

# **BIENVENUE À EDMONTON**

**Un guide d'orientation pour les  
nouveaux arrivants au Canada**



# Bienvenue à Edmonton

## Un guide d'orientation pour les nouveaux arrivants au Canada

Le Canada représente l'un des endroits les plus sûrs, les plus sécuritaires et les plus agréables à vivre au monde. On y trouve des personnes issues de nombreuses cultures différentes. Edmonton, en Alberta, vous souhaite la bienvenue et accueille environ 40 000 immigrants chaque année. Dans ce guide d'orientation, vous trouverez toutes les informations dont vous avez besoin pour vous installer dans votre nouvelle résidence à Edmonton.

Les **Services sociaux catholiques (SSC)** ont préparé ce guide d'orientation pour soutenir les nouveaux arrivants à Edmonton. Ce guide présente des informations pour aider les nouveaux arrivants à s'installer dans leur nouveau domicile.

**Bienvenue à Edmonton. Bienvenue chez vous.**

## À propos de la photo de couverture, le pont Walterdale

---

Dialog Services, l'équipe de conception responsable du pont Walterdale, décrit son projet 2017 comme « un pont qui relie la ville, la nature et les gens ». Le pont de la rue 105 est devenu le pont Walterdale en 1967, en l'honneur de John Walter, un des premiers colons écossais, qui a commencé sa vie de nouvel arrivant en construisant des bateaux pour la Compagnie de la Baie d'Hudson. John Walter a vite réussi à se faire reconnaître comme l'un des principaux entrepreneurs et contributeurs de la région. En effet, le quartier dans lequel se trouve le pont est également nommé en hommage à ce colon.

Pour en savoir plus au sujet du point de repère de 206 mètres de long situé à Edmonton, vous pouvez consulter les liens fournis à la page 40.

La photo de couverture a été prise par Alicia Paydli et est disponible sur Unsplash.

## À propos des SSC

---

Les SSC ont commencé à soutenir l'établissement et l'intégration des nouveaux arrivants à Edmonton depuis plus de 60 ans. En 1980, ils ont également entrepris de servir les nouveaux arrivants dans la région de Red Deer. SSC est une société enregistrée à but non lucratif. Ils sont reconnus par l'International Council on Accreditation.

SSC est doté d'un personnel diversifié et a de nombreux bénévoles. Ils sont issus de milieux linguistiques et culturels différents. SSC propose des services aux nouveaux arrivants dans plus de 70 langues, y compris le français et l'anglais. Chaque année, SSC accompagne plus de 14 000 nouveaux arrivants originaires de plus de 150 pays.

SSC mène un programme appelé Programme d'orientation des nouveaux arrivants pour la vie au Canada depuis 30 ans. Ce programme comprend des séances d'information sur l'établissement à Edmonton et en Alberta. Ce guide a été élaboré et fondé sur ces séances.



# À propos du guide d'orientation

SSC a fait appel à ses connaissances et à son expérience en offrant le Programme d'orientation des nouveaux arrivants pour la vie au Canada pour la rédaction de ce guide. Ensemble, le programme et le guide vous aideront à vous installer dans votre nouvelle vie à Edmonton. Le programme aborde des sujets importants que vous trouverez également dans ce guide. Les sujets abordés sont les suivants :

- La vie à Edmonton
- Argent (Opérations bancaires et budgétisation)
- Culture et choc culturel
- La loi et la police
- Éducation
- La vie familiale à Edmonton
- Santé et bien-être
- Le multiculturalisme au Canada

Le programme transmet des informations importantes aux nouveaux arrivants lors de séances de groupe. Vous pouvez participer en ligne ou en personne. SCC a conçu le programme afin qu'il soit adapté à tous les niveaux linguistiques. Les séances d'information peuvent être suivies dans de nombreuses langues différentes. Un interprète peut vous aider. Vous trouverez dans ce guide des parties du programme d'orientation et de sensibilisation.

Pour en savoir plus sur la manière de suivre des séances d'information complètes, adressez-vous au service d'immigration et d'établissement du SSC : Adresse : 8212-118 Ave., Edmonton, AB T5B 0S3  
Téléphone : (780) 424-3545  
Site Web : [newcomers.cssalberta.ca](http://newcomers.cssalberta.ca)

## Remerciements

Ce guide d'orientation a été mis en place par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). De nombreuses organisations ont contribué à ce guide. Vous trouverez de plus amples informations sur chaque organisation en lisant le guide d'orientation. Vous pouvez également y accéder en consultant la section Contacts utiles à la fin du guide.

Le Service d'immigration et d'établissement des SSC remercie ces fournisseurs de services d'établissement pour leurs contributions :



## Avis de non-responsabilité

Nous nous efforçons de veiller à l'exactitude des informations contenues dans ce guide. Les informations figurant dans ce guide sont fournies à titre informatif uniquement, dans le but ultime de faciliter l'installation des nouveaux arrivants à Edmonton, en Alberta. En tant qu'organisation à but non lucratif, les Services sociaux catholiques déclinent toute responsabilité liée aux conséquences des erreurs ou omissions qui subsistent. Si le contenu ou les liens vous paraissent incorrects ou brisés, ou pour faire un commentaire ou une suggestion sur les informations contenues dans ce guide, veuillez en informer Elis Blouin à [Elisabeth.blouin@cssalberta.ca](mailto:Elisabeth.blouin@cssalberta.ca).

## Au début...

L'histoire du Canada remonte à 20 000 ans avec les **peuples autochtones**. Nous sommes conscients que les premiers peuples, leur terre et leur culture sont les racines de notre identité canadienne.

### Reconnaissance des terres et des traités

Nous reconnaissons que nous vivons sur les terres traditionnelles, connues sous le nom de territoire du Traité 6, et que la ville d'Edmonton et tous les habitants de la ville sont bénéficiaires de ce traité de paix. Le Traité 6 comprend les territoires traditionnels de nombreuses Premières nations de l'Ouest, ainsi que des Métis, qui vivent dans cette région depuis des milliers d'années.

Les Canadiens commémorent la **Journée nationale des peuples autochtones** le 21 juin de chaque année. Cette journée spéciale souligne la place importante des peuples autochtones dans la structure du Canada. Les peuples autochtones ont tellement contribué en tant que Premières nations au Canada. Ils continuent à y contribuer aujourd'hui.

L'ancienne gouverneure générale Adrienne Clarkson a affirmé que la Journée nationale des peuples autochtones est « l'occasion pour chacun d'entre nous de célébrer notre respect et notre admiration pour les Premières nations, les Inuits et les Métis - pour le passé, le présent et l'avenir ».

Vous pouvez trouver des informations sur la Journée nationale des peuples autochtones sur le site [www.edmonton.ca](http://www.edmonton.ca), à la page Attractions et événements.

**Bent Arrow** est une organisation autochtone. Ils aident à faire connaître les méthodes de guérison traditionnelles, la danse, le chant et les compétences parentales. Bent Arrow a commencé son travail avec les enfants, les jeunes et les familles autochtones de l'Alberta en 1994. Bent Arrow met en lumière les forces des enfants, des jeunes et des familles autochtones. Ils estiment que les forces aident les gens à se développer spirituellement, émotionnellement, physiquement et mentalement. Cela inspire confiance aux communautés autochtones et non autochtones.

Vous trouverez de plus amples informations sur Bent Arrow dans les Contacts pour la communauté d'Edmonton au chapitre 1 de ce guide.

# Utilisation du guide

---

## Pourquoi devrais-je utiliser ce guide?

Votre parcours ne fait que commencer. De nombreux nouveaux arrivants sont venus avant vous. Nous sommes conscients de ce dont vous avez besoin pour bâtir votre nouvelle vie au Canada. Nous en sommes conscients, car nous sommes des professionnels. Nous sommes des prestataires de services d'immigration et d'établissement. Nous avons élaboré ce guide pour vous aider à vous installer à Edmonton. Vous trouverez des informations sur : le logement, la santé, l'éducation, l'emploi et plus encore!

## Comment devrais-je utiliser le guide?

Vous pouvez lire le guide dans son intégralité, du début à la fin. Vous pouvez également consulter la table des matières pour trouver les informations dont vous avez besoin immédiatement.

## **Bienvenue à Edmonton. Bienvenue chez vous.**

## Que signifie l'établissement?

Aujourd'hui, vous vous lancez dans un parcours. De nombreuses personnes au Canada et à travers le monde sont également en train de faire un parcours. Il n'est pas facile de s'adapter à un nouveau pays. Il faut trouver un logement, devenir résident, s'inscrire aux soins de santé et à l'école et trouver un emploi. Les tâches sont nombreuses. Cela exigera beaucoup d'efforts et de temps. Entreprendre une nouvelle vie dans un nouvel endroit représente beaucoup de travail. S'intégrer dans une nouvelle culture demande également du temps.

## En quoi consiste le processus d'intégration?

Vous êtes comme un arbre. Vous avez des racines culturelles qui vous lient à votre culture et à votre pays d'origine. Vous vivez, mangez, entretenez des relations avec les autres et vous élevez votre famille avec les valeurs et les normes que vous avez apprises quand vous étiez enfant. Mais, à présent, vous êtes dans un tout autre pays. Vous vous êtes transplanté pour poursuivre votre vie dans un nouvel environnement. Avec le temps, vous allez rétablir un nouveau système de racines. C'est ce qu'on appelle l'intégration. Au fur et à mesure que vous vous familiariserez avec votre nouvel environnement, vous ferez des progrès dans votre parcours d'établissement. Le processus d'intégration confère un caractère personnel à votre voyage. Il faut découvrir comment qualifier Edmonton comme étant « chez soi ».

Un jour, vous allez regarder en arrière et vous rappeler qu'Edmonton était un endroit étranger pour vous - mais maintenant c'est chez vous. La recherche de réponses à vos questions sur l'établissement vous sera utile. Il est également utile de se familiariser avec la culture canadienne. Vous pourrez alors intégrer l'ancien au nouveau. Le processus d'intégration est différent pour chacun.

## Qu'est-ce qu'un fournisseur de services d'établissement pour les immigrants?

Les fournisseurs de services d'établissement pour les immigrants sont des professionnels qui accompagnent les nouveaux arrivants dans leur parcours d'établissement. Ils partagent de l'information afin que vous puissiez réussir au Canada. Les professionnels qui figurent dans ce guide sont financés par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) du gouvernement du Canada pour fournir des services gratuits en anglais, en français et dans plus de 50 autres langues. Si vous souhaitez bénéficier des services d'établissement, vous devez présenter une copie de vos documents d'immigration. Il est important de conserver vos documents d'immigration originaux dans un endroit sûr.

# À l'intérieur de ce guide...

Pour être heureux, il faut savoir comment les choses fonctionnent ici. Le Canada est un pays où vivent des personnes issues de cultures et de milieux très différents. Parfois, vos expériences à Edmonton ressembleront à votre propre culture. D'autres fois, les choses peuvent être très différentes pour vous. Ne vous inquiétez pas. Aucune culture ou pays n'est supérieur à un autre. Ils sont tout simplement différents.

Les informations figurant dans ce guide vous donneront une idée de la façon dont les choses fonctionnent au Canada. Parfois, un peu plus d'informations sur une situation est très utile. Nous comprenons cela grâce à notre expérience de travail avec les immigrants. Dans chaque chapitre de ce guide, vous découvrirez des sections contenant des scénarios de vie et des remarques sur la culture canadienne.

- **Une journée dans la vie de...**

This section shares a life scenario that you may experience in your settlement journey. The scenarios and people in the scenarios are not real. The scenarios are not about a specific culture.

- **Aspect culturel à prendre en compte**

Cette section vous aide à vous pencher sur des aspects culturels importants lorsque vous communiquez avec des personnes au Canada. Les informations à caractère culturel peuvent s'appliquer ou non à votre vie. Dans cette section, nous nous intéressons aux questions que d'autres nouveaux arrivants ont posées ou aux situations qu'ils ont vécues. Chaque personne a un processus d'intégration différent. Vous devez adapter ces informations à votre situation.

Pour en savoir plus sur la culture canadienne, reportez-vous à cette image et la boîte en couleur.



## Aspect culturel à prendre en compte :

Que savez-vous à propos de la culture canadienne? Le fait de réfléchir à des choses du point de vue d'une autre personne permet d'approfondir sa propre compréhension du monde et de ses habitants.

Ce guide a été conçu pour vous aider à trouver les informations dont vous avez besoin pour réussir à Edmonton. Vous trouverez :

- **Language Line!**

La plupart des établissements d'Edmonton sont dotés d'interprètes. Ils peuvent traduire dans une langue plus confortable si l'anglais est difficile. Vous avez le droit de demander à bénéficier de Language Line. Lorsque vous voyez le symbole rouge de Language Line dans le guide, cela signifie que l'institution dispose d'un interprète.

## Language Line! Demander un interprète.

- **Table des matières**

Renseignez-vous sur les sujets qui vous intéressent. Chaque chapitre présente des informations sur les différents institutions et systèmes d'Edmonton. Vous pouvez choisir où commencer votre apprentissage.

- **Glossaire**

À la fin de ce guide, vous trouverez un glossaire. Dans le glossaire, vous trouverez quelques-uns des mots les plus difficiles du chapitre et vous pourrez apprendre leur signification.

- **Contacts utiles**

La section Contacts utiles de ce guide vous aide à vous mettre directement en contact avec une organisation. Vous y trouverez des adresses et des numéros de téléphone. Vous pouvez organiser des rencontres avec des personnes et des organisations à travers Edmonton qui souhaitent vous accueillir.

Pour l'instant, prenez votre temps pour parcourir les pages à votre rythme. C'est le moment d'apprendre tout ce que vous devez savoir sur Edmonton.

Nous sommes ravis que vous ayez choisi de commencer votre voyage d'établissement ici.

**Bienvenue à Edmonton. Bienvenue chez vous.**

# Table des matières

<b>REMERCIEMENTS</b>	<b>3</b>	 <b>CHAPITRE 2 : SANTÉ ET BIEN-ÊTRE</b>	<b>43</b>
<b>AU DÉBUT</b>	<b>4</b>		
<b>UTILISATION DU GUIDE</b>	<b>5</b>		
<b>À L'INTÉRIEUR DE CE GUIDE</b>	<b>6</b>		
 <b>LISTE DE CONTRÔLE POUR L'ÉTABLISSEMENT</b>	<b>10</b>		
 <b>CHAPITRE 1 : COMMUNAUTÉ</b>	<b>12</b>		
<b>1.1 BIENVENUE AU CANADA</b>			
Géographie			
Individualisme et collectivisme			
Gouvernement			
La province de l'Alberta			
Prestataires de services relatifs au statut d'immigrant et à l'établissement			
<b>1.2 BIENVENUE À EDMONTON</b>			
12 quartiers et la contribution autochtone			
Météo			
Transport et liberté de choix			
Comment une culture fait preuve de respect			
<b>1.3 RECHERCHE D'UN LOGEMENT</b>			
La recherche			
Qualité de vie			
Contrats de location			
Entretien et sécurité du logement			
<b>1.4 ÉTABLISSEZ DES LIENS AVEC VOTRE COMMUNAUTÉ</b>			
Groupes communautaires			
Personnes au Canada			
Diversité à Edmonton			
Trouvez votre communauté			
Une journée dans la vie de...			
<b>1.5 EXPLOREZ EDMONTON</b>			
Programme d'accès aux loisirs			
Aide rapide : 211, 311, 911			
Ressources en ligne			
Liste de contacts à Edmonton			
		<b>2.1 LE SYSTÈME DE SANTÉ DE L'ALBERTA</b>	
		Ce qui n'est pas couvert par la Loi sur les soins de santé universels	
		La carte d'assurance maladie de l'Alberta	
		Les autres types d'assurance maladie	
		Quatre types de soins médicaux	
		Urgence	
		Une journée dans la vie de...	
		<b>2.2 PRÉVENTION</b>	
		Maladies	
		Vaccinations	
		Hygiène	
		Santé dentaire	
		<b>2.3 LA GROSSESSE ET LA SANTÉ DES ENFANTS</b>	
		Avoir un bébé au Canada	
		Congé parental	
		Services et prestations de santé gratuits pour les enfants	
		Nutrition	
		Le stress et ses effets sur les enfants	
		Les jeunes et la santé mentale	
		<b>2.4 SERVICES DE SANTÉ POUR LES POPULATIONS VULNÉRABLES</b>	
		Personnes âgées	
		2ELGBTQQIA+	
		Personnes handicapées	
		Personnes ayant le statut de non-résident	
		<b>2.5 SANTÉ MENTALE</b>	
		Le processus d'intégration	
		Le stress et ses effets sur la santé	
		Traumatisme	
		Traitement et conseil	
		<b>2.6 AIDE RAPIDE EN MATIÈRE DE SANTÉ</b>	
		Ressources en ligne	
		Liste de contacts pour la santé	

# Table des matières



## CHAPTER 3: ENFANTS ET JEUNES

63

### 3.1 SYSTÈME SCOLAIRE PRIMAIRE ET SECONDAIRE

Normes et divisions pédagogiques  
Calendrier scolaire, exigences et assiduité  
Responsabilités des parents  
Communautés inclusives  
Soutien aux étudiants nouveaux arrivants  
L'impact de COVID-19  
Communication et apprentissage avec la technologie  
Politiques comportementales et remise de diplômes

### 3.2 CULTURE DES JEUNES

Équilibrer deux cultures  
Développement communautaire  
Programmes pour les jeunes

### 3.3 SOUTIEN FAMILIAL

Programmes pour les parents  
Programmes pour les femmes et les enfants  
Programmes pour nouveaux parents  
Une journée dans la vie de...  
Garderies et subventions

### 3.4 RESSOURCES POUR LES ENFANTS ET LES JEUNES

Ressources en ligne  
Liste de contacts pour les enfants et les jeunes



## CHAPITRE 4: ARGENT

85

### 4.1 OPÉRATIONS BANCAIRES

Monnaie canadienne  
Gestion d'un compte bancaire  
Cartes bancaires et distributeurs automatiques de billets  
Dettes et prêts  
Une journée dans la vie de...  
Services bancaires en personne et en ligne  
Éviter les escroqueries

### 4.2 BUDGÉTISATION

Modèle de budget et comment établir un budget  
Conseils pour les achats judicieux

### 4.3 SOUTIEN DU REVENU EN ALBERTA

Catégories de besoins fondamentaux  
Importance de la déclaration d'impôts  
Programme de soutien du revenu Alberta Works  
Programme d'aide au rétablissement pour les réfugiés  
Prestations pour les personnes âgées  
Soutien aux personnes handicapées

### 4.4 RESSOURCES D'ARGENT

Ressources en ligne  
Liste de contacts pour l'argent



## CHAPITRE 5: LA LOI ET LA POLICE 101

### 5.1 POUR VOTRE SÉCURITÉ

La police communautaire et les valeurs de la police  
Services de protection à Edmonton  
Responsabilisation des quartiers  
Urgence  
Contacts pour les situations non urgentes  
Une journée dans la vie de...

### 5.2 DROIT PÉNAL AU CANADA

Meurtre et autres délits graves  
Crimes motivés par la haine et les préjugés

### 5.3 DROIT DE LA FAMILLE AU CANADA

Lorsque la police reçoit un appel d'incident domestique  
Services pour enfants

### 5.4 DROIT CIVIL AU CANADA

L'importance des contrats  
Lorsque vous avez besoin de services juridiques  
Règlements administratifs d'Edmonton  
Conduire en Alberta

### 5.5 MOMENTS IMPORTANTS DU DROIT CANADIEN

La Loi sur le multiculturalisme et plus

### 5.6 RESSOURCES JURIDIQUES ET POLICIÈRES

Ressources en ligne  
Liste de contacts pour la loi et la police

# Table des matières

---



## CHAPITRE 6 : RÉUSSIR À EDMONTON

119

### 6.1 APPRENDRE L'ANGLAIS OU LE FRANÇAIS

Évaluations linguistiques

Cours de langues pour les nouveaux  
arrivants au Canada

Exigences linguistiques pour la citoyenneté  
canadienne

Utilisation de la technologie pour réussir

Une journée dans la vie de...

Anglais langue seconde

Mise à niveau académique

Programmes de préparation à l'emploi

Soutien au revenu pour les étudiants  
en ALS

### 6.2 ÉTUDES POSTSECONDAIRES

Quelques collèges et  
universités d'Edmonton

Prêts aux étudiants

Formation continue

Formation professionnelle

### 6.3 EMPLOI

Numéro d'assurance sociale

Le code et la réglementation des  
normes d'emploi de l'Alberta

Emploi des jeunes

Comment trouver un emploi

Agences de placement

Soutien à l'emploi

Préparation à l'emploi

Travail autonome

Les travailleurs étrangers  
temporaires de l'Alberta

### 6.4 RESSOURCES POUR RÉUSSIR

Ressources en ligne

Liste de contacts pour réussir



## GLOSSAIRE

143



## CONTACTS UTILES

156

# Liste de contrôle pour l'établissement au Canada

Les premiers mois au Canada varieront d'une personne à l'autre. S'installer dans un nouveau lieu demande du temps.

Pour vous aider tout au long de votre parcours vers l'établissement, servez-vous de la Liste de contrôle de l'établissement.

Vous trouverez des listes de tâches importantes pour faciliter le début de votre nouvelle vie à Edmonton.

Il y a beaucoup de choses à faire. Mais que devriez-vous faire en premier?

La Liste de contrôle de l'établissement vous informera sur ce que vous devez faire pendant :

1. **les deux premières semaines** au Canada
2. **le premier mois** au Canada
3. **les trois premiers mois** au Canada

Il est possible que vous deviez effectuer certaines de vos tâches dans un ordre différent. C'est normal. Il est très important de vous adresser à un conseiller de l'établissement pour vous assurer que vous faites tout ce qu'il faut pour votre propre situation.

Il est temps de vous installer à Edmonton!

## Vos deux premières semaines

**Logement :** Reportez-vous au chapitre 1 pour plus d'informations.

- Visitez immédiatement une agence d'établissement à Edmonton.** Une agence d'établissement peut vous aider à trouver un logement temporaire ou permanent. Il faut avoir une adresse à Edmonton pour effectuer un grand nombre des tâches de la liste de contrôle.

Un conseiller d'établissement peut vous aider :

- Trouvez un logement qui respecte votre budget.
- Comprenez vos droits et obligations en tant que locataire (si vous louez).
- Planifiez tous les frais de logement (dépôts de garantie, assurance et services publics).

- Inscrivez-vous aux services publics.** Informez-vous sur les différentes compagnies et les plans de paiement pour chacune d'entre elles.
  - Chauffage
  - Électricité
  - Eau
  - Internet

**Vie quotidienne :** Reportez-vous au chapitre 1 pour plus d'informations.

- Achetez un téléphone portable. Choisissez un forfait pour votre téléphone portable.
- Demandez la carte d'accès aux loisirs et la carte de bus à tarif réduit.
- Trouvez un magasin de produits alimentaires (épicerie) près de chez vous.
- Apprenez à utiliser le système de transport en commun d'Edmonton (ETS).

**Santé :** Reportez-vous au chapitre 2 pour plus d'informations.

- Demandez une carte de santé de
- Comprenez les actions à entreprendre en cas d'urgence (services 911).
- Comprenez comment Health Link (811) peut vous aider.

**Argent :** Reportez-vous au chapitre 4 pour plus d'informations.

- Ouvrez un compte bancaire
- Si vous avez des enfants, demandez la prestation fiscale canadienne pour enfants (PFCE).

**Éducation et emploi :** Reportez-vous au chapitre 3 et au chapitre 6 pour plus d'informations.

- Si vous avez des enfants, inscrivez-les dans une école près de chez vous.
- Réservez une évaluation linguistique (NCLC) avec LARCC aux Services sociaux catholiques. Inscrivez-vous aux sessions d'orientation officielles.
- Vous pouvez le faire auprès d'un organisme d'établissement.
- Demandez un numéro d'assurance sociale (NAS).

Consultez la liste des organismes de services d'immigration et d'établissement d'Edmonton dans la section **Contacts utiles** à la fin de ce guide.



## Votre premier mois

**Vie quotidienne :** Reportez-vous au chapitre 1 pour plus d'informations.

- Explorez les rues et les itinéraires d'autobus d'Edmonton. Consultez le site Internet ou promenez-vous.
- Trouvez une bibliothèque publique près de chez vous. Demandez une carte de membre gratuite.
- Renseignez-vous sur la météo d'Edmonton. Apprenez à vous habiller pour rester au chaud.
- Informez-vous sur vos droits et responsabilités en tant qu'immigrant.

**La loi et la police :** Reportez-vous au chapitre 5 pour plus d'informations.

- Demandez un permis de conduire ou une carte d'identité avec photo.

**Santé :** Reportez-vous au chapitre 2 pour plus d'informations.

- Trouvez une clinique médicale. Trouvez un médecin de famille. Comprenez les actions à entreprendre en cas d'urgence (services 911).

## Vos trois premiers mois

**Vie quotidienne :** Reportez-vous au chapitre 1 pour plus d'informations.

- Joignez-vous à un groupe communautaire.
- Visitez un site d'attraction à Edmonton. Participez à un festival. Essayez quelque chose de nouveau!

**Santé :** Reportez-vous au chapitre 2 pour plus d'informations.

- Comprenez le choc culturel. Informez-vous sur les signes et les symptômes.

**Argent :** Reportez-vous au chapitre 4 pour plus d'informations.

- Faites des achats dans différents magasins. Repérez les magasins où la nourriture, les vêtements et les articles ménagers sont moins chers.

**Éducation et emploi :** Reportez-vous au chapitre 3 et au chapitre 6 pour plus d'informations.

- Obtenez des informations sur la façon de trouver un emploi. Inscrivez-vous à un programme d'emploi.

**\* La plupart des institutions à Edmonton ont accès à l'interprétation linguistique.**

**Language Line!  
Demander un interprète**

**Education and Employment:** Reportez-vous au chapitre 3 et au chapitre 6 pour plus d'informations.

- Trouvez des programmes pour les adultes, les jeunes et les familles de nouveaux arrivants.
- Si vous avez de jeunes enfants, faites une demande de subvention pour la garde d'enfants.
- Trouvez des services de garde pour les jeunes enfants.
- Trouvez des cours d'anglais ou de français pour vous et votre famille.
- Renseignez-vous sur vos droits en tant qu'employé.
- Fixez un rendez-vous avec un conseiller pédagogique par l'intermédiaire d'un organisme d'établissement. Fixez des objectifs en matière d'études et de travail.

**Vous êtes bienvenu ici.**

**Le Canada accueille des personnes issues de nombreuses cultures différentes. Nous devons partager nos similitudes les uns avec les autres. Nous devons également apprécier nos différences.**



**1**

# Communauté



# 1 Communauté

Il n'est pas facile de se séparer de sa famille et de ses amis. Mais vous n'êtes pas seul. Votre communauté vous aidera. Au Canada, vous êtes en mesure d'obtenir l'aide dont vous avez besoin auprès de nombreuses personnes. Certaines personnes peuvent même vous aider gratuitement.

Ce chapitre est consacré à la communauté. Vous allez découvrir le Canada et les différents quartiers d'Edmonton. Vous découvrirez également où vous pouvez trouver de l'aide. Certains organismes à Edmonton peuvent répondre à vos questions. Nous espérons que cela vous permettra de vous sentir comme chez vous ici.





## Géographie

**Le Canada est le deuxième plus grand pays du monde.**

Cela correspond à la taille de Colombie x 9, Ouganda x 40 ou Syrie x 54!

- 37 millions de personnes vivent au Canada.
- Le Canada comprend 5 régions géographiques :
  - La côte
  - Centre du Canada
  - Les provinces des Prairies
  - La côte ouest
  - Le nord
- Le Canada est composé de 10 provinces et de 3 territoires.



