en terme de soutien et de répit parental, de conseils, etc. Il existe également

## Ma Garderie : un outil Internet facilitant la recherche de services de garde

Faire garder son enfant peut être un véritable casse-tête. Le site Internet [magarderie.ca](http://magarderie.ca) indique les services de garde ayant encore des places disponibles, proches de chez vous, dans la région du Grand Montréal. Les services de garde recensés couvrent les CPE, les services de garde en milieu familial, les garderies privées, les gardiennes à domicile (nounou, baby-sitter), les haltes-garderies.

► [magarderie.com](http://magarderie.com)

des haltes-garderies privées qui pratiquent des tarifs très différents d'un endroit à un autre. Vous pouvez aussi confier votre enfant à une gardienne qui viendra à votre domicile. Dans ce cas, elle pourrait être considérée comme salariée.

## ÉDUCATION EN MILIEU PRÉ-SCOLAIRE ET PRIMAIRE

---

### EDUCATION PRÉ-SCOLAIRE (MATERNELLE)

Au Québec, les enfants âgés de 5 ans peuvent aller à la maternelle durant un an. Ce n'est pas obligatoire mais la plupart des enfants y vont (à 98 %) et y font des journées complètes.

La maternelle est offerte par les commissions scolaires et les enfants la fréquentent à temps plein.

#### Le rôle des commissions scolaires

Les 72 commissions scolaires du Québec regroupent les écoles publiques, de l'éducation préscolaire au niveau secondaire inclus, ainsi que les centres de formation professionnelle et les centres d'éducation des adultes. Les commissions scolaires sont chargées d'organiser des services éducatifs de qualité pour répondre efficacement aux besoins de formation des jeunes et des adultes. Elles doivent aussi adapter les services éducatifs selon les besoins des élèves handicapés ou ayant des difficultés d'adaptation et d'apprentissage. Elles offrent également des programmes de formation en entreprise. Les commissions scolaires emploient les enseignants des établissements qu'elles administrent et gèrent le budget des écoles publiques, des centres d'éducation des adultes et des centres de formation professionnelle.

► Fédération des commissions scolaires du Québec : [fcsq.qc.ca](http://fcsq.qc.ca)

## ENSEIGNEMENT PRIMAIRE

Tous les enfants de six ans doivent être inscrits à l'école primaire. Si votre enfant a cinq ans, il peut y être admis à la condition qu'il atteigne six ans avant le 1<sup>er</sup> octobre de sa première année scolaire.

Les élèves ayant des problèmes d'adaptation peuvent bénéficier de services particuliers à l'intérieur d'une classe spécialisée ou d'une classe ordinaire.

Le primaire est divisé en 3 cycles et dure 6 ans.

## SERVICES DE GARDE EN MILIEU SCOLAIRE : PRÉSCOLAIRE ET PRIMAIRE

La plupart des écoles offrent des services de garde en milieu scolaire, qui encadrent les enfants et peuvent leur proposer des activités éducatives.

Les élèves qui fréquentent ces services avant ou après les heures de classe peuvent en profiter pour faire leurs devoirs ou d'autres

### Services spécifiques pour enfants immigrants

Une allocation du ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche aux commissions scolaires sert à financer en partie les services d'accueil et de soutien à l'apprentissage du français.

Ces services sont offerts à des élèves non francophones qui reçoivent, pour la première fois, l'enseignement en français, et dont la connaissance de cette langue ne leur permet pas de suivre normalement l'enseignement.

Le Programme d'enseignement des langues d'origine (PELO) est un projet pédagogique mis en oeuvre principalement dans des écoles primaires. La pertinence de ce programme se fonde sur le fait qu'une meilleure connaissance de la langue maternelle a des effets positifs sur l'apprentissage de la langue seconde et le développement général des élèves.

L'allocation du Ministère peut servir également à financer l'établissement et la mise en oeuvre d'un protocole d'accueil pour les élèves nouvellement arrivés, des services d'intégration scolaire et sociale pour les élèves et leur famille, ainsi que des ressources supplémentaires pour les élèves immigrants en situation de grand retard scolaire.

activités culturelles et sportives. Les parents qui confient leurs enfants aux services de garde en milieu scolaire paient des un tarif de base quotidien de 8 \$ CAN. Cependant, d'autres frais peuvent s'y ajouter, par exemple pour le repas pris à l'école ou pour des activités spéciales organisées par le service de garde. Renseignez-vous auprès de l'école de votre enfant.

## ENSEIGNEMENT SECONDAIRE

---

Après l'école primaire, les enfants doivent poursuivre leur scolarité au secondaire qui dure 5 années. L'enseignement au secondaire se divise en deux cycles de 2 et 3 ans respectivement et conduit à un diplôme d'études secondaires (DES).

Durant ces 5 années, l'élève acquiert des connaissances dans des domaines d'apprentissage comme les langues, les mathématiques, les arts, les sciences humaines, mais aussi dans des domaines généraux comme la santé et le bien-être, l'orientation et l'entrepreneuriat, le vivre ensemble et la citoyenneté.

À noter que la formation professionnelle est accessible aux élèves à partir de la 3<sup>e</sup> secondaire.

## ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

---

Au Québec, l'enseignement supérieur est composé de l'enseignement collégial et de l'enseignement universitaire. Reportez-vous à la section « Étudier au Québec » pour en savoir plus sur les démarches à effectuer pour faire une session d'études ou obtenir un diplôme québécois en tant qu'étudiant étranger (p. 82).

### ENSEIGNEMENT COLLÉGIAL

Les établissements d'enseignement collégial sont principalement les cégeps (collèges d'enseignement général et professionnel) qui peuvent être soit public ou privé. Le cégep est une entité particulière au Québec. Il fait le pont entre l'adolescence et l'âge adulte en proposant à l'étudiant un encadrement plus rigoureux qu'à l'université, tout en favorisant l'acquisition de l'autonomie et de l'indépendance.

Les cégeps et collèges privés offrent le choix entre :

- › des programmes d'études pré-universitaires d'une durée de deux ans qui, comme le nom l'indique, préparent à l'université,

- › des programmes d'études techniques de trois ans, qui mènent directement au marché du travail (mais il existe des possibilités pour poursuivre à l'université).

L'enseignement collégial est sanctionné par l'obtention d'un DEC (Diplôme d'études collégiales) qui permet de poursuivre ses études ou qui mène vers le marché du travail. Les collèges délivrent également des AEC (Attestation d'études collégiales) à la suite d'un programme court offert aux adultes en reprise d'études.

Quel que soit leur choix, les étudiants inscrits dans les programmes de DEC suivent des cours de formation générale : français et littérature, philosophie, éducation physique et anglais langue seconde.

Il existe neuf programmes d'études pré-universitaires : sciences de la nature ; sciences informatiques et mathématiques ; sciences humaines ; arts et lettres ; musique ; danse ; arts visuels ; sciences, lettres et arts ; histoire et civilisation.

Quant aux programmes d'études techniques, ils sont au nombre de 132 et se répartissent dans cinq domaines : techniques biologiques, techniques physiques, techniques humaines, techniques administratives et techniques artistiques.

► **Fédération des Cégeps : [fedcegeps.qc.ca](http://fedcegeps.qc.ca)**

## ENSEIGNEMENT UNIVERSITAIRE

L'enseignement universitaire représente le second niveau de l'enseignement supérieur. La durée de ces études varie selon la discipline et le cycle choisis. Très autonomes, les universités peuvent définir leurs programmes d'enseignement et de recherche, déterminer leurs exigences relativement à l'admission et à l'inscription des étudiants ainsi que décerner leurs propres diplômes.

Au Québec, il existe trois cycles universitaires conduisant principalement à trois diplômes :

- › le baccalauréat : diplôme de premier cycle (3 à 4 ans d'études),
- › la maîtrise : diplôme de deuxième cycle (2 ans d'études),
- › le doctorat : diplôme de troisième cycle (au minimum 3 ans d'études).

Il existe également :

- › le certificat : diplôme de premier cycle (1 an d'études),
- › le diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS) : diplôme de deuxième cycle (1 an d'études).

Pour en savoir plus sur les universités et leurs programmes, consultez la section « Étudier au Québec » dans ce guide (p. 82).

## INSCRIPTIONS

### EN MILIEU PRÉ-SCOLAIRE, À L'ÉCOLE PRIMAIRE ET À L'ÉCOLE SECONDAIRE

Pour que votre enfant puisse fréquenter une école, vous devrez d'abord faire une demande d'admission auprès de l'école de votre quartier.

On vous demandera de présenter les originaux ou des copies certifiées conformes de documents comme le certificat de naissance de l'enfant, les bulletins scolaires, les documents attestant du statut de l'enfant au Canada, etc. L'école vous donnera la liste exacte des documents à fournir. Si tous les documents sont en règle, vous pourrez ensuite procéder à l'inscription de votre enfant.

Toutes les commissions scolaires donnent, chaque année, un avis public concernant la demande d'admission. La période d'admission commence en février ou mars, en prévision de la rentrée scolaire qui a lieu quelques mois plus tard, habituellement à la fin d'août. Vous pouvez cependant faire une demande d'admission en tout temps, mais en ce qui concerne l'admission à l'éducation préscolaire (la ), il est généralement recommandé de procéder avant la fin de juin.

### Congés scolaires

Les semaines d'école sont entrecoupées de congés scolaires. La rentrée des classes s'effectue fin août et les premiers congés interviennent à la période de Noël. Ensuite, il faut attendre généralement fin février ou début mars pour la période de relâche, puis fin juin pour les vacances d'été. Les enseignants bénéficient d'une vingtaine de journées pédagogiques tout au long de l'année pour continuer à se former. Durant ces journées, les élèves ne fréquentent pas l'établissement scolaire, mais des services de garde en milieu scolaire peuvent prendre en charge les enfants. Les dates de la semaine de relâche ne sont pas les mêmes dans tout le Québec : elles dépendent des commissions scolaires. Les établissements privés ont leurs propres calendriers de vacances.

## AU COLLÉGIAL

Pour poursuivre sa scolarité au collégial, il faut généralement avoir effectué onze années d'études. L'admission au cégep (collège) se fait sur dossier et non sur concours ou examen. Vous devez vous adresser au Service régional d'admission qui couvre l'établissement dans lequel vous souhaitez vous inscrire.

Pour un collège privé, la demande d'admission, les documents et le paiement requis doivent être envoyés directement à l'établissement d'enseignement retenu.

## LIENS UTILES

- Service régional d'admission au collégial de Québec (SRACQ) : [sraq.qc.ca](http://sraq.qc.ca)
- Service régional d'admission du Montréal métropolitain (SRAM) : [sram.qc.ca](http://sram.qc.ca)
- Service régional de l'admission des Cégeps du Saguenay-Lac-Saint-Jean (SRASL) : [srasl.qc.ca](http://srasl.qc.ca)

## À L'UNIVERSITÉ

Certains préalables sont requis pour s'inscrire à l'université ou dans une institution affiliée (niveau d'études, diplômes ou équivalence, etc.). Les établissements peuvent établir des équivalences entre les diplômes obtenus à l'étranger et le niveau d'études québécois.

Vous devez faire une demande d'admission auprès de l'institution choisie. Les dates limites varient selon les établissements et les

### Scolariser vos enfants dans le système éducatif français

Le Collège Stanislas (Montréal et Québec) et le Collège international Marie de France (Montréal) sont deux collèges privés membres de l'Agence pour l'enseignement français à l'étranger (AEFE). Ils offrent un enseignement allant de la maternelle au collégial (lycée). Le développement de la culture générale occupe une place importante dans l'éducation. Les élèves sont préparés à passer le baccalauréat français en série scientifique, sciences économiques et sociales ou littéraire. Les deux établissements exigent des droits de scolarité.

- Collège Stanislas : [stanislas.qc.ca](http://stanislas.qc.ca)
- Collège international Marie de France : [cimf.ca](http://cimf.ca)

programmes de formation. Consultez impérativement le site Internet de l'établissement dans lequel vous souhaitez vous inscrire: vous y trouverez les renseignements nécessaires sur les dates d'inscription, les frais ainsi que les formulaires et pièces justificatives à fournir.

## ÉDUCATION DES ADULTES OU FORMATION CONTINUE

---

Même si vous avez atteint l'âge adulte, plusieurs raisons peuvent vous amener à vouloir entreprendre ou reprendre des études :

- › acquérir une nouvelle formation générale, technique ou professionnelle,
- › faire une mise à niveau, se perfectionner ou se spécialiser dans un domaine,
- › changer de carrière,
- › par simple intérêt personnel.

Il existe une gamme diversifiée de programmes de formation pour adultes ou de formation continue pouvant être suivis à temps plein ou à temps partiel, de jour ou de soir, à distance, en ligne, etc. Les centres d'éducation des adultes, qui relèvent des commissions scolaires, offrent notamment des services d'alphabétisation et de francisation, d'enseignement au pré-secondaire ainsi que d'enseignement en formation générale de niveau secondaire. Les centres de formation professionnelle sont ouverts aux adultes qui souhaiteraient obtenir une formation axée sur le marché du travail. Les adultes peuvent acquérir une nouvelle formation au niveau collégial en s'inscrivant dans un DEC (diplôme d'études collégiales) pré-universitaire ou technique ou en intégrant un programme d'AEC à la formation continue. Ils peuvent également se perfectionner ou se spécialiser dans l'un de ces programmes d'AEC (attestation d'études collégiales). Les cégeps donnent aussi des cours de francisation. Les universités offrent aussi des programmes de formation continue, notamment des programmes courts pour développer des compétences et des savoirs dans certains domaines.

## RÉGIME D'ASSURANCE MALADIE

Les soins médicaux et l'hospitalisation sont gratuits pour toutes les personnes qui possèdent leur « carte d'assurance maladie » (carte Soleil). Ils sont assurés par le régime universel d'assurance maladie et d'assurance hospitalisation du Québec. Ce régime ne couvre toutefois pas les soins dentaires des personnes de plus de 10 ans, ni certains traitements particuliers (médecines alternatives, chirurgie esthétique, etc.). Avant de consulter un médecin ou un autre spécialiste de la santé, assurez-vous qu'il participe au régime d'assurance maladie du Québec. Si ce n'est pas le cas, vous devrez payer vous-même la consultation.

Il est à noter que les employeurs offrent parfois une assurance complémentaire collective: il est important de se renseigner auprès de son employeur avant d'engager des frais ou de prendre une assurance privée. Regardez soigneusement ce que votre employeur offre en terme d'assurance collective, notamment en cas de décès, invalidité et maladie grave.

## RÉGIME D'ASSURANCE MÉDICAMENTS

Lors d'une inscription à la RAMQ pour la première fois, l'inscription à l'assurance médicaments est automatique. Cette assurance est obligatoire, mais pour les personnes possédant une assurance privée (par exemple par le biais de son emploi ou de celui de son conjoint), elle est alors obligatoirement prise en charge par ce régime privé (il faut alors en informer la RAMQ pour se désinscrire du système public). Les médicaments ne sont pas gratuits mais seule une petite partie doit être payée (une contribution), qui est plafonnée à 87,16 \$ CAN mensuels. Dans le cas d'une couverture par le régime public, il faut payer une prime (allant de 0 \$ CAN à 640 \$ CAN selon les tarifs 2015-2016) perçue lors de la déclaration annuelle de revenus.

## SOINS DENTAIRES

À l'exception de certaines chirurgies pratiquées dans les hôpitaux ou certains établissements universitaires, les traitements dentaires ne

sont pas gratuits. Les enfants de moins de 10 ans peuvent cependant obtenir gratuitement des soins dentaires en présentant leur carte d'assurance maladie. Pour obtenir les soins d'un dentiste, adressez-vous à l'un des nombreux cabinets privés ou encore à une clinique dentaire universitaire qui donne des traitements à prix réduit. Ces cliniques sont toutefois très fréquentées et il est habituellement difficile d'y obtenir un rendez-vous rapidement.

## QUI PEUT BÉNÉFICIER DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC ?

---

Sont admissibles à l'assurance maladie, les résidents permanents, les travailleurs temporaires, certains étudiants ainsi que la famille accompagnante. Les personnes en PVT ne peuvent bénéficier de l'assurance maladie du Québec (pour rappel, il est obligatoire de souscrire à une assurance maladie/rapatriement/hospitalisation dans votre pays d'origine avant votre départ).

Les personnes qui s'établissent au Québec peuvent bénéficier du régime d'assurance maladie après une période d'attente d'une durée maximale de trois mois (délai de carence) suivant leur inscription à la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). Les personnes assujetties à la période d'attente de trois mois doivent assumer elles-mêmes les coûts des services de santé qui leur seront fournis durant cette période ou souscrire une assurance privée.

Pour plus d'informations sur les assurances privées, vous pouvez consulter l'Ombudsman des assurances de personnes (OAP) :

► [oapcanada.ca](http://oapcanada.ca)

Le Québec ayant signé des ententes de sécurité sociale avec certains pays, les ressortissants originaires de ces pays ne sont pas soumis au délai de carence. Il s'agit de la Belgique, du Danemark, de la Finlande, de la France, de la Grèce, du Luxembourg, de la Norvège, du Portugal et de la Suède. Si vous êtes ressortissant de l'un de ces pays, vous devez obtenir, avant votre départ, une preuve d'assurance ou une attestation d'affiliation au régime de sécurité sociale de votre pays d'origine. Mettez-vous en relation avec l'organisme de sécurité sociale de votre pays.

## DÉMARCHES POUR OBTENIR LA CARTE D'ASSURANCE MALADIE

---

Pour obtenir votre carte d'assurance maladie du Québec, il est recommandé de se présenter directement au bureau de la RAMQ ou dans le Centre local de services communautaires (CLSC) le plus proche de chez vous. Vous pouvez aussi vous préinscrire par téléphone, un formulaire vous sera envoyé. Les documents requis pour inscription varient en fonction de votre situation. Renseignez-vous auprès de la RAMQ. Généralement, on vous demandera d'apporter une pièce d'identité, une preuve de résidence, vos documents d'immigration. Les documents originaux d'immigration seront à joindre au dossier : la RAMQ vous les renverra sous 30 jours ; vous pouvez également fournir une copie certifiée conforme. Une photo d'identité doit être fournie. Vous pouvez la prendre chez un photographe ou dans certaines pharmacies (Jean Coutu, Pharmaprix...) en respectant les normes (voir sur le site de la RAMQ). Sinon, la photo peut être prise sur place pour un montant de 9 \$ CAN (taxes en sus). Prévoyez une attente de passage d'environ 1 à 2 heures selon les jours et les horaires de visite.

► Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ) : [ramq.gouv.qc.ca](http://ramq.gouv.qc.ca)

## OÙ VOUS FAIRE SOIGNER ?

---

Vous en aurez certainement entendu parler : le système de santé québécois est public, financé par les impôts et géré par le gouvernement du Québec, mais il est saturé. Il est difficile de trouver un médecin de famille. Le temps d'attente pour consulter un spécialiste est souvent vraiment long. Ainsi, si leurs moyens financiers le permettent ou si elles ont une assurance privée via leur emploi, un certain nombre de personnes se tournent vers le secteur privé qui offre des prestations payantes (élevées).

Malgré cette situation, il existe plusieurs possibilités pour consulter un médecin ou rencontrer une infirmière. Lorsque vous vous déplacez pour rencontrer un professionnel de la santé, n'oubliez pas votre carte d'assurance maladie délivrée par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ), appelée Carte Soleil. Elle vous permettra de ne pas avancer les frais médicaux.

## MÉDECIN DE FAMILLE

En raison de la pénurie de personnel médical, il n'est vraiment pas évident de trouver un médecin de famille au Québec et comme il y a un quota de patients, il est possible que ce médecin ne prenne plus de nouveaux patients. Pour trouver votre médecin de famille, vous pouvez vous inscrire sur la liste d'attente auprès de votre CSSS (voir ci-dessous) ou en prospectant vous-même auprès des cliniques médicales.

Les pharmacies comme Jean Coutu ou Pharmaprix ont généralement la liste des spécialistes à proximité.

## CENTRE LOCAL DE SERVICES COMMUNAUTAIRES (CLSC)

Vous pouvez recevoir des consultations médicales dans un Centre local de services communautaires (CLSC). Il s'agit d'un établissement public qui dispense à la fois des services de santé et des services sociaux. Pour plus d'informations, vous devez identifier le CLSC du quartier où vous vivez. Les consultations dans les CLSC se font généralement sans rendez-vous : l'attente peut être très longue. À noter : les médecins ne pratiquent pas de visite à domicile.

Comme il est difficile d'avoir un médecin de famille, dès votre arrivée, inscrivez-vous sur liste d'attente. L'inscription peut se faire en ligne sur le site Internet du CSSS (Centre de santé et de services sociaux) qui couvre votre territoire.

## CLINIQUES MÉDICALES

Les cliniques médicales généralistes ou spécialisées, les cliniques-réseaux, les groupes de médecine de famille (GMF) permettent aux patients de voir un médecin, avec ou sans rendez-vous. Généralement, dans les cliniques-réseaux, une équipe de professionnels de la santé (infirmières, kinésiologues, psychologues, etc.) est également présente et travaille en collaboration avec les médecins. Pour consulter un médecin sans rendez-vous dans ces centres, levez-vous tôt ! Pour voir un médecin dans la journée, l'ordre de passage se fait selon votre heure d'arrivée et c'est premier arrivé, premier servi. Prévoyez donc d'arriver au minimum une heure avant l'ouverture des

portes. Certaines cliniques ont mis au point un système de prise de rendez-vous la veille ou un service de rappel téléphonique payant qui vous prévient de votre avancement dans la file d'attente. Pour consulter un spécialiste (gynécologue, ORL ou autres), vous devez être référé par un médecin. En revanche vous pouvez choisir votre dentiste ou optométriste (ophtalmologiste). Il est préférable de se renseigner auparavant sur les tarifs pratiqués qui peuvent être élevés.

## CONSULTATION MÉDICALE PAR TÉLÉPHONE : INFO-SANTÉ AU 811

Pour les problèmes de santé non urgents, vous pouvez également recevoir une consultation médicale par téléphone à Info-Santé en composant le 811. Ce service est disponible 24 h sur 24 toute l'année. C'est une infirmière qui répondra à vos questions.

► **Consultation médicale par téléphone : Info-Santé au 811**

## URGENCES (HÔPITAL)

Si vous, ou votre entourage, nécessitez des soins rapides, vous pouvez vous rendre au service des urgences de l'hôpital le plus près de chez vous. Les urgences sont ouvertes toute l'année, 24h sur 24. Elles sont généralement surchargées alors n'y ayez recours que si c'est vraiment nécessaire.

## LIENS UTILES

---

- **Ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS) : consultez la rubrique Répertoire du site pour trouver un CLSC dans votre quartier : [msss.gouv.qc.ca](http://msss.gouv.qc.ca)**
- **Agence de la santé et des services sociaux de Montréal : pour trouver une clinique, un CLSC, les urgences près de chez vous : [santemontreal.qc.ca](http://santemontreal.qc.ca)**

## FAMILLE

## NAISSANCE

---

### LA DÉCLARATION DE NAISSANCE

Lors de la naissance d'un enfant au Québec, il faut obligatoirement

le déclarer (dans les 30 jours suivant l'accouchement) auprès du Directeur de l'état civil qui l'inscrira au registre. Cette inscription permettra de prouver l'identité de l'enfant, de lui obtenir une carte d'assurance maladie, un numéro d'assurance sociale, un certificat de naissance ainsi que les autres documents d'état civil. Pour inscrire votre enfant, deux documents sont nécessaires :

- le constat de naissance, rempli et signé par l'accoucheur. Ce certificat sera directement transmis par le médecin au Directeur de l'état civil,
- la déclaration de naissance, remplie et signée devant témoins par les parents de l'enfant. Dans le cas où les parents ne sont pas mariés, ils doivent tous deux signer la déclaration de naissance et ainsi établir la filiation de l'enfant. Vous pouvez signer cette déclaration et la confier au personnel hospitalier qui se chargera, alors, de transmettre le document aux autorités.

Une fois l'enfant inscrit, vous recevrez une lettre vous informant de ce fait. Il en va de même pour la carte d'assurance maladie, qui vous sera envoyée par courrier par les autorités de la régie de l'assurance maladie.

➤ **Directeur de l'état civil : [etatcivil.gouv.qc.ca/fr/naissance.html](http://etatcivil.gouv.qc.ca/fr/naissance.html)**

## LES CONGÉS LIÉS À LA NAISSANCE

Le congé de maternité est accordé à une femme enceinte qui travaille pour une durée de 18 semaines. À la fin de son congé, elle pourra retrouver son emploi sans avoir perdu d'avantages. Ce congé peut débuter au plus tôt la 16<sup>e</sup> semaine avant la date prévue de l'accouchement, mais peut être réparti au gré de la salariée avant ou après l'accouchement.

Le congé de paternité peut s'appliquer au père biologique salarié. Il a droit à un congé sans salaire de 5 semaines continues qui peut être pris entre la semaine de la naissance de l'enfant et la 52<sup>e</sup> semaine suivant l'accouchement.

Les congés de maternité et de paternité sont sans solde, mais des prestations peuvent être versées sous certaines conditions.

Le congé parental peut s'ajouter au congé de maternité/de paternité. Il peut être pris par la mère ou le père ou même partagé entre les deux et prend effet la semaine suivant la naissance de l'enfant. Sa durée maximale est de 52 semaines continues. Le congé n'est pas rémunéré, mais des prestations parentales peuvent vous être attribuées. Le salarié, comme le travailleur autonome, peut en bénéficier sous certaines conditions.

Votre employeur, votre syndicat, les centres locaux d'emploi du Québec et les centres des ressources humaines du Canada pourront vous donner les informations nécessaires.

► Régime québécois d'assurance parentale (RQAP) : [rqap.gouv.qc.ca](http://rqap.gouv.qc.ca)

## MARIAGE

Pour se marier au Québec, il faut être âgé d'au moins 16 ans. Les personnes de moins de 18 ans doivent cependant obtenir le consentement de leurs parents ou tuteurs. Le mariage peut être religieux ou civil (les deux mariages ont la même valeur et les conjoints sont soumis aux mêmes engagements et aux mêmes responsabilités). Dans les deux cas, l'officiant doit avoir été autorisé par le Ministère de la Justice du Québec à célébrer des mariages.

La loi prévoit alors :

- › que les époux sont pleinement égaux ;
- › qu'un patrimoine familial conjoint est constitué, comprenant les résidences, les meubles, les automobiles servant à la famille, ainsi que certains régimes privés de retraite ;
- › le choix conjoint de la résidence familiale ;
- › que chaque époux contribue, dans la mesure de ses moyens, aux charges du ménage ;
- › qu'ils sont tous deux responsables des dettes contractées pour les besoins courants du ménage.

Au Québec, seul le divorce prononcé devant un tribunal civil peut légalement mettre un terme au mariage. La polygamie est illégale et la répudiation d'un conjoint par l'autre n'a aucune valeur légale.

### État civil (naissance, mariage, décès) dans votre pays de citoyenneté

À chaque étape de la vie, vous pouvez vous adresser à votre ambassade ou consulat pour déclarer la naissance de votre enfant, célébrer votre mariage, déclarer le décès d'un parent et organiser le rapatriement de son corps ou ses cendres vers son pays d'origine.

► Pour connaître les formalités, adressez-vous à votre représentation diplomatique au Québec.

En vous mariant, vous aurez le choix entre trois régimes matrimoniaux : le régime de la société d'acquêts, le régime de la séparation de biens et le régime de la communauté de biens. Vous devez passer devant le notaire pour signer votre contrat de mariage. Sinon, le régime de la société d'acquêts s'appliquera automatiquement.

► [etatcivil.gouv.qc.ca/fr/mariage-union-civile.html](http://etatcivil.gouv.qc.ca/fr/mariage-union-civile.html)

## DÉCÈS

En cas de décès de l'un des membres de votre famille, il est obligatoire de procéder à l'inscription du décès au Registre de l'état civil du Québec. Le médecin dresse un constat de décès dont il remet deux copies au directeur des funérailles. Ce dernier transmet alors le constat et la Déclaration de décès au Directeur de l'état civil. La carte d'assurance maladie sera transmise à la Régie de l'assurance maladie du Québec par le Directeur de l'état civil.

► [etatcivil.gouv.qc.ca/fr/deces.html](http://etatcivil.gouv.qc.ca/fr/deces.html)

### Allocations familiales et crédits d'impôt

Il existe plusieurs programmes visant à aider les parents dans leurs obligations familiales et dans la charge financière que représentent les enfants. L'Allocation canadienne pour enfants (ACE) (anciennement PFCE et PUGE) est un paiement mensuel, non imposable, versé aux familles pour les aider à subvenir aux besoins de leurs enfants.

► [cra-arc.gc.ca/bnfts/menu-fra.html](http://cra-arc.gc.ca/bnfts/menu-fra.html)

Le Paiement de soutien aux enfants (PSE) est un crédit non imposable géré par Retraite Québec. Il est payable quatre fois année (janvier, avril, juillet et octobre) ou alors le premier de chaque mois, selon le choix des parents. Le PSE comprend deux volets : une base universelle et une aide additionnelle aux familles à faible et à moyen revenu.

► [rrq.gouv.qc.ca/fr/programmes/soutien\\_enfants/paiement/Pages/paiement.aspx](http://rrq.gouv.qc.ca/fr/programmes/soutien_enfants/paiement/Pages/paiement.aspx)

Crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants . Outre cette allocation universelle, le gouvernement offre également d'autres formes de soutien financier pour les familles. Ainsi, les frais de garde d'enfant sont subventionnés selon le revenu du ménage.

► [revenuquebec.ca/fr/citoyen/credits/credit\\_enfant/](http://revenuquebec.ca/fr/citoyen/credits/credit_enfant/)

Au Québec, la retraite peut être prise à l'âge de 65 ans pour bénéficier de l'intégralité des prestations financières liées à la cessation d'activités. Vous pouvez vous mettre à la retraite à 60 ans, mais dans ce cas, vous ne percevrez qu'une partie des rentes. Avant 60 ans, vous ne percevrez rien jusqu'à l'atteinte de cet âge.

En vous mettant à la retraite, vous bénéficierez d'une rente des régimes publics: la Sécurité de la vieillesse et le Régime de pension du Canada (fédéral) et le Régime de rentes du Québec (provincial). Généralement, le montant de chacune de ces rentes est peu élevé. C'est pourquoi la retraite au Québec doit se planifier tout au long de la vie. Les Québécois cotisent à des régimes de retraite privés: régime complémentaire de retraite (dits fonds de pension), compte de retraite immobilisé (CRI) ou fonds de revenu viager (FRV). Certains employeurs permettent à leurs salariés de cotiser à des régimes de retraites privés, généralement intéressants.

Pour bénéficier des versements de la Sécurité de la vieillesse et régime de pension du Canada, vous devez avoir vécu au moins 10 ans au Canada après l'âge de 18 ans. En fonction du nombre d'années que vous aurez vécu au Canada au moment de votre retraite, vous toucherez une pension pleine ou une pension partielle.

Le montant de la rente versée par le Régime de rentes du Québec équivaut à 25 % de la moyenne mensuelle des revenus sur lesquels vous avez cotisé. Le montant est plafonné à 1 582,12 \$ CAN en 2017. Vous pourrez toucher également une rente de conjoint survivant si votre époux/conjoint est décédé.

Pour percevoir ces rentes, vous devez obligatoirement en faire la demande.

- **Sécurité de la vieillesse :** [servicecanada.gc.ca/fra/services/pensions/sv/index.shtml](http://servicecanada.gc.ca/fra/services/pensions/sv/index.shtml)
- **Régime de pension du Canada :** [servicecanada.gc.ca/fra/services/pensions/rpc/index.shtml](http://servicecanada.gc.ca/fra/services/pensions/rpc/index.shtml)
- **Régime de rentes du Québec :** [rrq.gouv.qc.ca](http://rrq.gouv.qc.ca)

## REPRÉSENTATIONS CONSULAIRES ET DIPLOMATIQUES

De par le rayonnement international de la province et les nombreuses communautés sur son sol, les nouveaux arrivants peuvent facilement

se mettre en rapport avec les autorités de leur pays d'origine : le Québec compte de nombreuses représentations diplomatiques.

Vous trouverez sur le site du ministère des Affaires étrangères et du Commerce international du Canada (rubrique À propos du ministère > Bureau du protocole), la liste des missions diplomatiques et postes consulaires étrangers présents au Canada :

► [international.gc.ca](http://international.gc.ca)

Il peut être utile de se faire enregistrer dans le consulat de votre pays d'origine à votre arrivée. Cette formalité est en général gratuite et n'est pas obligatoire. Néanmoins, elle est exigée lors de l'établissement ou du renouvellement de papiers d'identité.

Pour établir votre carte d'immatriculation consulaire, vous devrez généralement fournir les documents suivants : copie de votre acte de naissance ou livret de famille, votre carte nationale d'identité et/ou votre passeport, ainsi que votre visa, une preuve de domicile au Canada et enfin des photos d'identité. Pour plus de détails, il est conseillé de contacter votre consulat.

## Ententes de sécurité sociale entre le Québec et des pays étrangers

N'oubliez pas de vérifier si le Québec a signé une entente de sécurité sociale avec le ou les pays dans lesquels vous avez cotisé à un régime de retraite.

En 2015, les 32 pays signataires d'une entente avec le Québec sont les suivants : Allemagne, Autriche, Barbade, Belgique, Chili, Chypre, Croatie, Danemark, Dominique, États-Unis, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Irlande, Italie, Jamaïque, Luxembourg, Malte, Maroc, Norvège, Pays-Bas, Philippines, Portugal, République tchèque, Sainte-Lucie, Slovaquie, Slovénie, Suède, Suisse, Turquie, Uruguay.

Adressez-vous au Bureau des ententes de sécurité sociale (BESS) de la Régie des rentes du Québec pour accomplir les démarches qui vous permettront de toucher la pension d'un pays étranger ou d'obtenir un certificat d'assujettissement.

# QUELQUES CONSEILS POUR BIEN S'HABILLER EN HIVER

## En partenariat avec Brador Hiver

La plupart des immigrants vous le diront, le premier hiver au Québec peut être difficile à affronter : la neige, le froid, le vent et le thermomètre qui affiche des températures négatives record ! Mais l'hiver au Québec c'est aussi l'occasion de profiter de nombreuses activités hivernales (ski, raquette, luge, patinage, chiens de traîneau...), à condition d'être bien habillé et équipé, sans quoi, le plaisir est rapidement gâché...

### **GARDER SON CORPS AU CHAUD ET AU SEC**

Premièrement, optez pour une tuque doublée en polaire (un bonnet) pour protéger vos oreilles et le front.

Ensuite, pour les mains, privilégiez les mitaines (moufles) aux gants. Les mitaines de ski ont l'avantage de garder la chaleur autour de tous vos doigts et donc d'être plus chauds.

Au niveau des pieds, soyez bien chaussés. Les bottes d'hiver sont indispensables pour profiter de la neige. Assurez-vous que vos bottes soient isolantes et imperméables. Demander conseil au vendeur pour vous assurer qu'elles seront résistantes jusqu'à - 40 degrés.

Il est également souvent recommandé de prendre une demi-poin-ture au-dessus de sa taille de chaussure habituelle afin que le pied soit bien isolé. Surtout si vous portez des chaussettes de ski dans les froids extrêmes.

D'une manière générale, équipez-vous avec des manteaux chauds bien isolés, respirants et qui ont un bon niveau d'imperméabilité et coupe-vent. De nombreuses marques proposent des manteaux qui permettent d'évacuer la transpiration générée par le corps tout en le gardant isolé de la pluie, le vent ou de la neige.

Le mieux est de se tourner vers des marques spécialisées en plein air.

### **S'HABILLER AVEC LA TECHNIQUE DE L'OIGNON POUR LES SPORTS D'HIVER**

Autrement dit, s'habiller avec plusieurs couches de vêtements. Vous pourrez ainsi vous adapter à la température ambiante et enlever une couche si nécessaire pour être plus à l'aise. Trois couches de vêtements sont généralement recommandées.

La première couche. Directement au contact de la peau, elle doit faciliter la circulation de la transpiration vers l'extérieur afin de rester au sec. Privilégiez les sous-vêtements de sport, légers en tissus en polypropylène et polyester, avec de la laine Merino. Optez pour des sous-vêtements plus épais en cas de journée de froid extrême.