### Aspect culturel à prendre en compte :

Au Canada, il est important d'être à l'heure. L'Alberta est dans le fuseau horaire des Rocheuses. L'Ontario est dans le fuseau horaire de l'Est. Quand il est 10h10 en Alberta, il est 12h10 en Ontario. Si vous téléphonez à quelqu'un dans une autre province, il est utile de connaître l'heure locale.



## Individualisme et collectivisme

Chaque culture accorde de la valeur à des choses différentes. Le Canada a une culture **individualiste**.

L'**individualisme** suppose que chaque personne s'occupe de sa propre personne en premier lieu. Ils réfléchissent à ce qu'ils veulent ou à ce dont ils ont besoin avant de penser à ce que le groupe veut ou ce dont le groupe a besoin. Cela ne veut pas dire que les Canadiens sont égoïstes. Cela signifie qu'ils ont envie d'être indépendants. Ils préfèrent ne pas encombrer les autres. Ils sont convaincus qu'ils ne peuvent prendre soin des autres que s'ils prennent soin d'eux-mêmes en premier.

Le **collectivisme** est le contraire. Le collectivisme, c'est quand on pense au groupe en premier. Il est plus important d'aider les autres que de s'aider soi-même.

Il est possible que vous valorisiez l'individualisme ou le collectivisme. Si vous êtes originaire d'une culture collectiviste, il vous faudra peut-être du temps pour apprendre le mode de vie canadien.

Gardez un esprit ouvert. Observez comment les autres Canadiens agissent et règlent les problèmes.



### Individualisme

- Unicité
- Maîtrise de soi
- Liberté
- Indépendance



### Collectivisme

- Générosité
- Serviabilité
- Coopération
- Travail avec les autres

## Gouvernement du Canada



Le Canada est une **démocratie**. Une démocratie est un système où les gens participent à la prise de décisions pour le pays. Ils choisissent leurs dirigeants au moyen d'un vote. Le Canada est également une **monarchie constitutionnelle**. Une monarchie constitutionnelle se caractérise par la participation d'un roi ou d'une reine au gouvernement. C'est pour cette raison que vous voyez la reine Elizabeth II lors de certaines cérémonies au Canada.

## Les trois paliers de gouvernement au Canada



Fédéral Rencontres à Ottawa, Canada	Provincial Rencontres dans la capitale de la province	Municipal Rencontres dans chaque grande ville
Sénat	Assemblée législative	Conseil municipal
Chambre des communes	Lieutenant-gouverneur	Comités de conseillers
Gouverneur général		
Premier ministre fédéral	Premier ministre provincial	Maire
Cabinet	Cabinet	
Ministères et territoires	Ministères et municipalités	



L'Alberta est notre province.

- L'Alberta est le lieu idéal pour les Canadiens! L'Alberta est classée au 4e rang au Canada pour la population globale et au 3e rang pour la croissance démographique, avec un taux de 2,15 %.
- L'Alberta renferme des lacs, des rivières, des prairies et des montagnes. Le gouvernement protège la nature dans des parcs provinciaux et nationaux. Les parcs sont magnifiques. Vous pouvez profiter de grands espaces et vous sentir en paix dans le territoire de l'Alberta.
- L'Alberta a une économie robuste. L'économie est la manière dont une province produit, vend et achète des biens et des services.
- L'Alberta a besoin d'agriculteurs et d'énergie.
- Edmonton est la capitale de l'Alberta. C'est l'une des plus grandes villes du Canada avec une population d'un million d'habitants.

Edmonton est notre ville.

Edmonton est, en Amérique du Nord, la ville la plus au nord. Il est très ensoleillé. Chaque année, l'Alberta jouit de 1 900 heures d'ensoleillement dans le nord et de 2 300 heures d'ensoleillement dans le sud. Ainsi, l'Alberta est la province la plus ensoleillée du Canada.



## Statut d'immigration

### Statut de résident permanent (RP)

Une fois votre demande de résidence permanente (RP) approuvée au Canada, vous recevez un **document officiel confirmant votre résidence permanente**. Ce document peut servir comme preuve de votre statut de RP.

La présentation de votre document RP est obligatoire pour bénéficier des services de soutien du gouvernement à Edmonton. Ils peuvent également vous demander une photocopie. Il faut protéger ce document, car il contient vos informations personnelles. Il précise votre catégorie d'immigration. C'est très important.



**REMARQUE:** Les résidents permanents ont les mêmes droits que les citoyens canadiens. La seule différence est que les résidents permanents sont exclus du droit de vote. Demandez une carte de résident permanent (RP) afin de pouvoir voyager à l'extérieur du Canada. Vous avez besoin d'une carte de RP ou d'un titre de voyage pour résident permanent (TVRP) valide pour pouvoir rentrer au Canada par avion, autobus ou bateau.

Il faut renouveler votre carte de résident permanent pour qu'elle reste valide. Vous êtes toujours un résident permanent même si votre carte expire.





## Catégories d'immigration pour les résidents permanents

- Catégorie de la famille
- Catégorie indépendante (économique)
- Réfugiée
- Autre



### Catégorie de la famille

La catégorie de la famille est celle où un membre de votre famille vous parraine pour venir au Canada. Il faut que votre parrain soit un résident permanent ou un citoyen. Il doit être âgé de 18 ans ou plus. Lorsque votre membre de famille vous parraine, il doit signer une entente. Ils acceptent de vous soutenir pour une période donnée. La plupart des personnes choisissent entre 3 et 10 ans.

#### Votre parrain familial doit :

- vous accorder un soutien financier à votre arrivée.
- répondre à ses besoins fondamentaux et aux vôtres, par exemple :
  - alimentation
  - logement
  - vêtements
- payer pour tous les besoins médicaux qui ne sont pas couverts par les services de santé publique, par exemple les consultations chez le dentiste
- vous fournir tout ce dont vous avez besoin pour que vous n'ayez pas besoin de l'aide (assistance sociale) gouvernementale

Cette entente ne change pas, même si votre situation change. Le gouvernement **ne résiliera pas** cette entente pour quelque raison que ce soit, même si :

- vous devenez citoyen canadien
- vous divorcez, vous vous séparez ou votre relation avec le parrain prend fin
- vous ou votre parrain déménagez dans une autre province ou un autre pays
- vous rencontrez des problèmes financiers

### Catégorie de réfugiée

La catégorie des réfugiées est celle où le gouvernement vous accorde le statut de résident permanent au Canada :

1. alors que vous étiez dans un autre pays,
2. si le gouvernement vous a accordé l'asile, ou
3. si un groupe vous a parrainé comme réfugié au Canada.

Accorder l'asile veut dire que le gouvernement vous a permis de rester au Canada pour assurer votre sécurité.

### Le programme de parrainage privé de réfugiés (PPR)

Le programme **PPR** permet à des personnes au Canada de parrainer des réfugiés provenant de partout dans le monde. Les personnes organisent le soutien de leurs églises, groupes ethniques, familles, individus et autres organisations. Ils obtiennent l'argent nécessaire pour soutenir une personne ou une famille pendant sa première année au Canada.

Le parrain envoie la **demande** de parrainage de réfugié à Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC).

Ils garantissent leur soutien jusqu'à la fin de la période de parrainage. La période de parrainage est normalement de 12 mois à partir de la date d'arrivée de la personne parrainée au Canada.

Il y a trois façons de parrainer un réfugié :

- Groupes de cinq
- Répondants communautaires
- Signataires d'une entente de parrainage





### PPR : Groupes de cinq

Le parrainage d'un groupe de cinq correspond à un groupe de cinq citoyens canadiens ou résidents permanents. Ensemble, ils parrainent un réfugié et les personnes à sa charge. D'autres personnes peuvent se joindre au groupe pour apporter leur aide, mais seuls les cinq membres du groupe signent les formulaires.

Le Groupe des cinq promet de fournir plusieurs types d'aide : une aide émotionnelle, une aide pour payer certaines choses et une aide pour s'installer dans leur nouvelle vie au Canada. Ils sont tenus de soutenir les réfugiés pendant toute la durée du parrainage. Cette durée est normalement de 12 mois à compter de la date de leur arrivée. Dès qu'ils peuvent subvenir à leurs besoins, le parrainage prend fin.

**REMARQUE:** Pour un PPR de Groupe de cinq, les réfugiés sont tenus d'avoir la preuve qu'ils sont des réfugiés dans leur pays d'asile (où ils vivent au moment du parrainage). Pour cela, ils ont besoin d'un document du gouvernement dudit pays ou d'un document attestant de leur statut de réfugié délivré par le Haut Commissariat des Nations unies pour les réfugiés.

### PPR : Répondants communautaires

Un Répondant communautaire est un groupe, tel qu'une organisation, une association ou une société. Le groupe doit :

- avoir suffisamment d'argent, de temps et d'énergie pour apporter son soutien
- faire partie de la communauté dans laquelle le réfugié va vivre
- fournir un soutien émotionnel et social
- Le groupe doit s'engager pour la totalité de l'entente de parrainage (normalement un an).

### PPR : Signataires d'une entente de parrainage (SEP)

Un Signataire d'une entente de parrainage (SEP) est un organisme constitué en société qui signe une entente de parrainage avec le ministre de l'Immigration, des Réfugiés et de la Citoyenneté du Canada (IRCC). Il y a une limite au nombre de réfugiés que les SEP peuvent parrainer en une année. Les SEP sont parfois des organisations locales, régionales ou nationales. Les SEP ont la possibilité de collaborer avec des groupes ou des particuliers pour parrainer des réfugiés. Ces groupes sont désignés sous le nom de Groupes constitutifs (GC). Toute personne qui s'associe aux SEP est appelée un co-parrain.

### Statut d'immigration de résident non permanent

Un résident non permanent est une personne qui réside légalement au Canada pour une durée temporaire. Ils doivent avoir un document valide, tel qu'un permis de travail ou d'études. Les travailleurs étrangers temporaires viennent au Canada pour contribuer à la main-d'œuvre lorsqu'il y a un besoin.

Si vous êtes un résident non permanent et que vous avez besoin d'aide au cours de votre séjour au Canada, une agence d'établissement peut vous aider. Les services offerts aux résidents non permanents sont différents. Vous pouvez obtenir de plus amples renseignements sur les travailleurs étrangers temporaires au chapitre 6 du présent guide, intitulé Réussir à Edmonton.





# Fournisseurs de services d'établissement pour les immigrants de l'IRCC à Edmonton

Les fournisseurs de services d'établissement pour les immigrants sont des personnes qui aident les nouveaux arrivants au Canada. Vous pouvez accéder à des services gratuits en anglais, en français et dans d'autres langues. Les organisations ci-dessous collaborent pour faire en sorte que vous obteniez le soutien dont vous avez besoin. Toutes les organisations énumérées ci-dessous :

- proposent des services aux résidents permanents (Remarque : Toutes ces organisations offriront de l'aide à tous les nouveaux arrivants, indépendamment de leur statut d'immigration.)
- proposent des conseils personnalisés en matière d'établissement
- proposent du soutien en étant à l'écoute de vos besoins
- fournissent des informations vous permettant d'accéder à votre nouvelle communauté et aux personnes et services d'Edmonton

Nom de l'organisation	Personnes aidées	Certaines de leurs activités	Lieu
Action for Healthy Communities (AHC)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Citoyens canadiens</li> <li>• Familles</li> <li>• Réfugiés et demandeurs d'asile</li> <li>• Femmes</li> <li>• Jeunes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lien avec la communauté</li> <li>• Emploi</li> <li>• Programmes linguistiques</li> <li>• Services de conseil en santé mentale</li> <li>• Gestion de cas*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• #100, 10578-113 St., Edmonton, AB T5H 3H5</li> <li>• Téléphone : (780) 944-4687</li> <li>• <a href="http://a4hc.ca">a4hc.ca</a></li> </ul>
ASSIST Community Services Centre	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Communautés ethnoculturelles, notamment : Chinois, sud-asiatique, arabe, somalien, hispanique et philippin.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lien avec la communauté</li> <li>• Emploi</li> <li>• Programmes linguistiques</li> <li>• Gestion de cas*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 9649-105A Ave., Edmonton, AB T5H 0M3</li> <li>• Téléphone : (780)429-3111</li> <li>• <a href="http://assistcsc.org/en/">assistcsc.org/en/</a></li> </ul>
Bredin Centre for Career Advancement	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Citoyens canadiens</li> <li>• Réfugiés et demandeurs d'asile</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Emploi</li> <li>• Formation</li> <li>• Perfectionnement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CN Tower, 5<sup>e</sup> &amp; 10<sup>e</sup> étages 10004-104 Ave. NW, Edmonton, AB T5J 0K1</li> <li>• Téléphone : (780)425-3730</li> <li>• <a href="http://bredin.ca">bredin.ca</a></li> </ul>
Services sociaux catholiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familles</li> <li>• Réfugiés</li> <li>• Travailleurs étrangers temporaires et autres ressortissants étrangers</li> <li>• Femmes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lien avec la communauté</li> <li>• Évaluation du niveau d'anglais</li> <li>• Programmes linguistiques</li> <li>• Services de conseil en santé mentale</li> <li>• Gestion de cas*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8212-118 Ave. NW, Edmonton, AB T5B 0S3</li> <li>• Téléphone : (780) 424-3545</li> <li>• <a href="http://newcomers.cssalberta.ca">newcomers.cssalberta.ca</a></li> </ul>
Edmonton Immigrant Services Association	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Citoyens canadiens</li> <li>• Réfugiés et demandeurs d'asile</li> <li>• Travailleurs étrangers temporaires et autres ressortissants étrangers</li> <li>• Visiteurs</li> <li>• Jeunes et familles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lien avec la communauté</li> <li>• Programmes linguistiques</li> <li>• Travailleurs de l'établissement au sein des écoles et des bibliothèques</li> <li>• Traduction de documents</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10720-113 St., Edmonton, AB T5H 3H8</li> <li>• Téléphone : (780) 474-8445</li> <li>• <a href="http://eisa-edmonton.org">eisa-edmonton.org</a></li> </ul>



# Fournisseurs de services d'établissement pour les immigrants de l'IRCC à Edmonton

Nom de l'organisation	Personnes aidées	Certaines de leurs activités	Lieu
Edmonton Mennonite Centre For Newcomers	<ul style="list-style-type: none"> <li>Citoyens canadiens</li> <li>2SLGBTQQIA+</li> <li>Réfugiés et demandeurs d'asile</li> <li>Femmes</li> <li>Jeunes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lien avec la communauté</li> <li>Emploi</li> <li>Programmes linguistiques</li> <li>Services de conseil en santé mentale</li> <li>Gestion de cas*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>11713-82 St. NW, Edmonton, AB T5B 2V9</li> <li>Téléphone : (780) 424-7709</li> <li><a href="http://emcn.ab.ca">emcn.ab.ca</a></li> </ul>
Francophonie Albertaine Plurielle	<ul style="list-style-type: none"> <li>Familles francophones</li> <li>Jeunesse francophone</li> <li>Réfugiés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lien avec la communauté</li> <li>Emploi</li> <li>Travailleurs de l'établissement au sein des écoles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>#108-8627, rue Marie-Anne-Gaboury (91 St.) Edmonton, AB T6C 3N1</li> <li>Téléphone : (780) 540-8682</li> <li><a href="http://frap.ca">frap.ca</a></li> </ul>
Islamic Family Social Services Association	<ul style="list-style-type: none"> <li>Familles</li> <li>Jeunes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lien avec la communauté</li> <li>Ligne d'urgence</li> <li>Consultation familiale</li> <li>Paniers des banques alimentaires (Halal)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>12811-58 St. NW, Edmonton, AB T5A 4X1</li> <li>Téléphone : (780) 430-9220</li> <li>Assistance téléphonique : (780) 900-2777</li> <li><a href="http://ifssa.ca">ifssa.ca</a></li> </ul>
Multicultural Family Resource Society	<ul style="list-style-type: none"> <li>Familles</li> <li>Réfugiés</li> <li>Jeunes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Services de conseil en santé mentale</li> <li>Gestion de cas*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7</li> <li>Téléphone : (780) 250-1771</li> <li><a href="http://mfrsedmonton.org">mfrsedmonton.org</a></li> </ul>
Multicultural Health Brokers	<ul style="list-style-type: none"> <li>Familles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lien avec une vie saine</li> <li>Gestion de cas*</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>9538 107 Ave. NW, Edmonton, AB T5H 0T7</li> <li>Téléphone : (780) 423-1973</li> <li><a href="http://mchb.org">mchb.org</a></li> </ul>
Somali Canadian Women and Children Association	<ul style="list-style-type: none"> <li>Citoyens canadiens</li> <li>Demandeurs d'asile</li> <li>Femmes</li> <li>Jeunes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lien avec la communauté</li> <li>Emploi</li> <li>Paniers des banques alimentaires</li> <li>Compétences de vie quotidienne</li> <li>Services de conseil en santé mentale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>13415C Fort Rd NW, Edmonton, AB T5A 1C6</li> <li>Téléphone : (780) 756-1175</li> <li><a href="http://somalicanadianwomen.ca">somalicanadianwomen.ca</a></li> </ul>

\* Si vous ou votre famille rencontrez de nombreux besoins ou difficultés en tant que nouvel arrivant au Canada, vous pouvez être orienté vers la **gestion de cas** pour bénéficier d'un soutien supplémentaire. Les agents de gestion de cas développent des liens avec les nouveaux arrivants. Ils permettent aux nouveaux arrivants de comprendre comment vivre en toute sécurité et de manière autonome dans une nouvelle ville.



**Edmonton** est une ville avec quatre saisons très différentes. Les températures peuvent varier de +30°C or -30°C !

**Restez au chaud et au sec en vous habillant de plusieurs couches de vêtements.** Les couches de vêtements aident à conserver la chaleur de votre corps. Vous pouvez enlever des couches lorsque vous avez chaud. Vous pouvez ajouter des couches lorsque vous avez froid. Les habitants d'Edmonton sont habillés de manteaux chauds (parkas), de mitaines, de bottes, de foulards et de **tuques**.



Printemps

Mars, avril, mai  
-6 °C à 11 °C

Été

Juin, juillet, août  
15 °C à 23 °C



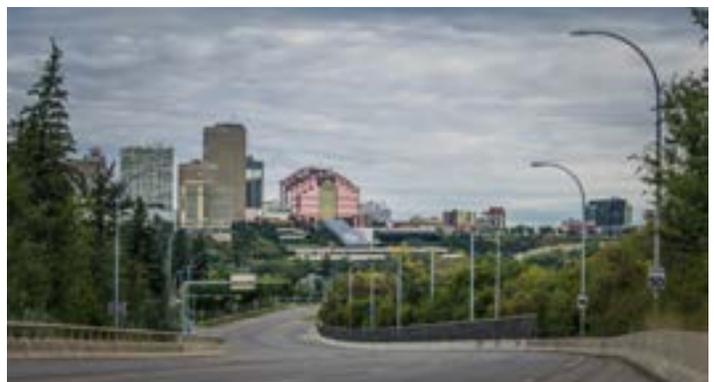
Automne

Sept, oct, november  
-8 °C à 12 °C

Hiver

Déc, janv, février  
-8 °C à -25 °C

Edmonton est souvent considérée comme **la ville d'hiver**. En général, il y a de la neige au sol d'octobre à mars. C'est la moitié de l'année! Il est important d'acheter de vêtements d'hiver de qualité. La neige ne fait pas reculer les habitants d'Edmonton.





## Rendez-vous à votre destination à l'aide de Google Maps

Beaucoup de personnes utilisent Google Maps pour se renseigner sur la localisation d'un lieu, sur la manière de s'y rendre et sur le temps que cela prendra. Vous pouvez vous servir de cet outil avec un ordinateur ou un téléphone portable.

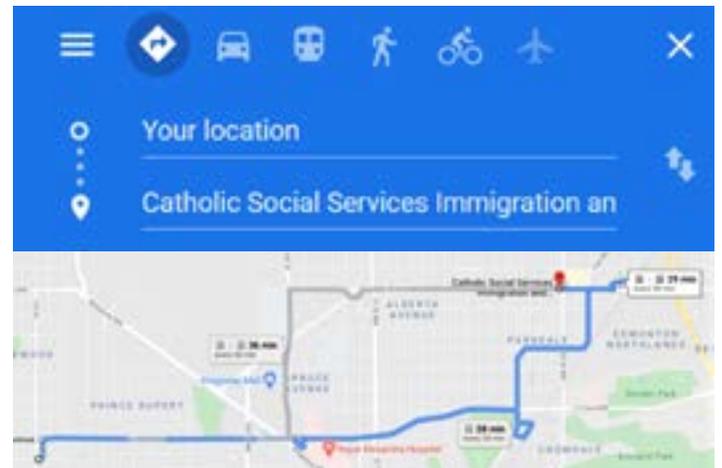
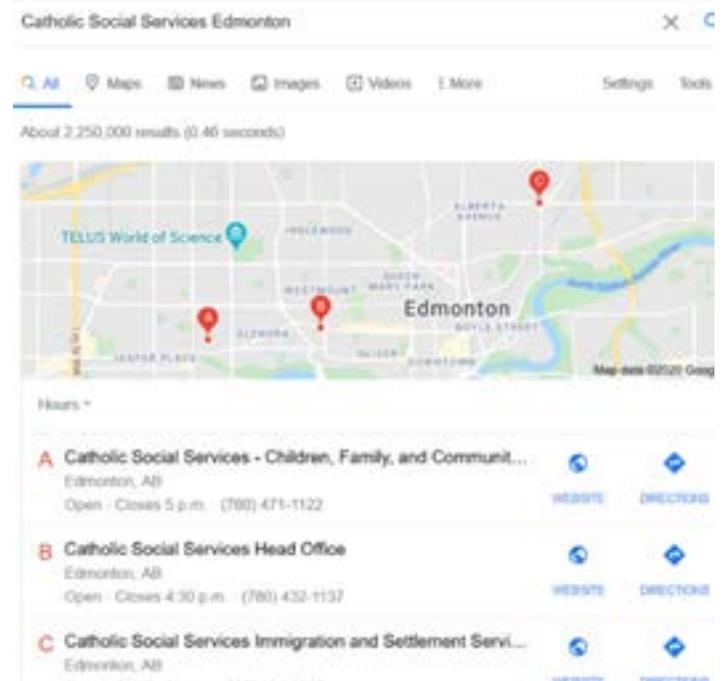
- **Étape 1 :** Trouvez une connexion Internet Wi-Fi.
- **Étape 2 :** Ouvrez un navigateur Internet, tel que Chrome.
- **Étape 3 :** Saisissez Google.com en haut de l'écran.
- **Étape 4 :** Saisissez l'adresse, ou le nom du lieu + Edmonton dans la barre de recherche.
- **Étape 5 :** Vous obtiendrez une carte à l'écran avec des choix de lieux. Choisissez le lieu qui vous convient.
- **Étape 6 :** Choisissez « Itinéraire ».
- **Étape 7 :** Décidez comment vous vous y rendrez : en voiture, en autobus, à pied ou à vélo.
- **Étape 8 :** Remarquez le temps nécessaire à chaque itinéraire. Choisissez l'heure et l'itinéraire qui vous conviennent.

Les **rues** vont du nord au sud.

- Vous constaterez que les rues ayant des chiffres élevés se trouvent à l'ouest. Les rues ayant des chiffres plus bas se trouvent à l'est.

Les **avenues** vont d'est en ouest.

- Vous constaterez que les avenues ayant des chiffres élevés se trouvent dans le nord. Les avenues ayant des chiffres plus bas se trouvent dans le sud.





## Système de transport en commun d'Edmonton

Le système de transport en commun d'Edmonton (ETS) vous permet de vous déplacer par :

- autobus
- LRT (train)
- Service de transport en commun pour adultes handicapés (DATS) (uniquement pour les personnes à mobilité réduite)

Le transport public fonctionne selon un **horaire fixe**. Il est **gratuit pour les enfants** de 12 ans et moins. Le site Web de l'ETS est : [www.takeets.ca](http://www.takeets.ca)

Pour voyager avec l'ETS, vous pouvez choisir les modes de paiement suivants :

- **Comptant** – Le coût est de **3,50 \$**. Vous avez besoin de la monnaie exacte. Les chauffeurs n'ont pas de monnaie, mais quelques autobus acceptent les cartes de débit.
- **Billet** - Vous avez besoin d'un billet.
- **Carte mensuelle**

Vous pouvez acheter des billets ou des cartes mensuelles dans les stations LRT et les dépanneurs, comme Circle K.

Parfois, il est nécessaire de prendre plus d'un autobus pour arriver à votre destination. Demandez un **transfert** au chauffeur de l'autobus. Demandez immédiatement lorsque vous montez dans l'autobus et payez.

Si vous prenez le LRT, il faut faire tamponner votre billet pour **le valider**. Ayez votre billet à portée de main. Vous risquez de payer 250 \$ si vous n'avez pas votre carte d'autobus ou de LRT valide!

### À l'autobus

- Chaque arrêt d'autobus vous renseigne sur les autobus qui s'y arrêtent.
- Assurez-vous que l'autobus est dans la bonne direction.
- Chaque numéro d'autobus va dans deux directions.
- Chaque **autobus** a son numéro. Il y a 6 autobus différents qui vont arrêter à cet arrêt d'autobus.
- Chaque **arrêt d'autobus** de la ville comporte un numéro placé en bas.

### Au LRT

- La pancarte sur le quai vous indique la direction du prochain train.
- La pancarte sur le train vous indique également la direction de celui-ci.
- Le LRT circule du nord au sud dans la ville d'Edmonton. Si vous avez besoin d'aller à l'est ou à l'ouest, il faut trouver un arrêt d'autobus. Les arrêts d'autobus sont proches des stations LRT.



Exemple d'un autobus de l'ETS



Exemple d'un LRT



Exemple d'un arrêt d'autobus

**REMARQUE :** Reportez-vous à la section **Programmes de transport en commun et d'accès aux loisirs** plus loin dans ce chapitre pour obtenir des rabais sur les cartes mensuelles de transport en commun et plus encore!

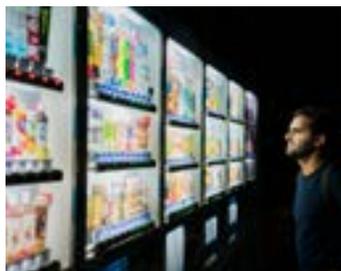


## Tant de choix. Tant de liberté.

**Vous avez beaucoup de liberté au Canada.** Les options sont nombreuses. Il y a des décisions à prendre tous les jours. Souvent, vous devrez prendre ces décisions seul.

Au Canada, les experts partagent des informations avec vous, mais en général, ils ne vous disent pas ce que vous devez faire. Par exemple, vous pouvez demander l'aide d'un médecin ou d'un avocat.

Ils vont vous informer de ce qu'ils savent, mais pas de ce que vous devez faire. Vous êtes le seul à pouvoir décider. Il faut prendre des décisions en tant que parent, étudiant et ami. Il faut choisir les repas, les itinéraires de bus et la manière de les payer. Les choix se multiplient - grands et petits.



Les Canadiens visitent de nombreux endroits afin de trouver exactement ce qu'ils recherchent, surtout pour leur nourriture!

- **Les épiceries** vendent exclusivement des produits alimentaires et des boissons pour répondre aux besoins fondamentaux des clients en matière d'aliments secs, de conserves, d'épices, de fruits et de légumes. L'épicerie Olinda - Les petites entreprises locales d'Edmonton
- **Les supermarchés** vous proposent de la volaille et de la viande fraîches, des articles pour bébés, des produits pour animaux de compagnie, des appareils électroménagers et des médicaments. Lucky 97 – deux succursales à Edmonton
- **Les hypermarchés** (ou magasins à grande surface) sont une combinaison d'un supermarché et d'un grand magasin. Canadian Superstore - plus de 10 magasins sur le territoire de la ville

Plus des CENTAINES de restaurants vendant des plats du monde entier. Edmonton a du goût! Il est parfois difficile de prendre des décisions lorsque vous arrivez au Canada. Il se peut que vous ayez peur de prendre une mauvaise décision. Il faut du temps pour s'habituer à cette culture de liberté.

**Pour des informations sur le choc culturel, reportez-vous à la section Santé mentale du chapitre 2 de ce guide.**

## Respect du système

Il existe un lien entre les règles et les relations avec les autres. Ce lien est important pour tous les pays, mais il est parfois différent d'un pays à l'autre.



### Règles

- **Au Canada**, les personnes respectent les règles en priorité. Cela permet d'établir des relations. Si vous respectez les règles, cela montre que vous respectez le système. Dans ce système, chacun a des chances égales.
- « Vous avez respecté les mêmes règles que moi. Cela signifie que vous pensez que nous sommes égaux. Nous devons parler. »



### Relations

- **Dans certains pays**, les personnes se concentrent d'abord sur le fait d'avoir une relation. Par la suite, vous pourrez commencer à travailler et à respecter les règles.
- « Parlez-moi de vous et dites-moi d'où vous venez. Je veux être sûr de pouvoir vous faire confiance avant de respecter les règles. »

Il est important d'avoir de bonnes relations avec les personnes qui vivent dans votre nouvelle communauté. Les bonnes relations favorisent le sentiment d'appartenance à un lieu.



# Recherche d'un logement

La plupart des nouveaux arrivants louent un logement avant de l'acheter. Connaître les différents quartiers de la ville prend du temps. Il est possible que vous viviez dans plusieurs régions différentes avant de trouver celle qui vous plaît. Vous pouvez trouver un logement pour un mois à la fois. Vous pouvez aussi vous installer quelque part pour une période plus longue, par exemple six mois ou un an. Vous devez signer un contrat par lequel vous vous engagez à payer le loyer pendant cette période.

## Logement à court terme à Edmonton

L'un de vos premiers besoins en arrivant à Edmonton est de trouver un endroit où séjourner à court terme en attendant de pouvoir louer ou acheter un logement à long terme. Si vous n'avez pas d'amis ou de famille à Edmonton qui peuvent vous héberger, une solution est de rester dans un hôtel, un motel ou une auberge. En général, un hôtel est plus cher qu'un motel ou une auberge.

Pour trouver un hôtel ou un motel à Edmonton :

### Travel Alberta

Téléphone : 1-800-252-3782 (sans frais)

Site Web: [www.travelalberta.com/ca/plan-your-trip/](http://www.travelalberta.com/ca/plan-your-trip/)

(cliquez ensuite sur Places to Stay [Logement])

## Annonces pour les maisons à louer

Il y a quelques journaux différents à Edmonton. Le Edmonton Journal est un journal local. Il comprend une section de petites annonces. C'est là que vous pourrez trouver des annonces de logements à louer.

Pour obtenir une liste et une description des différents types d'immeubles à louer à Edmonton, veuillez consulter le glossaire (page 144 de ce guide).

Vous pouvez également faire des recherches en ligne. Si vous êtes dépourvu d'ordinateur ou d'accès à l'internet, rendez-vous à la bibliothèque. L'utilisation de l'ordinateur dans une bibliothèque est gratuite. Connectez-vous à Internet et saisissez « google.ca ». Dans la barre de recherche, tapez « maisons à louer Edmonton ».

Si vous disposez d'un revenu limité, vous pouvez demander un logement abordable. Le gouvernement de l'Alberta collabore avec divers fournisseurs de logements, dont des municipalités, des organismes de gestion du logement, des organismes sans but lucratif et des organisations du secteur privé, afin de construire et de gérer des logements abordables pour les Albertains à faible revenu.

Il y a plusieurs options disponibles pour aider les résidents

1<sup>e</sup> édition 31 mars 2022

d'Edmonton à faire face aux coûts des logements locatifs. Essayez l'outil de logement en ligne du gouvernement de l'Alberta pour trouver des possibilités de logement qui pourraient vous convenir. Le site Web vous proposera quelques questions auxquelles vous devrez répondre.

Toutes vos réponses sont anonymes. Une fois terminé, vous pourrez consulter les possibilités de logement applicables, y compris pour les situations d'urgence. Après avoir pris connaissance des possibilités qui s'offrent à vous, vous pouvez vous renseigner pour savoir s'il y a des unités disponibles maintenant, et obtenir des détails sur la façon de présenter une demande. Rendez-vous sur le site [findhousing.alberta.ca](http://findhousing.alberta.ca) pour vous renseigner sur les différentes possibilités de logement.

Quand vous trouvez un logement qui vous plaît, appelez le numéro indiqué dans l'annonce. Voici quelques questions à poser :

1. Est-ce que l'appartement ou la maison est encore disponible à la location?
2. Quel est le montant du loyer?
3. Les services publics (chauffage, eau, électricité) sont-ils inclus dans le loyer? Sinon, à quel montant s'élèvent-ils habituellement chaque mois?
4. Quel est le montant du **dépôt de garantie**?

**REMARQUE:** Le montant du dépôt de garantie ne doit pas être plus élevé qu'un mois complet de loyer. C'est la loi. Si les espaces que vous louez n'ont pas changé depuis votre arrivée, que vous payez le loyer chaque mois et que vous nettoyez les lieux avant de partir, le propriétaire doit vous rembourser votre dépôt de garantie dans un délai d'un mois après votre départ.

5. Quand pourrai-je le visiter?





## Améliorer votre qualité de vie

Le prix d'achat d'une maison à Edmonton est élevé. La plupart des personnes choisissent d'abord de louer un logement. Il faut prévoir environ 1 200 dollars par mois pour un appartement ou une maison de deux chambres. Il est plus économique de louer un logement à l'écart du centre-ville d'Edmonton. Le coût est important. Mais il y a d'autres éléments auxquels il faut réfléchir lorsqu'on choisit un logement.

- À quoi ressemble le quartier?
- Y a-t-il un espace extérieur, comme un jardin? Sinon, y a-t-il un parc dans le voisinage?
- À quelle distance se trouvent les magasins et les écoles?
- Y a-t-il un arrêt d'autobus ou de train à proximité? (Beaucoup de nouveaux arrivants passent la première ou les deux premières années sans voiture. Vous économisez en prenant l'autobus ou le train à la place.)

### Les éléments que vous souhaitez avoir à proximité de votre domicile :

- Clinique ou centre médical
- Pharmacie
- Dépanneur
- Épicerie
- École primaire, secondaire de premier cycle ou secondaire de deuxième cycle
- Garderie
- Lieu de culte
- Parc de plein air
- Centre de loisirs intérieur
- Bibliothèque
- Centre culturel
- Restaurants ou magasins



Recherchez des quartiers où vous vous sentez en sécurité.



Trouvez un pharmacien local. Vous pouvez vous adresser à un pharmacien pour obtenir des conseils en matière de santé. Il y a beaucoup de pharmaciens qui parlent des langues différentes.



Il y a plusieurs événements à faible coût au centre-ville. Parfois, ils sont même gratuits.



## Contrats de location

Si vous louez un logement, on vous appelle un **locataire**. Le propriétaire du bien immobilier est appelé un **bailleur**. Le gouvernement de l'Alberta a des règles strictes pour protéger à la fois le locataire et le bailleur. Il s'agit de la **Loi sur la location de locaux d'habitation**.

<https://www.alberta.ca/residential-tenancies-act-handbook-and-reference-guide.aspx>

Avant d'emménager, vous devez signer avec votre bailleur un contrat légal appelé contrat de location ou **bail**. Il protège vous et votre bailleur.

**REMARQUE:** Ne pas signer de bail dans un nouvel endroit avant que votre bail actuel ne soit expiré. Si vous signez plus d'un bail, vous êtes tenu de payer les deux. Cela va être très coûteux!

### Il faut comprendre votre bail, y compris :

- Les dates du bail - cela peut être un mois, six mois, un an, ou autre chose
- Le montant du loyer, les éléments inclus dans le paiement de votre loyer et le moment où vous devez payer
- La personne à contacter pour les services publics (chauffage, eau, électricité) s'ils ne sont pas inclus dans votre loyer
- Le nombre d'adultes qui peuvent vivre avec vous (limite d'occupation). Vous devez préciser le nom complet de toutes les personnes qui vivent dans le logement
- La personne à contacter en cas de problème de sécurité ou d'entretien

Un bailleur doit veiller à ce que votre logement locatif soit sûr et en bon état à tout moment.

Un locataire est tenu de payer son loyer, même si vous pensez que le bailleur ne respecte pas le contrat.

Un bailleur ne peut pas vous forcer à déménager si vous respectez les règles et si vous exercez vos droits en vertu de la Loi sur la location de locaux d'habitation ou de la Loi sur la santé publique.

## Rapport d'inspection et dépôt de garantie

Les bailleurs et les locataires doivent établir un rapport d'inspection au moment de l'emménagement et du déménagement. Ce rapport décrit l'état de la propriété au moment où vous emménagez. Il y a un autre rapport lorsque vous déménagez.

Vous pouvez vous servir du rapport d'inspection pour vous protéger. Cela atteste que vous n'avez pas causé de dommages avant votre emménagement. Il est important de vérifier si des éléments comme les tapis ou les armoires ont été endommagés.

Vous devez payer un **dépôt de garantie** lorsque vous louez une propriété. Si quelque chose est cassé ou endommagé, votre propriétaire utilise votre dépôt de garantie pour le réparer ou le remplacer.

Si quelque chose a besoin d'être réparé, informez immédiatement votre gestionnaire immobilier ou votre bailleur. Par exemple, une fuite d'eau risque d'entraîner des problèmes plus importants, tels que des problèmes de pourriture ou de moisissure. Si vous ne prévenez pas votre bailleur, vous risquez de perdre la totalité de votre dépôt de garantie, et même plus! Il faut nettoyer votre logement. Les propriétaires ont parfois une liste de ce que vous devez nettoyer.



## Entretien et sécurité du logement

En tant que locataire, vous avez certaines responsabilités. Il faut prendre soin de votre logement pour assurer votre sécurité et celle de vos voisins.

### Détecteur de fumée

Si votre détecteur de fumée retentit et qu'il y a un **incendie**, faites sortir votre famille et composez le **911**. Si le détecteur de fumée retentit et qu'il n'y a pas d'incendie, ouvrez une fenêtre ou une porte pour évacuer la fumée. Vous devez changer les piles de votre détecteur de fumée deux fois par an!

### Poêles et fours

Nettoyez votre four au moins deux fois par an. Il ne faut pas le laisser fumer ou dégager une mauvaise odeur.

### Déchets et recyclage

Plus de 90 % des habitants d'Edmonton font du recyclage. Il faut séparer vos déchets de votre recyclage. La ville d'Edmonton ramasse vos déchets et votre recyclage toutes les semaines, le même jour de la semaine, toute l'année.

Les **déchets** vont dans un sac (de n'importe quelle couleur). Il ne doit pas peser plus de 20 kg.

- Déchets alimentaires
- Articles usés
- Couches
- Styromousse



Le **recyclage** va dans un sac **bleu**. Il faut rincer les conteneurs avant de les mettre dans le sac.

- Papier, journaux, cartons
- Boîtes de conserve
- Bocaux et bouteilles en verre
- Conteneurs et sacs en plastique



*\*Les Canadiens agissent de leur mieux pour aider l'environnement. Pour les résidents d'Edmonton qui habitent dans des maisons, la ville est passée à une collecte des déchets par chariot, avec une collecte séparée pour les restes de nourriture et les déchets de jardin saisonniers. Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site [edmonton.ca/waste](http://edmonton.ca/waste).*

### Plomberie

Vous pouvez mettre fin aux problèmes de plomberie. Voici quelques conseils pour maintenir vos tuyaux propres.

- Mettez les restes de nourriture ou les graisses à la poubelle. Ne jetez pas d'aliments ou d'huiles dans l'évier. Même une petite quantité risque de boucher ou de bloquer le système d'évacuation et sa réparation vous coûtera cher.
- Seuls les déchets humains et le papier toilette peuvent être jetés dans les toilettes. Mettez les couches, les produits d'hygiène féminine et les serviettes de papier à la poubelle.
- Si les tuyaux de votre évier ou de vos toilettes sont bloqués, essayez d'abord d'utiliser une ventouse. Vous pouvez acheter une ventouse économique dans un magasin à prix réduits. Si cela ne résout pas la situation, prévenez immédiatement votre bailleur. Il se peut que vous deviez assumer le coût d'un plombier professionnel.

**CONSEIL:** Pour déboucher correctement, assurez-vous que la ventouse est complètement étanche autour du drain. Ensuite, poussez lentement la ventouse de haut en bas, à plusieurs reprises. Assurez-vous que la partie inférieure de la ventouse est scellée au drain.



Les constructeurs se servent du bois pour fabriquer les maisons au Canada. Si le bois devient humide, vous risquez de devoir effectuer des réparations très coûteuses. Il est très important de veiller à ce que toutes les surfaces restent sèches, y compris le sol et les comptoirs. Si vous renversez de l'eau, essuyez-la immédiatement. Évitez que vos enfants utilisent la salle de bains comme salle de jeux.

**L'eau sur le plancher risque de s'infiltrer. Cela fait pourrir le plancher en bois qui se trouve en dessous. La réparation de ce problème est très coûteuse. Il est souvent plus coûteux que votre dépôt de garantie.**

## Surveillance des enfants

Edmonton est une ville sûre. En général, les personnes respectent les règles pour assurer la sécurité.

**Le saviez-vous?** La surveillance de vos enfants est votre responsabilité. Partout! Les enfants ont besoin d'un adulte pour les surveiller à la maison dans les endroits dangereux, comme la cuisine et la salle de bain.

De plus, même si vous connaissez vos voisins, il est toujours de votre responsabilité de surveiller vos enfants dans les espaces publics communs (couloirs, ascenseurs/escaliers, hall d'entrée, et dans tous les espaces extérieurs). Assurez-vous qu'ils sont respectueux et pas trop bruyants. En cas de problème, vous êtes responsable.



## Nuisibles

Il est possible que vous trouviez des nuisibles comme des souris, des punaises de lit et d'autres insectes à l'intérieur de votre logement. Si vous sortez les poubelles tous les jours et maintenez votre maison propre, cela vous aidera à garder les nuisibles dehors, là où ils doivent être! Il est également important de bien laver tout ce que vous avez acheté dans un **magasin d'articles d'occasion**. Ou peut-être quelqu'un vous a donné des objets usagés pour vous aider à vous installer dans votre logement. Utilisez de l'eau chaude et du détergent dans votre machine à laver pour laver ces objets



Certaines choses sont trop grandes pour votre machine à laver. Pour les articles plus grands tels que les meubles, examinez-les très attentivement. S'il est composé de tissu ou de coussins, faites-le **nettoyer par un professionnel** avant de l'introduire dans votre logement. Ne prenez jamais de matelas de lit usagés! Les **punaises de lit** sont microscopiques et il est difficile de les voir. Ils sont source de problèmes, car ils se multiplient très rapidement dans un matelas.

Vous pouvez constater des piqûres de punaises de lit sur toute zone de votre peau non couverte lorsque vous dormez. Ils se présentent sous la forme de bosses rouges qui démangent. C'est généralement le premier symptôme de la présence de punaises de lit. Si vous soupçonnez la présence de nuisibles dans votre logement, notamment de punaises de lit, informez-en immédiatement votre bailleur avant qu'ils ne se propagent à vos voisins.

## Chauffage

Plusieurs logements sont équipés d'une ventilation au sol pour chauffer le logement. Vous pouvez ouvrir et fermer ces événements si vous voulez augmenter ou diminuer la chaleur dans une pièce. Ne pas balayer la saleté dans les événements. Cela bloquera l'air dans les filtres et empêchera que la chaleur réchauffe votre logement. Avant de sortir ou de vous coucher le soir, fermez toutes vos fenêtres.

Les tuyaux sont souvent à l'intérieur des murs. Si la température extérieure est très basse, ces tuyaux peuvent geler et éclater. Vous risquez d'avoir un dégât des eaux si cela se produit.



## Établissez des liens avec votre communauté

Edmonton accueille de nombreuses organisations ethnoculturelles différentes. Il faut simplement trouver celles qui vous conviennent! Le soutien communautaire est différent selon les pays. Vous avez appris que les Canadiens valorisent l'individualisme. Cela veut dire que vous devez sortir et trouver votre communauté. N'attendez pas que votre communauté vous trouve. Recherchez les lieux de rassemblement des gens : ligues et salles communautaires, centres de loisirs, lieux de culte et même les groupes culturels sur Facebook.

### Groupes communautaires ethnoculturels

Vous pouvez habiter dans un quartier et ne pas avoir l'impression d'en faire partie. Il y a beaucoup de groupes et d'organismes différents à Edmonton qui veulent vous mettre en contact avec des Edmontoniens plus expérimentés. Le Centre interculturel d'Edmonton [Edmonton Intercultural Centre] est un bon point de départ.

**Le Centre interculturel d'Edmonton** est situé dans la communauté McCauley. Il compte de nombreuses organisations à but non lucratif qui défendent l'antiracisme, l'inclusion, le partage et l'apprentissage interculturels.

- Multicultural Health Brokers Co-op Ltd – Aide les femmes enceintes, les nouveaux parents ainsi que leurs familles
- Edmonton Multicultural Coalition – Relations avec les communautés ethnoculturelles
- Intercultural Child and Family Centre – Aide les enfants et les familles provenant de milieux culturels différents
- Centre for Race and Culture – Sensibilise au racisme et encourage la compréhension entre les cultures
- Filipino-Canadian Saranay Association of Alberta – Accueille toutes les nationalités, pas uniquement les Philippines
- Multicultural Family Resource Society – Engagé à améliorer le bien-être des immigrants

- Changing Together – Des femmes immigrantes au service d'autres femmes immigrantes
- The Council for the Advancement of African Canadians in Alberta – Soutien tous les membres, quels que soient leurs intérêts et leurs capacités
- Chinese Cultural Promotion Society – Aide à connecter les personnes qui parlent le mandarin

Pour en savoir plus sur les groupes mentionnés ci-dessus :

**Site Web :** [www.edmontoninterculturalcentre.ca](http://www.edmontoninterculturalcentre.ca)

**Courriel :** [edmontoninterculturalcentre@gmail.com](mailto:edmontoninterculturalcentre@gmail.com)

**Téléphone :** (780) 756-2655

Impliquez-vous! Si vous souhaitez vous lancer dans la création d'un groupe social et d'une communauté, visitez **Action for Healthy Communities (AHC)**. L'AHC offre un programme de développement communautaire dans lequel vous pouvez trouver différentes communautés qui travaillent ensemble pour améliorer leur situation. Pour de plus amples informations et pour vous inscrire, composez le (780) 944-4687.

### La Somali Canadian Women and Children

**Association (SCWCA)** se consacre aux préoccupations spécifiques des femmes immigrées et réfugiées et de leurs familles. À travers des collaborations communautaires, la SCWCA crée des programmes, promeut des opportunités et établit des liens pour soutenir des communautés saines et dynamiques. Contactez directement SCWCA au (780) 756-1175.



## Les personnes au Canada

En vous installant à Edmonton, il est utile de comprendre l'histoire du multiculturalisme canadien. Avant toute politique officielle d'immigration, les quatre principaux groupes de personnes au Canada étaient les suivants :

- Les **peuples autochtones** sont les personnes dont leurs ancêtres vivaient au Canada avant l'arrivée de personnes (explorateurs) venues d'Europe. Il existe trois groupes de peuples autochtones : Premières Nations, Inuits et Métis.
- Les **Canadiens français** sont les personnes originaires de France qui se sont établies le long de la côte atlantique du Canada (les Acadiens), les personnes originaires du Québec et les personnes vivant dans les petites communautés francophones du Canada.
- Les **Québécois** sont les personnes qui vivent dans la province de Québec et qui sont généralement les descendants des colons français des années 1600.
- Les **Canadiens anglais** sont les personnes ayant des ancêtres originaires d'Angleterre, du Pays de Galles, d'Écosse et d'Irlande qui se sont installés au Canada à partir des années 1700.

## Francophonie Albertaine Plurielle (FRAP)

Le Canada a une longue histoire de personnes provenant de pays européens francophones et anglophones. De nos jours, le français est la première langue officielle parlée pour 22,8% des Canadiens. Si vous parlez français, la Francophonie Albertaine Plurielle (FRAP) peut vous aider dans le cadre du programme PASE. PASE accueille les nouveaux arrivants qui sont francophones et vivent à Edmonton et à Fort McMurray.

La FRAP propose des services pour aider les adultes, les jeunes et les familles francophones (parlant français) à trouver leur place à Edmonton. Ils sont en mesure de vous fournir des informations, une orientation, une évaluation des besoins et de vous orienter vers d'autres programmes, afin de vous aider à nouer des liens dans votre communauté. Ils offrent également des services d'interprétation, de traduction, de conseillers pour la jeunesse, de transport, de conseil en cas de crise, de commissaire public à l'assermentation, de formation informatique de base et de cercles de conversation en anglais. FRAP figure sur la liste des **contacts utiles** à la fin de ce guide.

## La communauté francophone à Edmonton

### Volontaires unis dans l'action au Canada

Plus de 500 bénévoles gèrent la Canadian Volunteers United in Action Society/L'Association des Volontaires unis dans l'action au Canada (CANAVUA). CANAVUA établit un lien entre les personnes qui veulent faire du bénévolat et les organisations qui ont besoin de bénévoles qui parlent français. CANAVUA trouve des bénévoles, assure leur formation et les envoie à différents projets. Vous pouvez les rencontrer à Edmonton dans leur camion-cantine chaque automne, printemps et été.

**Souhaitez-vous faire du bénévolat?** Composez le (780) 729-1709 ou visitez [www.canavua.org](http://www.canavua.org)

Vous pouvez également joindre CANAVUA si vous avez besoin de nourriture, si vous voulez vous inscrire à un cours de préparation au permis d'apprenti conducteur de l'Alberta (classe 7), si vous voulez trouver un chauffeur ou un interprète pour vos rendez-vous médicaux, ou si vous voulez plus d'informations.

### La Cité

En 1944, l'Association des Canadiens français de l'Alberta a exprimé le besoin d'un centre culturel. Ils ont commencé à construire le centre en 1997. La plupart des organisations francophones se trouvent maintenant dans ce bâtiment. Vous pouvez trouver des services pour toutes sortes de choses, y compris vos besoins culturels, sociaux et commerciaux. La Cité est le lieu où les francophones et les autres membres de la communauté d'Edmonton se rencontrent pour découvrir la culture canadienne-française.

Connaissez-vous la légende du Canoë volant (La Chasse-Galerie)?

Chaque hiver, La Cité aide à organiser l'un des festivals les plus populaires d'Edmonton. Vous découvrirez la légende du canoë volant, le ravin de Mill Creek et vous apprendrez à connaître les voyageurs.

Il y a des lumières, de la musique, des histoires et des danses pour découvrir le folklore des Canadiens français et des Premières Nations.

Pour de plus amples informations sur le festival, consultez le [www.flyingcanoevolant.ca](http://www.flyingcanoevolant.ca)

Vous pouvez trouver La Cité dans la liste sous **Contacts pour la communauté** d'Edmonton à la fin de ce chapitre.



### Plus de personnes au Canada

Les politiques d'immigration au Canada ne cessent de changer et de se développer. Edmonton a le privilège d'accueillir des personnes du monde entier qui souhaitent s'installer avec leur famille. De nos jours, il y a environ 300 000 nouveaux immigrants qui arrivent au Canada chaque année. C'est l'un des taux d'immigration par habitant les plus élevés de tous les pays du monde! En 2019, près de huit millions d'immigrants titulaires de la résidence permanente vivaient au Canada. Cela représente environ 21,5 % de la population canadienne dans son ensemble (Statista.ca). Vous pouvez apprécier l'attitude multiculturelle du Canada. Le Canada a des politiques d'immigration modernes. Le Canada ne tolère pas les crimes motivés par la haine et le racisme.

### Diversity in Edmonton: Festival City

Edmonton célèbre la diversité lors du festival annuel

**Heritage Days** [Journées du patrimoine]. Parfois, les gens surnomment Edmonton la ville des festivals.

Il existe de nombreux festivals communautaires différents tout au long de l'année. Le temps froid d'Edmonton ne ralentit pas les Edmontoniens! Un festival est un jour de fête. Les festivals peuvent inclure des concerts, des pièces de théâtre, des repas ou des films. Vous pouvez découvrir votre festival préféré chaque année à la même période et au même endroit.

Le **festival Heritage Days** est organisé au Hawrelak Park pendant trois jours au mois d'août. Les différents groupes culturels ont des kiosques avec de la nourriture et des objets culturels à acheter. Vous pouvez vous renseigner sur plus de 100 pays différents. Vous pourrez profiter de spectacles gratuits répartis sur plus de 25 scènes.



### Communauté 2ELGBTQQIA+

Canada respecte vos droits civils. C'est le premier pays à l'extérieur de l'Europe à légaliser le mariage entre des personnes du même sexe (2005). 2ELGBTQQIA+ est l'acronyme de deux esprits, lesbien, gay, bisexuel, transgenre, queer, en questionnement, intersexe et asexuel (2ELGBTQQIA+). Le symbole [+] vous permet de faire une identification qui a du sens pour vous. Edmonton vous soutient. Votre orientation sexuelle n'a pas d'importance. Le défilé de la fierté est l'une des façons dont Edmonton soutient la communauté 2ELGBTQQIA+ chaque année en juin.

Pour en savoir plus, contactez le **Pride Centre of Edmonton** :

Site Web : [pridecentreofedmonton.ca](http://pridecentreofedmonton.ca)

Courriel : [hello@pridecentreofedmonton.ca](mailto:hello@pridecentreofedmonton.ca)

Téléphone : (780) 488-3234





## Trouvez votre communauté

*\*Si vous êtes d'humeur sociale et que vous souhaitez vous joindre à un groupe, un prestataire de services d'établissement peut vous aider. Consultez la section **Contacts utiles à la fin de ce guide.***

L'expert Milton Bennett affirme que la culture est « la façon dont nous faisons les choses par ici ». Comment faisons-nous les choses au Canada? Nous nous efforçons de trouver des points communs et de nouer des relations à partir de là. Aimez-vous le bowling, la pêche ou le tricot? Aimez-vous essayer de nouveaux aliments, faire des promenades ou regarder des films? À Edmonton, il y a des groupes pour chacun. Ces groupes se réunissent souvent dans des espaces neutres, comme des parcs ou des restaurants. Votre maison est normalement réservée à votre famille et à vos amis proches.

### Communauté des personnes âgées

**Le Programme de sensibilisation multiculturel pour les aînés** soutient les personnes âgées immigrées qui se sentent très seules ou isolées des autres. Si vous êtes une personne âgée et que votre famille fait partie de l'un des groupes suivants, vous pouvez vous joindre à ce programme : les communautés kurde, coréenne, ex-Yougoslave, hispanophone, érythréenne, russophone d'Europe de l'Est, sud-soudanaise, oromo, syrienne, vietnamienne et bhoutanaise. Ce programme est proposé conjointement par la Seniors Association of Greater Edmonton (SAGE) et Multicultural Health Brokers (MCHB).





## Êtes-vous prêt à rencontrer des personnes?

Il y a de nombreux jeunes adultes célibataires qui vivent à Edmonton. Vous devrez peut-être acquérir un nouveau passe-temps pour rencontrer de nouvelles personnes et trouver un cercle d'amis proche. Est-ce que vous pouvez être assez courageux pour essayer quelque chose de nouveau?

Fréquentez les espaces sociaux. Joignez-vous à un sport d'équipe ou à un groupe d'exercice. Les salles communautaires accueillent des événements sociaux. Vous pouvez également opter pour un café qui propose des espaces de travail en commun où il faut partager une table avec des inconnus.

**Connectez-vous.** Servez-vous des médias sociaux pour trouver des événements intéressants auxquels participer. Facebook et Meetup présentent de nombreux événements auxquels vous pouvez participer seul ou avec un ami.