La seconde couche. Elle doit emprisonner la chaleur tout en laissant l'humidité s'évacuer vers l'extérieur. En tant qu'isolants efficaces, la laine polaire et les tissus synthétiques sont à privilégier.

La troisième couche. Le manteau qui sera votre protection contre le froid, la neige, la pluie et le vent. Le manteau idéal devra être à la fois imperméable et respirant avec un bon effet coupe-vent. L'une des meilleures options est le manteau ou la veste composée d'isolants techniques plein air tels que le Primaloft, IsoSoft entre autres pour une meilleure isolation. Ce sont des isolants légers, respirant et très chauds.

Si vous souffrez d'allergies (duvet d'oie ou de canard) ou êtes militant pour la protection des animaux, les isolants synthétiques pourraient bien vous convenir.

## **S'HABILLER AU QUOTIDIEN**

Un bon manteau en duvet pour compléter votre manteau synthétique s'impose pour les activités de tous les jours. Le manteau en duvet d'oie ou de canard propose un pouvoir d'isolation très élevé et procure une bonne chaleur. Un niveau de 70% duvet et 30% plume est recommandé.

La qualité d'un bon manteau chaud se base uniquement sur trois critères essentiels : l'imperméabilité, la respirabilité et l'effet coupe-vent. On retrouve ces trois caractéristiques uniquement dans les marques reconnues pour les vêtements plein air. Des marques spécialisées dans les manteaux conçus pour nos hivers.

## **VIVEZ L'EXPÉRIENCE**

Que vous soyez un nouvel arrivant qui vient fraîchement d'arriver au Québec, une famille active, un adepte des sports d'hiver ou tout simplement soucieux du choix de votre manteau d'hiver, vous bénéficierez toujours de conseils et astuces de la part d'experts, pour vous aider à faire le meilleur achat possible selon vos besoins personnalisés et de nos astuces en matière de plein-air.

*Fondé en 1977, Brador Hiver était l'une des premières entreprises québécoises à fabriquer des ensembles de ski de fond et des manteaux d'hiver adaptés aux hivers québécois. Les valeurs qui animent l'entreprise et qui ont forgé son identité au cours de ces quatre décennies sont le service, le suivi, l'expertise et l'efficacité.*

# VOUS INTÉGRER DANS LA SOCIÉTÉ QUÉBÉCOISE

Les mots clés pour bien comprendre la culture québécoise sont ouverture d'esprit et tolérance.

Lorsque l'on arrive dans un nouvel environnement, il est important d'être curieux, observateur et de s'informer sur les valeurs de la société et son fonctionnement. Il ne faut pas juger mais faire preuve d'une grande tolérance pour s'adapter au mieux. Les Québécois sont réputés pour leur sens de l'accueil, leur gentillesse et leur serviabilité. De manière générale, ils s'attendent à ce que les échanges avec les uns et les autres soient polis et respectueux.

## QUELQUES ÉLÉMENTS À SAVOIR :

- › Le tutoiement est largement répandu et s'emploie très facilement. Il fait partie des moeurs du Québec. Il s'établit en fonction de l'âge et de la fonction sociale. Les gens de même génération se tutoient, tout comme les personnes de moins de 30 ans. Il n'est pas rare qu'un employé du service public tutoie son interlocuteur, ou un employé son patron. Cependant, ne confondez pas le tutoiement avec une envie de nouer amitié, c'est juste une manière d'être typiquement nord-américaine.

*« Au travail, je tutoie facilement mes collègues, mon supérieur et même mes partenaires. Cela donne un côté plus amical dans mes échanges au quotidien et l'on prend vite cette habitude ».* Andréa

- › Le respect est la règle numéro 1 au Québec.

*« Au marché, en attendant le bus, à la sortie du métro et en général dans n'importe quelle ligne (file d'attente) il est très mal vu de doubler son voisin. Au quotidien, les Québécois sont assez détendus et cela se ressent beaucoup dans leur relation avec les autres. »* Sandra

- › Toutes les religions sont tolérées.

- › L'égalité Homme / Femme est bel et bien établie. Les relations entre les hommes et les femmes sont plus égalitaires et plus affirmées que dans la plupart des pays au monde. Indépendantes et libres, les femmes occupent également des postes à tous les niveaux de la hiérarchie.

*« Je trouve qu'ici on a beaucoup plus de droits en tant que femme qu'au Mexique. Il y a également davantage d'opportunités professionnelles pour les femmes. Il ne faut pas se mettre de barrière. »* Telma

- › Le politiquement correct domine et les Québécois vont plutôt chercher à éviter les conflits pour aller vers le consensus.

*« Lors de mes réunions de travail avec mes collaborateurs, le ton ne monte jamais. Cela m'a beaucoup étonné car en tant que Français, je suis habitué aux débats parfois houleux. Mais ici on va davantage essayer de s'entendre et d'arriver à un accord commun. »* Benoît

- › Côté sportif, pour s'intégrer dans la société, il est recommandé de s'intéresser au hockey, le sport national qui fait vibrer les Québécois. Intéressez-vous aussi à la culture, la chanson, le cinéma, la littérature québécois.

*« Attention si vous entamez une discussion avec un Montréalais concernant le hockey, ne vous avisez pas d'appeler la rondelle un palet ou de critiquer l'équipe locale des Canadiens ! Le hockey est un sujet qui déchaînent les passions et un bon moyen de s'intégrer. »* Mehdi

- › Vous pourriez être surpris au premier abord par l'ouverture et la cordialité des Québécois à ne pas confondre avec de l'amitié. L'amitié se vit différemment, on se retrouve davantage à l'extérieur qu'autour d'un repas à la maison. L'amitié à la québécoise prend du temps et ne s'opère pas avec les mêmes modes. Ce n'est que peu à peu que vous développerez de belles relations.

*« Je me suis fais de nombreux amis québécois. Je leur apprends parfois des mots turcs et ils me donnent de bonnes adresses et me font découvrir la ville sous un autre angle. À première vue, les Québécois peuvent paraître très fermés mais il faut savoir leur donner des choses et apprendre d'eux pour s'en faire des amis. »* Alper Harun

# NUMÉROS IMPORTANTS AU QUÉBEC

## URGENCES

- › Médecins, ambulances, pompiers, police :  
911 (pour Montréal et Québec) ;  
0 pour le reste du Québec
- › Centre antipoison du Québec : 1 800 463-5060
- › Info-santé : 811
- › Info-crime Québec : 1 800 711 1800
- › Sûreté du Québec : 310-4141 ou \*4141 (cellulaire)
- › Électricité – fils sous tension tombés : 1 800 790-2424
- › Détection d'odeur de gaz : 911
- › Centre de prévention du suicide : 1 866 277-3553
- › SOS violence conjugale : 1 800 363-9010
- › Gai-Écoute : 1 888 505-1010
- › Info-Abus aux aînés : 1 888 489-2287
- › Jeunesse, J'écoute : 1 800 668-6868
- › Assistance annuaire : 411 (des frais s'appliquent)

## IMMIGRATION - CITOYENNETÉ

- › Téléc centre Citoyenneté et Immigration Canada  
(uniquement pour les demandes en cours de traitement  
à l'intérieur du Canada) : 1-888-242 2100
- › Service des renseignements du Ministère de l'Immigration,  
de la Diversité et de l'Inclusion  
Région de Montréal : 514 864-9191  
Ailleurs au Québec (sans frais) : 1 877 864-9191  
De l'extérieur du Québec : + 1 514 864-9191



# JOAO

Pays d'origine : Brésil

Au Québec depuis : 2014

Statut à l'arrivée au Québec : Étudiant international

Région d'installation : Montréal

## S'AVOIR S'ADAPTER

Je suis venu à Montréal pour étudier le français avec ma femme. Je m'étais renseigné auprès d'une agence au Brésil pour trouver une école et réaliser les procédures d'immigration. Cela nous a pris environ un an et demi pour concrétiser notre projet.

### TROUVER UN EMPLOI : SAVOIR OÙ CHERCHER

Durant trois mois, j'ai suivi des cours de français dans une école privée. Comme je maîtrisais mieux le français, j'ai commencé ma recherche d'emploi. Nous avons en effet décidé avec ma femme de prolonger notre séjour sur place afin d'obtenir une expérience professionnelle au Québec. Pour m'accompagner dans ma recherche d'emploi, je me suis adressé à l'organisme YES Montréal, car leurs services se font en anglais. Il faut penser à adapter son CV aux normes du travail locales, certaines particularités sont à prendre en compte comme ne pas mettre de photo sur son CV ou le format d'impression utilisé ici (format letter). J'ai trouvé mon premier emploi, dans le télémarketing, grâce à cet organisme.

### CALCULER SON BUDGET

Pour nous, cela coûtait cher de venir à Montréal, car le taux de change ne nous était pas favorable. Nous sommes venus avec 6000 \$ CAN. Pendant les premiers mois, nous avons dépensé 1200 \$ CAN par mois pour le logement (un 4 ½) et la nourriture. Après avoir changé d'appartement, nous sommes maintenant à 800 \$ CAN par mois. Pour les vêtements d'hiver, cela a été plus facile que je ne pensais. J'ai acheté un manteau pour 140 \$ CAN que j'ai utilisé tout l'hiver et des chaussures à 35 \$ CAN au Canadian Tire. Il faut penser à tout pour calculer son budget : logement, vêtement, nourriture, transport... Cela représente un budget important et il faut prévoir souvent davantage que ce qui est recommandé par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

# TROUVER UN EMPLOI

Trouver un emploi est bien entendu le principal objectif des travailleurs permanents. La recherche d'emploi demande de l'énergie et du temps. Il va falloir adapter votre CV aux normes de présentation québécoises, connaître les secteurs et les entreprises qui recrutent, développer votre réseau de contacts. Vous pourrez avoir l'impression de repartir de zéro ou d'être considéré comme un débutant alors que vous avez déjà de belles expériences professionnelles derrière vous. Prenez le temps de définir vos objectifs, de rencontrer des professionnels de l'accompagnement en l'emploi, de solliciter des rencontres avec des employeurs. Il faut faire preuve d'humilité et n'attendez pas forcément d'avoir l'emploi de vos rêves pour commencer à travailler. Ça viendra... avec le temps!

@ Pour une information complète sur le travail au Québec, téléchargez gratuitement notre guide *Travailler au Québec* : [immigrantquebec.com/telecharger-les-guides](http://immigrantquebec.com/telecharger-les-guides)

## Jours fériés

Le 1<sup>er</sup> janvier (Jour de l'An); le Vendredi saint ou le lundi de Pâques; le lundi qui précède le 25 mai; le 24 juin (fête nationale du Québec); le 1<sup>er</sup> juillet (fête nationale du Canada); le 1<sup>er</sup> lundi de septembre (fête du travail); le 2<sup>e</sup> lundi d'octobre (Action de grâce); le 25 décembre (Noël).

## LOI SUR LES NORMES DU TRAVAIL

La législation du travail est définie par la Loi sur les normes du travail (LNT) qui énonce les conditions minimales d'emploi. La Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) veille à l'application de cette loi: salaire, pauses, vacances, congés maladie, cessation d'emploi, licenciement, harcèlement psychologique, etc. Cependant, la LNT ne s'applique pas à tous (par exemple, travailleurs autonomes, personnes travaillant pour un organisme régi par les lois fédérales, étudiants, etc.).

La semaine normale de travail est fixée à 40 heures. De nombreuses entreprises proposent des semaines entre 35 et 39 heures. Les journées démarrent généralement à 8 h 30 et se terminent vers 16 h 30, ce qui laisse du temps pour la vie de famille et les loisirs.

Au 1<sup>er</sup> mai 2016, le salaire minimum est de 10,75 \$ CAN l'heure (ou 9,20 \$ CAN l'heure pour les employés à pourboires).

Vous aurez droit également à des congés payés dont la durée est calculée en fonction du nombre de mois de travail cumulés. Généralement, les employés démarrent avec 10 jours de congés payés annuels. Il existe également 8 jours fériés par an qui sont chômés. L'employée enceinte peut prendre un congé maternité de 18 semaines; le père un congé paternité de 5 semaines. Les deux parents peuvent prendre un congé parental d'une durée maximale d'un an. Il est possible de bénéficier de prestations. Renseignez-vous auprès du Régime québécois d'assurance parentale:

► [rqap.gouv.qc.ca](http://rqap.gouv.qc.ca)

En matière de santé et de sécurité au travail, la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) met en place divers programmes de prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles. Un régime d'indemnisation des travailleurs ayant subi des lésions professionnelles est également prévu.

► **Ministère du Travail** : [travail.gouv.qc.ca](http://travail.gouv.qc.ca)

► **Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST)** : [cnesst.gouv.qc.ca](http://cnesst.gouv.qc.ca)

► **Tribunal administratif du travail** : [tat.gouv.qc.ca/](http://tat.gouv.qc.ca/)

## CONTRAT DE TRAVAIL

---

Il peut paraître surprenant pour nombre d'immigrants de constater que le contrat de travail au Québec peut être oral ou écrit. Ainsi, votre employeur n'émettra pas forcément de contrat de travail (notamment dans les entreprises de taille modeste), mais sachez que les bases de tout contrat de travail sont fixées par le Code civil du Québec et la Loi sur les normes du travail.

Le contrat peut avoir une durée déterminée (poste temporaire) ou indéterminée (poste permanent). En cas de rupture du contrat, l'employeur comme l'employé doivent respecter un préavis raisonnable (généralement 15 jours, mais plus si l'on occupe un poste à responsabilité ou depuis plusieurs années). En cas de congédiement jugé abusif, l'employé peut déposer une plainte à la Commission des normes du travail.

## PERTE D'UN TRAVAIL ET ASSURANCE-EMPLOI

---

Si vous perdez votre emploi, sous certaines conditions, il est possible de bénéficier de prestations de l'assurance-emploi versées par le Gouvernement du Canada. Pour en savoir plus, consultez le site de Service Canada :

► [servicecanada.gc.ca/fra/ae/demande/assuranceemploi.shtml](https://servicecanada.gc.ca/fra/ae/demande/assuranceemploi.shtml)

## PAIEMENT DU SALAIRE ET FEUILLE DE PAIE

---

Généralement, le salaire est payé tous les 15 jours, mais certains employeurs règlent à la semaine, sauf pour les cadres souvent payés au mois. Sur votre feuille de paie, vous noterez les retenues suivantes : impôt fédéral, impôt provincial, Régime des rentes du Québec (RRQ), Régime québécois d'assurance parentale (RQAP), Assurance-emploi (AE). À cela, peuvent s'ajouter, en fonction de votre employeur, des cotisations à des régimes d'épargne, à un syndicat ou à des assurances.

De nombreux professions et métiers sont régis par un ordre professionnel ou un autre organisme de réglementation. Ces professions et métiers vous seront accessibles à condition d'obtenir une autorisation d'exercice de l'organisme de réglementation concerné, sauf dans le cas de quelques professions dont seul le titre est réservé.

Intégrer un ordre professionnel n'est pas chose aisée et il faut comprendre que le processus peut s'étendre sur plusieurs mois, voire années. Autant de temps où vous ne pourrez pas exercer votre métier ou profession et durant lequel vous devrez faire un retour aux études, effectuer un stage, valider votre pratique... Assurez-vous d'avoir bien pris tous ces paramètres en compte et de savoir comment vous allez subvenir à vos besoins financiers.

D'autre part, une fois que vous serez membre de votre ordre professionnel, vous devrez chercher un emploi par vos propres moyens. Faire partie d'un ordre ne garantit pas l'emploi.

Un certain nombre d'ordres professionnels sont conscients des difficultés affrontées par les personnes formées à l'étranger pour exercer et montrent des ouvertures pour accélérer le processus d'admission à l'ordre. Vous pourrez peut-être bénéficier d'un permis restrictif temporaire qui vous donnera la possibilité d'exercer sous certaines conditions.

Vous avez tout intérêt à prendre contact avec l'organisme de réglementation concerné avant votre départ. Vous pourrez ainsi évaluer les démarches que vous aurez à effectuer pour obtenir votre autorisation d'exercice. De plus, il vous est fortement recommandé d'entamer vos démarches depuis l'étranger. Il est également recommandé de consulter les sites Internet des organismes de réglementation compétents ainsi que le site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) avant votre départ, et plus particulièrement, la section suivante :

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/professions-metiers/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/professions-metiers/index.html)

Pour ce qui est des professions régies par un ordre professionnel, les ordres sont les seules structures habilitées à vous délivrer un permis d'exercice et leur activité est totalement indépendante du processus d'immigration. En d'autres termes, vous pouvez être résident permanent au Canada, vivre au Québec, mais sans pouvoir exercer votre activité, par exemple, de chirurgien ou d'avocat. Il existe 46 ordres professionnels au Québec. Pour tout renseignement sur ces professions, vous

pouvez consulter le site de l'Office des professions du Québec (OPQ).

À noter que le secteur de l'enseignement ou les métiers de mécanicien automobile, électricien, plombier, sont réglementés par d'autres organismes de réglementation et demandent tout de même que votre diplôme ou votre expérience soient reconnus. Vous serez ainsi soumis à l'obtention de l'autorisation d'exercice délivrée par chaque organisme de réglementation. Pour ce qui est du métier de mécanicien automobile, c'est auprès des comités paritaires de l'automobile de votre région qu'il faudra aller chercher votre certificat de compétence ou votre carte d'apprenti. Vous pouvez trouver de l'information au sujet des comités paritaires sur le site du ministère du Travail.

## Arrangements de reconnaissance mutuelle des qualifications professionnelles (ARM) entre la France et le Québec

Le 17 octobre 2008, le premier ministre du Québec, Jean Charest, et le président de la République française, Nicolas Sarkozy, ont signé à Québec, une entente en matière de reconnaissance des qualifications professionnelles. Par cette Entente, la France et le Québec ont adopté une procédure commune de reconnaissance visant à faciliter et accélérer l'acquisition d'un permis pour l'exercice d'un métier, d'une profession ou d'une fonction réglementé sur les deux territoires.