**Faire du bénévolat.** Choisissez quelque chose qui vous tient à cœur. La banque alimentaire d'Edmonton, la mission Hope, le Boys and Girls Club, et même les bibliothèques ou les centres culturels sont à la recherche de bénévoles!

**N'oubliez pas de sourire.** Si vous avez l'air sympathique, les personnes vous parleront. Vous pouvez pratiquer votre anglais en racontant votre vie et votre expérience à d'autres personnes.





## Bibliothèque publique d'Edmonton

Vous pouvez vous renseigner sur ce qui se passe dans votre communauté en visitant une bibliothèque publique d'Edmonton.

### La bibliothèque publique d'Edmonton est un endroit pour :

#### Rencontrer

- Cercles de conversation LACE et de multiples autres programmes
- Activités adaptées à tous les âges, y compris des clubs de lecture

#### Apprendre

- Ressources d'apprentissage en ligne, y compris des ressources en anglais
- Aide aux devoirs en ligne
- Des ressources pour enseigner des compétences, comme comment utiliser un ordinateur.
- Services d'espace de création, y compris l'impression 3D

#### Jouer

- Programmes pour enfants (les parents doivent être là pour superviser)
- Jeux vidéo
- Activités extrascolaires

#### Réussir

- Soutien à la recherche d'un emploi
- Utilisation des ordinateurs, des photocopieurs, des télécopieurs et des imprimantes (les services d'impression et de copie sont payants).

#### Détendre

- Des espaces accueillants pour tous

Avez-vous besoin d'une connexion internet? La couverture pour les téléphones portables en Alberta est largement disponible. Vous trouverez des réseaux 3G et 4G dans toute la province, le réseau 4G LTE le plus rapide du Canada étant disponible à Edmonton. Visitez une bibliothèque pour avoir accès au wifi public gratuit ou pour utiliser ses ordinateurs – pas besoin d'être membre! Cependant, l'adhésion à l'EPL ne coûte rien et vous donne aussi accès aux :

- Cartes de bibliothèque gratuites
- Services gratuits
- Livres et films gratuits (disponibles dans de nombreuses langues)
- Musique gratuite
- Contenu en ligne gratuit

Visitez [www.epl.ca](http://www.epl.ca) pour en savoir plus. Avec plus de 20 bibliothèques à Edmonton, vous pouvez en trouver une près de chez vous!





## Une journée dans la vie de...

Adam a déménagé au Canada avec sa femme il y a trois mois. Dans son pays d'origine, ils vivaient avec sa famille élargie. Sa grande famille et ses amis lui manquent beaucoup.

Le mois dernier, son nouvel ami Moe lui a invité à une réunion communautaire chez lui. Adam était ravi à l'idée de rencontrer des personnes de sa communauté pour parler de sa vie dans son pays d'origine. Plus tard, il les a toutes invitées à son propre appartement.

Les voisins d'Adam ont porté plainte pour le bruit. Ils ont trouvé que les invités d'Adam étaient très bruyants à l'intérieur de l'appartement et dans le couloir.

Adam était très en colère contre son voisin. Il ne comprenait pas pourquoi il était difficile d'inviter des amis chez lui. Les personnes aiment écouter de la bonne musique, n'est-ce pas?



### Aspect culturel à prendre en compte :

Le respect des règles peut être différent selon les cultures. Au Canada, il y a des conséquences si vous ne respectez pas les règles. Comme Adam, parfois vous ne connaissez même pas les règles! Les communautés, les villes, les quartiers, les bâtiments et autres espaces publics et privés obéissent à des normes.

Les normes culturelles sont des choses qui sont « normales » ou courantes dans une culture. Les normes ne sont souvent écrites nulle part. Il est possible de mettre fin aux malentendus et de créer la paix si vous connaissez les normes. Un grand nombre de Canadiens aiment les espaces calmes et la norme culturelle est donc d'être silencieux. Il est de votre responsabilité, en tant que nouvel arrivant, d'apprendre les règles locales ainsi que la façon dont nos droits et responsabilités favorisent la paix dans les communautés.



## Explorez Edmonton

Votre établissement à Edmonton devrait être une expérience positive. La meilleure façon pour vous et votre famille de vous intégrer à la vie quotidienne à Edmonton est d'explorer et de vous impliquer. Vous pouvez faire de nombreuses activités. Vous pouvez faire du bénévolat. Vous pouvez participer à des événements communautaires. Vous pouvez faire toutes ces choses sans avoir à dépenser beaucoup d'argent. Le programme d'accès aux loisirs (LAP) vous propose des activités peu coûteuses que vous pouvez essayer.

### Programme d'accès aux loisirs (LAP)

Le programme LAP vous permet d'essayer de nouvelles choses. Si vous satisfaites aux conditions de faible revenu, vous pouvez demander à utiliser certains centres de loisirs à un prix réduit.

Si vous souhaitez vous inscrire, envoyez votre **demande** par courrier ou apportez-la dans l'un des centres de loisirs près de chez vous. Si la demande est acceptée, on vous remet une carte de membre pour un an.

\* Avec une seule demande, vous avez la possibilité de vous inscrire aux programmes **Accès aux loisirs et Transport en commun** pour les résidents à faibles revenus, ce qui vous donne accès aux centres de loisirs, aux activités, PLUS une **réduction de 50 % sur les abonnements mensuels d'autobus**. Pour compléter la demande de LAP, rendez-vous dans votre centre de loisirs local ou visitez : [www.edmonton.ca/lap](http://www.edmonton.ca/lap)

Avec votre adhésion, vous pouvez utiliser :

- les **centres de loisirs** intérieurs d'Edmonton : gymnases, équipements d'exercice, cours de fitness et piscines intérieures.
- les cinq **piscines extérieures** d'Edmonton (plus trois autres qui sont situées sur des terrains de golf) : passez votre été au bord de la piscine!

- les **arènes de glace intérieures** d'Edmonton : patinage sur glace, compétitions de curling et, bien sûr, les matchs de hockey
- les **installations spéciales** d'Edmonton : City Arts Centre, le parc Fort Edmonton et le conservatoire Muttart (entrée gratuite pendant un an avec votre LAP).

### Carte Access 2

La carte Access 2 est destinée aux personnes de tous âges et de tous types de handicaps permanents qui nécessitent l'assistance d'une personne de confiance. Lorsqu'un titulaire de carte présente la carte Access 2 à un cinéma participant ou à une attraction sélectionnée à travers le Canada, la personne de confiance reçoit alors une entrée gratuite ou à prix réduit. La personne handicapée doit payer le prix d'entrée normal.

Il y a des frais de 20 \$ (carte valable 3 ans) ou de 30 \$ (carte valable 5 ans) pour acquérir la carte Access 2. Actuellement, environ une douzaine de sites différents participent à la carte Access 2 à Edmonton, y compris le Royal Alberta Museum et le Telus World of Science. Pour en savoir plus, vous pouvez aller en ligne [www.access2card.ca](http://www.access2card.ca).

**Maintenant, vous en savez un peu plus sur Edmonton. Par quoi allez-vous commencer?**



### Avez-vous besoin d'aide rapidement et facilement?

Vous pouvez obtenir des réponses à la plupart de vos questions en un seul coup de fil. C'est **GRATUIT!**

**Composez le 211** for information about community, social, health and government services.

Vous pouvez appeler 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, dans plus de 170 langues. Les spécialistes communautaires vous aident en matière de :

- vos besoins fondamentaux (nourriture, vêtements, logement)
- la recherche d'un soutien financier
- ressources d'emploi
- soutien parental
- groupes de conseil/de soutien
- services de santé
- services juridiques
- et BEAUCOUP plus!

### Fournisseurs de services d'établissement

En tant que nouvel arrivant au Canada, vous nécessitez de l'aide à un moment ou à un autre. Adressez-vous d'abord à un Fournisseur de services d'établissement! Ils vous facilitent la vie, car ils :

- vous donnent des informations
- parlent votre langue
- comprennent votre culture

Il est parfois difficile de construire sa vie dans un nouvel endroit. Il y a beaucoup de nouvelles expériences - une nouvelle culture, une nouvelle langue, un nouveau mode de vie. Il se peut que vous ayez beaucoup de questions sur ce qu'il faut faire.

- Comment puis-je élever mes enfants au Canada?
- Où puis-je trouver de l'aide pour mes problèmes de mariage?
- Comment puis-je apprendre l'anglais et obtenir un emploi?
- Où puis-je aller si ma famille n'a pas assez à manger?
- Quels programmes sont utiles pour aider mes enfants à trouver de bons modèles de comportement?

Nous pouvons vous aider à trouver des réponses à ces questions et à bien d'autres encore.

Visitez un Fournisseur de services d'établissement répertorié dans la section **Contacts utiles** à la fin de ce guide.

Si vous recherchez une organisation fondée sur la foi islamique, l'**Islamic Family and Social Services Association (IFSSA)** est là pour vous aider. L'IFSSA accompagne les nouveaux arrivants alors qu'ils s'installent dans leur nouvelle vie et se familiarisent avec les nouveaux systèmes au Canada. Ils vous aident à vous installer de manière pacifique au Canada et à accroître votre indépendance.

Plus d'informations :

**Site Web:** [www.ifssa.ca](http://www.ifssa.ca)

**Appelez ou envoyez un SMS à la ligne d'assistance téléphonique gratuite de l'IFSSA :** (780) 900-2777

\*La ligne est ouverte de 10h00 à 22h00, sept jours sur sept (à l'exception des jours fériés).

Vous pouvez vous sentir en sécurité. L'IFSSA met à disposition des professionnels sensibles à des aspects culturels et spirituels pour répondre aux appels téléphoniques et aux textos. Ils offrent leur soutien, leurs conseils, leur réconfort, leurs informations et leurs ressources dans plus de cinq langues.

**Vous considérez le suicide? Stressé? Vous êtes victime d'abus? Si vous ou une personne que vous connaissez est en situation de crise, appelez la**

**Ligne de détresse  
(780) 482-HELP (4357)**

**En situation de crise, il est parfois plus facile de parler. C'est une conversation sûre, 100 % confidentielle, en tête-à-tête avec un membre de l'équipe de soutien.**



## Y a-t-il une urgence?

Avez-vous des craintes pour votre sécurité ou celle d'une autre personne? Y a-t-il un incendie? Y a-t-il eu un accident?

**Composez le 911** en cas d'**urgence**. Si vous avez besoin des services d'un pompier, d'une ambulance ou de la police, vous devez composer le 911 immédiatement. Expliquez à vos enfants comment composer le 911. Ils doivent composer le 911 **UNIQUEMENT** en cas d'**URGENCE**.

### Language Line! Demander un interprète.

**\* Si vous-même ou votre enfant avez appelé le 911 par accident :**

- Restez au téléphone ou rappelez-les. Expliquez que l'appel était par erreur.
- Il est possible que la police vienne vérifier que tout le monde est en sécurité.



**Police**



**Incendie**



**Ambulance**

## Avez-vous besoin d'informations sur les activités de loisirs et les services et événements de la ville?

**Composez le 311** pour poser vos questions. Vous pouvez obtenir des réponses de 7 h à 19 h, sept jours sur sept (sauf les jours fériés).

Le 311 peut vous aider si vous avez besoin de déposer une plainte, de faire un rapport non urgent ou d'obtenir des réponses à vos questions sur :

- les services d'autobus et de train
- les animaux perdus ou abandonnés
- les règlements et les règles de la ville
- les informations sur les déchets et les éco-stations
- l'entretien des rues et des trottoirs.
- la réservation de visites guidées et de réservations
- et BEAUCOUP plus!

### IMPORTANT

Contactez un **Fournisseur de services d'établissement local** pour vous entretenir avec un conseiller d'établissement. Vous allez y recevoir des informations précises pour les nouveaux arrivants!

**\*Pour une liste des services de la ville, visitez [311.edmonton.ca/reports/list\\_services](http://311.edmonton.ca/reports/list_services)**



## Pour de plus amples informations sur la Communauté d'Edmonton, veuillez consulter le site Internet.

- 211 Edmonton - [edmonton.cmha.ca/programs-services/211-alberta-edmonton-and-area/](https://edmonton.cmha.ca/programs-services/211-alberta-edmonton-and-area/)
- 311 Edmonton (y compris les services de transport en commun)- [www.edmonton.ca/programs\\_services/311-city-services.aspx](https://www.edmonton.ca/programs_services/311-city-services.aspx)
- Help Seeker (Trouvez des ressources pour avoir accès à des services de logement, de santé mentale, d'aide alimentaire, de loisirs, de conseil, d'aide à l'éducation, etc.) - [helpseeker.org/alberta/edmonton/](https://helpseeker.org/alberta/edmonton/)
- Alberta's Government Indigenous Relations - [www.alberta.ca/indigenous-relations.aspx](https://www.alberta.ca/indigenous-relations.aspx)
- Association canadienne-française de l'Alberta (ACFA) | Services francophones régionaux d'Edmonton - [www.acfaedmonton.ab.ca](https://www.acfaedmonton.ab.ca)
- Résultats des recensements de la ville d'Edmonton - [www.edmonton.ca/city\\_government/facts\\_figures/municipal-census-results.aspx](https://www.edmonton.ca/city_government/facts_figures/municipal-census-results.aspx)
- Historique du projet Walterdale de la ville d'Edmonton - [www.edmonton.ca/projects\\_plans/walterdale-bridge](https://www.edmonton.ca/projects_plans/walterdale-bridge)
- Dialog Design (Walterdale Bridge) - [www.dialogdesign.ca/our-work/projects/walterdale-bridge/](https://www.dialogdesign.ca/our-work/projects/walterdale-bridge/)
- EF Community Leagues (Ligues communautaires) - [efcl.org/league-search](https://efcl.org/league-search)
- Edmonton Multicultural Coalition - [www.emcoalition.ca](https://www.emcoalition.ca)
- Ressource éducative sur la fierté d'Edmonton - [www.edmontonpride.ca](https://www.edmontonpride.ca)
- Bibliothèque publique d'Edmonton - [epl.bibliocommons.com/locations/](https://epl.bibliocommons.com/locations/)
- Système de transport en commun d'Edmonton (ETS) - [www.takeets.ca](https://www.takeets.ca)
- Planificateur de déplacements ETS - [etstripplaner.edmonton.ca/PlanYourTrip.aspx](https://etstripplaner.edmonton.ca/PlanYourTrip.aspx)
- L'immigration au Canada (Statistiques et faits) - [www.statista.com/topics/2917/immigration-in-canada/](https://www.statista.com/topics/2917/immigration-in-canada/)
- L'immigration en Alberta - [www.alberta.ca/immigration.aspx](https://www.alberta.ca/immigration.aspx)
- Accès aux loisirs et transport en commun (programmes pour les résidents à faibles revenus) - [www.edmonton.ca/lap](https://www.edmonton.ca/lap)
- La vie en Alberta, Travailler en Alberta, Vivre en permanence en Alberta - [www.alberta.ca/opportunity-alberta.aspx](https://www.alberta.ca/opportunity-alberta.aspx)
- Centre de la fierté d'Edmonton - [pridecentreofedmonton.ca](https://pridecentreofedmonton.ca)
- Réseau en immigration francophone de l'Alberta(RIFA) | Francophone Settlement Agency - [rifalberta.com](https://rifalberta.com)
- Loi sur la location de locaux d'habitation (RTA) - [www.alberta.ca/landlords-tenants.aspx](https://www.alberta.ca/landlords-tenants.aspx)
- Travel Alberta - [www.travelalberta.com](https://www.travelalberta.com)
- Very Well Mind - [www.verywellmind.com/what-are-individualistic-cultures-2795273](https://www.verywellmind.com/what-are-individualistic-cultures-2795273)
- Historique de Walterdale - [www.historicplaces.ca/en/rep-reg/place-lieu.aspx?id=9187](https://www.historicplaces.ca/en/rep-reg/place-lieu.aspx?id=9187)
- Services de gestion des déchets - [www.edmonton.ca/programs\\_services/garbage-recycling-waste.aspx](https://www.edmonton.ca/programs_services/garbage-recycling-waste.aspx)



## Contacts pour la communauté d'Edmonton

### Bent Arrow Traditional Healing Society

Au service des enfants, des jeunes et des familles autochtones d'Edmonton et de la région depuis 1994

Adresse : 11648 - 85 St. NW, Edmonton, AB T5B 3E5

Téléphone : (780) 481-3451

Site Web : [bentarrow.ca](http://bentarrow.ca)

### Edmonton Intercultural Centre

Siège du MCHB et d'autres organisations ayant une vision similaire de l'inclusion et de l'apprentissage interculturel

Adresse : 9538 - 107 Ave. (École McCauley), , Edmonton, AB T5H 0T7

Téléphone : (780) 756-2655

Site Web : [www.edmontoninterculturalcentre.ca](http://www.edmontoninterculturalcentre.ca)

### Valley Zoo d'Edmonton

Hébergement de plus de 350 animaux, axé sur la conservation

Adresse : 13315 Buena Vista Road, Edmonton, AB T5J 2R7

Téléphone : (780) 442-5311

Site Web : [www.edmonton.ca/attractions\\_events/edmonton-valley-zoo.aspx](http://www.edmonton.ca/attractions_events/edmonton-valley-zoo.aspx)

### Parc Fort Edmonton

Le plus grand musée d'histoire vivante au Canada

Adresse : 17000 - 143 St. NW, Edmonton, AB T6H 4P3

Téléphone : (780) 496-738

Site Web : [www.fortedmontonpark.ca](http://www.fortedmontonpark.ca)

### Hostel International Edmonton

L'auberge d'Edmonton offrant des logements temporaires

Adresse : 10647 - 81 Ave. NW, Edmonton, AB T6E 1Y1

Téléphone : 1-866-762-4122

Site Web : [hihostels.ca/en/destinations/alberta/hi-edmonton](http://hihostels.ca/en/destinations/alberta/hi-edmonton)

### La Cité

Le centre culturel francophone d'Edmonton

Adresse : 8627 rue Marie Anne Gaboury (91 St.) Edmonton, AB T6C 3N1

Téléphone : (780) 463-1144

Site Web : [www.lacitefranco.ca](http://www.lacitefranco.ca)



## Contacts pour la communauté d'Edmonton

### Conservatoire Muttart

Visitez les pyramides de verre pour admirer l'un des plus grands jardins botaniques du Canada

Address:	9626 - 96a St. NW, Edmonton, AB T6C 4L8
Phone:	(780) 496-8755
Website:	<a href="http://www.edmonton.ca/attractions_events/muttart-conservatory.aspx">www.edmonton.ca/attractions_events/muttart-conservatory.aspx</a>



**2**

## **Santé et bien-être**



## 2 Santé et bien-être

Que fera votre nouvelle communauté pour assurer votre sécurité et votre santé? Le Canada a un système de soins de santé qui couvre tout le monde. Dans ce chapitre, vous allez apprendre à connaître le système de soins de santé de l'Alberta, notamment la façon d'obtenir les services dont vous avez besoin, les services qui sont couverts et comment rester en bonne santé.

### Le système de santé de l'Alberta

- C'est gratuit (vos impôts contribuent à payer les soins de santé).
- Ce système aide les Canadiens à rester en bonne santé et à améliorer leur santé.
- Ce système couvre tous les services hospitaliers et médicaux si vous en avez besoin pour des raisons médicales.

#### Responsabilité

- Gérer sa propre santé.
- Connaître le moment où vous avez un rendez-vous médical et le moment où vous avez besoin de plus de médicaments.
- Fixer vos propres rendez-vous et vos rendez-vous de suivi.
- Demander un interprète (si vous ne comprenez pas l'anglais). Vous êtes en droit de tout comprendre sur votre santé.

#### The health care system does NOT cover:

- Lunettes de vue
- Médicaments sur ordonnance
- Ambulance
- Services dentaires
- Chirurgie esthétique

#### Services en français

Le **Réseau santé albertain** vous aide à obtenir des services de santé en français. Des bénévoles et des professionnels de la santé assurent que les francophones puissent recevoir des soins médicaux compréhensibles.

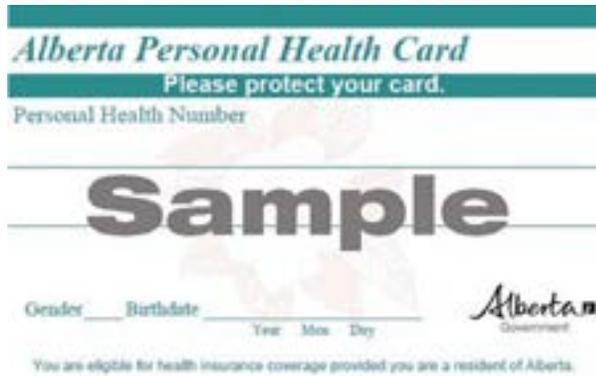
Plus d'informations : [www.reseausantealbertain.ca](http://www.reseausantealbertain.ca)



## Carte de santé de l'Alberta (AHC)

Il faut toujours avoir sa carte AHC à portée de main. Si vous avez des enfants, apportez leur carte AHC également. Si vous êtes marié ou avez un partenaire, celui-ci doit avoir une photo ou une copie de votre carte AHC.

- Vous devez présenter votre carte AHC chaque fois que vous utilisez un service de soins de santé.
- Votre carte AHC est une pièce d'identité. Il faut la protéger!
- Si vous voyagez vers d'autres provinces du Canada, vous pouvez également y utiliser votre AHC.



Exemple d'une carte de santé de l'Alberta

### Comment obtenir une carte de santé de l'Alberta

#### Étape 1 : Remplir le formulaire de demande.

Vous pouvez le télécharger sur le site du gouvernement de l'Alberta : [www.alberta.ca](http://www.alberta.ca).

#### Étape 2 : Rassembler les documents nécessaires.

Au moment de faire une demande d'AHC, il faut avoir des documents qui :

- démontrent que vous vivez en Alberta (Résidence en Alberta)
- révèlent votre identité (documents d'identité)
- prouvent que vous avez le droit d'être au Canada (statut légal)

##### Les documents de résidence de l'Alberta comprennent :

- les factures telles que les factures de services publics et de téléphone
- une hypothèque ou un contrat de location
- l'assurance habitation
- l'immatriculation d'un véhicule

##### Les documents d'identité et de statut légal comprennent :

- Carte de résident permanent (les deux côtés de la carte)
- Document d'entrée au Canada (recto-verso)

**\*Si vous ne présentez pas ces documents, votre demande ne sera pas acceptée.**

### Étape 3 : Soumettre la demande

#### En personne

Apportez le formulaire de demande dûment rempli ainsi que vos documents originaux à un **agent d'enregistrement agréé**. Ce service est gratuit.

Il se peut que vous deviez attendre cinq jours ou plus. Le bureau de l'AHCIP vous expédiera votre carte lorsqu'elle sera prête.

#### Par courrier

Envoyez votre formulaire de demande dûment rempli ainsi que des photocopies de vos pièces justificatives au bureau de l'AHCIP :

Alberta Health [Santé Alberta]

À l'attention de : Alberta Health Care Insurance Plan (AHCIP) PO Box 1360, Station Main  
Edmonton, AB T5J 2N3

Joindre des photocopies des pièces justificatives à votre demande. Les photocopies doivent présenter le recto et le verso du document. **Ne pas envoyer les documents originaux par la poste.**

Il se peut que vous deviez attendre jusqu'à six semaines. Le bureau de l'AHCIP vous expédiera votre carte lorsqu'elle sera prête. Lorsque vous recevez votre carte, il est judicieux de noter votre numéro de santé personnel dans un endroit sûr. Ainsi, si vous perdez votre carte, vous disposez toujours de vos informations.

#### Remplacement d'une carte de santé de l'Alberta perdue

Si vous perdez ou endommagez votre carte AHC, contactez le bureau de l'AHCIP. Vous pouvez commander une nouvelle carte.

Vous devez avoir votre numéro de santé personnel en main lorsque vous appelez. Ce numéro figure sur la carte. Ou, si vous avez perdu votre carte, trouvez le numéro que vous avez noté dans un endroit sûr.

**Heures de bureau :** 8h15 à 16h30 (du lundi au vendredi, fermé les jours fériés)

**Téléphone :** (780) 427-1432



## Confidentialité

Vos informations personnelles sont confidentielles. Les professionnels ne partagent pas vos informations de santé personnelles avec quelqu'un d'autre à part **vous**.

## Consentement éclairé

Au Canada, vous êtes responsable de votre propre santé.

Les soignants expliquent les traitements, les tests et autres procédures. Ils vérifient que vous comprenez. Ensuite, ils sollicitent votre permission ou votre consentement.

C'est ce qu'on appelle le consentement éclairé.

En général, vous signez des papiers pour donner votre consentement.

## Assurance maladie privée

Certains souscrivent une assurance maladie privée. Ils paient chaque mois pour cette assurance. C'est un excellent choix si vous avez de nombreux besoins médicaux.

Une assurance maladie privée est aussi une bonne idée si vous prenez régulièrement des médicaments sur ordonnance.

Certains employeurs incluent une assurance maladie privée dans les avantages sociaux qu'ils offrent à leurs employés.

Les personnes âgées (65 ans et plus) bénéficient d'une assurance maladie gratuite.



## Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI)

Si vous êtes une personne protégée, un réfugié réinstallé ou un demandeur d'asile, vous êtes admissible au Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI) pendant votre première année au Canada.

Le PFSI sert à payer les soins médicaux d'urgence ou les médicaments sur ordonnance, les soins dentaires, les lunettes et les services d'ambulance.

### Le PFSI vous permet de bénéficier d'un examen de la vue et de prendre en charge une partie du coût d'une paire de lunettes.

- Les enfants de moins de 18 ans ont droit à un examen de la vue gratuit par an dans le cadre de l'AHC.

### Le PFSI rembourse uniquement les urgences dentaires.

- Une urgence, c'est une situation où vous souffrez et que le dentiste doit enlever la dent. Les frais de nettoyage et d'obturation dentaire ne sont pas pris en charge.

Certains prestataires de soins de santé ne vous autorisent pas à utiliser le PFSI. Vérifiez en ligne ou posez la question avant d'utiliser les services de santé.

Certains médicaments ne sont pas couverts par le PFSI.

La plupart des personnes choisissent une pharmacie près de leur domicile. Mais souvenez-vous : Certaines pharmacies n'acceptent pas le PFSI. Il faut toujours demander avant de commander ses médicaments.

Ne payez pas pour vos médicaments si vous êtes un bénéficiaire du PFSI. Vous ne serez pas remboursés.



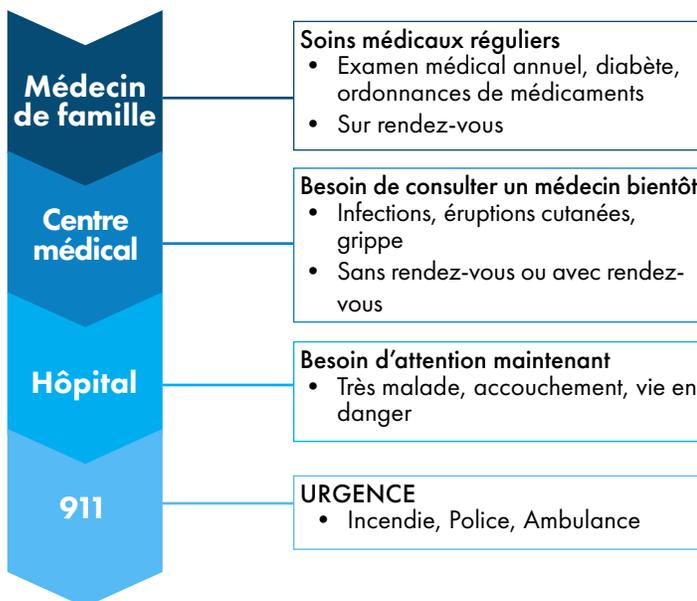


## Types de soins médicaux

Il y a plusieurs types de soins médicaux. Cela peut être source de confusion. La meilleure façon de trouver des informations médicales est de contacter Health Link.

### Health Link – Téléphone 811

Health Link est un service téléphonique qui fonctionne 24 heures sur 24. Vous pouvez parler à une infirmière. Les infirmières vous conseillent sur votre situation médicale. Les infirmières parlent anglais. Vous pouvez demander un interprète. L’infirmière de Health Link vous expliquera où aller pour obtenir des soins médicaux. Ce tableau présente les possibilités qui s’offrent à vous. Il existe de nombreux choix.



### Aspect culturel à prendre en compte :

Il est **NORMAL** de poser de nombreuses questions aux professionnels de la santé (médecins et infirmiers). C’est **VOTRE** santé. Ne vous privez pas de communiquer avec les professionnels de la santé à cause de la langue. Vous pouvez demander un interprète.

La chose la plus importante est de bien comprendre votre état de santé et d’obtenir les informations dont vous avez besoin.

Vous avez le droit de demander un deuxième avis sur votre diagnostic médical. Cela veut dire que vous pouvez vous adresser à un autre médecin.

**Language Line!  
Demander un interprète.**



## Médecin de famille

Un médecin de famille connaît vos antécédents médicaux. Ils vous voient chaque année. Ils vous voient quand vous êtes malade. Ils vous donnent des ordonnances pour des médicaments. Ils vous renvoient vers des médecins spécialistes (appelés aussi spécialistes). Il est préférable de désigner un seul médecin pour tous les membres de votre famille.

Pour trouver un médecin de famille, adressez-vous à un ami, un parent ou un parrain. Vous pouvez également vous adresser à un centre médical près de chez vous. Demandez si le médecin accepte de nouveaux patients.

Vous pouvez aussi joindre **Health Link Alberta** at 811 au 1-866-408-5465 (LINK).

Ou, ces sites Web :

- [albertafindadoctor.ca](http://albertafindadoctor.ca)
- [cpsa.ca](http://cpsa.ca)

## Examens physiques annuels

Visitez votre médecin de famille une fois par an pour rester en bonne santé. Ne consultez pas votre médecin seulement lorsque vous êtes malade.

Tous les membres de votre famille sont priés de passer un examen physique annuel.

Lors de votre examen annuel, votre médecin vous examinera pour détecter des maladies telles que le cancer, les maladies cardiaques, le diabète et les maladies du foie.

## Specialist Doctors

Les spécialistes sont susceptibles de voir un patient qu'une ou deux fois. Ils ont généralement de longues listes d'attente. Parfois, il faut attendre plusieurs mois. Votre médecin de famille peut vous adresser à un spécialiste. Cela est connu sous le nom de **renvoi**.

Les spécialistes peuvent être les suivants :

- Maladies infectieuses
- Pédiatre
- Obstétricien
- Oncologue



## Aspect culturel à prendre en compte :

**Soyez à l'heure pour vos rendez-vous médicaux.** Si vous êtes en retard ou si vous êtes obligé d'annuler, vous devez appeler leur bureau. Il se peut que vous deviez payer des frais de retard. Le médecin peut même refuser de vous voir à l'avenir.

Si vous manquez un rendez-vous, il se peut que des frais vous soient facturés. Il est également possible que vous deviez attendre des mois pour obtenir un nouveau rendez-vous avec un spécialiste.



## Centre de santé publique

Vous trouverez des infirmières de santé publique au sein des centres de santé publique. Vous pouvez également trouver des orthophonistes, des hygiénistes dentaires et des conseillers en santé mentale pour les enfants. Ils vous enseignent, répondent à vos questions de santé et fournissent d'autres services. Ils peuvent :

- effectuer une évaluation de santé ou un test et vous orienter vers les services de santé dont vous avez besoin
- faire vacciner vos enfants (le ministère de la Santé de l'Alberta a un calendrier de vaccination)
- dispenser gratuitement des traitements au fluor pour les enfants de 1 à 3 ans (pour renforcer leurs dents)
- vous informer sur la sécurité des casques de vélo et des sièges de voiture
- fournir des cours prénataux

## Service d'urgence des hôpitaux

Il faut toujours apporter les cartes de soins de santé (AHC), les cartes de résident permanent (RP) et les assurances supplémentaires que vous pourriez avoir pour tous les membres de la famille.

- Prévoyez une longue attente. Apportez des collations et de l'eau. Vous pouvez également avoir besoin de couches, de jouets et d'une couverture.
- Vous pouvez faire appel à un interprète. Demandez le service Language Line.
- Renseignez-vous en ligne sur les temps d'attente dans les différents services d'urgence : [www.albertahealthservices.ca/waittimes/waittimes.aspx](http://www.albertahealthservices.ca/waittimes/waittimes.aspx)

## Centres médicaux

Vous pouvez trouver des cliniques de santé au sein de chaque quartier. Les centres médicaux sont dotés de médecins et d'infirmières. Certains centres médicaux sont des cliniques sans rendez-vous. Cela signifie que vous pouvez accéder aux services sans avoir à prendre rendez-vous. Certains centres médicaux sont ouverts 24 heures sur 24.

## Urgence qui met la vie en danger - Appelez le 911

Ils vont envoyer une ambulance. Les frais d'ambulance ne sont pas couverts par Santé Alberta. Vous devez payer l'ambulance.

Il y a deux frais :

- 250 \$ si l'ambulance arrive, mais ne vous emmène pas à l'hôpital
- 385 \$ si l'ambulance arrive et vous emmène à l'hôpital

Si vous n'êtes pas un résident de l'Alberta, vous devez aussi payer un supplément de 200 \$. Vous devez payer ce montant même si vous ne vous rendez pas à l'hôpital.

Si vous êtes une personne âgée (65 ans et plus), vous pouvez vous enregistrer dans le programme Couverture pour les personnes âgées. Les services d'ambulance ne sont pas à votre charge. Le gouvernement de l'Alberta assume le coût des services d'ambulance pour vous.

Si votre blessure ou votre maladie ne présente pas de danger, faites-vous raccompagner par un ami, appelez un taxi ou même utilisez l'autobus pour vous rendre à l'hôpital. Cela vous permettra d'économiser beaucoup d'argent.





## Une journée dans la vie de...

Fay et sa famille ont déménagé au Canada l'année dernière. Fay était très chanceuse de trouver un médecin de famille près de chez elle. Récemment, Fay a souffert de douleurs à l'estomac.

Une nuit, elle souffrait si intensément qu'elle a pris un taxi pour se rendre au service des urgences de l'hôpital.

Le médecin a contacté Language Line pour obtenir un interprète. Lorsque le médecin l'a examinée, Fay a expliqué le problème.

Fay était capable de parler sans contrainte parce qu'elle avait un interprète. Cela a permis au médecin de comprendre la nature du problème.

Avec le consentement de Fay, le médecin des urgences a contacté le médecin de famille de Fay. Ensemble, ils ont aidé Fay à combattre sa douleur.



### Aspect culturel à prendre en compte :

**Vous avez le droit de recevoir des soins de santé dans une langue qui vous est familière.**

Si votre médecin refuse de parler votre langue ou d'utiliser un interprète, trouvez un autre médecin. Les malentendus relatifs à votre santé peuvent être très graves.

Tous les sites des Services de santé de l'Alberta (des hôpitaux et de nombreuses cliniques) ont accès au service Language Line. Vous pouvez faire appel à un interprète 24 heures sur 24! N'ayez pas peur de demander un interprète.



## Prévention

La meilleure façon de combattre les maladies est de les prévenir. La prévention signifie que vous faites des choix sains pour empêcher les maladies avant leur apparition. Le système de soins de santé de l'Alberta peut vous aider à prendre soin de vous avant de tomber malade.

### Maladies chroniques

Les maladies chroniques sont des problèmes de santé auxquels vous êtes confronté toute votre vie. Vous pouvez développer une maladie chronique si vous ne mangez pas bien ou si vous ne faites pas d'exercice. Le tabagisme et le stress sont également à l'origine de maladies.

L'hypertension artérielle et le diabète sont des exemples de maladies chroniques.

27 % des Canadiens sont obèses (très en surpoids). Si vous êtes obèse, il est plus facile de développer une maladie chronique.

Si vous souffrez d'une maladie chronique, il vous faut des médicaments et un changement de mode de vie.

**Le tabac** est dangereux pour vous et les autres personnes. Il peut même vous tuer. Le tabagisme provoque :

- les maladies cardiaques ou accidents vasculaires cérébraux
- les maladies pulmonaires, telles que le cancer
- les maladies dentaires

Essayez de cesser de fumer ou de réduire le nombre de cigarettes que vous fumez : [www.albertaquits.ca](http://www.albertaquits.ca)

### Maladies infectieuses

Les maladies infectieuses sont des maladies qu'une personne transfère à une autre personne. Quelques maladies infectieuses sont guérissables. D'autres maladies infectieuses vous suivent toute votre vie. Voici quelques exemples :

- Tuberculose (TB) : infection pulmonaire
- Hépatite : infection du foie
- les maladies transmises sexuellement (MTS), telles que la syphilis, l'herpès et le VIH

Voir la rubrique Ressources pour obtenir des informations sur la clinique des IST.

**Rappelez-vous que tous les services de soins de santé sont confidentiels.** La grippe et le rhume sont répandus pendant l'hiver canadien. La grippe est plus grave.

Faites-vous **vacciner contre la grippe** une fois par an pour vous protéger.

RHUME	GRIPPE
Toux	Fièvre/frissons
Maux de gorge	Toux
Écoulement nasal/ éternuement	Fatigue
Maux de tête	Douleurs musculaires



## Vaccinations

Les adultes et les enfants sont vaccinés au Canada. Les vaccinations sont des piqûres qui vous protègent, ainsi que votre famille, contre les maladies.



Les vaccinations sont très importantes. Ils protègent les bébés, les enfants, les femmes enceintes et les personnes âgées. Parfois, les enfants sont obligés de se faire vacciner avant d'aller à l'école ou à la garderie. Il se peut que vous en ayez besoin pour votre travail. Les enfants sont vaccinés pour la première fois à l'âge de deux mois.

Vous pouvez visualiser un calendrier de vaccination ici : [immunizealberta.ca/i-want-immunize/when-immunize](https://immunizealberta.ca/i-want-immunize/when-immunize)

**REMARQUE :** Adressez-vous à votre centre de santé publique pour vous assurer que vous êtes à jour!

## Santé dentaire

Au Canada, la plupart des personnes vont chez le dentiste chaque année. Les dentistes inspectent vos dents et votre bouche.



Si vous négligez de prendre soin de vos dents, vous risquez de contracter une infection. Si une infection de la bouche se répand dans la circulation sanguine, cela peut être grave pour votre santé.

Les soins dentaires ne sont pas couverts par le régime d'assurance-maladie de l'Alberta. Vous devrez payer vous-même la totalité des frais.

Si vous avez une assurance privée, vous avez la possibilité de l'utiliser pour payer certains frais.



## Hygiène

Le lavage des mains est l'un des meilleurs moyens d'éviter de transmettre des germes à d'autres personnes.

Étapes pour une bonne hygiène des mains :

- Mouillez vos mains à l'eau tiède.
- Mettez du savon sur vos mains.
- Frottez le savon sur toute la surface de vos mains, poignets, doigts et bouts de doigts. Procédez ainsi pendant au moins **20 secondes**. (Cela correspond au temps qu'il faut pour chanter « Joyeux anniversaire ».)
- Rincez vos mains à l'eau tiède courante. Séchez vos mains.



## Avoir un bébé au Canada

### Pregnancy

Des soins de santé tout au long de votre grossesse permettront d'avoir un bébé en meilleure santé. C'est ce qu'on appelle les **soins prénataux**.

Si vous soupçonnez que vous êtes enceinte, allez voir un médecin. Ils vous feront subir un test pour voir si vous êtes enceinte.

La santé de votre bébé est importante. Votre médecin vous fera passer une échographie chez un spécialiste.

Une **échographie** est un test qui permet de vérifier la santé et la taille du bébé.

**Il est judicieux d'amener votre partenaire à tous les rendez-vous. Ils sont les bienvenus!**

### Healthcare in Pregnancy

Pour une grossesse ordinaire, vous verrez votre médecin de famille une fois par mois au cours des six premiers mois. Votre grossesse se déroule en trois trimestres.

Voici le déroulement de chaque trimestre.

- **12 semaines** (premier trimestre) - Vous passerez une échographie pour vérifier si le bébé est en bonne santé et se développe.
- **18 semaines** (deuxième trimestre) - Vous aurez une autre échographie. Il est possible de découvrir le sexe de votre bébé lors de ce rendez-vous. Si vous voulez le savoir, vous êtes libre de le demander lors de ce rendez-vous.
- **28 semaines** (troisième trimestre) - Vous allez voir votre gynécologue-obstétricien pour des rendez-vous. Vos premières consultations ont lieu toutes les deux semaines. Ensuite, vous passerez une fois par semaine jusqu'à la naissance de votre bébé.





## Un départ en santé

Une infirmière de santé publique vous appellera environ 24 heures après votre sortie de l'hôpital. Elles vérifieront que tout va bien et que vous et votre bébé êtes en bonne santé.

Parfois, l'infirmière effectuera une visite à domicile ou vous demandera de vous présenter au centre de santé. Ils sont susceptibles de vous faire passer un examen physique ainsi qu'à votre bébé, de répondre à vos questions et de vous aider pour les questions relatives à l'allaitement.

## Santé périnatale

Le programme de santé périnatale de **la Multicultural Health Brokers Co-op LTD (MCHB)** apporte un soutien aux familles immigrées et réfugiées nouvellement arrivées à toutes les étapes de la naissance d'un bébé : prénatale, accouchement, post-partum et parentage.

La grossesse et l'accouchement représentent souvent l'entrée d'une famille dans le système de santé canadien. Ce programme peut vous aider à comprendre comment cela fonctionne. [mchb.org/programs/perinatal/](http://mchb.org/programs/perinatal/)

## Prestations de santé pour adultes

Le programme de prestations de santé pour adultes de l'Alberta couvre les prestations de santé si vous avez un faible revenu et si vous êtes enceinte ou avez besoin de beaucoup de médicaments sur ordonnance. Ce régime de santé comprend les enfants jusqu'à 18 ans. Vos enfants âgés de 18 ou 19 ans sont aussi couverts s'ils vivent à la maison et fréquentent l'école secondaire. [www.alberta.ca/alberta-adult-health-benefit.aspx](http://www.alberta.ca/alberta-adult-health-benefit.aspx)

## Congé parental

Les deux parents ont droit à un congé parental. Le **congé parental** vous permet de recevoir 33 à 55 % de votre rémunération ordinaire pendant que vous prenez congé pour vous occuper de votre nouveau bébé. Le congé de maternité est pour la nouvelle mère.

Vous pouvez recevoir une combinaison de prestations de maternité et de congé parental à partir de l'assurance-emploi (AE). Vous pouvez recevoir 55 % de votre salaire habituel à chaque semaine pendant un maximum de 50 semaines. Ou bien vous pouvez recevoir 33 % de votre salaire habituel chaque semaine pendant 76 semaines.

Pour bénéficier du congé parental, il faut travailler 600 heures au cours des 52 semaines précédant l'arrêt de travail. Autrement dit, vous devez travailler un minimum de 11,5 heures par semaine pendant 52 semaines.





## La santé des enfants

### Prestation de santé pour les enfants de l'Alberta

Les familles à faibles revenus ont la possibilité de demander à bénéficier de lunettes, de médicaments sur ordonnance et de soins dentaires pour leurs enfants. La plupart des familles de nouveaux arrivants déposent une demande à cet effet après un an.

La prestation de santé pour enfants de l'Alberta est destinée aux enfants jusqu'à 18 ans. Les enfants ayant 18 ou 19 ans peuvent également bénéficier de cette prestation s'ils résident au domicile familial et fréquentent l'école secondaire.

### Comment poser sa candidature

- Complétez le formulaire de demande à partir de [www.alberta.ca/drug-coverage-health-benefits.aspx](http://www.alberta.ca/drug-coverage-health-benefits.aspx)
- Envoyez votre formulaire de demande par courrier ou par télécopieur.

#### Adresse postale :

Health Benefits Contact Centre  
PO Box 2222 Station Main  
Edmonton, AB T5J 5H3

#### Télécopieur :

(780) 415-8386 (région d'Edmonton) ou  
1-855-415-8386 (sans frais)

### Nutrition

Une alimentation saine vous aide à grandir. Il contribue également au développement de votre cerveau. Proposez à vos enfants une alimentation saine et BEAUCOUP d'eau. Les aliments transformés avec sucre ajouté ne sont pas sains.

Une bonne alimentation va :

- aider les enfants à bien réussir à l'école
- améliorer le comportement ou l'humeur
- empêcher les maladies



### Les conséquences du stress chez les enfants

Les enfants expriment leur stress de différentes manières. Voici quelques exemples.

- Ils sont malades plus souvent (les maux d'estomac sont fréquents).
- Ils ont des problèmes de sommeil.
- Ils souffrent de cauchemars.
- Ils ont l'air irrités.
- Ils se comportent mal ou présentent des changements d'humeur.
- Ils disent « non ! »
- Ils semblent plus jeunes que leur âge.
- Ils font du pipi dans leur pantalon ou dans leur lit.
- Ils restent collés à vous et ne vous laissent pas partir.



### Jeunes immigrants et réfugiés

#### Projet de santé mentale

Tous les jeunes sont confrontés à des problèmes de santé mentale. Si vous connaissez un jeune qui a besoin de soutien, la **Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)** dispose d'un programme spécialement destiné aux jeunes immigrants et réfugiés.

Des animateurs de jeunesse qualifiés vivent dans la communauté et organisent chaque semaine des groupes culturels pour les jeunes. Ils soutiennent également les jeunes dans les domaines de l'école, des arts, des loisirs et de leur identité culturelle.

#### Projet de recherche sur les jeunes et la santé mentale

Ce programme donne la possibilité aux jeunes de différentes communautés ethnoculturelles de faire des recherches sur leur propre santé mentale. Tout d'abord, les jeunes acquièrent des connaissances en matière de recherche. Ensuite, ils font des recherches concernant les problèmes de santé mentale qu'ils trouvent intéressants. MCHB offre ce programme en collaboration avec l'Université d'Alberta. [mchb.org/programs/youth-initiatives/](http://mchb.org/programs/youth-initiatives/)



## Services de santé pour les populations vulnérables

### La santé des personnes âgées

Les services de santé de l'Alberta (AHS) proposent un soutien aux personnes âgées de 65 ans et plus. Les personnes âgées à faible revenu ont droit à de l'aide pour payer ce dont elles ont besoin pour rester en bonne santé et en sécurité. Voici quelques exemples de choses que l'AHS couvre :

- les médicaments sur ordonnance (aide à payer une partie du coût)
- orthèses plantaires (2 fois dans une vie)
- appareil CPAP et fournitures
- produits pour diabétiques, tels que médicaments, insuline, bandelettes de test, aiguilles, écouvillons et récipients
- lunettes (jusqu'à 230 \$ par an)
- Soins dentaires tels que le nettoyage, la réparation, l'extraction de dents, les radiographies, les traitements de canal, les maladies des gencives et les prothèses dentaires

### 2SLGBTQQIA+

De nombreuses organisations et agences desservent la communauté 2ELGBTQQIA+. Les services de santé de l'Alberta (AHS) sont à la portée de tous les Albertains. L'AHS peut aider les personnes 2ELGBTQQIA+ à trouver un médecin et peut également répondre à toutes les questions relatives à la santé.

**Pour en savoir plus, appelez Health Link :  
811 or 1-866-408-5465.**

Le Pride Centre of Edmonton offre également un soutien et des conseils sur les services liés à la santé :  
[pridecentrefedmonton.ca](http://pridecentrefedmonton.ca)

### Personnes handicapées

Les services de santé de l'Alberta (AHS) soutiennent les adultes souffrant de déficiences développementales pour qu'ils obtiennent des services qui les aident à vivre de manière aussi autonome que possible dans leur communauté.

Ils reçoivent un soutien pour :

- rester dans leur logement
- obtenir le soulagement ou l'aide de quelqu'un (répit)
- accéder à la communauté qui les entoure
- les aider au travail
- bénéficier d'une aide à court terme ou d'une formation pour les aidants
- lutter contre les maladies mentales, les dépendances et les problèmes juridiques
- établir un plan de soutien individuel

### Personnes ayant le statut de non-résident

Que faire si vous n'êtes pas un résident du Canada? Les travailleurs étrangers temporaires et les étudiants internationaux qui possèdent un permis valide peuvent bénéficier d'une couverture de soins de santé. En règle générale, les travailleurs doivent avoir un emploi à temps plein. Les étudiants doivent suivre des études à temps plein pendant 12 mois.



## Programme de revenu assuré pour les personnes gravement handicapées (AISH)

Le programme AISH soutient les adultes souffrant d'un handicap permanent qui les empêche de travailler.

### Pour obtenir de l'aide de l'AISH, vous devez :

- souffrir d'un problème de santé qui ne vous permet pas de travailler
- avoir une condition médicale permanente
- avoir un problème de santé qui n'a pas fait l'objet d'un traitement médical, d'une thérapie, d'une réadaptation ou d'une formation pouvant améliorer votre capacité à travailler
- avoir au moins 18 ans et ne pas être en mesure de recevoir une pension de la Sécurité de la vieillesse
- être résident de l'Alberta en tant que citoyen canadien ou résident permanent
- Pour recevoir de l'aide de l'AISH, vous devez : ne pas vivre dans un établissement correctionnel ou un établissement de santé mentale comme Alberta Hospital Edmonton
- satisfaire aux critères d'éligibilité financière

### Ce que vous pouvez obtenir

Chaque situation est distincte. Voici quelques services offerts par le programme AISH :

- une allocation de subsistance mensuelle – de l'argent pour payer vos frais de subsistance tels que la nourriture, le loyer et les services publics
- une allocation mensuelle pour les enfants – de l'argent pour vous aider à subvenir aux besoins de vos enfants
- des prestations de santé – un soutien financier pour les besoins de santé de votre famille (vous, votre conjoint ou partenaire et vos enfants)

les prestations personnelles – de l'argent pour des choses spécifiques dont vous avez besoin, comme un régime alimentaire spécial ou de l'aide en cas d'urgence

### Délai de traitement des demandes

- L'AISH examine les demandes en fonction de leur réception.
- L'AISH aide d'abord les personnes qui reçoivent des soins palliatifs de fin de vie ou qui sont atteintes d'une maladie terminale.
- Votre délai d'attente dépend du nombre de demandes reçues par le programme AISH. Tout dépend également de la rapidité avec laquelle vous donnez vos informations financières et médicales.

Plus d'informations : [www.alberta.ca/aish.aspx](http://www.alberta.ca/aish.aspx)





## Intégration dans la société canadienne

La vie d'un nouvel arrivant est parfois stressante. Le fait d'apprendre une nouvelle langue, de vivre dans une nouvelle ville et de s'intégrer à une nouvelle culture peut être source de peur et de stress.

Avant d'arriver au Canada, avez-vous imaginé un style de vie riche, avec de grandes maisons et des voitures rapides? Votre vie au Canada pourrait être très éloignée de cela. Vous vivez peut-être dans un simple appartement et vous utilisez les transports en commun. Comme beaucoup de nouveaux arrivants qui vous ont précédé, vous devez travailler pour trouver le succès et le bonheur au Canada. Ils ont réussi et vous le pouvez aussi!

Nous sommes tous différents. Il peut être nécessaire d'attendre entre 2 et 15 ans avant de s'installer complètement dans votre nouvelle résidence. Vous êtes comme un arbre. Vous avez des racines culturelles qui vous lient à votre culture et à votre pays d'origine. Mais, à présent, vous êtes dans un tout autre pays. Vous vous êtes transplanté pour poursuivre votre vie dans un nouvel environnement.

Avec le temps, vous allez rétablir un nouveau système de racines. C'est ce qu'on appelle l'**intégration**. Au fur et à mesure que vous vous familiariserez avec votre nouvel environnement, vous ferez des progrès dans votre parcours d'établissement.

Il se peut que vous ressentiez de nombreux hauts et bas. Les bas que vous ressentez sont un signe qui vous indique que vous éprouvez le **choc culturel**. Vous ne vivez plus dans un endroit que vous connaissez.

- Il est tout à fait naturel d'avoir le mal du pays.
- C'est NORMAL d'avoir peur.
- Il est probable que vous soyez confus.

Vous pouvez prendre des mesures pour améliorer votre vie :

- Améliorez votre anglais.
- Joignez-vous à votre communauté.
- Trouvez un emploi lorsque vous serez prêt.
- Demandez de l'aide si vous en avez besoin.



### Trouvez un emploi lorsque vous serez prêt

Au fur et à mesure que vous vous familiariserez avec votre nouvel environnement, vous ferez des progrès dans votre parcours d'établissement.



### Choc culturel

C'est le processus d'intégration qui rend ce parcours personnel, à mesure que vous découvrez comment appeler un lieu autrefois étranger, votre **chez-vous**.



Le stress est différent pour chaque personne. Il est important de faire attention à soi et à ses proches. Entraidez-vous. Vous pouvez découvrir des moyens d'être moins stressé.

**Trop de stress** = mauvaise état de santé mentale  
**Incapacité à gérer le stress** = mauvaise état de santé mentale

- **Physique** – augmentation du rythme cardiaque, respiration difficile, transpiration, maux de tête, douleurs physiques, perturbation du sommeil et de l'appétit
- **Émotionnel** – émotions plus fortes, humeurs fluctuantes, colère, tristesse, anxiété
- **Comportemental** – oublis, manque de concentration, cris, coups, éloignement des autres, absence d'action
- **Pensées** – aucun contrôle des pensées, pensées négatives, inquiétude, aucun espoir
- **Relations** – plus de problèmes et de conflits avec les autres

## Santé mentale

Demandez de l'aide si vous en avez besoin. Au Canada, le fait de demander de l'aide montre que vous êtes sage, mature et courageux. Si vous êtes malade ou blessé, vous devez aller à l'hôpital. Vous visitez un dentiste si vous avez mal aux dents. Vous pouvez vous adresser à un chef religieux si vous avez besoin de réconfort spirituel.

### Il est habituel de consulter un thérapeute si vous n'êtes pas dans un état de bien-être.

Un état de bien-être, c'est quand vous pouvez :

- faire les choses par soi-même
- faire face aux tensions normales de la vie
- bien faire son travail
- contribuer à la communauté

Une bonne santé mentale vous permet d'atteindre vos objectifs. Il vous permettra de réussir et de prendre soin de votre famille. La santé mentale peut également inclure :

- l'arrêt et le traitement des maladies mentales
- la prévention du suicide

La santé mentale touche tous les aspects de votre vie. Elle a une incidence sur la façon dont vous vous sentez, pensez, vous comportez et communiquez avec d'autres personnes. Votre santé mentale a des répercussions sur votre santé physique. Votre santé physique a des répercussions sur votre santé mentale. Ça marche dans les deux sens.

## Le stress

Les changements, les obstacles et les pertes sont tous sources de stress.

- L'apprentissage d'une nouvelle langue et d'une nouvelle culture
- Les changements de votre rôle au sein de la famille
- Perte du pays d'origine, de la famille, des amis, et plus
- Problèmes médicaux

Mais les choses ordinaires sont aussi source de stress :

- La préparation de la famille pour l'école et le travail chaque matin
- Le temps de l'hiver
- Le fait d'être très occupé par de nombreux rendez-vous

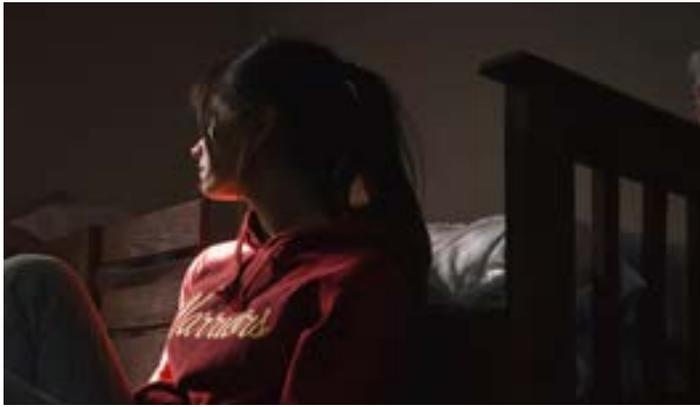


## Relations

Les changements peuvent être bénéfiques. Les changements peuvent être mauvais. Les changements peuvent provoquer des conflits.