Les arrangements de reconnaissance mutuelle (ARM) qui ont été signés à ce jour couvrent 81 professions, métiers et fonctions. Si vous avez obtenu votre diplôme et votre aptitude légale à exercer en France et que vous souhaitez exercer au Québec, consultez le site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) pour connaître la liste des professions, métiers et fonctions pour lesquels un ARM a été signé et les démarches à effectuer pour faire reconnaître vos qualifications :

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/biq/paris/entente-france-quebec/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/biq/paris/entente-france-quebec/index.html)

Attention, le fait d'intégrer un ordre professionnel ne vous garantit pas l'emploi. Vous devrez trouver un poste par vos propres moyens.

Pour les niveaux préscolaire, primaire et secondaire (les jeunes de 5 à 17 ans), la profession d'enseignant exige une autorisation d'enseigner délivrée par le ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche. Cette autorisation n'est pas requise pour les niveaux supérieurs: cégeps et universités.

Beaucoup d'immigrants sont déçus lorsqu'une fois sur place ils se voient refuser le droit de travailler dans la profession ou le métier réglementés qu'ils comptaient exercer. Ainsi notez bien que même si durant votre processus d'immigration, on tient compte de votre niveau de scolarité et de votre domaine de formation, cela n'est aucunement une garantie d'équivalence et ne signifie pas que votre diplôme sera reconnu au Québec au même titre que dans votre pays d'origine. Il est fortement recommandé de communiquer avec les différents organismes de réglementation le plus tôt possible, même avant votre départ.



**Vous êtes un  
travailleur  
ayant immigré  
depuis peu ?**

00 300 441 (2016-10)

### **Au Québec, vous avez des droits et des responsabilités au travail!**

En tant que travailleur, vous devez :

- Être formé et supervisé pour votre sécurité;
- Recevoir le salaire et les congés auxquels vous avez droit;
- Être rémunéré à votre juste valeur lorsque vous occupez un emploi à prédominance féminine.

Visitez notre site web : [cnesst.gouv.qc.ca](http://cnesst.gouv.qc.ca)

Commission des normes, de l'équité,  
de la santé et de la sécurité du travail

**CNESST**

# PROFESSIONS RÉGIÉS PAR UN ORDRE PROFESSIONNEL

---

## PROFESSIONS D'EXERCICE EXCLUSIF

28 professions disposent d'un exercice exclusif. Seuls les membres de l'ordre peuvent porter le titre que la loi leur donne (médecin, etc.) et exercer les activités que la loi leur réserve. Les 25 professions d'exercice exclusif font chacune l'objet d'une loi particulière qui définit notamment les activités professionnelles strictement réservées aux membres de l'ordre.

Il s'agit des professions suivantes: Acupuncteurs, agronomes, architectes, arpenteurs-géomètres, audioprothésistes, avocats, chimistes, chiropraticiens, comptables professionnels agréés, dentistes, denturologistes, géologues, huissiers de justice, infirmières et infirmiers, ingénieurs, ingénieurs forestiers, médecins, médecins vétérinaires, notaires, opticiens d'ordonnances, optométristes, pharmaciens, podiatres, sages-femmes, technologues en imagerie médicale, en radio-oncologie et en électrophysiologie médicale.

Si vous souhaitez pratiquer une de ces professions au Québec, nous vous recommandons de vous mettre en rapport avant toute chose avec l'ordre régissant votre profession. Il vous expliquera alors la marche à suivre pour avoir le droit d'exercer.

Les ingénieurs formés en France peuvent s'adresser à Francogenie qui a pour mission de faciliter l'intégration au Québec de professionnels de toute nationalité ayant obtenu en France le titre d'« ingénieurs diplômés ».

► [francogenie.com](http://francogenie.com)

## PROFESSIONS À TITRE RÉSERVÉ

Pour une profession à titre réservé, et il en existe 26, les membres d'un ordre n'ont pas l'exclusivité d'activité professionnelle, sauf pour certaines professions du domaine de la santé et des relations humaines. Cependant il y a obligation d'être membre de l'ordre professionnel concerné, pour utiliser le titre professionnel, cela figure souvent parmi les conditions d'embauche des personnes devant remplir des fonctions identifiées à une profession à titre réservé. Ainsi, à titre d'exemple, un « traducteur » peut travailler au Québec sans pour autant pouvoir utiliser le titre de « traducteur agréé » sans être membre de cet ordre.

Il s'agit des professions suivantes: Administrateurs agréés, audiologistes, conseillers en ressources humaines et en relations industrielles agréés, conseillers et conseillères d'orientation, criminologues, diététistes, ergothérapeutes, évaluateurs agréés, hygiénistes dentaires, infirmières et infirmiers auxiliaires, inhalothérapeutes, interprètes agréés, orthophonistes, physiothérapeutes, psychoéducateurs et psychoéducatrices, psychologues, sexologues, techniciens et techniciennes dentaires, technologistes médicaux, technologues professionnels, terminologues agréés, thérapeutes conjugaux et familiaux, thérapeutes en réadaptation physique, traducteurs agréés, travailleurs sociaux, urbanistes.

Encore là, si vous souhaitez pratiquer une de ces professions au Québec, nous vous recommandons de vous mettre en rapport avant toute chose avec l'ordre régissant votre profession.

## QUALIFICATIONS PROFESSIONNELLES RÉGLEMENTÉES

Certains travaux exécutés en utilisant des appareils ou des matières dangereuses peuvent compromettre la sécurité des travailleurs et celle du public. Ainsi, la loi prévoit que les travailleurs ont l'obligation de détenir les certificats de qualification nécessaires pour exécuter certains travaux réglementés. Ces certificats sont délivrés par Emploi-Québec.

### Agent(e) au développement des affaires

#### Avantages :

- Revenu annuel très concurrentiel par rapport au marché;
- Programmes mensuels et trimestriels de primes au rendement;
- Plan de cheminement de carrière et formation continue;
- Plusieurs autres avantages à découvrir.

Pour postuler, rendez-vous sur [www.allstate.ca](http://www.allstate.ca) dans la section Carrières ou envoyer votre CV à Tamara Burns à l'adresse [tburns@allstate.ca](mailto:tburns@allstate.ca).

**C'est entre vos mains! Joignez-vous à Allstate.**

**AON**®

EMPLOYEUR DE CHOIX  
ILLINOIS | CANADA



Il n'est pas nécessaire d'être titulaire d'un diplôme pour être admissible à l'apprentissage, mais les étapes et les éléments à respecter pour l'obtention d'un certificat sont :

- › un nombre d'heures de travail à effectuer sous la supervision d'un travailleur qualifié ;
- › des cours obligatoires ;
- › des éléments de qualifications à acquérir sous la supervision d'un travailleur qualifié ;
- › un examen ;
- › les frais d'inscription à l'apprentissage et à l'examen.

La démarche de qualification professionnelle peut cependant être adaptée pour tenir compte des cours que la personne a suivis et a réussis ou des heures d'apprentissage ou d'exercice du métier qu'elle a cumulées à l'étranger. Emploi-Québec peut reconnaître sur la base de diplômes et d'attestations d'emploi des heures d'apprentissages fournis par les personnes immigrantes.

Il s'agit des qualifications suivantes : Boutefeu , électricité, inspection d'appareils sous pression, installation et manutention du gaz (gaz naturel et

## Projet IPOP : l'intégration en emploi de personnes formées à l'étranger référées par un ordre professionnel

Le projet IPOP, offert par Emploi-Québec en collaboration avec le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et certains ordres professionnels, s'adresse aux personnes formées à l'étranger qui souhaitent exercer au Québec une profession régie. Il vise à faciliter l'obtention d'un premier emploi dans leur profession et à soutenir financièrement les employeurs qui embauchent et intègrent en emploi une personne formée à l'étranger titulaire d'une autorisation légale d'exercer des ordres professionnels participant à ce projet.

Pour participer au projet IPOP, les personnes éprouvant des difficultés à obtenir un premier emploi dans leur profession doivent d'abord s'adresser à leur ordre professionnel pour savoir si elles y sont admissibles.

► [midi.gouv.qc.ca/fr/dossiers/professions-metiers.html](https://midi.gouv.qc.ca/fr/dossiers/professions-metiers.html)

propane), installations sous pression, manipulation de gaz halocarbures, mécanique d'ascenseurs, mécanique de machines fixes, soudage d'appareils sous pression, traitement et distribution d'eau potable, traitement des eaux usées, tuyauterie, tuyauterie de procédés techniques.

## MÉTIERS RÉGLEMENTÉS DE L'INDUSTRIE DE LA CONSTRUCTION

Il existe une autre sorte de métiers réglementés, qui sont ceux de la construction. Ils sont réglementés par la Commission de la construction du Québec (CCQ). Pour exercer une occupation ou un métier réglementé de l'industrie de la construction du Québec, que ce soit à titre de travailleur, d'employeur ou de représentant désigné, trois conditions minimales doivent être remplies :

- › être âgé d'au moins 16 ans,
- › avoir réussi le cours Santé et sécurité générale sur les chantiers de construction (30 heures),
- › détenir un certificat de compétence de la Commission de la construction du Québec (CCQ).

Il est recommandé de communiquer avec la CCQ avant votre arrivée au Québec pour présenter votre dossier et avoir un maximum d'informations sur ce qui vous attend à l'arrivée, si d'aventure vous avez l'intention de travailler dans les métiers de la construction.

Il s'agit des 26 métiers suivant: briqueteur-maçon, calorifugeur, carreleur, charpentier menuisier, chaudronnier, cimentier applicateur, couvreur, électricien spécialisé en installation de systèmes de sécurité, ferblantier, ferrailleur, frigoriste, grutier, mécanicien d'ascenseur, mécanicien industriel (de chantier), mécanicien de machines lourdes, mécanicien en protection-incendie, monteur d'acier de structure, monteur mécanicien (vitrier), opérateur d'équipement lourd, opérateur de pelles mécaniques, peintre, plâtrier, poseur de revêtements souples, poseur de systèmes intérieurs, serrurier de bâtiment, et tuyauteur en plus d'une quarantaine d'occupations qui sont des activités de chantier en soutien aux métiers de l'industrie de la construction.

## PROFESSIONS RÉGIES PAR L'AUTORITÉ DES MARCHÉS FINANCIERS

Certaines professions du milieu de la finance sont régies par l'Autorité des marchés financiers (AMF). Pour utiliser certains titres ou abréviations réservés, tels que représentant en assurance (agent et courtier),

représentant en valeurs mobilières, représentant en épargne collective, expert en sinistre, planificateur financier, etc., il faut obtenir un certificat de représentant auprès de l'AMF.

➔ [lautorite.qc.ca/fr/professionnels.html](http://lautorite.qc.ca/fr/professionnels.html)

## LIENS UTILES

- ➔ Autorité des marchés financiers : [lautorite.qc.ca/fr/professionnels.html](http://lautorite.qc.ca/fr/professionnels.html)
- ➔ Commission de la construction du Québec : [ccq.org](http://ccq.org)
- ➔ Conseil interprofessionnel du Québec (regroupement des ordres professionnels du Québec) : [professions-quebec.org](http://professions-quebec.org)
- ➔ Emploi-Québec : [emploi-quebec.gouv.qc.ca/citoyens/developper-et-faire-reconnaitre-vos-competences/qualification-professionnelle/qualification-obligatoire](http://emploi-quebec.gouv.qc.ca/citoyens/developper-et-faire-reconnaitre-vos-competences/qualification-professionnelle/qualification-obligatoire)
- ➔ Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/professions-metiers/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/professions-metiers/index.html)
- ➔ Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche : [education.gouv.qc.ca/](http://education.gouv.qc.ca/)
- ➔ Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale : [travail.gouv.qc.ca](http://travail.gouv.qc.ca)
- ➔ Office des professions du Québec : [opq.gouv.qc.ca](http://opq.gouv.qc.ca)

## BONNES DÉMARCHES POUR TROUVER UN EMPLOI

## VOUS INFORMER SUR LE MARCHÉ DE L'EMPLOI ET SUR VOTRE SECTEUR D'ACTIVITÉS AVANT VOTRE DÉPART AU QUÉBEC

Pour vous insérer plus rapidement sur le marché de l'emploi, avoir pris un certain nombre de renseignements et de contacts professionnels est un minimum nécessaire.

Avant votre départ, il est important de :

- Vous renseigner sur le marché du travail québécois et le secteur

## Une certification reconnue dès votre arrivée !

Peu importe le domaine d'expertise, la certification PMP® *Project Management Professional*, reconnue internationalement, témoigne de l'expérience qu'un gestionnaire de projet saura apporter sur le marché du travail québécois. PMI-Montréal propose des cours préparatoires aux examens de certification et des services de recherche d'emploi, de réseautage, de développement professionnel et bien plus.

**Rejoignez la communauté de professionnels en gestion de projet du Québec : [pmimontreal.org](http://pmimontreal.org)**

d'activités dans lequel vous souhaitez travailler. Si votre secteur présente peu de débouchés, il faut peut-être vous préparer pour un autre métier / profession en regardant plus largement les secteurs connexes. Cela vous évitera d'être déçu de ne pas trouver tout de suite dans votre branche d'activités.

- Observer dans quelles régions du Québec votre secteur d'activités est développé et recherché. L'emploi ne se trouve pas qu'à Montréal et de belles perspectives se trouvent dans les autres régions du Québec.

N'oubliez pas que l'appellation de votre métier ou profession peut différer au Québec de celle utilisée dans votre pays d'origine : consultez les sites publics officiels, la Classification nationale des professions (CNP) et les sites d'offres d'emploi (Emploi-Québec, Monster, Jobboom...) pour trouver l'appellation québécoise.

## CONSULTER LES OFFRES D'EMPLOI SUR INTERNET ET DANS LA PRESSE

Même si la plupart des offres ne sont pas affichées par ces voies, il est intéressant de consulter les postes sur les sites publics, comme Emploi-Québec, ou privés comme Jobboom, Monster, Workopolis... Il existe également des sites Internet spécialisés dans certains domaines d'activités : Isarta pour le domaine de la vente et du marketing, Carrières Assurances pour les services financiers et d'assurance, etc.

Les journaux publient également des annonces d'offres d'emploi. En

fonction de votre lieu de résidence, consultez la presse locale pour vous renseigner sur les entreprises qui recrutent.

## MAÎTRISER LE FRANÇAIS (ET L'ANGLAIS)

---

Le français est la langue des institutions publiques et la langue normale et habituelle du travail, de l'enseignement, des communications, du commerce et des affaires. Pour s'intégrer dans son nouveau milieu de vie, la personne immigrante qui ne maîtrise pas la langue française doit faire des efforts pour l'apprendre. Nous vous encourageons, si vous n'êtes pas francophone, à apprendre et perfectionner votre français avant votre départ au Québec et à votre arrivée (voir le zoom consacré à ce sujet, p. 46-47).

En outre, la maîtrise de l'anglais est dans certains secteurs d'emploi un atout indispensable. Ainsi, si vous voulez décrocher un travail ou évoluer professionnellement dans une entreprise ouverte sur le Canada et l'Amérique du Nord plus généralement, votre anglais devra être irréprochable. N'hésitez pas à le parfaire car la concurrence est rude (il se dit qu'à Montréal, 50 % des résidents sont bilingues).

### IMT en ligne : une source de premier ordre

Le site d'Emploi-Québec, Information sur le marché du travail (IMT) en ligne, offre une information sur le marché du travail, mise à jour annuellement pour l'ensemble du Québec et chacune de ses régions. Vous y trouverez les prévisions de croissance de l'emploi pour les secteurs d'activités économiques, les métiers et professions en demande, les perspectives d'emploi pour les professions avec la description des tâches et des compétences pour chacune d'elles, la scolarité requise, les échelles de salaires, un répertoire d'entreprises, etc.

► [imt.emploiquebec.gouv.qc.ca](http://imt.emploiquebec.gouv.qc.ca)



REJOIGNEZ NOS  
14000  
DIPLOMÉS !!!

**Institut MATCI Montréal** est un pionnier dans l'offre de services de formation orientés vers les besoins des étudiants internationaux et des immigrants au Québec.

Travaillant en partenariat avec des établissements d'enseignement de renom, **MATCI Montréal** offre des programmes de perfectionnement ciblés, dans des locaux accueillants et accessibles au centre ville de Montréal.

## FAITS SAILLANTS

- Au-delà de 14 000 étudiants ont pris part aux formations offertes dans les locaux de l'Institut MATCI;
- Plus de 20 origines nationales différentes sont représentées dans la population étudiante de MATCI;
- Des conseillers aux admissions et des formateurs offrent un service personnalisé en 7 langues;
- L'enseignement utilise des approches pédagogiques combinant l'utilisation de nouvelles technologies, les cours en ligne et le mentorat en classe.

## CONTACTER UNE AGENCE DE PLACEMENT

---

Déposer sa candidature dans une agence de placement peut être une bonne démarche pour trouver une première expérience professionnelle. Certaines agences exigent que vous travailliez sous leur contrat pendant une période de temps déterminée: ainsi, si l'entreprise dans laquelle vous effectuez une mission grâce à une agence de placement souhaite vous embaucher, il se peut que vous soyez tenu de rester sous le contrat de l'agence de placement encore quelques mois.

Il existe de nombreuses agences généralistes ou spécialisées sur certains secteurs d'activités. Les firmes internationales comme Adecco

### Où apprendre l'anglais à Montréal ?

#### LES ÉCOLES DE LANGUE

Il vous suffira de rechercher sur Internet et de trouver celle qui est la plus près de chez vous ou qui pratique les tarifs les plus avantageux.

#### LES UNIVERSITÉS

Elles proposent toutes des cours d'anglais pour adultes.

#### LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

Plusieurs organismes d'accueil aux nouveaux arrivants offrent des cours d'anglais.

Vous pouvez également fréquenter l'École internationale de langues du YMCA :

► [ymcalangues.com](http://ymcalangues.com)

#### LES ÉCHANGES ET CONVERSATIONS

Certains préféreront se tourner vers les rencontres humaines.

Pour trouver des échanges, consultez les sites [montreal.craigslist.ca](http://montreal.craigslist.ca) ou [conversationexchange.com](http://conversationexchange.com)

#### LORS DE SORTIES EN PLEIN AIR

Plein air interculturel offre des sorties de détente tout en pratiquant son anglais avec les autres participants et l'accompagnatrice, professeur d'anglais.