Les rôles de la famille devront peut-être changer maintenant que vous êtes au Canada. Cela peut changer votre perception de vous-même. Cela peut changer la façon dont vous percevez votre rôle dans votre famille.

Chacun s'adapte de sa propre manière à la culture canadienne. Il faut plus de temps pour certaines personnes que pour d'autres. Il est préférable de demander de l'aide plus tôt. C'est également mieux pour votre famille.



## Traumatisme

Le traumatisme est la réponse émotionnelle à un événement terrible survenu dans votre vie. Parmi les exemples, citons les catastrophes naturelles, les guerres, la torture et les viols. Un traumatisme peut affecter votre santé mentale et votre capacité à vous établir au Canada.

### Symptômes d'un traumatisme

Le traumatisme se manifeste par les mêmes signes que le **stress**. Mais, il y a aussi d'autres signes :

- Experiencing the event all over again – You have memories, dreams or nightmares.
- Avoiding things – You push away memories and reminders and do not talk about it. You may use alcohol, drugs, or smoking to avoid or escape your feelings.
- Feeling less emotion – You might feel nothing. Or, maybe you feel disconnected or distant from yourself or family.
- Changes in your behaviour – You do not have any interest in activities. You want to be alone. You are easily scared or watchful of your surroundings.

### Accédez aux traitements

Si vous avez subi un traumatisme, il se peut que vous ayez besoin d'un professionnel qualifié pour vous aider à vous rétablir.

Si vous demandez de l'aide, il n'est pas toujours nécessaire de donner des détails très précis sur votre expérience.

### Équipe interculturelle spécialisée dans le traitement des traumatismes

Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB) met à disposition un groupe de thérapeutes qui aident les familles, les couples, les adultes, les jeunes et les enfants à gérer les relations familiales et les problèmes de santé mentale. Ils cherchent à vous aider à atteindre un état de bien-être.

Les thérapeutes MCHB sont sensibilisés aux difficultés que vous rencontrez en tant que nouvel arrivant, comme l'apprentissage des systèmes et de la culture canadiens.

## Autonomie

L'autonomie implique que vous prenez des décisions pour vous-même. Vous vous perfectionnez et faites des choses pour vous. L'autonomie peut aider votre famille et vous-même à vous sentir fiers et indépendants.

En apprenant à faire les choses par vous-même, vous vous sentirez peut-être plus à l'aise au Canada. Si vous avez passé du temps dans des camps de réfugiés, vous devrez peut-être modifier votre façon de penser.

Peut-être que vous dépendiez d'autres personnes pour subvenir à vos besoins lorsque vous étiez dans un camp de réfugiés. Essayez d'être moins dépendant des autres, et plus dépendant de vous-même. Le conseil peut vous aider à devenir plus autonome.



### Le conseil :

- est pour les personnes ordinaires qui traversent des difficultés
- est un lieu confidentiel où vous pouvez confier vos sentiments à quelqu'un
- est un moyen de bénéficier d'un soutien émotionnel, d'apporter des changements positifs et de se sentir mieux
- ne fait peut-être pas partie de votre culture, mais elle peut vous aider à vous adapter aux différences qui existent au Canada

### Le saviez-vous?

Vous avez le droit de faire appel à un interprète lors de vos rendez-vous de conseil.

L'interprète veillera également à préserver la confidentialité de ce que vous dites.

Vous êtes en sécurité dans les services de conseil.

**Language Line!  
Demander un interprète.**



## Pour de plus amples informations sur la santé et le bien-être, veuillez consulter les sites Internet.

### Urgences médicales - Composez le 911

- Ligne d'assistance sur la toxicomanie - - 1-866-332-2322 (sans frais) ou [www.ahs.ca](http://www.ahs.ca)
- Alberta Dental Association and College - [www.dentalhealthalberta.ca](http://www.dentalhealthalberta.ca)
- Programme de revenu assuré pour les personnes gravement handicapées (AISH) - [www.alberta.ca/aish.aspx](http://www.alberta.ca/aish.aspx)
- Médecins ophtalmologues - [www.optometrists.ab.ca](http://www.optometrists.ab.ca)
- Répertoire des médecins - [www.cpsa.ca](http://www.cpsa.ca)
- Prestations de santé, adultes et enfants - [www.humanservices.alberta.ca/financial-support](http://www.humanservices.alberta.ca/financial-support)
- Health Link – téléphone 811 ou [www.albertahealthservices.ca/healthlink](http://www.albertahealthservices.ca/healthlink)
- Temps d'attente aux urgences - [www.albertahealthservices.ca/waittimes/waittimes.aspx](http://www.albertahealthservices.ca/waittimes/waittimes.aspx)
- Ligne de soutien pour la santé mentale - Téléphone : 1-877-303-2642 (toll-free)
- Multicultural Health Brokers Co-op Ltd - [mchb.org](http://mchb.org)
- Santé et sécurité au travail (Alberta) - [www.work.alberta.ca](http://www.work.alberta.ca)
- Réseau Santé Albertain - [www.reseausantealbertain.ca](http://www.reseausantealbertain.ca)
- Clinique des infections transmises sexuellement (ITS) - [www.albertahealthservices.ca/services/page13737.aspx](http://www.albertahealthservices.ca/services/page13737.aspx)



## Contacts for Health and Wellness

### Alberta Association of Optometrists

Adresse :	100, 8407 Argyll Road, Edmonton, AB T6C 4B2
Téléphone :	(780) 451-6824
Site Web :	<a href="http://www.optometrists.ab.ca">www.optometrists.ab.ca</a>

### Alberta Blue Cross

Adresse :	10009-108 St. NW, Edmonton, AB T5J 3C5
Téléphone :	(780) 498-8000
Site Web :	<a href="http://www.ab.bluecross.ca">www.ab.bluecross.ca</a>

### Alberta Dental Association and College

Adresse :	Suite 402, 7609-109 St. NW, Edmonton, AB T6G 1C3
Téléphone :	(780) 432-1012
Site Web :	<a href="http://www.dentalhealthalberta.ca">www.dentalhealthalberta.ca</a>

### Collège des médecins et chirurgiens

Adresse :	2700, 10020-100 St. NW, Edmonton, AB T5J 0N3
Téléphone :	(780) 423-4764
Site Web :	<a href="http://www.cpsa.ca">www.cpsa.ca</a>

### Bureau AISH d'Edmonton

Adresse :	Westcor Building Suite 500, 12323 Stony Plain Road, Edmonton, AB T5N 4B4
Téléphone :	(780) 415-6300
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/contact-aish.aspx">www.alberta.ca/contact-aish.aspx</a>

### Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)

Adresse :	9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7
Téléphone :	(780) 423-1973
Site Web :	<a href="http://mchb.org">mchb.org</a>

### Clinique des infections transmises sexuellement (ITS)

Adresse :	11111 Jasper Ave., Edmonton, AB T5K 0L4
Téléphone :	(780) 342-2300
Site Web :	<a href="http://www.albertahealthservices.ca/services/page13737.aspx">www.albertahealthservices.ca/services/page13737.aspx</a>



**3**

## **Enfants et jeunes**



## 3 Enfants et jeunes

Les enfants sont notre avenir. Ils auront des familles. Ils vont travailler dans la communauté. Ils vont aider le Canada à être un chef de file dans le monde. En tant que parents et soignants, vous vous efforcez de donner à vos enfants tout ce dont ils ont besoin. Vous désirez qu'ils aient une vie réussie.

Vous trouverez dans ce chapitre des informations sur le système éducatif. Vous trouverez également des informations sur les diverses façons dont les communautés d'Edmonton aident à soutenir les familles. Les enfants sont précieux.



### Fait :

Au Canada, un enfant désigne une personne âgée de moins de 18 ans. C'est la loi au Canada. Le mot « jeunesse » fait référence aux personnes âgées de moins de 18 ans.

15-24. De nombreux programmes de soutien communautaire se servent du mot « jeunesse » pour signifier que les programmes s'adressent à des enfants plus âgés.





## Éducation de la maternelle à la 12e année à Edmonton

Cette section présente le système scolaire public d'Edmonton. En tant que parents et tuteurs d'enfants nouvellement arrivés dans le système scolaire public, il est important que vous connaissiez votre rôle. Il est également important de connaître le rôle de l'enseignant et celui de votre enfant.

### Normes et divisions scolaires

Il existe trois divisions scolaires principales à Edmonton. Vous pouvez choisir l'école de votre enfant. Toutes les écoles doivent respecter le programme d'études (programme d'enseignement) du gouvernement de l'Alberta.

#### 1. École publique d'Edmonton

- De la maternelle à la 12e année
- **GRATUIT** (vous pouvez avoir des frais de scolarité)
- 2e plus grande division scolaire en Alberta.
- Aucun uniforme
- Environ 215 écoles
- Fonds publics (\$ du gouvernement)



#### 2. École catholique d'Edmonton

- De la maternelle à la 12e année
- **GRATUIT** (vous pouvez avoir des frais de scolarité)
- Cours obligatoire sur les catholiques romains
- Aucun uniforme
- Environ 115 écoles
- Fonds publics (\$ du gouvernement)



#### 3. École privée

- De la maternelle à la 12e année
- Il faut **PAYER** (frais de scolarité)
- Accent mis sur l'éducation spécialisée
- En général, il faut porter un uniforme
- Environ 50 écoles
- Fonds privés (aucun financement public)



## Écoles francophones en Alberta

Vous êtes originaire d'une communauté francophone? L'enseignement en français, langue maternelle, pourrait être un bon choix pour votre enfant. La Charte canadienne des droits et libertés (article 23) précise que vous avez droit à une éducation en français. L'enseignement francophone est le meilleur moyen pour votre enfant francophone de maîtriser le français et l'anglais. Francophone est synonyme de parler français.

Le gouvernement de l'Alberta finance les écoles francophones. Il y a des programmes académiques de la maternelle à la 12e année. Ils se servent du programme d'études d'Alberta Education. Vous pouvez également obtenir :

- Transport gratuit par autobus (il faut vivre dans une certaine zone)
- Programme de maternelle à plein temps
- Une école pré-maternelle installée dans l'école
- Services de garderie ou d'accueil périscolaire (pas dans toutes les écoles)

**REMARQUE :** Le Conseil scolaire Centre-Nord est responsable d'environ 20 écoles francophones différentes dans le nord de l'Alberta. Vous trouverez leurs coordonnées dans la section **Contacts pour les enfants et les jeunes** à la fin de ce chapitre.

## Calendrier scolaire, exigences et présence aux cours

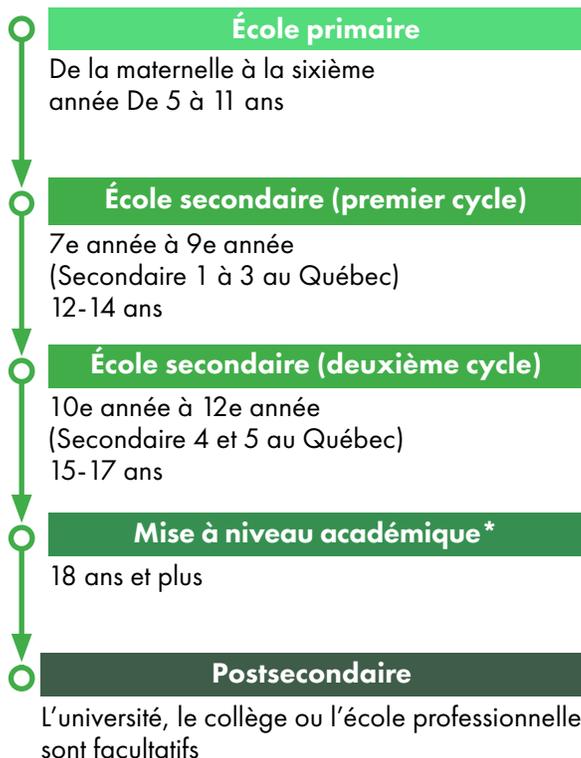
### Horaire

- Toutes les écoles sont ouvertes de septembre à juin, du lundi au vendredi.
- Les vacances d'été ont une durée de deux mois, juillet et août.
- Les vacances d'hiver durent deux semaines et ont lieu à la fin du mois de décembre.
- Les vacances de printemps commencent la dernière semaine de mars.
- Les horaires quotidiens se situent approximativement entre 8h30 et 15h00 (vérifiez les horaires exacts auprès de votre école).

**REMARQUE :** En période de tempête de neige, écoutez la radio ou regardez CTV news Edmonton pour obtenir des informations sur les changements d'horaire. Il est parfois possible que les écoles ferment en raison du mauvais temps, mais ce n'est pas très fréquent.



Votre école va placer votre enfant dans la bonne classe. Ils vont choisir une classe en fonction de leur âge. Il faut indiquer la date de naissance de votre enfant (anniversaire).



\* Les critères d'âge pour les écoles secondaires sont parfois différents selon les écoles. Le **Centre High** est un bon choix pour les jeunes nouveaux arrivants plus âgés qui souhaitent obtenir un diplôme d'études secondaires. Centre High est une école secondaire pour les élèves du secondaire qui ont besoin de plus de temps pour obtenir leur diplôme et explorer les voies postsecondaires et professionnelles. Vous trouverez leurs coordonnées dans la section **Contacts pour les enfants et les jeunes** à la fin de ce chapitre.

Informez l'école de votre enfant de tout changement de coordonnées.

Vous devez fournir vos **coordonnées** à l'école de votre enfant au moment de l'inscription :

- Prénom et nom de famille des parents ou tuteurs
- Adresse postale, y compris le code postal
- Numéros de téléphone des parents ou des tuteurs
- Adresses courriel
- Les numéros de téléphone et les noms des personnes à contacter en cas d'urgence si l'école ne réussit pas à joindre les parents ou les tuteurs.

## Programmes spéciaux

Chaque école à Edmonton est un peu différente. Les inscriptions anticipées sont prévues en février ou mars. C'est aussi le moment d'examiner les différents programmes des différentes écoles. Vous pourrez ensuite sélectionner l'école la mieux adaptée aux besoins et aux intérêts de votre enfant. Certains programmes spéciaux sont :

- les écoles d'immersion en langues étrangères
- Baccalauréat international (généralement appelé « BI »)
- soutien pour les besoins spéciaux

Contactez directement l'école souhaitée.



### Fait :

**C'est la loi!** Tous les enfants ayant entre 6 et 16 ans **doivent** aller à l'école.

Vous êtes responsable de l'**assiduité** de votre enfant. Vous êtes tenu d'envoyer votre enfant à l'école à l'heure. Si votre enfant tombe malade ou a un rendez-vous, il faut appeler l'école et expliquer son absence.





## Responsabilités des parents de la maternelle à la 12e année

Chaque parent ou tuteur d'un enfant de la maternelle à la 12e année doit fournir :

### Repas de midi/collation :

- **Sain** – seulement des aliments à faible teneur en sucre
- **Facile** à ouvrir
- **Rapide** – impossible de chauffer les aliments à l'école



### Vêtements chauds et propres :

- **Souliers d'intérieur** – chaussures de course pour l'intérieur
- **Bottes d'extérieur** – pour la neige
- **Un sac à dos** - le tout doit rentrer à l'intérieur
- Demandez à l'école si votre enfant a également besoin de pantalons de neige ou de vêtements de sport.



### Transport :

- **Billets d'autobus** – demandez à l'école les réductions sur les billets d'autobus.
- **Déplacements** – demandez à vos voisins de faire du covoiturage (chacun conduit à tour de rôle).



### Fournitures :

- **Liste de fournitures** – demander quelles fournitures sont les plus importantes
- **Magasinage** – essayez les magasins à un dollar pour économiser de l'argent



### Frais scolaires :

- **Payer les frais de scolarité** – cela couvre les agendas, les excursions et les programmes scolaires.
- **Demandez** – certaines écoles ont des plans de paiement ou vont payer pour vous.
- Tous les frais à payer sont indiqués sur le site web de votre école. Vérifiez cela avant le début de l'année scolaire.



## Éducation de la maternelle à la 12e année à Edmonton

Au Canada, toutes les écoles sont des communautés inclusives. Le terme **inclusif** signifie que chaque enfant a le droit d'aller à l'école. Chaque enfant a ses propres besoins. Parfois, ce qui est facile pour un enfant est difficile pour un autre. Les enseignants vont faire le nécessaire pour que votre enfant réussisse en fonction de ses compétences. Il y a beaucoup de programmes de soutien différents pour vous aider. Les écoles sont polyvalentes. Ils font ce qui convient le mieux à leur communauté. Par conséquent, chaque école d'Edmonton est un peu différente.

### Besoins possibles de votre enfant

- Besoins en matière d'anglais langue seconde (ALS) ou d'apprentissage de l'anglais (ELL)
- Besoins comportementaux ou émotionnels
- Besoins académiques ou psychologiques
- Besoins physiques

### Que faut-il faire si mon enfant a un besoin?

- Adressez-vous d'abord à l'enseignant.
- L'école peut faire passer des tests à votre enfant ou jeter un œil à ses travaux scolaires. Ainsi, ils peuvent identifier le soutien dont votre enfant a besoin.
- Exemples de soutien supplémentaire :
  - une salle de cours séparée
  - petits groupes
  - tutorat
  - clubs d'aide aux devoirs
  - assistant pédagogique en classe



### Fait :

25 % des élèves de l'école publique d'Edmonton sont des **Apprenants de la langue anglaise (ELL)**. Les étudiants ELL ont une langue maternelle qui n'est pas l'anglais. Bien souvent, ils parlent même plusieurs langues! Les étudiants ELL ont besoin d'améliorer leurs compétences linguistiques en anglais pour réussir leur scolarité au Canada.

(Statistiques à partir de février 2020)



## Soutien pour les nouveaux arrivants

Le premier jour dans une nouvelle école est source de nervosité pour tout le monde. Si vous êtes nouveau au Canada, l'expérience peut vous sembler très angoissante pour vous et votre enfant. Les écoles d'Edmonton désirent que vous vous sentiez soutenu. Ils proposent de nombreuses aides aux familles des nouveaux arrivants.

L'organisation appelée **Edmonton Immigrant Services Association (EISA)** offre une aide aux nouveaux immigrants, aux réfugiés et aux Canadiens de première génération avec le soutien du gouvernement du Canada. Dans les écoles, il y a un programme appelé *Travailleurs de l'établissement au sein des écoles*, ou SWIS.

Le programme SWIS vous soutient de trois manières :

- **Élèves nouveaux arrivants** – permet à votre enfant de se familiariser avec l'école au Canada afin qu'il soit confiant et qu'il réussisse.
- **Familles nouvellement arrivées** – aide les familles à comprendre le système scolaire et les renseigne sur les autres programmes et la vie au Canada.
- **Personnel de l'école** – le personnel de l'école peut répondre aux besoins de votre enfant et de votre famille en comprenant et en respectant votre culture.

**SWIS** est fort de 30 employés qui offrent leur soutien dans 64 écoles d'Edmonton!

Demandez à l'école de votre enfant si un programme SWIS existe ou bien contactez directement EISA au (780) 392-2935.

**REMARQUE :** **Avez-vous des enfants âgés de 5 ans et plus?** Il faut les inscrire tout de suite à l'école. Vous pouvez effectuer l'inscription en personne ou en ligne. Si l'anglais est difficile pour vous, il y a des travailleurs de l'établissement qui peuvent parler votre langue maternelle! Contactez un des organismes d'immigration figurant dans la liste des Contacts utiles à la fin de ce guide.

## L'impact de COVID-19

La plupart des gouvernements à travers le monde ont fermé les écoles pour arrêter la propagation de la COVID-19. Les écoles d'Edmonton étaient également fermées. Les écoles sont ouvertes maintenant, mais elles sont différentes. Il y a des mesures que chacun doit prendre pour protéger les enfants et les communautés contre la COVID-19.

Ces changements touchent les familles pour les années scolaires 2020 et 2021. Après avoir sélectionné l'école que fréquenteront vos enfants (généralement l'école la plus proche de votre domicile), vous devez encore prendre une autre décision importante. Il faut décider :

### Est-ce que je vais inscrire mes enfants pour

- un enseignement en personne ou
- un enseignement en ligne?

Vous avez le choix. En choisissant l'une ou l'autre de ces options, les élèves resteront inscrits et connectés à leur école. Prenez votre décision avec votre famille. Respectez les pensées et les sentiments de chacun chez vous, y compris ceux de votre enfant. Au début de l'année scolaire 2020-2021, 28 % des élèves d'Edmonton ont opté pour l'école en ligne. Cela veut dire qu'ils restaient chez eux et suivaient les cours avec leurs professeurs sur un ordinateur.



**L'enseignement en ligne** offre deux types d'apprentissage. Une partie de l'enseignement est de rencontrer l'enseignant (et les autres élèves de la classe) à une heure fixe chaque jour, et la seconde partie de l'enseignement est d'apprendre en réalisant des travaux de manière indépendante, comme des devoirs à la maison.

Les parents et les soignants sont tenus d'apporter leur aide. Cependant, chaque élève est responsable d'effectuer le travail lui-même. Les horaires d'enseignement en ligne de votre enfant dépendront de son âge et de sa classe. Il est important de vous adresser à l'enseignant si vous avez des questions et si vous avez besoin d'aide de quelque manière que ce soit. Rappelez-vous que vous pouvez également vous renseigner sur les programmes de soutien aux nouveaux arrivants et rencontrer les conseillers en établissement auprès d'un organisme d'immigration.



## Hygiène des mains

Il y a des directives importantes (ce que vous devez faire) pour assurer que vous et votre famille restez en bonne santé. Lavez-vous fréquemment les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes. Si vous vous trouvez quelque part et que vous ne pouvez pas trouver de l'eau et du savon, utilisez du désinfectant pour les mains. C'est ce qu'on appelle l'**hygiène des mains**.

Lavez vos mains :

- quand vous entrez et sortez des pièces et des bâtiments
- avant et après avoir mangé
- avant et après avoir touché votre visage
- après avoir toussé, éternué ou utilisé un mouchoir en papier pour quelque raison que ce soit

Voici quelques conseils pour préserver votre santé et celle de votre entourage :

- Servez-vous de l'intérieur de votre bras ou d'un mouchoir en papier chaque fois que vous toussiez ou éternuez.
- Efforcez-vous de ne pas toucher votre visage.
- Jetez les mouchoirs ou les masques dans une poubelle après leur utilisation.
- Ne vous rapprochez pas des gens s'ils ne vivent pas avec vous.



## Fournitures partagées

Vos enfants peuvent rester en sécurité à l'école en ayant leurs propres fournitures. Il ne faut pas partager les crayons ou autres fournitures. Les enseignants vont leur donner un endroit pour mettre leurs objets personnels. Il est possible qu'ils aient besoin de les ramener à la maison chaque jour pour les garder propres. Si les élèves doivent partager du matériel, l'enseignant le nettoie avant que l'élève suivant puisse l'utiliser. Si vous avez besoin d'aide pour acheter des fournitures pour votre enfant, renseignez-vous auprès de votre école. Il existe des programmes qui vous permettent de payer les fournitures.



## Masques

Il est important que votre nez et votre bouche soient couverts par un masque. Les règles diffèrent selon les endroits. Plusieurs Canadiens estiment que si l'on porte un masque, on fait preuve de respect. Cette situation est particulièrement vraie dans les lieux publics ou lorsque les gens sont proches les uns des autres pendant plus de 15 minutes. Renseignez-vous auprès de votre école sur les règles en vigueur.



## Cohorte

Vous entendrez souvent le mot **cohorte** en parlant de la COVID-19. Une cohorte est un petit groupe d'élèves qui reste ensemble pendant la scolarité. Les écoles adoptent un système d'apprentissage avec des cohortes. Le recours aux cohortes (également appelé regroupement en cohorte) signifie que votre enfant n'aura des contacts étroits qu'avec un petit nombre d'élèves dans son école.

Si quelqu'un est infecté par la COVID-19 dans l'école, le système de cohorte permet de trouver les personnes qui ont le virus. Les petits groupes facilitent la recherche de personnes. Les enfants sont tenus de rencontrer uniquement leur famille et les personnes de leur cohorte, même avant et après l'école. Cela veut dire que votre famille ne peut pas voir d'autres familles et amis. C'est le meilleur des moyens pour protéger votre famille de la COVID-19.



### Plateforme en ligne

Les élèves utilisent une **plateforme en ligne** (technologie d'apprentissage sur Internet) pour apprendre et communiquer avec leurs enseignants et les autres élèves de leur classe. Au Canada, votre enseignant vous demande de prendre connaissance de ce que votre enfant fait à l'école. Il est également important que vous sachiez comment votre enfant se comporte. Cela peut être facile si vous vous familiarisez également avec la plateforme en ligne utilisée par votre école. Vous pouvez :

- fixer des rendez-vous en ligne (ou par téléphone) avant de rencontrer le professeur en personne
- consulter le site Web de l'école pour en savoir plus sur les événements scolaires
- consulter la plateforme en ligne consacrée aux travaux scolaires de votre enfant

De nos jours, les choses changent très rapidement. Si vous vous renseignez en ligne, vous serez toujours au courant des nouveautés.

Plateformes en ligne avec des enfants à :

#### École publique d'Edmonton

- Site Web : [epsb.ca](http://epsb.ca)
- SchoolZone
- Google Classroom

#### École catholique d'Edmonton

- Website: [escd.net](http://escd.net)  
(available in more than 70 different languages)
- PowerSchool
- Google Classroom
- Microsoft Teams

### SchoolZone

SchoolZone est une plateforme en ligne sécurisée. Vous y trouverez des informations sur l'assiduité et les progrès de votre enfant, les nouvelles et les événements scolaires ainsi que le transport par autobus. Après l'inscription de votre enfant dans une école de la Edmonton Public Division, vous allez obtenir un nom d'utilisateur et un mot de passe pour les parents. Ensuite, vous pouvez vous rendre à cette adresse Web : [schoolzone.epsb.ca](http://schoolzone.epsb.ca)



À partir de SchoolZone, les parents et les élèves peuvent accéder :

- à l'assiduité de l'élève
- à la pré-inscription pour l'année prochaine
- aux devoirs et aux ressources
- au suivi des autobus et à la demande de services d'autobus
- aux applications Google
- aux actualités et événements de l'école
- aux rapports de progrès
- aux réunions du conseil d'école
- aux notes de devoirs ou d'examen
- aux possibilités de bénévolat

Les élèves, les enseignants et les parents ont chacun leur propre nom d'utilisateur et mot de passe. Cela facilite l'accès à l'information et la communication entre tous.

- Le menu **Actualités** présente des informations sur l'école, les classes de votre enfant et le district scolaire.
- Le menu **Ressources** présente des informations destinées à faciliter l'apprentissage, telles que des vidéos et des aides au tutorat.
- Le menu **Devoirs** répertorie les devoirs avec leur date d'échéance. Ainsi, tout le monde pourra s'organiser.

### Que faire si j'ai des enfants dans deux écoles de division différentes?

Bonne nouvelle! Vous pouvez joindre vos comptes sous un seul compte parent. Ainsi, il vous suffit de vous connecter une seule fois pour obtenir des informations sur vos deux enfants. Accédez aux paramètres de votre compte et choisissez Fusionner mes comptes.



## Technologie et applications

De nombreux élèves ont recours à SchoolZone pour obtenir des informations générales sur leur école et leur classe. Ils ont la possibilité de cliquer sur **Applications** pour se connecter à d'autres sites Web d'apprentissage utiles, tels que Google Classroom.

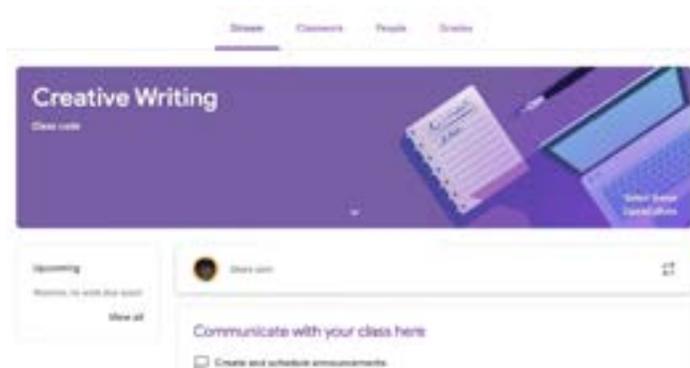
**REMARQUE:** Pour une expérience optimale, vous devriez utiliser **Google Chrome** comme navigateur internet.

Demandez à l'enseignant de votre enfant les **applications** qu'il recommande. **EPSB Together** est une application gratuite qui permet à votre enfant d'apprendre lorsqu'il n'est pas à l'école. Ils ont la possibilité de faire différentes activités qui relient ce qu'ils apprennent à l'école à des situations de la vie quotidienne.

EPSB Together peut se révéler amusant. Les enfants ont la possibilité d'apprendre tout en jouant, en réalisant des projets artistiques, en apprenant à cuisiner, en explorant l'extérieur, en participant aux achats, etc.

## Google Classroom

Google Classroom est populaire auprès des enfants et des apprenants adultes. Les enseignants de partout dans le monde créent leurs propres classes virtuelles à l'aide de Google Classroom.



### Cliquez sur :

- Onglet **Stream** : retrouvez les messages de votre professeur et de vos camarades de classe
- Onglet **Travail de classe** - voir tous les détails concernant vos devoirs
- Onglet **Personnes** - découvrez les personnes qui sont également dans votre classe
- Consultez les **devoirs à venir** dans la case située en bas à gauche de la page.

L'école a attribué à votre enfant une **connexion et un mot de passe sécurisés** (différents de SchoolZone) pour Google Classroom. Demandez à l'enseignant de vous communiquer les informations de connexion de votre enfant. Ou bien, vous pouvez leur demander de vous ajouter en tant que parent et vous recevrez alors des courriels.

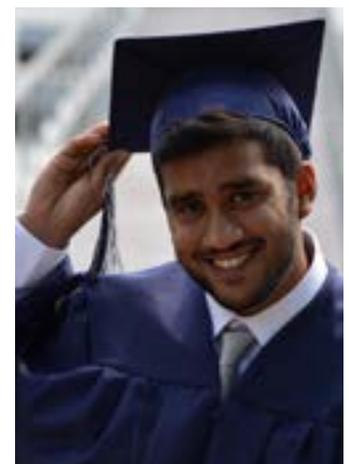
Pour des conseils et des informations sur la **sécurité sur Internet**, reportez-vous au chapitre 6 de ce guide.

**Demandez à votre école** si vous avez des questions à propos de cette technologie. Ils ont peut-être un support technique pour vous aider.

## Les parents sont responsables du comportement de leur enfant

**L'obtention d'un diplôme d'études secondaires** est extrêmement importante si votre enfant souhaite réussir au Canada. Voici quelques renseignements sur la remise des diplômes.

- Il faut compter 3 à 4 ans pour obtenir un diplôme.
- **Programmes alternatifs d'études secondaires** - Les personnes âgées de 18 à 19 ans qui ont besoin d'un soutien pédagogique plus soutenu ont la possibilité de fréquenter Centre High ou Cardinal Collins à Edmonton.
- **Examens de diplôme** - Les élèves de 12e année sont tenus de faire preuve de solides compétences en anglais, en mathématiques et en sciences. Ils vont passer les examens finaux. Ces examens correspondent à 30 % de la note totale de la 12e année.
- **Crédits** - Les étudiants doivent suivre certains cours et accumuler des crédits pour obtenir leur diplôme. Votre enfant est invité à rencontrer un conseiller scolaire pour planifier chaque année d'études secondaires. Il faut que les élèves aient assez de crédits pour obtenir leur diplôme!
- **Les cours facultatifs** enseignent des compétences particulières, comme le dessin, la construction ou les talents musicaux. Vous êtes souvent obligé de payer des frais supplémentaires. Renseignez-vous sur les frais supplémentaires avant l'inscription de votre enfant!





## Le Canada est un pays pacifique. C'est exactement ce que vous verrez dans les écoles d'Edmonton.

Les écoles montrent aux élèves comment résoudre les problèmes en discutant. Les enseignants encouragent et valorisent le bon comportement. Ils ne crient pas et ne sont pas agressifs, même lorsqu'il y a des problèmes. Si votre enfant se conduit mal, l'enseignant vous le dira. Les enseignants comptent sur les parents pour parler du problème à la maison avec leur enfant. Si vous avez besoin d'aide, vous êtes en droit de demander à l'enseignant de vous rencontrer en compagnie de votre enfant. Ne laissez pas la langue vous faire obstacle! Vous pouvez faire appel à un interprète à l'école pour vous assurer que tout le monde se comprend.

En cas de problème, l'enseignant et l'administrateur de l'école (le directeur) ont chacun un rôle à jouer.

Enseignants	Administration scolaire
Transmet des commentaires positifs	Impose des suspensions à l'intérieur de l'école (il faut quitter la classe, mais pas l'école)
Retire des privilèges, comme la récréation, les sorties scolaires, les activités de groupe amusantes, etc.	Impose des suspensions extrascolaires (il faut quitter l'école et rester à la maison pendant quelques jours)
Impose des temps d'arrêt (conférence en tête-à-tête)	Expulse les élèves de l'école ou de la division scolaire (ils doivent quitter l'école ou la division scolaire de façon permanente)
Pas de discipline physique	Pas de discipline physique; n'intervenir qu'en cas de problèmes de comportement graves ou répétés

La tolérance zéro pour l'intimidation dans les écoles de l'Alberta. L'intimidation, c'est quand quelqu'un répète volontairement un comportement blessant. L'intimidation peut se manifester par ce que l'on dit. L'intimidation peut être de nature physique. L'intimidation peut aussi avoir lieu à l'école ou en ligne.

Si quelqu'un intimide votre enfant, il existe de l'aide! Vous pouvez vous adresser aux enseignants, aux conseillers scolaires et aux travailleurs sociaux. Vous pouvez également vous rendre sur Internet : [bullyfreealberta.ca](http://bullyfreealberta.ca).



### Ligne d'aide contre l'intimidation :

Composez le 1-888-456-2323 pour obtenir de l'aide dans plus de 170 langues ou pour trouver d'autres soutiens. Cette aide est anonyme, donc privée, et personne d'autre ne le saura.

## Culture des jeunes

### Équilibrer deux cultures

Au Canada, les enfants sont en droit de dire ce qu'ils pensent. Cela ne veut pas dire que les enfants peuvent dicter à leurs parents ce qu'ils doivent faire. La culture et la loi canadiennes encouragent les adultes à écouter les opinions des enfants et à les inclure dans la prise de décisions. Les enfants n'ont pas d'autorité par rapport aux adultes, mais ils ont des droits.

Exprimer une opinion est une compétence que les enfants cultivent de plus en plus à mesure qu'ils grandissent. La plupart des adultes vont écouter l'opinion d'un adolescent (jeune) plus que celle d'un jeune enfant. Il est important que les jeunes soient à l'aise pour parler à leurs parents de n'importe quel sujet.

Si ce n'est pas le cas, la relation peut devenir difficile. L'intégration à la vie canadienne est difficile pour tous les membres de la famille, pas uniquement pour les parents.

### On a parfois l'impression que les parents et les enfants vivent chacun dans un monde différent.



Les enfants fréquentent une école canadienne, rencontrent de nombreuses personnes et apprennent à mieux connaître la culture canadienne. Ainsi, les enfants s'adaptent beaucoup plus rapidement que leurs parents à leur nouvelle vie à Edmonton.

Les parents risquent d'avoir peur lorsqu'ils voient l'influence de la culture canadienne sur leurs enfants. Ils sont susceptibles de devenir plus stricts et traditionnels, peut-être même plus qu'ils ne l'étaient dans leur pays d'origine! Cela peut provoquer plus de stress dans la relation familiale.

**CONSEIL :** Un travailleur de l'établissement dans les écoles (SWIS) est capable de vous aider! Renseignez-vous auprès de votre école à ce sujet.



## Renforcement des communautés

Il n'est pas facile de vivre dans deux cultures. Il n'est pas facile d'être un adolescent. Il n'est pas toujours facile non plus d'être le parent d'un adolescent! Maintenant que vous vivez dans un nouveau pays, vous pouvez trouver votre vie de famille plus difficile.

**Courage! Oui, vos pieds ont quitté votre pays d'origine. Mais, la sagesse de vos ancêtres est présente en vous, même dans un nouveau pays.**

If you need support, you can talk to a settlement counselor. Find an organization near you in the **Useful Contacts** pages in the back of this guidebook.

If you keep reading, you will learn about more programs for youth and their families below.

If life gets to be too difficult and your young adult needs a place to sleep, YESS can help. Nobody should be homeless in Edmonton.

## Youth Empowerment and Support Services (YESS) [Services de soutien et d'autonomisation des jeunes]

YESS permettra aux jeunes d'avoir un endroit où passer la nuit ou la journée pour une courte période de temps. L'organisme offre un soutien aux jeunes âgés de 15 à 24 ans. YESS collabore avec d'autres organismes bienveillants pour donner aux jeunes toute l'aide et les compétences dont ils ont besoin :

- avoir une vie familiale sûre
- améliorer leur santé et leur bien-être
- acquérir des compétences pratiques
- établir des liens
- mettre fin à leur situation de sans-abri

### Plus d'informations :

**Site Web :** [yess.org](http://yess.org)

**Médias sociaux :** Suivre @YESSorg

**Coordonnées :** YESS Fund Development Team - [giving@yess.org](mailto:giving@yess.org)

Renseignez-vous sur YEG Youth Connect.

Vous trouverez les coordonnées de YESS à la fin de ce chapitre.

## Ressources en ligne pour faciliter vos déplacements à Edmonton :

- Servez-vous de l'application Google Maps sur votre appareil.
- Utilisez le planificateur de déplacements de l'ETS : [etstripplanner.edmonton.ca/PlanYourTrip.aspx](http://etstripplanner.edmonton.ca/PlanYourTrip.aspx)
- Téléchargez une application Edmonton ETS sur votre appareil.

## OU

- Téléchargez le **Guide des ressources pour le transport en commun des jeunes** afin de connaître les espaces réservés aux jeunes (gymnases, clubs, etc.) aux principaux arrêts des lignes de train LRT et des transports en commun de la ville : [www.edmonton.ca/residential\\_neighbourhoods/PDF/YouthTransitResourceGuide.pdf](http://www.edmonton.ca/residential_neighbourhoods/PDF/YouthTransitResourceGuide.pdf)

Vous pouvez obtenir plus d'informations sur les transports en commun au chapitre 1 de ce guide.



## Programmes pour les jeunes

Vous pouvez favoriser l'épanouissement et l'apprentissage de vos enfants grâce à vos propres nouvelles expériences.

Les enfants sont notre avenir. Le gouvernement du Canada est conscient de cette situation et a donc mis en place de nombreux programmes pour soutenir les familles d'Edmonton.

Les enfants ont le droit de vivre en sécurité au Canada. Les programmes gouvernementaux et communautaires permettent aux enfants de se développer sainement à moindre coût ou gratuitement. Quand vous utilisez ces programmes pour vous-même, vous aidez toute votre famille à réussir au Canada. Voici une liste de certains des programmes proposés par Edmonton aux jeunes et aux familles.



**Programmes pour les jeunes : Grandir et apprendre par de nouvelles expériences**

<p><b>Le Club des garçons et filles Grands frères et Grandes sœurs</b></p>	<p>Plusieurs établissements à Edmonton</p>
<p>Le programme <b>Grand frère et Grande sœur</b> s’adresse aux jeunes âgés de <b>6 à 18 ans</b> qui ont besoin d’un modèle positif. Ils peuvent rencontrer leur « grand frère ou grande sœur » en personne ou en ligne.</p> <p>Le <b>programme de lecture virtuelle</b> s’adresse aux enfants de la <b>1<sup>ère</sup> à la 3<sup>e</sup> année</b> qui ont besoin d’aide en matière de lecture. Ce programme est disponible en ligne.</p> <p>Le programme de tutorat virtuel est destiné aux jeunes de la <b>4<sup>e</sup> à la 12<sup>e</sup> année</b> qui ont besoin d’une aide aux devoirs et d’un tutorat. Ce programme est disponible en ligne.</p> <p>Le programme du <b>Club Group</b> est un espace pour les <b>jeunes âgés de 6 à 18 ans</b> où ils peuvent se retrouver après l’école. Les groupes se rassemblent dans l’une des dix écoles ou en ligne.</p> <p>Le programme de <b>mentorat virtuel en réseau</b> est destiné aux <b>jeunes âgés de 14 à 24 ans</b> qui souhaitent bénéficier d’un mentor à court terme. L’accent est mis sur l’emploi et le mentorat professionnel. Ce programme est disponible en ligne.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s’inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 424-8181          Courriel : <a href="mailto:alexis.forbes@bgcbigs.ca">alexis.forbes@bgcbigs.ca</a>          Candidature en ligne : <a href="http://bgcbigs.ca">bgcbigs.ca</a></p>

<p><b>Action for Healthy Communities</b></p>	<p>10578-113 St. #100, Edmonton, AB T5H 3H5</p>
<p>Le programme <b>Newcomer Youth Empowerment and Inclusion (NYEI)</b> [Autonomisation et inclusion des jeunes nouveaux arrivants] permet aux jeunes nouveaux arrivants d’être actifs dans la communauté. Les jeunes tissent des liens entre eux et avec d’autres personnes de la communauté. Les jeunes reçoivent des informations sur l’établissement. Le programme NYEI met également à leur disposition des ressources pour les aider à trouver un emploi.</p> <p>Action for Healthy Communities propose également d’autres programmes en groupe et un soutien individuel pour les jeunes nouveaux arrivants.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s’inscrire :</b></p> <p>Envoyez un message direct sur Instagram : @ahc_youth          Téléphone : (780) 235-3581          Courriel : <a href="mailto:basem.alrahim@a4hc.ca">basem.alrahim@a4hc.ca</a>  <a href="mailto:youth@a4hc.ca">youth@a4hc.ca</a>          Site Web : <a href="http://a4hc.ca">a4hc.ca</a></p>

<p><b>Edmonton Immigrant Services Association</b></p>	<p>10720-113 St. #201, Edmonton, AB 3H8T5H</p>
<p>Le programme <b>Travailleurs de l’établissement dans les écoles (SWIS)</b> soutient les élèves nouvellement arrivés et leurs familles dans leur intégration à la culture canadienne. Si vous êtes nouveau au Canada, SWIS pourra aider votre enfant à l’école et dans la communauté. L’objectif de SWIS est de vous voir réussir, vous et votre enfant!</p> <p>Si vous souhaitez bénéficier de cette aide à l’école, dites-le à l’école de votre enfant. Vous pouvez également contacter directement l’EISA.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s’inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 474-8445          Courriel : <a href="mailto:info@eisa-edmonton.org">info@eisa-edmonton.org</a>          Site Web : <a href="http://www.eisa-edmonton.org">www.eisa-edmonton.org</a></p>



## Programmes pour les jeunes : Grandir et apprendre par de nouvelles expériences

<b>The Family Centre</b>	<b>9912-106 St. #20, Edmonton, AB T5K 1C5</b>
<p>The Family Centre met à disposition des <b>accompagnateurs culturels</b> dans le cadre de son programme Action for Teens [Action pour les adolescents]. Les accompagnateurs culturels sont des personnes qui travaillent avec des jeunes et des familles issus de différentes communautés ethnoculturelles. Vous pouvez vous rencontrer en groupe ou en tête-à-tête. Des accompagnateurs culturels aident les jeunes à s'adapter à la vie au Canada. Ils soutiennent également les personnes qui souhaitent se rapprocher de leur culture.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 423-2831          Courriel : <a href="mailto:michelle.gibson@family-centre.org">michelle.gibson@family-centre.org</a>          Site Web: <a href="http://www.familycentre.org/about/schools">www.familycentre.org/about/schools</a></p>
<b>Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)</b>	<b>9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7</b>
<p>Le <b>Youth Brokering Pilot Program</b> [programme pilote de courtage pour les jeunes] offre un service de courtage culturel aux jeunes. Le courtage culturel vise à mettre en relation des groupes ayant des origines culturelles différentes afin de réduire les conflits entre les groupes. Grâce à ce programme, les jeunes se familiarisent avec les risques de leur vie. Ils découvrent comment se protéger. Ce programme s'adresse aux communautés syriennes, oromos, érythréennes et éthiopiennes.</p> <p>Demandez à <b>MCHB</b> de vous parler des autres programmes destinés aux jeunes immigrants et réfugiés. Ils ont formé des groupes avec des animateurs de jeunesse dans plus de 20 communautés de minorités culturelles.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 423-1973          Site Web : <a href="http://mchb.org">mchb.org</a></p>
<b>Centre mennonite d'Edmonton pour les nouveaux arrivants</b>	<b>10170-112 St. NW, Edmonton, AB T5K 2L6</b>
<p>Le <b>Sky Club</b> est un espace amusant pour se faire des amis, obtenir de l'aide pour les devoirs, pratiquer la lecture et jouer à divers sports et jeux.</p> <p><b>Civic Engagement by Newcomer Youth</b> [Engagement communautaire des jeunes nouveaux arrivants] est un programme destiné à développer les compétences de leadership des jeunes nouveaux arrivants. Les jeunes participent à des activités au sein de la communauté.</p> <p><b>Global Girls</b> est un programme destiné aux jeunes femmes âgées de 15 à 22 ans et issues de l'immigration. Global Girls encourage les femmes à avoir confiance en elles et à se fixer des objectifs pour un avenir meilleur.</p>	<p><b>For more information or to register:</b></p> <p>Téléphone : (780)424-7709          Site Web : <a href="http://emcn.ab.ca">emcn.ab.ca</a></p>



## Programmes pour les jeunes : Grandir et apprendre par de nouvelles expériences

<b>YMCA Family Resource Centre</b>	<b>9835-103A Ave., Edmonton, AB T5H 0J3</b>
<p>Le <b>programme de transition pour les jeunes du YMCA (YTP)</b> est une communauté sécuritaire et encourageante pour les jeunes. Vous pourrez vous renseigner sur les services communautaires, rencontrer de nouveaux amis, participer à des activités amusantes, trouver un logement si vous en avez besoin, trouver un emploi ou obtenir de l'aide pour rédiger votre CV. Le soutien comprend :</p> <p><b>Aptitudes à la vie urbaine</b> – Êtes-vous un jeune qui veut changer quelque chose dans sa vie? Dans le cadre de ce programme, vous vous concentrerez sur votre estime de soi, les relations saines, les compétences en matière de communication et plus encore. Ce groupe tient une réunion par semaine après l'école.</p> <p><b>Comment réussir sa vie d'adulte</b> – Être un adulte est difficile. Avez-vous besoin de stratégies? Au cours de ce programme, vous apprendrez à gérer votre argent, à trouver un logement et à trouver un emploi.</p> <p><b>Gestion de la colère</b> – Avez-vous du mal à comprendre et à gérer votre colère? Dans cet atelier individuel, vous apprendrez à savoir quand vous êtes en colère et comment y remédier.</p> <p><b>Leadership</b> – Voulez-vous devenir un leader exemplaire? Avec ce programme, vous ferez partie d'une équipe de jeunes leaders. Vous acquerrez des compétences en matière de leadership et vous jouerez un rôle important au sein du YMCA. Vous allez établir des liens avec le programme de transition pour les jeunes et la communauté et vous participerez à la collecte de fonds.</p> <p><b>SKY High</b> – Adorez-vous être en plein air? SKY High est un programme d'aventure en plein air et de leadership. Vous développerez des compétences nécessaires à votre réussite personnelle, scolaire et professionnelle. Les jeunes participent à des ateliers et à des activités ludiques, comme la randonnée, le VTT, les parcours de cordes, le camping et le canoë.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 426-9622          Courriel : <a href="mailto:Michael.Peters@northernalberta.ymca.ca">Michael.Peters@northernalberta.ymca.ca</a>          Site Web: <a href="http://northernalberta.ymca.ca">northernalberta.ymca.ca</a></p>
<b>Somali Canadian Women and Children Association</b>	<b>13415C Fort Rd NW, Edmonton, AB T5A 1C6</b>
<p>Le <b>programme jeunesse</b> de la SCWCA aide ses jeunes à développer des compétences sociales, académiques et professionnelles. Le soutien comprend :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• club d'aide aux devoirs</li> <li>• programme parascolaire</li> <li>• mentorat et leadership</li> <li>• ateliers éducatifs et de préparation à la vie quotidienne</li> <li>• santé et bien-être</li> <li>• préparation à l'emploi</li> <li>• sorties scolaires</li> <li>• Programmes d'été, d'hiver et de printemps</li> </ul>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 756-1175          Courriel : <a href="mailto:shukri.othman@somaliancanadianwomen.ca">shukri.othman@somaliancanadianwomen.ca</a>          Site Web : <a href="http://somaliancanadianwomen.ca">somaliancanadianwomen.ca</a></p>



## Programmes pour les parents : Le maintien de votre patrimoine culturel dans la société canadienne

<p><b>Services sociaux catholiques</b> <b>Services d'immigration et d'établissement</b></p>	<p>8212-118 Ave., Edmonton, AB T5B 0S3</p>
<p>Le programme <b>Parenting in Two Cultures</b> [Être parent dans deux cultures] est destiné aux <b>parents immigrés</b> qui souhaitent mieux communiquer avec leurs enfants. Vous découvrirez comment discipliner vos enfants de manière positive pour que votre famille reste forte. Vous pouvez échanger avec d'autres parents sur les défis que représente le fait d'être parent au Canada.</p> <p>Le programme <b>Groupe des femmes</b> est destiné aux <b>femmes immigrées</b>. Chaque semaine, vous pouvez dialoguer avec d'autres femmes. Les femmes partageront entre elles leurs expériences et les défis de leur vie. Vous allez constater que vous avez des choses en commun et que vous appréciez vos différences. C'est un endroit sûr pour découvrir la vie au Canada, et pour s'amuser aussi.</p> <p>Le programme <b>Groupe des hommes</b> est destiné aux <b>hommes immigrés</b>. Chaque semaine, les membres se réunissent pour discuter de différents sujets concernant leur intégration au Canada. C'est un endroit sûr où vous pouvez exprimer votre opinion, partager vos expériences et découvrir la vie au Canada avec de nouveaux amis.</p> <p><b>REMARQUE :</b> Les programmes du CSS prévoient des événements en personne et en ligne.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 424-3545 Courriel : <a href="mailto:parenting2cultures@cssalberta.ca">parenting2cultures@cssalberta.ca</a> Site Web : <a href="http://newcomers.cssalberta.ca">newcomers.cssalberta.ca</a></p>
<p><b>Edmonton Mennonite Center for Newcomers</b></p>	<p>10170-112 St NW, Edmonton, AB T5K 2L6</p>
<p><b>Le SWIS amélioré (ESWIS)</b> apporte un soutien aux enfants, aux jeunes et aux familles des nouveaux arrivants qui risquent d'être confrontés à de graves difficultés lors de leur établissement. ESWIS est au service des jeunes et de leur famille confrontés à différents défis, tels que des handicaps physiques, psychologiques et d'apprentissage.</p> <p>Le programme <b>Parents et alphabétisation</b> est un programme amusant destiné à vous soutenir, vous et vos enfants, avant qu'ils n'aillent à l'école (prématernelle). Les enfants se développent et apprennent en jouant. Les parents renforcent leurs compétences en anglais.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780)424-7709 Site Web : <a href="http://emcn.ab.ca">emcn.ab.ca</a></p>
<p><b>Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)</b></p>	<p>9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7</p>
<p><b>Multicultural Family Connections</b> [connexions entre les familiales multiculturelles] propose des cercles sociaux et du soutien individuel. Vous allez apprendre comment garder vos enfants en bonne santé et positifs dans deux cultures. Multicultural Family Connections aimerait construire sa relation avec vous.</p> <p>Le programme <b>Multicultural Family Support for Children with Disabilities (FSCD)</b> aide les familles à surmonter leurs sentiments face au handicap de leur enfant. Ce programme aide les parents à comprendre et à soutenir l'état de santé de leur enfant. Les parents deviennent plus confiants dans leur capacité à accéder aux services du FSCD et à trouver d'autres formes de soutien utiles. Les services sont souvent offerts dans votre langue maternelle.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780)423-1973 Site Web : <a href="http://mchb.org">mchb.org</a></p>



## Programmes pour les parents : Le maintien de votre patrimoine culturel dans la société canadienne

<p><b>Multicultural Family Resource Society</b></p>	<p>9912-106 St. #20, Edmonton, AB T5K 1C5</p>
<p>Le <b>MFRS</b> met en place des programmes parents-enfants pour les familles d'immigrants et de réfugiés dans leur langue maternelle. Il y a des groupes pour ces communautés ethnoculturelles : Chinoise, Érythréenne/Éthiopienne, Philippine, Karen, Oromo, Soudanaise, Somalienne, Africaine francophone et Européenne de l'Est Il y a un groupe pour les parents et un groupe pour les enfants.</p> <p>Si vous cherchez à vous joindre à un programme, contactez votre prestataire de services d'établissement local pour connaître le calendrier de votre groupe. Il est possible de participer en personne ou en ligne pour certains groupes ethnoculturels.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 938-1771          Courriel : <a href="mailto:june@mfrsedmonton.org">june@mfrsedmonton.org</a>          Site Web : <a href="http://mfrsedmonton.org">mfrsedmonton.org</a></p>

## Programmes pour les femmes et les enfants : Autonomiser l'avenir

<p><b>Somali Canadian Women and Children Association</b></p>	<p>13415C Fort Rd NW, Edmonton, AB T5A 1C6</p>
<p><b>SCWCA</b> soutient les femmes et les enfants dans le besoin. Ils proposent des programmes spécialement destinés aux femmes, tels que des services pour les enfants, la famille et le bien-être de la communauté. SCWCA reconnaît que les femmes vivent et travaillent au sein de systèmes sociaux connectés, et s'associe donc à de nombreux partenaires communautaires.</p> <p>Le <b>programme Women &amp; Family Empowerment (WFEP)</b> [autonomisation des femmes et des familles] permet aux femmes nouvellement arrivées d'acquérir de nouvelles compétences. Vous pouvez également améliorer votre anglais conversationnel et vous faire de nouveaux amis. Le WFEP est un espace sûr et accueillant. Les femmes peuvent bénéficier d'informations et de ressources, d'un soutien interculturel, d'un soutien en matière de santé mentale et perfectionner leurs compétences en matière de leadership.</p> <p><b>Enseignement à domicile par les parents d'enfants d'âge préscolaire (HIPPY)</b> : Le programme HIPPY soutient les femmes immigrées et leurs familles en leur permettant d'acquérir des compétences en matière d'alphabétisation afin d'aider leurs enfants de 3 et 4 ans à se préparer à l'école. Les visiteurs à domicile, souvent issus de la même communauté, visitent le domicile des clients une fois par semaine pour partager des informations pratiques et des leçons structurées sur une période de 30 semaines.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 756-1175          Pour WFEP, envoyez un courriel à : <a href="mailto:fowzia.isse@somaliancanadianwomen.ca">fowzia.isse@somaliancanadianwomen.ca</a>          Pour HIPPY, envoyez un courriel à : <a href="mailto:mustafa.elhawi@somaliancanadianwomen.ca">mustafa.elhawi@somaliancanadianwomen.ca</a>          Site Web : <a href="http://somaliancanadianwomen.ca">somaliancanadianwomen.ca</a></p>

Vous êtes une nouvelle maman? Consultez un conseiller en établissement au sujet des programmes destinés aux femmes enceintes ou aux nouvelles mères à Edmonton. L'un de ces programmes s'appelle Basically Babies [Bébés, en bref].