► [pleinairinterculturel.com](http://pleinairinterculturel.com)

ou Manpower sont présentes au Québec, mais vous pouvez également vous tourner vers des agences locales. Vous trouverez un répertoire des agences de placement sur le site :

► [agences-de-placement.ca](http://agences-de-placement.ca)

## VISITER DES SALONS DE L'EMPLOI ET DE LA FORMATION

Chaque année au Québec, plusieurs salons ou foires sur l'emploi, les carrières, la formation sont organisés. Il existe des salons généralistes ou spécialisés. C'est l'occasion idéale de rencontrer directement des employeurs, déposer votre candidature, vous présenter à la personne des ressources humaines qui sera sur place, récolter les informations sur le marché du travail et les entreprises qui recrutent.

Pour connaître les dates des salons et foires dans votre région, consultez le site d'Emploi-Québec :

► [emploiquebec.gouv.qc.ca/evenements](http://emploiquebec.gouv.qc.ca/evenements)



**Cours d'anglais / français intensif et du soir**

**Préparation universitaire, collégiale et des examens**

**IELTS, TOEIC, TEFAQ, TFI, TOEFL**

**Assistance VISA et CAQ**

**Camp linguistique d'été**

**ali** montreal  
académie linguistique internationale

Tel.: +1 (514) 270-3886  
[studymontreal.com](http://studymontreal.com)  
**Situé au centre-ville de Montréal**  
1425, René-Lévesque O., #163, H3G 1T7

## Services aux chercheurs d'emploi à la Grande Bibliothèque de Montréal

Emploi-Québec et Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) offrent, au 2<sup>e</sup> étage de la Grande Bibliothèque, une salle multi-services consacrée à la recherche d'emploi. Ce Centre Emploi Carrière met à la disposition du public ordinateurs, documentation spécialisée et services-conseils par des personnes ressources. Des ateliers gratuits d'information sur le marché du travail et les perspectives d'emploi sont également proposés.

► [banq.qc.ca/services/services\\_specialises/centre\\_emploi\\_carriere](http://banq.qc.ca/services/services_specialises/centre_emploi_carriere)

## FAIRE DU BÉNÉVOLAT

---

Au Québec, plus de 37 % de la population âgée de 15 ans et plus fait du bénévolat. L'action bénévole est bien ancrée dans les mentalités et apparaît comme un geste naturel pour bien des personnes. C'est une bonne occasion de développer un réseau social et professionnel. D'autant qu'au Québec, vous pourrez inscrire vos activités de bénévoles dans votre CV: un employeur québécois pourra le considérer comme une expérience de travail valide et appréciera certainement vos engagements dans la société québécoise.

- Centre d'action bénévole de Montréal : [cabm.net](http://cabm.net)
- Centre d'action bénévole de Québec (CABQ) : [cabquebec.org](http://cabquebec.org)

## VOUS FAIRE CONSEILLER PAR UN ORGANISME SPÉCIALISTE DE L'EMPLOI POUR LES IMMIGRANTS

---

Les organismes à but non lucratif s'adressant aux immigrants sont nombreux dans tout le Québec. Certains proposent des services relatifs à l'emploi. Il serait fort dommage de se priver de leurs conseils: ce sont de véritables professionnels dans leur domaine et leurs services sont généralement gratuits. Ils pourront vous accompagner dans vos démarches pour rédiger votre CV et préparer une entrevue d'embauche.

Pour savoir quels sont les organismes les plus proches de chez vous, consultez la partie du guide consacrée au choix du lieu d'établissement: région par région, vous trouverez la liste des structures proposant des services en emploi (à partir de la page 102).

## UTILISER LES SERVICES D'EMPLOI-QUÉBEC ET AUTRES ORGANISMES RATTACHÉS

---

D'autres services, s'adressant à toute la population québécoise et non uniquement aux immigrants, se révèlent d'une grande utilité dans la recherche d'emploi.

Le site Internet d'Emploi-Québec, organisme gouvernemental relevant du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, offre de nombreux outils en ligne: offres d'emploi, ressources sur le marché du travail, perspectives d'emploi, placement étudiant, etc.

- [emploi.quebec.gouv.qc.ca/](http://emploi.quebec.gouv.qc.ca/)

## SOUTIEN DANS TOUTES VOS DÉMARCHES

- Démarches d'immigration auprès du gouvernement
- Aide dans l'obtention des documents : santé, école, banque, etc.
- Recherche d'emploi
- Cours de français



au service des immigrants  
depuis 1984

Tout pour réussir au Québec

SERVICES  
GRATUITS



[www.alpaong.com](http://www.alpaong.com) 514 255-3900

## Évaluation comparative des études effectuées hors du Québec

Outil conçu à l'origine pour aider les employeurs à situer le niveau des études effectuées hors du Québec, l'Évaluation est un document qui fournit une description générale des documents scolaires (diplômes et relevés de notes) et des études effectuées dans un système scolaire officiellement reconnu par le ministère de l'Éducation d'un pays ou d'une province autre que le Québec. L'Évaluation comparative indique à quoi peuvent être comparées ces études par rapport au système scolaire québécois et à ses principaux diplômes. Ce ne sont pas tous les employeurs au Québec qui demandent l'Évaluation comparative. Par contre, l'Évaluation comparative peut-être exigée ou demandée par des employeurs, des établissements d'enseignement et des organismes de réglementation des professions et des métiers. Il est donc important de bien vous informer avant de déposer une demande.

Si vous avez besoin de cette Évaluation, il vous faudra envoyer les originaux de vos diplômes et relevés de notes ou des copies certifiées conformes, vous acquitter des frais (116 \$ CAN à partir du 1<sup>er</sup> janvier 2017) et compter environ deux mois de délais de traitement.

- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/evaluation-comparative/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/evaluation-comparative/index.html)

Les Centres locaux d'emploi (CLE) : il existe près de 150 CLE et points de service répartis dans les 17 régions du Québec. Ils offrent des services aux individus en recherche d'emploi : conseils, orientation, banque d'emplois, mise à disposition d'ordinateur, accès Internet...

Le personnel des CLE, après étude de votre profil professionnel, peut également vous référer à d'autres organismes spécialisés en employabilité : centres dédiés à la clientèle immigrante, à un secteur d'activités spécifique, à une entreprise d'insertion ou d'entraînement, etc. Des informations sur les mesures d'aide à l'emploi et les programmes de mentorat vous seront délivrées.

Pour trouver le CLE le plus proche de chez vous, le localisateur en ligne vous sera utile :

➔ [mess.gouv.qc.ca/services-a-la-clientele/centre-local-emploi](http://mess.gouv.qc.ca/services-a-la-clientele/centre-local-emploi)

Les Centres de recherche d'emploi (CRE) : leurs services s'adressent à tous les chercheurs d'emploi. Ils y trouveront des conseils en méthodologie de recherche d'emploi, en réorientation professionnelle, en bilan de compétences, ainsi qu'un appui logistique (ordinateur, Internet, photocopieur...).

➔ **Association des Centres de recherche d'emploi du Québec (ACREQ) : [cre.qc.ca](http://cre.qc.ca)**

Quelques centres de recherche d'emploi (CRE) de Montréal proposant un accompagnement spécifique pour les immigrants :

➔ **Accueil Liaison pour Arrivants (ALPA) : [alpaong.com](http://alpaong.com)**

➔ **Accès Travail de Montréal : [accestravail.qc.ca](http://accestravail.qc.ca)**

## Références professionnelles

Il est d'usage qu'un recruteur vous demande des références d'anciens employeurs. Vous pourrez lui en fournir quelques-unes qu'il pourra appeler pour prendre des renseignements sur vous, vos compétences et attitudes au travail. Il est donc important de quitter votre employeur en bon terme.

Pour les immigrants qui n'ont pas d'historique professionnel au Québec, sachez que tout type d'emploi que vous aurez occupé à vos débuts peut servir de référence, même si vous n'avez pas exercé dans votre secteur d'activités. Que vous ayez été serveur alors que vous avez une expérience en logistique n'a pas d'importance : votre futur employeur interrogera votre ancien employeur sur votre comportement, votre ponctualité, etc.

- Centre de recherche d'emploi de Côte-des-Neiges : [crecdn.com](http://crecdn.com)
- Centre de recherche d'emploi de Pointe-Claire : [crepointeclaire.com](http://crepointeclaire.com)
- Club de recherche d'emploi du Sud-Ouest de Montréal : [cresom.com](http://cresom.com)
- Club de recherche d'emploi Montréal Centre-Nord (CREMCN) : [cremcn.org](http://cremcn.org)
- Club de recherche d'emploi Montréal centre-ville (CREMCV) : [cremcv.com](http://cremcv.com)

Les Carrefours jeunesse-emploi (CJE) : ils s'adressent aux personnes de 18 à 35 ans pour les accompagner dans leur recherche d'emploi ou retour aux études. Les services des CJE sont multiples : aide à la définition de projets, mise à disposition d'outils pour chercher un emploi, conseils pour le retour aux études, ateliers de travail sur l'entrepreneuriat. . .

## Faire reconnaître ses compétences

La reconnaissance des compétences est un processus d'évaluation qui vous permet d'obtenir une reconnaissance officielle de vos compétences acquises à travers vos expériences de travail, que celles-ci aient été rémunérées ou non.

La reconnaissance s'adresse à toute personne qui possède une expérience de travail significative dans le métier pour lequel elle veut obtenir une reconnaissance. Cette expérience professionnelle peut avoir été acquise au Québec comme à l'étranger. Votre expérience dans votre pays d'origine est donc valable.

Selon votre objectif de travail, vos besoins et votre secteur d'activités, deux possibilités s'offrent à vous :

- › **la Reconnaissance des acquis et compétences (RAC)**, offerte par des établissements d'enseignement, vous permet d'obtenir un diplôme d'études de niveau professionnel (secondaire) ou technique (collégial), sans avoir besoin de passer par un parcours scolaire classique.
- › **la Reconnaissance des compétences de la main-d'œuvre (RCMO)**, qui relève du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, vous permet d'obtenir un Certificat de qualification professionnelle qui équivaut à une carte de compétence.

- Pour en savoir plus sur la RAC : [reconnaissancedesacquis.ca](http://reconnaissancedesacquis.ca)
- Pour en savoir plus sur les organismes ressources offrant de l'information gratuite sur la RAC et la RCMO : [qualificationmontreal.com](http://qualificationmontreal.com)

Des CJE ont mis en place des programmes spécifiques pour les immigrants qui ne se limitent pas à la tranche d'âge des 18 à 35 ans. N'hésitez donc pas à prendre contact avec eux pour un service sur mesure! Ils sont présents partout au Québec.

► Réseau des Carrefours Jeunesse-Emploi : [rcjeq.org/](http://rcjeq.org/)

## PROVOQUER DES RENCONTRES INFORMELLES

---

Pour mettre toutes les chances de votre côté pour trouver un emploi, il est conseillé de solliciter une rencontre informelle auprès des entreprises susceptibles de vous intéresser. Contactez l'employeur et indiquez-lui que vous souhaiteriez bénéficier de son expertise pour connaître le fonctionnement de son secteur d'activités au Québec. Posez des questions, montrez-vous curieux, soyez reconnaissants de ses conseils. . .

De plus, vous avez tout intérêt à améliorer votre visibilité sur les réseaux sociaux virtuels (LinkedIn, Facebook, Viadeo. . .) qui sont de plus en plus nombreux et fréquentés. LinkedIn est particulièrement actif au Québec.

## RÉSEAUTER

---

Vous le comprendrez très vite au Québec, le réseau est un allié indispensable dans votre vie professionnelle. Puisqu'il se dit que près de la moitié des offres d'emploi (nouveau poste, départ à la retraite. . .) ne sont pas affichées publiquement, le réseau est bien souvent la porte d'entrée principale pour trouver un emploi.

Créer et animer un fort réseau de contacts est donc primordial. C'est une démarche volontaire qui demande application, patience et détermination. Tout d'abord, il est conseillé de se renseigner sur les communautés virtuelles sur Internet. Il ne faut surtout pas hésiter à entrer dans des organismes de « réseautage ». Ces groupes (chambre de commerce, associations, clubs privés. . .) existent pour permettre à leurs membres d'échanger informations et idées. Le site Internet Montreal 5A7 propose un agenda des événements de réseautage d'affaires dans le Grand Montréal. En tant qu'immigrant, il existe un certain nombre de groupe de rencontre et d'intégration comme Internations ou Meetup par exemple. N'hésitez pas à essayer, tout contact est bon à établir!

► [montreal5a7.ca](http://montreal5a7.ca)

- [internations.org](http://internations.org)
- [meetup.com](http://meetup.com)
- [mundolingo.org/montreal](http://mundolingo.org/montreal)

Pour enrichir votre réseau, il ne faut pas négliger non plus l'aspect vie de quartier. Participer à des activités sociales, culturelles, sportives, sera non seulement apprécié par les organisateurs et associations, mais vous permettra également de rencontrer toutes sortes de personnes. C'est aussi l'occasion, lorsqu'on arrive dans un nouveau pays et que l'on connaît peu de monde, de se faire des amis et de partager des activités avec d'autres personnes.

## CV ET ENTREVUE D'EMBAUCHE À LA QUÉBÉCOISE

### LE CV : VALORISER VOS COMPÉTENCES

Au Québec, un CV ne doit comporter ni photo, ni âge, ni statut civil ou autre mention qui pourrait être discriminante. D'autre part, le format du papier diffère de certains formats utilisés dans d'autres pays (A4 en Europe, par exemple). Au Québec, il s'agit du format « lettre » (8,5 x 11 pouces) légèrement plus petit : attention donc à votre mise en page.

Un CV à la façon québécoise doit faire ressortir les caractéristiques suivantes :

- compétences ou savoir-faire (connaissances techniques,

#### Réseau des services spécialisés de main-d'œuvre (RSSMO)

Le Réseau des services spécialisés de main-d'œuvre (RSSMO) regroupe 48 organismes à but non lucratif accrédités. Établis sur tout le territoire québécois, ces organismes offrent gratuitement des services spécialisés de qualité à des clientèles sous-représentées sur le marché du travail, favorisant ainsi de manière durable leur intégration en emploi.

- [rssmo.qc.ca](http://rssmo.qc.ca)

- méthodologiques, des outils, du secteur d'activités...),
- › aptitudes ou savoir-être (capacités de leader, d'organisation, sens de la diplomatie...),
  - › habilités : maîtrise de langues, de logiciels...

Certains employeurs identifient un quatrième savoir : le savoir-devenir (être proactif, savoir anticiper, prévoir).

Il doit aussi mettre l'accent sur vos réalisations, c'est-à-dire vos contributions dans le cadre de vos fonctions dont vous êtes particulièrement fier.

Au Québec, les compétences transférables doivent être mises en valeur. Si vous n'avez pas les compétences exactes requises pour le poste sur lequel vous postulez, réfléchissez à celles que vous pouvez mettre en avant : sens de la décision, de la communication, méthodologie, analyse de l'information, etc. Vous pourrez alors montrer que vous êtes en mesure d'exploiter ces compétences et d'en acquérir de nouvelles.

## LETTRE DE PRÉSENTATION (OU LETTRE DE MOTIVATION) : CONVAINCRE LE RECRUTEUR

---

Généralement, une lettre de présentation se présente comme suit : coordonnées de l'employeur en haut à gauche et coordonnées du candidat en bas.

Sa structure peut se résumer ainsi :

- › L'introduction doit toujours rappeler l'intitulé ou la référence du poste sur lequel on souhaite postuler.
- › Ensuite, l'expérience professionnelle est présentée en quelques lignes : il faut sélectionner celle en lien avec l'offre d'emploi.
- › Le 3<sup>e</sup> paragraphe peut mettre en valeur ses qualités personnelles, avec l'idée que vous devez démontrer ce que vous pourrez apporter à l'employeur.

Puis, une courte phrase rappelle que vous restez à la disposition de l'employeur pour une entrevue. Il n'est pas nécessaire d'utiliser une phrase de salutations formatée (comme, « veuillez agréer l'expression de mes sentiments distingués ») : « Cordiales salutations » convient tout à fait.

La lettre de présentation doit bien identifier l'organisation pour montrer que vous connaissez l'entreprise. Il doit s'en dégager un sentiment d'enthousiasme et de professionnalisme envers le poste visé. La

lettre doit aussi expliquer brièvement le lien entre le poste et l'entreprise avec la pertinence de votre profil (formation et expérience).

## ENTREVUE D'EMBAUCHE : CONCRÉTISER VOTRE EXPÉRIENCE

L'entrevue a pour but de permettre au recruteur de vous connaître, de vérifier l'adéquation de votre profil au poste, d'appréhender votre personnalité, d'évaluer si vous pourriez vous intégrer dans l'équipe et avoir une bonne alchimie avec les autres membres. Il cherche simplement à trouver le candidat qui correspondra le mieux au poste. Il s'agit donc de lui prouver que c'est bien vous!

N'hésitez pas à faire appel à un conseiller en emploi qui pourra vous préparer au déroulement d'une entrevue au Québec et vous entraîner à répondre à d'éventuelles questions afin de bien vous présenter. Des organismes financés par Emploi-Québec offrent des services de préparation à l'entrevue.

Le recruteur cherchera bien souvent à vous mettre à l'aise. Il appréciera des réponses courtes et précises basées sur des exemples concrets.

Prenez garde au tutoiement: il est spontané au Québec, mais n'indique absolument pas que vous pouvez avoir plus de familiarité. Si le recruteur vous tutoie, continuez à le vouvoyer, sauf s'il vous propose de le tutoyer.

### MESURES D'AIDE À L'EMPLOI POUR LES PERSONNES IMMIGRANTES

Plusieurs mesures gouvernementales proposent aux personnes immigrantes et aux personnes des minorités visibles une aide pour favoriser leur intégration sur le marché du travail. Veuillez noter que certaines initiatives ne s'adressent qu'aux jeunes, étant donné que le taux de chômage des jeunes issus des communautés culturelles ou minorités visibles est plus élevé que celui de l'ensemble de la population québécoise.

Les mesures qui suivent ont été conçues pour vous: prenez le temps d'en comprendre les modalités et les bénéfices que vous pourriez en retirer.

# MESURES D'AIDE FINANCIÈRE POUR FAVORISER L'INSERTION PROFESSIONNELLE

---

## PROGRAMME D'AIDE À L'INTÉGRATION DES IMMIGRANTS ET DES MINORITÉS VISIBLES EN EMPLOI (PRIIME)

Emploi-Québec, le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Investissement Québec, proposent un programme conjoint visant à soutenir le recrutement et l'intégration au marché du travail de personnes qui vivent leur première expérience de travail nord-américaine dans leur domaine de compétence.

Si vous n'avez jamais occupé un emploi, en Amérique du Nord, dans votre domaine de formation et que vous êtes une personne issue d'une minorité visible ou que vous avez obtenu la résidence permanente depuis moins de 5 ans, il est possible que vous soyez éligible au programme PRIIME. Parce que vous êtes éligible, l'employeur qui souhaite vous embaucher pourrait alors recevoir une aide financière, selon certaines conditions, notamment si le poste qu'il offre correspond à vos compétences et votre niveau de qualification.

► [emploi.quebec.gouv.qc.ca/citoyens/integrer-un-emploi/programmes-dintegration-a-lemploi/programme-daide-a-lintegration-des-immigrants-et-des-minorites-visibles-en-emploi-priime/](http://emploi.quebec.gouv.qc.ca/citoyens/integrer-un-emploi/programmes-dintegration-a-lemploi/programme-daide-a-lintegration-des-immigrants-et-des-minorites-visibles-en-emploi-priime/)

## Connaissez-vous les entreprises d'entraînement ?

Ce concept, né en Allemagne dans les années 1950, propose des lieux d'apprentissage virtuels pour les chercheurs d'emploi : toutes les activités d'une entreprise y sont recréées pour mettre le participant en condition réelle de travail. Il acquiert ainsi les connaissances nécessaires en bureautique, en informatique, en marketing, en comptabilité, en communication, en administration, en achat/vente, etc. Il apprend également à mener une recherche d'emploi efficace. Une piste à explorer pour les immigrants qui ont besoin de se familiariser avec des outils de travail et la culture des affaires au Québec!

► Réseau canadien des entreprises d'entraînement (RCEE) : [rcee-cpfn.ca](http://rcee-cpfn.ca)

## PLACE À LA RELÈVE

Cette initiative du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et de la Ville de Montréal s'adresse aux employeurs montréalais et vise à soutenir l'intégration au marché du travail des jeunes, plus particulièrement ceux des minorités visibles, en facilitant leur accès à un premier emploi d'été formateur. Les employeurs obtiennent un accès à une banque de candidats âgés de 16 ans et plus référés par leur établissement scolaire sur la base de leurs résultats scolaires et de leur motivation à poursuivre leurs études. L'employeur recevra un montant forfaitaire pour l'embauche d'un jeune durant l'été.

► [quebecinterculturel.gouv.qc.ca/fr/jeunes/place-releve/index.html](http://quebecinterculturel.gouv.qc.ca/fr/jeunes/place-releve/index.html)

## PROGRAMMES DE MENTORAT PROFESSIONNEL

---

### QUÉBEC PLURIEL

Depuis 2004, ce programme d'Emploi-Québec permet à des jeunes des communautés culturelles et des minorités visibles, ayant de la difficulté à s'insérer sur le marché de l'emploi, d'être accompagnés par un mentor, participer à des ateliers, recevoir des conseils d'orientation professionnelle.

► [www.emploiquebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/services-daide-a-lemploi/programme-pour-les-communautes-culturelles-et-minorites-visibles-quebec-pluriel/](http://www.emploiquebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/services-daide-a-lemploi/programme-pour-les-communautes-culturelles-et-minorites-visibles-quebec-pluriel/)

### PROGRAMME INTERCONNEXION (MONTRÉAL)

Piloté par la Chambre de commerce du Montréal métropolitain, le programme Interconnexion, en partenariat avec Emploi-Québec, propose de mettre en relation des entreprises montréalaises avec des immigrants qualifiés (résidents permanents). Il est possible d'effectuer un stage non rémunéré d'un maximum de quatre semaines en entreprise. Les conférences sectorielles permettent de se familiariser avec un secteur d'activités et d'en identifier les acteurs clefs. Des journées découverte-carrière, des rencontres professionnelles ou de mentorat-express ainsi que des activités de réseautage permettent aux immigrants de se bâtir un réseau de contacts et aux entreprises de découvrir des employés potentiels. Enfin, les séances d'entrevues

éclair offrent l'occasion aux entreprises en recrutement d'approcher un maximum de candidats en un minimum de temps alors que les immigrants se font connaître auprès d'employeurs potentiels.

► [acclr.cmm.ca/fr/services/main-d-oeuvre/programme-interconnexion/](http://acclr.cmm.ca/fr/services/main-d-oeuvre/programme-interconnexion/)

## PARRAINAGE PROFESSIONNEL - VILLE DE MONTRÉAL

Offert aux personnes rencontrant des difficultés à trouver un emploi, le parrainage professionnel de la Ville de Montréal leur permet d'acquérir une expérience professionnelle dans leur domaine de formation. D'une durée de 6 mois, ce stage rémunéré se déroule de la mi-septembre à la mi-mars. Les offres de stages sont disponibles sur le site Internet de la Ville.

► Plus d'informations sur : [ville.montreal.qc.ca/portal/page?\\_pageid=7257,117143590&\\_dad=portal&\\_schema=PORTAL](http://ville.montreal.qc.ca/portal/page?_pageid=7257,117143590&_dad=portal&_schema=PORTAL)

## Placement en ligne – volet international : un service d'Emploi-Québec

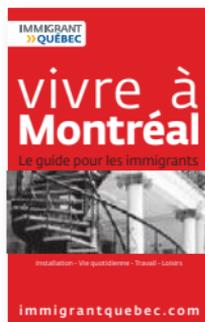
Si vous êtes déjà titulaire d'un CSQ, vous pouvez vous enregistrer dans la banque de données d'Emploi-Québec afin de faire connaître votre profil professionnel à des employeurs. Vous pouvez également consulter les offres d'emploi et y postuler. Si un recruteur souhaite vous embaucher, il devra soumettre une demande de Certificat d'acceptation du Québec pour travail temporaire au ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) comprenant un formulaire d'entente, l'offre d'emploi et votre candidature. Si le MIDI délivre une réponse positive, votre dossier sera traité en priorité par les services de Citoyenneté et Immigration Canada (CIC).

Ce service est réservé aux personnes titulaires d'un CSQ résidant hors du Canada.

► [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/preparation-depart/placement-international.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/preparation-depart/placement-international.html)

# 6 Guides complets

pour vous accompagner dans  
votre nouvelle vie au Québec



# Gratuits

et téléchargeables sur  
**immigrantquebec.com**

IMMIGRANT  
» QUÉBEC

# RESSOURCES EN LIGNE POUR LA RECHERCHE D'EMPLOI

## GÉNÉRALITÉS

- › Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale : [travail.gouv.qc.ca](http://travail.gouv.qc.ca)
- › Commission des normes du travail du Québec : [cnt.gouv.qc.ca](http://cnt.gouv.qc.ca)
- › Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) : [cnesst.gouv.qc.ca](http://cnesst.gouv.qc.ca)
- › Guichet Emploi (site du gouvernement du Canada) : [guichetemplois.gc.ca](http://guichetemplois.gc.ca)

## CONSULTER DES OFFRES ET/ OU DÉPOSER UN CV

Sites publics :

- › Emploi Québec : [emploiquebec.gouv.qc.ca](http://emploiquebec.gouv.qc.ca)
  - › Placement en ligne (PEL) d'Emploi-Québec : [placement.emploiquebec.gouv.qc.ca](http://placement.emploiquebec.gouv.qc.ca)
  - › Québec en tête : [quebecentete.com](http://quebecentete.com)
  - › Guichet emplois de Service Canada : [guichetemplois.gc.ca](http://guichetemplois.gc.ca)
- Sites privés :
- › Workopolis : [workopolis.com](http://workopolis.com)
  - › Monster Canada : [monster.ca](http://monster.ca)
  - › Jobboom : [jobboom.com](http://jobboom.com)
  - › Eluta Canada : [eluta.ca](http://eluta.ca)

## Le site Internet d'Emploi-Québec : un outil indispensable

Le site offre un répertoire de ressources permettant aux chercheurs d'emploi d'accéder aux informations en quelques clics : développer et faire reconnaître ses compétences, trouver un emploi, intégrer un emploi, démarrer son entreprise.

► [emploiquebec.gouv.qc.ca](http://emploiquebec.gouv.qc.ca)

- › Job au Québec: [jobauquebec.com](http://jobauquebec.com)
- › Jobillico: [jobillico.com](http://jobillico.com)
- › Site d'Emploi: [sitedemploi.com](http://sitedemploi.com)
- › Technogénie Ressources Inc.: [technogenie.com](http://technogenie.com)
- › Locanto Classifieds: [locanto.ca](http://locanto.ca)

## MOTEURS DE RECHERCHE D'EMPLOIS

- › Beljob.ca: [beljob.ca](http://beljob.ca)
- › Indeed.ca: [ca.indeed.com](http://ca.indeed.com)
- › Jobs Kebek: [offres-emplois.ca](http://offres-emplois.ca)
- › Option-Carrière.ca: [option-carriere.ca](http://option-carriere.ca)

## SITES POUR LES PERSONNES IMMIGRANTES

- › Abacus RH, service personnalisé de placement en emploi aux personnes qualifiées formées à l'étranger pour le secteur québécois des TI: [abacustalent.com](http://abacustalent.com)
- › Emploi Nexus (spécialisé dans l'aérospatiale, les sciences de la vie et technologies de la santé, les technologies de l'information et des communications): [emploinexus.com](http://emploinexus.com)
- › L'intégration en emploi, un répertoire de ressources et d'initiatives sur l'emploi à Montréal: [travailimmigrants.com](http://travailimmigrants.com)

### L'intégration en emploi : un répertoire d'initiatives et de programmes en ligne

Dans le cadre du programme Défi Montréal, un répertoire des services, projets et mesures destinés aux personnes immigrantes ou des minorités visibles, aux organisations et aux employeurs de l'île de Montréal a été mis en ligne par le Conseil régional des partenaires du marché du travail de Montréal. Il est possible de faire des recherches croisées en fonction de son profil et de ses besoins. Un outil bien utile pour vous familiariser avec le marché du travail québécois! Le site offre également la possibilité de visionner des témoignages d'immigrants.

► [travailimmigrants.com](http://travailimmigrants.com)

## VOUS FAIRE CONSEILLER ET ORIENTER SUR LE MARCHÉ DE L'EMPLOI, RÉDIGER VOTRE CV ET VOTRE LETTRE DE PRÉSENTATION

Sans oublier tous les organismes à Montréal ou en région qui proposent de l'aide, de l'orientation et de l'accompagnement en emploi.

- Sur le site d'Emploi-Québec, il est fort utile de consulter la page « Organiser sa recherche d'emploi » qui fourmille de ressources, d'informations, de conseils pour faire une recherche efficace : [emploiquebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/organiser-sa-recherche-demploi/](http://emploiquebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/organiser-sa-recherche-demploi/)
- Centres locaux d'emploi (CLE) : [mess.gouv.qc.ca/services-en-ligne/centres-locaux-emploi/localisateur](http://mess.gouv.qc.ca/services-en-ligne/centres-locaux-emploi/localisateur)
- Regroupement québécois des organismes pour le développement de l'employabilité : [rquode.com/](http://rquode.com/)
- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/chercher-trouver/curriculum.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/chercher-trouver/curriculum.html)
- Réseau des Carrefours Jeunesse Emploi du Québec : [rcjeq.org](http://rcjeq.org)

### Service d'intégration en ligne (SIEL)

Le SIEL, conçu par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion, vise à accélérer l'intégration sociale, économique et professionnelle des personnes immigrantes. Présenté sous forme de 45 capsules, il offre à partir de l'étranger comme au Québec (à toute personne détenant un *Certificat de sélection du Québec*), des contenus d'intégration interactifs, des extraits vidéo, ainsi que divers outils de communication accessibles au moyen d'une plateforme d'apprentissage en ligne.

Il faut directement s'inscrire en ligne sur le site :

➤ [integrationenligne.gouv.qc.ca](http://integrationenligne.gouv.qc.ca).

Cet apprentissage peut se faire selon 2 formules :

- en autoformation, de manière autonome,
- avec le soutien d'un accompagnateur.

Le participant au SIEL construit, à travers son plan d'action, son parcours personnalisé. En formule avec accompagnement, l'agent guide les personnes immigrantes dans leur recherche en fonction de leur propre situation (selon le secteur d'activité et la région d'établissement).

➤ Pour en savoir plus : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/services/siel/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/services/siel/index.html)

## Séances d'information offertes aux personnes immigrantes

Pour faciliter votre installation et participer pleinement à la vie québécoise, vous pouvez bénéficier de séances d'information gratuites offertes par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) :

- › Séance de groupe d'une durée de trois heures sur les Premières démarches d'installation. Elle se donne à Laval, en Montérégie, en Outaouais et à Québec.
- › Session Objectif Intégration – Pour comprendre le monde du travail québécois. Elle est offerte à Montréal, à Laval, à Longueuil, à Québec, à Sherbrooke et à Gatineau.
- › Séance d'information d'une durée de trois heures sur la vie et l'emploi en région – Pour toute personne immigrante (au Québec depuis moins de cinq ans) qui réside actuellement dans la région de Montréal et qui envisage de s'installer ailleurs au Québec. Les séances ont lieu à la Bibliothèque et Archives nationales du Québec. Ces séances s'offrent en français seulement et s'adressent aux personnes qui ont obtenu ou qui sont en voie d'obtenir la résidence permanente (au Québec depuis moins de 5 ans).

Pour connaître les lieux et horaires des séances :

- Premières démarche d'installation : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/pdi](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/pdi)
- Objectif Intégration : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/objectif-integration](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/objectif-integration)  
[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/region/sessions-regions.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/region/sessions-regions.html)

## Séance d'information sur le Québec à l'étranger

- › Des séances d'information sur le Québec sont aussi accessibles pour les personnes qui se trouvent à l'extérieur du Québec. Elles sont données en plusieurs langues par un conseiller ou une conseillère du Ministère. Elles sont offertes en ligne et en personne dans certains pays.
- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/services/seances-information.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/services/seances-information.html)

# L'ACCÈS À UN ORDRE PROFESSIONNEL POUR UNE PERSONNE FORMÉE À L'ÉTRANGER

## ► Un texte du Conseil interprofessionnel du Québec : [professions-quebec.org](http://professions-quebec.org)

Au Québec, pour exercer une profession ou porter un titre professionnel régi par la *Code des professions*, une personne doit détenir un permis et être membre en règle de l'ordre professionnel concerné.

Les 46 ordres professionnels québécois regroupent 385 000 personnes qui exercent 54 professions réglementées. Pourquoi une aussi grande part de travailleurs voit-elle sa pratique être encadrée par un ordre ?

En vertu du *Code des professions*, la mission principale d'un ordre professionnel est de protéger le public, notamment en effectuant le contrôle de l'exercice de la profession ou des professions qu'il encadre. À cette fin, l'ordre est tenu par la loi de vérifier la compétence et la probité de tout candidat à l'admission. Le permis professionnel délivré par l'ordre au candidat est la sanction de la compétence de ce dernier.

Pour obtenir un permis, le candidat doit détenir un diplôme reconnu ou son équivalent (dans le cas d'une personne formée à l'étranger). Il doit aussi satisfaire, s'il y a lieu, aux conditions supplémentaires particulières d'un ordre professionnel (stage, formation supplémentaire, examen professionnel). Enfin, il doit posséder une connaissance de la langue française appropriée à l'exercice de la profession.

## **CANDIDAT FORMÉ À L'ÉTRANGER ?**

Si vous avez été formé à l'étranger, vous devez effectuer une demande d'équivalence de diplôme au ministère de l'Éducation du Québec. Une fois l'équivalence obtenue, vous pourrez alors procéder à une demande d'adhésion à l'ordre professionnel régissant votre profession. L'ordre déterminera si votre diplôme et votre formation sont équivalents au diplôme québécois. Un règlement de l'ordre, sanctionné par le gouvernement, établit les critères et la procédure pour la reconnaissance d'une équivalence.

Il est fortement recommandé d'effectuer la démarche de reconnaissance d'une équivalence dès le début de la démarche d'immigration. La présentation d'un dossier conforme aux exigences réglementaires est essentielle dans la procédure de reconnaissance. Il est important de se munir de l'ensemble des documents nécessaires.

## **LA FORMATION D'APPOINT**

Bien que la très grande majorité des demandes de reconnaissance d'une équivalence soient acceptées, il se peut que la réponse de l'ordre à votre demande soit assortie d'une prescription de formation d'appoint. Par exemple, vous devrez suivre des cours additionnels, réussir un examen ou un stage afin que votre formation soit reconnue comme étant équivalente au diplôme québécois.

## **COMMISSAIRE AUX PLAINTES**

Le Commissaire aux plaintes en matière de reconnaissance des compétences professionnelles examine les plaintes provenant de toute personne qui se sent lésée par un ordre professionnel dans le traitement d'une demande d'équivalence en vue d'obtenir un permis pour exercer une profession.

## **PERMIS RESTRICTIF TEMPORAIRE**

Dans le cas où le profil de compétence d'un candidat ne correspond pas totalement aux exigences de délivrance d'un permis, il peut se voir délivrer un permis restrictif temporaire, le temps qu'il complète son profil pour la délivrance du permis visé.

## **POUR EN SAVOIR PLUS...**

Que vous recherchiez de l'information sur les diplômes requis, la marche à suivre pour faire reconnaître un diplôme ou une formation acquis à l'étranger ou sur la formation d'appoint, le site Internet de l'ordre professionnel concerné représente une source d'information fiable et accessible.



# STÉPHANIE ET JEFF

Nationalité : Française

Au Québec depuis : août 2015

Statut à l'arrivée au Québec : Travailleur temporaire

Région d'installation : Montréal

## ANTICIPER LES IMPRÉVUS

J'ai toujours voulu venir au Canada. Il y a 2 ans, une situation désagréable à mon travail de l'époque m'a donné l'idée de regarder du côté du Québec et, pourquoi pas, y trouver un emploi.

J'ai des compétences particulières, je suis souffleur de verre. En octobre 2014, j'ai envoyé un CV au hasard à une entreprise montréalaise et, le soir même, j'avais un courriel de réponse et un rendez-vous par Skype. En février 2015, je suis venu, seul, faire un essai de deux semaines dans l'entreprise. Je suis rentré en France convaincue par ce projet d'immigration. Les choses se sont enchaînées rapidement et, en août 2015, notre petite famille atterrissait à Pierre-Eliot Trudeau.

Au service d'immigration, nous avons appris que le statut de mon visa était « ouvrier spécialisé » et non « travailleur qualifié » comme je le pensais. Ceci impliquait que ma femme ne pouvait pas bénéficier d'un permis de travail ouvert comme nous l'avions anticipé. Les quelques économies que nous avions n'allaient pas subvenir aux besoins de la famille très longtemps. Heureusement, au bout de 8 mois, mon employeur a réussi à faire les démarches nécessaires pour changer mon visa. Ma femme travaille aujourd'hui et nous commençons à souffler.

Malgré ces aléas et le coût financier de la première année, nous ne regrettons rien. Les étincelles dans les yeux des filles lors des premières neiges et la quiétude de vivre ici valent toute la patience et la persévérance que nous a demandé cette première année.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)



# MIGUEL ET MARTHA

Pays d'origine : Colombie

Au Québec depuis : mars 2007

Statuts à l'arrivée au Québec : Résidents Permanents

## REPRENDRE SES ÉTUDES

Notre immigration au Québec a été minutieusement préparée. Nous avons envoyé nos demandes d'immigration en 2003, et en attendant les visas, nous avons pris des cours de français au rythme de 14 heures par semaine. C'est en 2007, nos visas en poche, que nous avons fait le grand saut.

Ma femme et moi sommes tous les deux ingénieurs. Nous avons pour objectif de reprendre des études une fois arrivés à Montréal. En attendant le début de la session d'hiver 2008, nous avons tous les deux trouvés un emploi, ma femme comme ingénieur junior et moi comme développeur logiciel.

Faire une maîtrise au Québec nous a permis de faire valider nos diplômes colombiens par le biais de l'université et, par cela, éviter (ou diminuer) les examens de l'Ordre des ingénieurs du Québec. Cela nous a également permis d'apprendre le vocabulaire propre aux ingénieurs d'ici et de développer notre réseau.

Je suis ingénieur informatique et j'ai choisi de faire une maîtrise avec une spécialité en gestion de projet. Au cours de mes études, j'ai trouvé un poste en lien avec mes nouvelles compétences. Aujourd'hui, père de deux enfants et bien installé au Québec, j'ai ressenti le besoin de faire profiter les nouveaux arrivants de mon expérience. Depuis 2015, en partenariat avec PMI-Montréal, l'association des professionnels en gestion de projet du Québec, nous avons mis en place un programme de mentorat pour les nouveaux arrivants qui ont une expérience internationale en gestion de projets. Nous allons bientôt lancer notre 4e cohorte, un vrai succès!



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

# CRÉER VOTRE ENTREPRISE

Les PME sont très nombreuses au Québec. Nombre d'immigrants y viennent pour monter leur entreprise, soit parce qu'ils possèdent déjà un savoir-faire, soit parce que cela fait partie du rêve de l'immigration et du voyage. Quelles que soient vos motivations, créer une entreprise au Québec est d'une facilité surprenante. La faire vivre et croître peut se révéler plus ardu et nombre d'entreprises ne dépassent pas leur un an d'existence. Soyez conscient de tous les enjeux pour faire de votre projet une réussite!

@ Pour une information complète et détaillée sur la création d'entreprise au Québec, téléchargez gratuitement notre guide *Entreprendre au Québec*:  
[immigrantquebec.com/telecharger-les-guides](http://immigrantquebec.com/telecharger-les-guides)

## DIFFÉRENTS STATUTS JURIDIQUES DES ENTREPRISES

En tant que créateur d'entreprise, vous allez devoir choisir sa structure juridique en fonction de vos projets, vos besoins, vos objectifs. Votre plan d'affaires et vos prévisions vous aideront à adopter la forme juridique adaptée.

## LE TRAVAILLEUR AUTONOME

Souvent appelée travailleur autonome ou entreprise à propriété unique, l'entreprise individuelle et l'entrepreneur ne forment qu'une seule et même entité dont le second est entièrement responsable.

En fait, l'entreprise ne possède rien, tous ses biens sont au nom du propriétaire. Celle-ci est donc considérée comme une personne physique. L'entreprise peut porter le nom et le prénom du travailleur autonome. Structure juridique la plus simple et la moins coûteuse, elle est souvent privilégiée par les immigrants. Attention cependant au risque que vous prenez car vos finances personnelles sont engagées dans l'entreprise. L'entrepreneur est responsable à 100 % des profits, des pertes et des dettes de l'entreprise.

## LA SOCIÉTÉ EN NOM COLLECTIF

---

À la frontière entre l'entreprise individuelle et la société par actions, la société en nom collectif doit être créée par un minimum de deux personnes, s'associant par écrit ou verbalement pour former une société de personnes.

L'immatriculation est obligatoire pour ce genre d'entreprise et son nom doit inclure sa forme juridique à savoir société en nom collectif ou SENC. Son fonctionnement est relativement simple et engendre peu de frais. Tout comme la compagnie, la société en nom collectif possède ses propres biens, a ses propres droits et obligations. Par contre, elle ne présente pas de personnalité juridique distincte et les associés ont une responsabilité illimitée par rapport à ses dettes. À noter que les associés sont solidaires entre eux par rapport aux dettes de l'entreprise donc le paiement des dettes peut être demandé à un seul associé si les autres n'ont pas les moyens de payer.

Lors de la déclaration annuelle, les bénéfices sont répartis entre les associés qui doivent les inclure dans leur propre déclaration de revenus.

Cette forme d'entreprise est souvent utilisée par les professionnels (avocats, médecins, ingénieurs, etc. pour partager un bureau commun).

## LA SOCIÉTÉ EN COMMANDITE

---

La société en commandite est également une société de personnes morales (autre société) ou physiques, tout comme la société en nom collectif. Elle est constituée d'un commandité et de commanditaires.

Le commandité est responsable de la partie opérationnelle de l'entreprise et de son administration. Les commanditaires investissent en argent ou en biens dans la société. Cette forme d'entreprise se

retrouve plus particulièrement dans le secteur financier et dans l'exploration ou l'exploitation des ressources naturelles.

## LA SOCIÉTÉ PAR ACTIONS

---

La société par actions représente une entité distincte des fondateurs, sous forme de personne morale. Créée par un ou plusieurs individus, elle a ses propres droits et obligations.

Le patrimoine de la compagnie lui appartient et les actionnaires ne sont propriétaires que des actions qu'ils détiennent. Cette distinction permet de ne pas engager les biens personnels des actionnaires en cas de dettes de la compagnie. Leur responsabilité financière est limitée à leur mise de fonds. Cependant, certains investisseurs et (surtout) certains fournisseurs vont demander à ce que les actionnaires se portent caution pour limiter les risques. Aussi, la compagnie peut continuer même sans la présence du promoteur initial.

Généralement, son principal objectif est de générer des profits à redistribuer aux actionnaires. Elle est dirigée par un conseil d'administration élu par l'assemblée des actionnaires en fonction du nombre d'actions détenues.

Par contre, les démarches et le fonctionnement d'une telle entreprise sont plus complexes et plus coûteux. Il ne s'agit donc pas de créer une compagnie si vous n'avez pas de raisons valables de le faire.

L'entreprise peut être créée ou incorporée sous la loi québécoise ou fédérale, dépendamment du lieu du siège social, de l'étendue des activités, des démarches et coûts de constitution, et des exigences gouvernementales, ainsi que du marché visé par l'entreprise.

La loi sur les sociétés par actions du Québec (auparavant loi sur les compagnies du Québec) a été modifiée le 14 février 2011. Le choix entre les deux incorporations dépend de la composition du conseil d'administration (membres non-résidents canadiens), de l'étendue géographique de l'activité envisagée et du type d'activité de la société (en fonction de la législation fédérale ou provinciale applicable). Les sociétés fédérales doivent comprendre un minimum de 25 % du conseil d'administration composé de membres résidents canadiens.

Les sociétés québécoises n'ont pas cette obligation. Le choix du nom est



DE L'IDÉE AU SUCCÈS

Accompagnement, formation  
et financement pour les  
entrepreneurs montréalais

Montréal 

Québec 

[pmentl.com](http://pmentl.com)

important, car il peut s'avérer une difficulté lorsqu'on veut utiliser une marque. Les deux autorités fédérales et provinciales accordent beaucoup d'importance au choix du nom. Au Québec, ce nom doit être français. Il est toutefois possible de ne pas choisir de nom et d'utiliser un numéro.

- **Registraire des entreprises du Québec (rubrique Démarrer son entreprise) :** [registreentreprises.gouv.qc.ca](http://registreentreprises.gouv.qc.ca)
- **Industrie Canada - Corporations Canada :** [ic.gc.ca](http://ic.gc.ca)

## LA COOPÉRATIVE, L'ORGANISME À BUT NON LUCRATIF (OBNL) ET L'ENTREPRISE D'ÉCONOMIE SOCIALE

La **coopérative** désigne une entreprise au fonctionnement interne démocratique gérée par des personnes physiques qui s'associent autour d'intérêts communs.

L'**OBNL** est une personne morale qui ne reverse pas de dividendes.

L'**entreprise d'économie sociale** fonctionne de même : sa viabilité économique lui permet d'investir encore plus de ressources dans son projet. Leurs buts sont sociaux, durables, non lucratifs.

- **Pour en savoir plus :** [economie.gouv.qc.ca/objectifs/informer/cooperatives](http://economie.gouv.qc.ca/objectifs/informer/cooperatives)

## IMMATRICULER VOTRE ENTREPRISE AU REGISTRAIRE

Sauf si vous êtes un travailleur autonome exerçant sous votre propre nom, toutes les entreprises doivent s'enregistrer auprès du registraire des entreprises. Cet enregistrement (ou immatriculation) implique des coûts. Ces frais sont renouvelés chaque année. Les démarches sont simples à effectuer. Le registraire des entreprises va vous attribuer un numéro d'entreprise (NE) et un numéro d'entreprise du Québec (NEQ). Ces numéros vous serviront dans toutes vos démarches auprès des gouvernements fédéral et provincial (impôts, taxes, embauche...).

En vertu de la Charte de la langue française, vous devrez trouver une version française au nom de votre entreprise.

► **Registraire des entreprises du Québec** : [registreentreprises.gouv.qc.ca](http://registreentreprises.gouv.qc.ca)

## TAXES : TPS ET TVQ

La TPS (taxe sur les produits et services) et la TVQ (taxe de vente du Québec) sont deux taxes perçues sur la vente de produits et services, respectivement par le Gouvernement fédéral et le provincial. Le taux de la TPS est de 5 %. Celui de la TVQ est de 9,975 %.

En tant qu'entrepreneur, vous devez vous inscrire à la TPS et TVQ si vous gagnez des revenus supérieurs à 30 000 \$ CAN sur 12 mois. Vous devrez alors percevoir les taxes et les reverser aux administrations gouvernementales.

Pour toute information et inscription à la TPS et la TVQ :

► **Revenu Québec** : [revenu.gouv.qc.ca](http://revenu.gouv.qc.ca)

► **Agence du Revenu du Canada** : [cra-arc.gc.ca](http://cra-arc.gc.ca)

## CONSEILS POUR BIEN DÉMARRER

- › Comprendre la culture d'entreprise au Québec.
- › Établir son plan d'affaires.
- › Connaître les exigences réglementaires.
- › Maîtriser la comptabilité et la fiscalité au Québec.
- › Développer son réseau et faire connaître son entreprise.

Nombre d'organismes existent pour vous soutenir dans votre projet. Des professionnels du démarrage ou de la reprise d'entreprises offrent des services le plus souvent gratuits. En plus de proposer de l'aide pour faire un plan d'affaires, ils peuvent vous orienter pour la recherche de financement et les aides auxquelles vous pouvez prétendre. Parmi eux :

## DES OUTILS EN LIGNE

- Services Québec : [www2.gouv.qc.ca](http://www2.gouv.qc.ca)
- Ministère de l'Économie, de l'Innovation et des Exportations : [economie.gouv.qc.ca/objectifs/informer/entrepreneuriat/](http://economie.gouv.qc.ca/objectifs/informer/entrepreneuriat/)
- Investissement Québec : [investquebec.com](http://investquebec.com)
- Info entrepreneurs : [infoentrepreneurs.org](http://infoentrepreneurs.org)
- Gouvernement du Canada : [entreprisescanada.ca](http://entreprisescanada.ca)
- Fondation de l'entrepreneurship (FDE) : [entrepreneurship.qc.ca](http://entrepreneurship.qc.ca)
- Jentreprends.ca : [jentreprends.ca](http://jentreprends.ca)
- Ressources entreprises : [ressourcesentreprises.org](http://ressourcesentreprises.org)

## CHAMBRES DE COMMERCE (CANADIENNES OU ÉTRANGÈRES)

Il existe plus de 150 chambres de commerce et entreprises du Québec. Présentes dans tous les secteurs clés du développement économique au Québec, représentantes de la communauté des gens d'affaires, elles organisent des formations, des activités de réseautage, conseils aux entrepreneurs (réalisation d'un plan d'affaires, débouchés par secteurs d'activités...).

- Fédération des chambres de commerce du Québec : [fccq.ca](http://fccq.ca)
- Regroupement des jeunes chambres de commerce du Québec : [rjccq.com](http://rjccq.com)

### Kiwili, un logiciel de gestion pour travailleurs autonomes et petites entreprises

Le logiciel Kiwili est une application web de gestion (devis, factures, suivi des dépenses, projets et comptabilité). Son application en ligne fonctionne comme un réseau social privé sur lequel les entrepreneurs peuvent publier et lire les informations postées relatives à un client, un fournisseur ou un projet. Un logiciel bien utile pour vous aider à démarrer efficacement !

- [kiwili.com](http://kiwili.com)

Quelques chambres de commerce étrangères au Canada

- Chambre de Commerce et d'Industrie Française au Canada : [ccifcmtl.ca](http://ccifcmtl.ca)
- Chambre de commerce latino-américaine du Québec : [cclaq.ca](http://cclaq.ca)
- Chambre de commerce et d'industrie Canada-Liban : [facebook.com/ccicl](https://facebook.com/ccicl)
- Chambre de commerce italienne au Canada : [italchamber.qc.ca](http://italchamber.qc.ca)
- Chambre de commerce canado-suisse (Québec) Inc. : [cccsqc.ca](http://cccsqc.ca)
- Chambre de commerce Canada-Hongrie : [hungariancc.ca](http://hungariancc.ca)
- Chambre de commerce Finno-Canadienne : [finlandmontreal.com](http://finlandmontreal.com)
- Chambre de commerce Irlande-Canada : [icccmtl.com](http://icccmtl.com)
- Jeune Chambre de commerce haïtienne : [jcch.ca](http://jcch.ca)
- Chambre de Commerce Latino-américaine du Québec (CCLaQ) : [cclaq.com](http://cclaq.com)

## DES CENTRES D'ACCOMPAGNEMENT ET DE FORMATIONS

- PME MTL : [pmemtl.com](http://pmemtl.com)
- Lancement d'une entreprise : [entrepreneuriat-quebec.com/formation-lancement-dune-entreprise/](http://entrepreneuriat-quebec.com/formation-lancement-dune-entreprise/)
- Les sociétés d'aide au développement des collectivités (SADC) et centres d'aide aux entreprises (CAE) : [sadc-cae.ca](http://sadc-cae.ca)
- Les carrefours jeunesse-emploi (CJE) : [rcjeq.org](http://rcjeq.org)
- CERF (Cercle des entrepreneurs et réseauteurs français) : [lecerf.ca](http://lecerf.ca)
- Chantier d'Afrique du Canada (CHAFRIC) : [chafric.ca](http://chafric.ca)
- Futurpreneur Canada : [futurpreneur.ca](http://futurpreneur.ca)
- Réseau des entrepreneurs et professionnels africains (REPAF) : [repaf.org](http://repaf.org)
- SAJE, accompagnateur d'entrepreneurs : [sajeenaffaires.org](http://sajeenaffaires.org)
- YES Montréal : [yesmontreal.ca](http://yesmontreal.ca)

## ENTREPRENEURIAT AU FÉMININ

- Centre d'encadrement pour jeunes femmes immigrantes (CEJFI) (Montréal) : [cejfi.org](http://cejfi.org)
- Compagnie-F (Montréal) : [compagnie-f.org](http://compagnie-f.org)
- Coopérative de développement régional Montréal - Laval : [cdr.coop](http://cdr.coop)
- Option Femmes Emploi (Gatineau) : [optionfemmesemploi.qc.ca](http://optionfemmesemploi.qc.ca)

# ENTREPRENEURIAT : DES PROGRAMMES POUR ACCÉLÉRER LA CRÉATION D'ENTREPRISES

## ► Un texte d'Objectif Emploi

### **OBJECTIF ENTREPRISE®**

*Objectif Emploi*, organisation spécialisée en intégration professionnelle pour les nouveaux arrivants depuis 1993, offre la formation *Lancement d'une entreprise* en partenariat avec l'EMICA, l'École des Métiers de l'informatique, du Commerce et de l'Administration de Montréal.

Cette formation de 12 semaines (330 heures), donne les clés indispensables pour lancer une entreprise : Structure du plan d'affaires, stratégies d'analyse de marché, de marketing et de vente, planification des ressources et mise en place du plan financier.

Ce programme comporte une phase de formation ainsi qu'un accompagnement personnalisé pour chaque projet : référencement vers les différentes ressources montréalaises en matière d'entrepreneuriat notamment le financement, le coworking, les accélérateurs et le soutien technique.

Possibilité de mentorat pour les projets les plus prometteurs à l'issue de la formation. Vous pouvez également être admissible au programme de l'aide financière aux études.

► Pour plus d'information visitez : [objectifemploi.ca](http://objectifemploi.ca)

### **DÉFI MONTRÉAL**

Défi Montréal est un programme de trois mois qui comprend une formation de sept jours, un accompagnement d'affaires, une présentation à un comité d'investisseurs, d'experts et d'entrepreneurs à succès avec la promotion des projets retenus et l'accès à nos locaux du Centre de recherche informatique de Montréal (face au métro Parc).

Avec Défi Montréal les entrepreneurs ont accès dans une seule démarche aux investisseurs susceptibles de les soutenir, ce qui multiplie par cinq leur taux de succès. Voyez en quelques semaines les aspects essentiels au succès de votre entreprise du financement à la commercialisation en passant par les ressources humaines et les plates-formes technologiques.

► Pour plus d'information visitez : [DefiMTL.com](http://DefiMTL.com)

### **PME MTL**

Le réseau PME MTL offre un ensemble de services professionnels accessibles aux entrepreneurs privés et d'économie sociale se situant sur l'île de Montréal. Du démarrage à la croissance, les professionnels de PME MTL conseillent et accompagnent les créateurs et gestionnaires de projets dans toutes les phases de développement de leur entreprise.

► Pour plus d'information visitez : [pmemtl.com](http://pmemtl.com)



# JOSEPH

Pays d'origine : France

Au Québec depuis : 2006

Statut à l'arrivée au Québec : Visa jeune professionnel

Région d'installation : Montréal

## CRÉER MON ENTREPRISE AU QUÉBEC

Je suis venu une première fois au Québec en 2004 avec un permis vacances-travail. Je suis boulanger de formation et j'ai rapidement trouvé du travail à Montréal. J'ai travaillé quatre mois dans une boulangerie Première Moisson avant de repartir en France.

En 2006, j'ai décidé de revenir au Québec pour m'y installer définitivement. J'ai pu bénéficier du visa jeune professionnel pour revenir travailler chez le même employeur.

Je savais qu'à moyen terme, je souhaitais monter ma propre boulangerie. J'avais déjà commencé à mettre de l'argent de côté pour ça.

Pendant les deux premières années, j'ai pris le temps d'observer comment les choses se faisaient ici, quelles étaient les exigences spécifiques de la clientèle montréalaise, d'évaluer les coûts matière, etc. Cette période d'observation m'a aussi permise de rencontrer celui qui allait devenir mon associé.

En 2007, nous avons commencé à réfléchir au montage financier nécessaire à l'ouverture d'une boulangerie dans le secteur d'Outremont. En plus de nos apports personnels respectifs et d'un prêt, nous sommes allés chercher des subventions.

En juin 2008, nous ouvrons notre premier Mamie Clafoutis sur la rue Van Horne.

En 2010, nous avons ouvert notre deuxième succursale, puis notre troisième en 2012.

Huit ans après l'ouverture de la première boutique, Montréal compte 6 enseignes Mamie Clafoutis dont 3 franchises! C'est une belle aventure qui continue à se développer.



Pour lire l'intégralité du témoignage :

[immigrantquebec.com/temoignages/](http://immigrantquebec.com/temoignages/)

## A

- Abitibi-Témiscamingue ..... 106-107
- Accommodement raisonnable ..... 8
- Achat immobilier ..... 193
- Aéroport ..... 166-168, 200
- Agence du Revenu ..... 207-209, 278
- Agences de placement ..... 252-253
- Allocations familiales ..... 229
- Allophone ..... 8
- Ambassade ..... 228
- Anglais ..... 43, 47, 101, 144, 237, 250, 252
- Arrangements de reconnaissance mutuelle ..... 242
- Assurance automobile ..... 196, 201
- Assurance emploi ..... 177
- Assurance habitation ..... 201
- Assurance maladie ... 222, 223, 224, 227
- Autobus ..... 168-169, 198-199
- Autochtones ..... 9, 16, 21
- Automobiles ..... 200
- Autorisation de voyage électronique .. 64

## B

- Bail ..... 166, 192
- Banque ..... 179, 201, 202, 205, 206, 264
- Bas-Saint-Laurent ..... 6, 93, 108-109
- Bénévolat ..... 73, 80, 254
- Bibliothèque ..... 146, 158-159, 253

- Bourses ..... 87
- Budget ... 88, 163-164, 170, 196, 215, 237

## C

- Cabane à sucre ..... 9
- Capitale-Nationale ..... 92, 110, 112
- Carrefour jeunesse-emploi ..... 107, 113, 116, 118, 126, 128, 138, 152, 154
- Carte d'assurance maladie ..... 179, 222- 223, 224
- Carte de crédit ..... 202, 204
- Carte de débit ..... 202
- Cégep ..... 84, 89, 95, 213, 217, 218, 220
- Cellulaire ..... 178, 210
- Centre de recherche d'emploi ..... 257
- Centre-du-québec ..... 115
- Centre local de services ..... 224
- Certificat d'acceptation du Québec ..... 49, 61, 75, 85, 264
- Certificat de sélection du Québec ..... 46, 49, 52, 55, 75, 76, 184, 268
- Charte québécoise des droits et libertés de la personne ..... 10
- Chaudière-appalaches ..... 117
- Chauffage ..... 166, 195
- Chèque ..... 202, 205
- Citoyenneté et Immigration Canada .. 236
- Classification nationale des professions ..... 70, 249

Clinique .....223, 225, 226  
 Collège ...82, 84, 89, 90, 95, 217, 218, 220  
 Commission des droits de la personne  
 et des droits de la jeunesse .....32  
 Commission des normes, de l'équité, de  
 la santé et de la sécurité du travail .....  
 ..... 239, 266  
 Commissions scolaires .....  
 180, 215-216, 219, 221  
 Communauto ..... 199  
 Compte bancaire .....59, 179, 202, 206  
 Congé parental ..... 227, 239  
 Congés payés .....239  
 Congés scolaires ..... 219  
 Conjoint de fait .....65, 71, 76  
 Connaissances linguistiques ..... 53, 54  
 Consulat ..... 228, 231  
 Consultant en immigration ..... 51  
 Contrat de travail ..... 62, 70, 240  
 Copie certifiée conforme ..... 180  
 Cote de crédit .....202, 204, 205  
 Côte-Nord ..... 119-120  
 Covoiturage ..... 197  
 Crédits d'impôt .....229  
 Créneaux d'excellence .....27  
 CSQ .....  
 46, 49-53, 57, 75-77, 81, 177, 184, 264  
 Cuisine ..... 10, 176  
 Curriculum vitae .....62  
 CV ..... 237, 238, 254, 259, 266, 268

## D

Décès ..... 222, 228-229

Délais de traitement .....49, 52, 74, 86  
 Déménagement .....  
 161, 166-167, 172, 174, 191  
 Dépanneurs .....11  
 Documents importants .....184  
 Douane ..... 167  
 Droits de scolarité .....87, 213, 220  
 Droits et devoirs du nouvel arrivant ..180

## E

Économie ..... 25, 28  
 Éducation ..... 212, 215, 218-219, 221  
 Éducation des adultes .....215, 221  
 Électricité ..... 26, 166, 195, 246  
 Emploi .....  
 28-30, 44-47, 61-64, 70, 73-74, 238-2401,  
 246-250, 253- 254, 256-258, 260, 262-264  
 Emploi et Développement social  
 Canada .....63, 64  
 Emploi-Québec .... 27, 47, 245, 246, 248,  
 249, 253, 254, 261, 263, 266  
 Enseignement collégial ..... 82, 217, 218  
 Enseignement primaire ..... 216  
 Enseignement secondaire .....217  
 Enseignement supérieur ..... 217-218  
 Enseignement universitaire ..213, 217-218  
 Entrepreneuriat ...80, 257, 279, 280, 281  
 Entrevue d'embauche .....254, 259, 261  
 Épargne .....206, 248  
 Estrie .....92, 121-122, 124  
 État .....19, 20, 21, 24, 25  
 Étude d'impact sur le marché du travail  
 .....49, 61, 62, 74-75

Étudiant .....72, 74-76, 78, 82, 84, 87-94  
 Évaluation comparative des études effectuées hors du Québec ....166, 189, 255  
 Expérience Internationale Canada ..49, 67-68, 75, 77  
 Expressions québécoises ..... 13

## F

Famille .....42, 53, 57, -59, 65, 166, 169, 224-225, 228-231  
 Femmes ..... 12, 104-105, 280  
 Films populaires .....11  
 Formation continue ..... 221  
 Frais .....49-50, 56, 85, 164, 166  
 Francisation .....46-48, 221

## G

Garderie ..... 213-215  
 Gaspésie ..... 125-126  
 Gaz ..... 195  
 Gens d'affaires .....49, 60

## H

Handicapés .....215  
 Hébergement temporaire ..... 166  
 Histoire ..... 18, 22, 24  
 Hiver 12, 34, 41, 237  
 Hockey ..... 9, 36, 38, 235

## I

Immatriculation .....278  
 Immobilier ..... 193, 194, 195  
 Impôts .....207-209

Information sur le marché du travail ... 27, 250  
 Info-santé .....226, 236  
 Internet ..... 214  
 investisseurs ..... 60

## J

Jeunes Professionnels ..... 67-68, 70, 73-75, 76, 77, 78  
 Jour férié .....191  
 Journaux ..... 37, 38, 41, 158, 159, 176  
 Journées Québec .....63  
 justice ..... 31-32

## L

Lanaudière .....127-128, 129  
 Laurentides ..... 129-131  
 Laval .....131-133  
 Lettre de présentation .....260, 268  
 Logement 87-89, 164, 185, 191-194, 237  
 Loi 101 ..... 13  
 Loisirs .....31, 34

## M

Mariage .....228-229  
 Maternelle ..... 212, 213, 215, 219  
 Mauricie ..... 94, 133-134  
 Médecin ..... 58, 222, 224-227, 229  
 Médias .....36  
 Médicament ..... 88, 174, 222  
 Mentorat .....263  
 Métier réglementé .....243, 247  
 Métiers réglementés de l'industrie de

la construction .....247  
 Ministère de l'Immigration, de la  
 Diversité et de l'Inclusion ..... 47,  
 52, 60-61, 86, 102, 106-108, 126-127, 130,  
 164, 241, 262-264, 269  
 Ministère de l'Immigration, de la  
 Diversité et de l'Inclusion .....  
 53, 60, 67, 75, 98, 167, 190, 237, 248, 268  
 MJT .....77  
 Monnaie .....201  
 Mon projet Québec ..... 55, 56  
 Montérégie .....135-137, 138  
 Montréal .....139-145  
 MRIF ..... 51

## N

Naissance .....226-227  
 NAS ..... 179, 185  
 Nord-du-Québec ..... 151  
 Normes du travail .....237, 239, 240  
 Numéros importants .....236

## O

OFQJ ..... 73-74,77- 78  
 Ordre professionnel .....241, 244, 246, 270  
 Outaouais ..... 94, 152-154

## P

Parrainage .....65-66  
 PEQ .....76-77, 95-96  
 Permis de conduire ..... 180, 197-198  
 Permis de travail . 60-61, 63-64, 70-72,  
 74-75, 95

Permis d'études ..... 85-86, 94-95  
 Permis postdiplôme .....95  
 Permis Vacances-Travail .....76  
 Petite enfance .....213  
 Placement en ligne .....264, 266  
 Police .....236  
 Politique .....24-25  
 Politiquement correct ..... 14  
 Pourboires .....168  
 Prêt hypothécaire ..... 185, 193-194  
 PRIIME .....262  
 Prise électrique ..... 195  
 Profession à titre réservé .....244  
 Programmes europe-québec .....73  
 Protecteur du citoyen .....30  
 PVT ..... 67-71, 75-78

## Q

Qualifications professionnelles .....242,  
 245

## R

Radio .....38  
 RAMQ ..... 88, 179, 222-224  
 Reconnaissance des acquis et compé-  
 tences (RAC) ..... 257  
 Références professionnelles ..... 256  
 Réfugiés .....50  
 Régime d'assurance médicaments ....222  
 Régime québécois d'assurance paren-  
 tale .....228, 239  
 Régionalisation ..... 102, 119, 160, 161

Regroupement familial .....	65	Taxi .....	169, 198, 200
Religion .....	10, 14	Téléphone .....	209-210
Relocalisation .....	172	Tests standardisés .....	54
Réseau de protection du consommateur .....	196	Tour du poteau .....	15
Réseau des services spécialisés de main .....	259	Traduction de documents .....	178
Réseautage .....	258, 263, 279	Transports .....	199
Résidence permanente ...	52, 57, 59, 65, 66, 78, 95, 96, 101	Travailleur autonome .....	209, 227, 274-275, 278
Responsabilité civile .....	201	Travailleur temporaire .....	64, 75
Ressources naturelles .....	25	Tribunal .....	31
Retraite .....	228, 230		
Revenu Québec .....	207, 214, 278		

## S

Saguenay-Lac-Saint-Jean ..	93, 154-155, 156
Santé .....	179, 185, 222-223, 224-226, 239
Secteurs d'avenir .....	28
Sécurité sociale .....	88, 223, 231
Service Canada .....	61-63, 86, 177, 179, 240, 266
Service d'intégration en ligne .....	268
Société de l'assurance automobile du Québec .....	196
Soins dentaires .....	88, 222
Sports .....	34, 37
Stage .....	67-68, 70, 71, 73, 76, 77

## T

Taxes .....	168, 278
-------------	----------

## U

Universités ...	82, 84, 87, 88-89, 92, 218, 219, 221, 252
Urgence .....	226, 236

## V

Vélo .....	200
Vente de garage .....	15
Vêtements d'hiver .....	166, 237
Violence .....	15, 236
Visite médicale .....	50, 56-58
Volontariat international en entreprise .....	73
Voltage .....	195

# REMERCIEMENTS

Immigrant Québec tient à remercier tout particulièrement :

- le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Emploi-Québec (direction régionale de l'Île-de-Montréal). Le gouvernement du Québec et ses représentants ne sont en aucune manière responsables des informations contenues dans ce guide, qui sont le fait des Éditions Neopol et d'Immigrant Québec.
- ses collaborateurs : Bibliothèques de Montréal, Brador Hiver, Chambre de commerce du Montréal métropolitain (CCMM), CITIM, Desjardins, Conseil interprofessionnel du Québec, Montréal International, PROMIS, Place aux jeunes en région (PAJR), PVTistes.net, ainsi que Céline Chabée (7acoach), Jérôme Pruneau (Diversité artistique Montréal) et Ricardo Acevedo (Objectif Emploi).
- pour le partage d'expérience : Christopher, Erwan et Béatrice, Gisella, Ivan, Jean-François, Joao, Joseph, Julia, Mengjiao, Miguel, Olga, Rabia, Stéphanie et Jeff.
- les membres de son Conseil d'administration : Jonathan Chodjaï, président ; Christophe Berthet, vice-président ; Vanessa Bavière, trésorière ; Nicolas Bellier, secrétaire.
- ses annonceurs : ALI – Académie Linguistique Internationale, Allstate, ALPA, Banque Scotia, Brador Hiver, CACI - Centre d'appui aux communautés immigrantes, Centre Sino-Québec de la Rive-Sud, CNESTT – Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail, Collège Universel (MATCI), Desjardins, Immigration Élite, Journal Métro, La Vitrine.com, Le Gîte Québec, Montréal International, Nouveau Départ à Québec Inc., Petit Futé, PME MTL, PMI Montréal – Association des professionnels en gestion de projet du Québec, PVTistes.net, Québec le Mag, RBC Banque Royale, Service à la famille chinoise du Grand Montréal, Service d'aide aux Néo-Canadiens, Société de gestion COGIR s.e.n.c., Vidéotron, Y des femmes de Montréal..

Dans ce guide, le genre masculin est utilisé comme générique, dans le seul but de ne pas alourdir le texte.



BIENVENUE  
AUX NOUVEAUX  
ARRIVANTS

—  
**OFFRES  
EXCLUSIVES**



**VIDÉOTRON**

# UNE OFFRE, JUSTE POUR VOUS.

Restez en contact avec vos proches grâce aux meilleurs produits et services, que ce soit un téléphone portable, l'Internet, la Télé ou la Téléphonie Résidentielle.

Vidéotron a votre arrivée au Canada à cœur et se fera un plaisir de répondre à tous vos besoins.



**SMS illimités vers l'étranger,  
offerts avec tous nos forfaits\*\*.**

## SPÉCIALEMENT CONÇUE POUR LES NOUVEAUX ARRIVANTS\*



EN CHOISISANT 1 SERVICE



EN CHOISISANT 2 SERVICES ET PLUS

\* Certaines conditions s'appliquent. Offre d'une durée limitée. Cette offre est non combinable avec l'offre de crédit de transfert sur la Téléphonie Mobile. Le crédit sera appliqué à la facture du 2<sup>e</sup> mois de service. Pour obtenir le crédit de 100 \$, les deux services doivent être ajoutés simultanément, le même jour. \*\* Le texto (sms) doit être initié à partir de la zone incluse dans le forfait Mobile. Pour plus de détails, vous référer à [www.videotron.com/residentiel/mobile](http://www.videotron.com/residentiel/mobile).

# VIDÉOTRON, C'EST TOUT ÇA.

Vidéotron est le chef de file en télécommunications et en divertissement au Québec.

- Les services Télé et Internet les plus populaires auprès des Québécois<sup>1</sup>
- Un réseau fibre hybride performant à la grandeur du Québec grâce à des vitesses Internet stables et ultra-rapides
- La meilleure technologie Wi-Fi
- Des tarifs d'itinérance Mobile très avantageux lorsque vous voyagez à l'étranger

## NOS AVANTAGES

- ✓ INSTALLATION GRATUITE ET ULTRA-RAPIDE
- ✓ SOUTIEN TECHNIQUE 24/7
- ✓ INSTALLATION SOIRS, WEEK-ENDS ET JOURS FÉRIÉS
- ✓ GARANTIE DE SATISFACTION 30 JOURS
- ✓ FACTURE SIMPLIFIÉE POUR TOUTS LES SERVICES

**[VIDEOTRON.COM/ARRIVANTS](http://VIDEOTRON.COM/ARRIVANTS)**



**VIDÉOTRON**

1. Basé sur le nombre de clients de Vidéotron qui ont un service de Télédistribution et d'Internet au Québec.



# CACI

Centre d'appui  
aux communautés  
immigrantes



## CENTRE D'APPUI AUX COMMUNAUTÉS IMMIGRANTES

### Notre objectif : votre intégration

Nous vous aidons, gratuitement, à :

- Faire les démarches administratives
- Apprendre le français
- Trouver un logement
- Trouver un emploi

Que vous planifiez votre départ ou que vous veniez d'arriver au Québec, contactez-nous :

**4770, rue de Salaberry, Montréal  
(Québec) H4J 1H6 - +1 514 856-3511  
[www.caci-bc.org](http://www.caci-bc.org)**