## Programmes pour les nouveaux parents : Autonomiser l'avenir

<b>Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)</b>	9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7
<p>Le programme de <b>visites à domicile respectueuses de la culture</b> se rendra à domicile si vous êtes une famille avec des enfants âgés de 0 à 6 ans. Vous pouvez communiquer avec quelqu'un en arabe, en érythréen/éthiopien, en français, en espagnol et en langues sud-asiatiques. Les visiteurs à domicile vous rendent visite, ainsi qu'à votre famille, toutes les semaines pour vous aider dans votre rôle de parent, tout en comprenant et en respectant votre culture.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p><b>REMARQUE :</b> Ils vont d'abord enregistrer les nouveaux parents. Téléphone : (780) 423-1973 Site Web: <a href="http://mchb.org">mchb.org</a></p>
<b>Les services de santé de l'Alberta (AHS) - Centre de santé d'Edmonton Est</b>	7910-112 Ave. NW, Edmonton, AB T5B 0C2
<p>Le programme <b>New Moms Network [Réseau des nouvelles mamans]</b> s'adresse aux <b>mères de nouveau-nés âgés de 6 semaines à 6 mois</b>. AHS propose six sessions de groupe hebdomadaires où les femmes peuvent rencontrer d'autres nouvelles mamans. Ils approfondissent leurs connaissances sur la santé et le développement de leur enfant.</p> <p><b>REMARQUE :</b> Il y a des frais de 30 \$ pour ce programme. Si vous avez besoin que l'AHS enlève les frais, parlez à une infirmière du centre de santé ou demandez au commis à l'inscription lorsque vous appelez. Ce programme s'adresse aux personnes qui parlent l'anglais.</p>	<p><b>Pour en savoir plus ou pour s'inscrire :</b></p> <p>Téléphone : (780) 413-7980 Site Web: <a href="http://albertahealthservices.ca">albertahealthservices.ca</a></p>



## Une journée dans la vie de...

Mary est une maman avec trois jeunes enfants. À son arrivée au Canada, l'une des premières choses qu'elle a apprises, c'est que les Canadiens ne vous autorisent pas à punir vos enfants - pas avec des punitions physiques ni avec des mots.

Mary se pose de nombreuses questions sur la façon dont les Canadiens peuvent élever leurs enfants et leur faire apprendre les bonnes pratiques sans pouvoir les punir. Mary ne veut pas créer de problèmes, alors elle ne pose pas de questions. Elle craint que les gens la considèrent comme une mauvaise mère. Elle a très peur de se faire enlever ses enfants.

Alors, Mary ne dit rien. Elle laisse ses enfants agir comme ils veulent. Un jour, au supermarché, Mary est en train de chercher des produits d'épicerie. Ses enfants courent partout et sont très bruyants.

Son enfant le plus jeune ouvre même une boîte de bonbons et les mange!

Les gens la regardent. Elle a l'impression que les gens pensent qu'elle est une mauvaise mère. Elle est très désorientée. Elle croyait que les Canadiens ne punissaient pas leurs enfants. Fait-elle quelque chose qui n'est pas normal? Doit-elle leur donner une fessée pour qu'ils se comportent bien?

Mary a du mal à s'y retrouver. Elle décide de se contenter de quelques achats et de rentrer chez elle où personne ne la regardera.



### Aspect culturel à prendre en compte :

C'est la loi! Les abus physiques et émotionnels ne sont pas autorisés. Dans la culture canadienne, la discipline positive est appréciée. Si vous l'utilisez toujours de la même manière, la discipline vous permet d'avoir un lien fort avec vos enfants.

En général, dans ce cas, il n'est pas nécessaire de recourir à une punition sévère. Il est nécessaire de prendre du temps pour apprendre à utiliser la discipline positive.

Le recours à la discipline positive doit se faire dans toutes vos activités quotidiennes. Si vous souhaitez accéder à un endroit sûr et privé pour poser vos questions sur l'éducation des enfants, participez au programme Parenting in Two Cultures [Être parent dans deux cultures].

Vous pouvez le suivre dans différentes langues. Courriel : [parenting2cultures@cssalberta.ca](mailto:parenting2cultures@cssalberta.ca)



## Services de garde et prise en charge extra-scolaire

Au Canada, il existe des lois qui régissent la garde de vos enfants. **Superviser** signifie surveiller ou prendre soin de vos enfants pour les garder en sécurité. De nombreuses familles confient la surveillance de leurs enfants à des personnes qui ne font pas partie de leur famille lorsqu'elles ne sont pas à la maison.

Trouver le meilleur service de garde pour vos enfants est une décision très importante. Vous devez trouver un endroit sécuritaire et sain où vos enfants pourront s'épanouir. Nous vous donnerons des conseils pour trouver des services de garde de qualité et nous vous indiquerons où chercher.

Il existe de nombreux types de services de garde d'enfants agréés :

- **Programmes de garderie** – soins pour les nourrissons, les tout-petits et les enfants d'âge préscolaire.
- **Garderie en milieu familial** – accueil dans une maison privée pour un maximum de 6 enfants (y compris les propres enfants du prestataire du service) avec un seul prestataire de service.
- **Programmes de garde d'enfants collectif en milieu familial** – garde dans une maison privée de 7 à 10 enfants avec deux prestataires de service.
- **Programmes de garde extra-scolaire** – garde avant et après l'école, pendant l'heure du lunch et parfois lorsque l'école est fermée.
- **Programmes préscolaires** – garde d'enfants d'âge préscolaire pendant un maximum de 4 heures par jour.

### Les programmes de garde d'enfants inclusifs

répondent aux besoins des enfants qui présentent des besoins particuliers ou des handicaps. Vous pouvez obtenir ces soins spécialisés dans chacun des milieux de garde d'enfants de la liste ci-dessus. Chaque programme propose différentes façons d'offrir des services de garde d'enfants. Certains incluent des collations ou des repas. D'autres non. Visitez différents établissements pour vous entretenir avec le personnel. Posez beaucoup de questions pour savoir ce qu'ils offrent.

### Dix questions pertinentes à poser au personnel des services de garde d'enfants :

1. Combien d'employés(es) y a-t-il par enfant?
2. Le personnel a-t-il une formation en premiers soins pour les enfants?
3. Le bâtiment et l'équipement sont-ils propres et en bon état?
4. L'espace est-il organisé de manière à ce que les enfants soient libres de choisir leurs activités?
5. Offrez-vous des repas ou dois-je en préparer un ? Le personnel s'assied-il avec les enfants pendant les repas?
6. Le personnel et les enfants se lavent-ils les mains avant et après l'application de la couche ou le passage aux toilettes?
7. Les médicaments sont-ils conservés dans un contenant verrouillé où les enfants ne peuvent pas les atteindre?
8. Les équipements intérieurs et extérieurs sont-ils propres et sûrs?
9. Quel est le coût mensuel, et que se passe-t-il si je paie en retard?
10. Quelles sont les heures d'ouverture et de fermeture, et y a-t-il des frais supplémentaires si je suis en retard pour venir chercher mon enfant?





### Programme de subventions pour les garderies et les services de garde extra-scolaires

Si vous avez besoin d'aide pour payer vos frais de garde d'enfants, vous trouverez des informations sur les possibilités qui s'offrent à vous dans le cadre du Programme de subvention pour la garde d'enfants. Une subvention représente de l'argent que le gouvernement donne aux gens afin de les aider à payer certaines choses. Si vous remplissez les conditions requises, vous pourriez obtenir une subvention pour payer les frais de garde d'enfants. Le montant de votre subvention est déterminé en fonction de votre revenu familial total, de l'âge de l'enfant, du type de programme auquel votre enfant participe et du nombre d'heures de présence de votre enfant chaque mois. De nos jours, les familles de l'Alberta sont éligibles à une subvention si leur revenu familial total est inférieur à 75 000 \$ par an.

Vous pouvez faire une demande en ligne en utilisant le formulaire de demande de subvention pour la garde d'enfants : [www.alberta.ca/child-care-subsidy.aspx](http://www.alberta.ca/child-care-subsidy.aspx).

Si vous avez besoin d'aide pour remplir votre demande, veuillez communiquer avec le Alberta Supports Contact Centre : 1-877-644-9992

### Comment trouver des garderies et des services de garde extra-scolaires?

Vous ne savez pas où commencer à chercher des services de garde d'enfants? Rendez-vous en ligne pour utiliser le service de « recherche » du Alberta Human Services à l'adresse [www.humanservices.alberta.ca/oldfusion/ChildCareLookup.cfm](http://www.humanservices.alberta.ca/oldfusion/ChildCareLookup.cfm). Entrez votre code postal et le type de programme de garde d'enfants que vous désirez. Vous verrez apparaître une liste des établissements dans votre communauté. Vous pouvez également demander à votre famille, à vos amis(es) et à vos voisins(es) à qui vous faites confiance de vous aider en matière de garde d'enfants.



## Pour plus de renseignements sur les différentes manières de soutenir les enfants, rendez-vous en ligne.

**Ligne d'urgence pour les enfants maltraités (24 heures) : 1-800-387-5437 (sans frais)**

- Subvention pour la garde d'enfants en Alberta - [www.alberta.ca/child-care-subsidy.aspx](http://www.alberta.ca/child-care-subsidy.aspx)
- Programme d'études du gouvernement de l'Alberta de la maternelle à la 12e année - [www.alberta.ca/k-12-education.aspx](http://www.alberta.ca/k-12-education.aspx)
- My Child's Learning, gouvernement de l'Alberta (resource pour les parents) - [www.learnalberta.ca/content/mychildslearning/](http://www.learnalberta.ca/content/mychildslearning/)
- Bullying Prevention - [www.bullyfreealberta.ca](http://www.bullyfreealberta.ca)
- CTV News Edmonton - [edmonton.ctvnews.ca/](http://edmonton.ctvnews.ca/)
- Services de soutien à l'enfance (téléphonez au (780) 415-6400 pour trouver le bureau le plus proche de chez vous) - [www.humanservices.alberta.ca/css](http://www.humanservices.alberta.ca/css)
- Instructions pour Google Classroom - [epsb.ca/schools/goingtoschool/academics/distancelearning/googleclassroom/](http://epsb.ca/schools/goingtoschool/academics/distancelearning/googleclassroom/)
- Kids Up Front (jusqu'à 18 ans) - [kidsupfrontedmonton.com/our-programs/](http://kidsupfrontedmonton.com/our-programs/) (Remarque : nouveaux programmes en ligne - se renseigner sur la possibilité de louer l'utilisation d'une tablette électronique.)
- Lignes directrices sur l'apprentissage en ligne pour les écoles publiques d'Edmonton - [epsb.ca/schools/goingtoschool/academics/distancelearning/](http://epsb.ca/schools/goingtoschool/academics/distancelearning/)
- Rainbow Pages (informations sur les aides aux jeunes 2ELGBTQIA+) - [www.therainbowpages.ca/](http://www.therainbowpages.ca/)
- YOUCAN (programme de pré-emploi pour les jeunes âgés de 18 à 24 ans) - [www.youcan.ca/verto/](http://www.youcan.ca/verto/)
- YWCA (for girls) - [www.ywcaofedmonton.org/programs-and-services/youth-programs/](http://www.ywcaofedmonton.org/programs-and-services/youth-programs/)
- Youth Transit Resource Guide - [www.edmonton.ca/residential\\_neighbourhoods/PDF/YouthTransitResourceGuide.pdf](http://www.edmonton.ca/residential_neighbourhoods/PDF/YouthTransitResourceGuide.pdf)



## Points de contact pour l'enfance et la jeunesse

Centre High Campus	
Adresse :	Alberta College Campus - 10050 MacDonald Drive NW, Edmonton, AB T5J 0S3
Téléphone :	(780) 425-6753
Site Web :	<a href="http://centrehigh.epsb.ca">centrehigh.epsb.ca</a>

Conseil Scolaire Centre-Nord (Francophone School Board)	
Adresse :	8627, rue Marie-Anne-Gaboury (91 St.), bureau 322, Edmonton, AB T6C 3N1
Téléphone :	(780) 468-6440 ou sans frais : 1-800-248-6886
Site Web :	<a href="http://centrenord.ab.ca">centrenord.ab.ca</a>

Edmonton Catholic Schools Lumen Christi Catholic Education Centre (Écoles catholiques d'Edmonton, Centre d'éducation catholique Lumen Christi)	
Adresse :	9807-106 St, Edmonton, AB T5K 1C2
Téléphone :	(780) 441-6000 ou sans frais : 1-888-441-6010
Site Web :	<a href="http://ecsd.net">ecsd.net</a>

Edmonton Public Schools Centre for Education (Centre d'éducation des écoles publiques d'Edmonton)	
Adresse :	1 Kingsway NW, Edmonton, AB T5H 4G9
Téléphone :	(780) 429-8000
Site Web :	<a href="http://epsb.ca">epsb.ca</a>

Youth Empowerment and Support Services (YESS) - Services de soutien et d'autonomisation des jeunes	
Adresse :	Hébergement de nuit : Whyte Ave Building - 9310-82 Ave., Edmonton, AB T6C 0Z6 Programmes de jour : Armoury Resource Centre - 10310-85 Ave., Edmonton, AB T6E 5R3
Téléphone :	(780) 468-7070 (hébergement) (780) 468-7186 (ressources pour les jeunes)
Site Web :	<a href="http://yess.org">yess.org</a>



**4**

**Argent**



# 4 Argent

Vous aurez de nombreuses nouvelles dépenses lorsque vous commencerez votre vie au Canada. Vous devrez payer un logement. Vous achèterez tous les articles dont vous aurez besoin pour votre nouvelle demeure. Vous dépenserez beaucoup d'argent au cours de vos trois premiers mois à Edmonton.

Il faut faire preuve de prudence avec son argent. Vous devez comprendre comment fonctionnent les finances au Canada. Ce chapitre vous apporte des informations sur l'argent, les banques, le crédit et la protection de votre argent. Il vous expliquera également comment dresser et utiliser un budget quand on dispose d'un petit revenu.

## Devise canadienne

La devise du Canada est le dollar canadien (\$). Il y a 100 cents (¢) dans un dollar. Ce tableau illustre la monnaie que les Canadiens(ennes) utilisent tous les jours.

### Billets de banque canadiens



5 \$



10 \$



20 \$



50 \$



100 \$

### Pièces de monnaie canadiennes



Pièce de 5 ¢



Pièce de 10 ¢



Pièce de 25 ¢



Pièce de 1 \$



Pièce de 2 \$



## Services bancaires

Les comptes bancaires sont sûrs au Canada. Le gouvernement a créé la **Société d'assurance-dépôts du Canada (SADC)** en 1967 pour s'assurer que vous ne perdiez pas l'argent que vous placez dans votre compte bancaire.

Les comptes bancaires permettent de faciliter le paiement de vos factures. Les comptes bancaires permettent également de percevoir plus facilement l'argent versé par les employeurs ou le gouvernement. Parfois, les couples partagent un compte bancaire (appelé **compte commun**). Ils conservent parfois aussi leurs propres comptes personnels. Cela peut constituer un bon moyen d'organiser votre argent.

De nombreux(es) adolescent(e)s possèdent un compte bancaire. Les enfants bénéficient de comptes gratuits jusqu'à l'âge de 18 ans. Cela leur permet d'apprendre à gérer leur argent.

### Ouverture d'un compte bancaire

Au Canada, vous avez le droit d'ouvrir un compte bancaire dans une banque ou une coopérative de crédit sous réglementation fédérale, à condition de présenter une pièce d'identité appropriée. Une identification provenant de plusieurs endroits est requise.

Il existe différentes combinaisons d'identification (ID) que vous pouvez utiliser. Vous devez utiliser des pièces d'identité originales, et non des photocopies. Les pièces d'identité peuvent être les suivantes :

- Carte de numéro d'assurance sociale (NAS) délivrée par le gouvernement du Canada
- Carte d'assurance-maladie de l'Alberta
- Carte de résident permanent ou un formulaire valide d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC)
- Carte d'identité d'employé(e) avec votre photo, délivrée par un employeur bien connu à Edmonton

Vous pouvez également demander à une personne en règle avec l'institution financière (ou dans la communauté) de confirmer votre identité! Vérifiez auprès de votre banque ou de votre coopérative de crédit quelles sont les pièces d'identité acceptées par leur institution.

Vous pouvez ouvrir un compte même si :

- vous n'avez pas d'emploi
- vous n'avez pas d'argent à mettre sur le compte immédiatement
- vous avez fait faillite

### Gestion d'un compte bancaire

Il existe de nombreux types de comptes bancaires. Il est important de savoir de quel compte vous disposez. Vous devez connaître les règles relatives à ce compte. Vous pouvez aussi changer de compte si vous le souhaitez.

Vous devez payer des frais à la banque chaque mois. Ces frais sont appelés frais de service. Vous devez payer différents frais de service pour différents comptes bancaires.

Vérifiez chaque semaine le montant d'argent dont vous disposez sur votre compte. C'est ce qu'on appelle le solde de votre compte. La plupart des gens paient leurs factures automatiquement à partir de leur compte bancaire.

S'il n'y a pas assez de fonds sur un compte bancaire, des factures importantes comme le loyer ou les services publics sont impayées. Si cela se produit, vous devez payer des frais de retard. Vous devez également payer des frais à la banque si cela se produit. Il s'agit de frais pour **insuffisance de fonds**.



## Les questions pertinentes à poser lorsque vous choisissez un compte bancaire :

1. Quel est le montant des frais mensuels ?
2. Les frais mensuels couvrent-ils plus d'un compte ?
3. Dois-je avoir un solde minimum ? Y a-t-il des frais si je n'ai pas le solde minimum ?
4. Combien de transactions autorisez-vous avant que je doive payer des frais supplémentaires ?
5. Quels sont les frais pour les virements électroniques et autres services bancaires en ligne ?
6. Je suis un(e) nouvel(le) arrivant(e). Puis-je bénéficier de services bancaires gratuits ou d'autres offres spéciales ?

**You can change bank accounts and banks anytime. It is your choice!**

**Language Line!  
Demander un interprète.**

## Banques au Canada :

- Alberta Treasury Branches (ATB) Financial - [www.atb.com](http://www.atb.com)
- Banque de Montréal (BMO) - [www.bmo.com](http://www.bmo.com)
- Banque Canadienne Impériale de Commerce (CIBC) - [www.cibc.com](http://www.cibc.com)
- Credit Unions in Alberta - [www.albertacreditunions.com](http://www.albertacreditunions.com)
- Banque HSBC Canada - [www.hsbc.ca](http://www.hsbc.ca)
- Banque nationale du Canada - [www.nbc.ca](http://www.nbc.ca)
- Banque Royale du Canada (BRC) - [www.rbcroyalbank.com](http://www.rbcroyalbank.com)
- Banque Scotia - [www.scotiabank.ca](http://www.scotiabank.ca)
- Toronto-Dominion Bank (TD) - [www.td.com](http://www.td.com)



## Types de comptes bancaires

### Compte-chèques

- Les comptes-chèques conviennent aux opérations bancaires courantes, comme le paiement de factures ou l'achat d'articles.
- Vous pouvez déposer et retirer votre argent à tout moment.
- Le solde du compte ne rapporte généralement pas d'intérêts.
- Certains comptes-chèques sont dotés d'une protection contre les découverts. Cela signifie que la banque couvre vos factures lorsque vous ne disposez pas de suffisamment d'argent sur votre compte. Vous devez payer des frais si vous l'utilisez.
- Pour certains comptes, si vous avez un solde minimum, vous n'avez pas à payer de frais chaque mois. Cela signifie que vous devez conserver une certaine somme d'argent sur votre compte en permanence pour éviter de payer des frais.
- Si vous êtes toujours au courant de votre solde et du nombre de transactions, vous pouvez économiser de l'argent sur les frais.

### Compte d'épargne

- Les comptes d'épargne permettent d'économiser de l'argent pour l'avenir.
- Le solde du compte rapporte des intérêts.
- Vous pouvez déposer et retirer votre argent à tout moment.



### Autres comptes d'investissement

Il existe de nombreuses possibilités d'investir de l'argent. Parmi les plus courantes, citons les suivantes :

- Un **REER** est un régime enregistré d'épargne-retraite. Vous pouvez choisir où ira votre épargne. La banque l'enregistre pour vous. Vous ou votre époux(se) ou conjoint(e) de fait y cotise(nt).
- Un régime enregistré d'épargne-études (**REEE**) vous permet d'épargner pour les études postsecondaires de votre enfant. Il vous permet également de réduire vos impôts (abri fiscal).
  - Le Bon d'études canadien (BEC) est offert aux familles à faible revenu.
  - Le gouvernement du Canada offre un cadeau de 500 \$ comme premier dépôt.



## Cartes bancaires et distributeur de billets

### Carte de débit

- Votre banque vous donnera une carte de débit.
- Lorsque vous utilisez une carte de débit, vous utilisez votre propre argent.
- Vous utiliserez cette carte pour déposer ou retirer de l'argent, ou pour payer des articles dans les magasins.
- Votre carte de débit comporte un numéro d'identification personnel (NIP).
  - Ne révélez jamais votre code PIN à qui que ce soit!

### Carte de crédit

- Lorsque vous utilisez une carte de crédit, vous **empruntez** l'argent à une entreprise.
- Si vous utilisez une carte de crédit, vous devez payer des intérêts dans le cas où vous ne payez pas votre facture en un mois.
- La plupart des cartes de crédit ont un taux d'intérêt très élevé, de 19 % ou plus.
- Si vous ne remboursez que le paiement minimum, il pourrait être difficile de vous rattraper. Vous aurez plus de dettes. Cependant, vous devez payer **au moins le minimum chaque mois**.
- Vous pouvez utiliser votre carte de crédit pour des achats réguliers chaque mois. Ainsi, les transactions sur votre compte bancaire resteront faibles.
- Vous êtes protégé(e) si quelqu'un vole et utilise votre carte de crédit.
- Si vous n'utilisez pas votre carte de crédit pendant une longue période de temps, cela fera baisser votre **cote de crédit**.

### Guichets bancaires

- Si vous ne voulez pas payer de frais supplémentaires, utilisez un guichet automatique de votre propre banque.

### Guichet automatique bancaire (GAB)

- Vous pouvez également utiliser votre carte bancaire dans n'importe quel GAB. Les sociétés privées possèdent des GAB. Vous devez payer des frais chaque fois que vous utilisez un GAB.



## Dettes et prêts

La dette, c'est lorsque vous devez de l'argent à la banque. De nombreux(ses) Canadiens(ennes) sont endettés(es). Ils/elles empruntent de l'argent pour pouvoir acheter :

- une maison (appelée prêt immobilier)
- une voiture (appelé prêt automobile)
- une éducation (appelée prêt étudiant - voir le chapitre 6)

Vous devez avoir de bons antécédents de crédit pour obtenir un prêt auprès d'une banque. De bons antécédents en matière de crédit est ce qui permet aux Canadiens(ennes) d'acheter des articles coûteux.

Certaines compagnies automobiles offrent des plans de financement de véhicules à faible taux d'intérêt. Assurez-vous de vérifier auprès d'un(e) professionnel(le) avant de souscrire à un plan de financement.



## Antécédents en matière de crédit et cotes de crédit

Vos **antécédents en matière de crédit** commencent avec votre première vérification de crédit lorsque vous vous abonnez aux services publics ou à un forfait téléphonique. Vous ferez également l'objet d'une vérification de crédit lorsque vous effectuerez une demande de carte de crédit.

Une **cote de crédit** est un moyen pour la banque de vérifier vos habitudes en matière de dépenses lorsqu'elle procède à votre vérification de crédit. Elle examine vos antécédents en matière d'argent et décide si elle veut vous prêter de l'argent ou pas. Il est important d'avoir un bon antécédent et une bonne cote de crédit.

### Pour bâtir un bon crédit :

- Payez vos factures à temps.
- Économisez de l'argent et placez-le régulièrement sur un compte d'épargne.
- Si vous utilisez une carte de crédit, payez toujours plus que le paiement minimum. Payez le montant total dès que vous le pouvez. Saviez-vous que vous pouvez payer la plupart des factures **avant** leur échéance?

Vous devez prouver que vous êtes en mesure de rembourser vos prêts. Si vous sollicitez de nombreuses sources de crédit différentes, cela peut faire baisser votre cote de crédit. Il faut un certain temps pour établir la confiance.

Ne vous inquiétez pas ! Si vous devez annuler une carte de crédit, cela n'affecte en rien votre cote de crédit. Si vous recevez des subventions gouvernementales, cela n'affecte aucunement votre cote de crédit.

### Méfiez-vous des taux d'intérêt et des frais élevés

Les gens ont parfois besoin d'argent avant de recevoir leur prochain chèque de paie.

**Faites bien attention** : Les « prêts sur salaire » et autres moyens d'obtenir de l'argent liquide facturent souvent des frais et des taux d'intérêt très élevés - près de 30 %!





## Une journée dans la vie de...

Inez est une mère monoparentale. Elle a trois adolescents. Ils sont arrivés à Edmonton il y a trois mois. Inez a ouvert un compte bancaire lorsqu'elle est arrivée. Elle ne comprenait pas bien ses frais bancaires.

Un après-midi, Inez a pris l'autobus pour se rendre à son agence d'établissement. Le conseiller l'a aidée à identifier le problème : la banque facturait des frais à Inez chaque fois qu'elle retirait de l'argent du guichet automatique du dépanneur près de chez elle. Elle payait plus de 50 \$ par mois!

Elle a appris qu'elle ne devait retirer de l'argent que dans les guichets automatiques de sa propre banque. Elle a également appris qu'elle devait retirer une somme plus importante à chaque fois. En utilisant moins souvent les guichets automatiques bancaires, elle peut économiser de l'argent.



### Aspect culturel à prendre en compte :

Lorsque vous vous rendez à la banque, vous devez faire la file pour voir le/la caissier(ère).

Les Canadiens(ennes) aiment avoir de l'espace. Pensez à la longueur de votre bras. C'est l'espace que vous devez laisser entre vous et la personne qui vous précède dans la file d'attente.

Soyez calme, discret(ète) et respectueux(se) dans la file d'attente.



## Services bancaires en personne

La plupart des gens choisissent une banque proche de leur domicile. Un(e) caissier(ère) est la personne qui vous aide à la banque.

Le/la caissier(ère) peut vous aider à :

- ouvrir un compte
- obtenir des réponses à vos questions
- retirer ou déposer votre argent
- pratiquer votre anglais

## Language Line! Demander un interprète.

Certaines personnes conservent des documents importants et de petits objets dans un coffre-fort. Un **coffre-fort** est une boîte métallique située dans une chambre forte de la banque. Le coffre et la chambre forte sont verrouillés et vos objets sont en sécurité.

La location d'un coffre-fort coûte entre 60 \$ et 500 \$ par an. Parfois, vous pouvez obtenir un coffre gratuitement ou à prix réduit. Cela dépend de votre compte bancaire.

Vous devez vérifier régulièrement votre coffre-fort. Si vous ne le faites pas, la banque pourrait vous le retirer.



## Services bancaires en ligne

Utilisez votre compte en ligne pour :

- vérifier le solde de votre compte bancaire à tout moment
- payer vos factures et transférer de l'argent vers d'autres comptes
- consulter vos relevés bancaires

## Inscrivez-vous à la banque en ligne depuis votre ordinateur

Si vous voulez vous inscrire à la banque en ligne, allez sur le site Web de votre banque. Chaque banque possède son propre système. La plupart des banques vous demanderont de procéder aux mêmes étapes.

- Sélectionnez « S'inscrire ».
- Entrez votre numéro de carte.
- Entrez la date d'expiration de votre carte.
- Créez un nom d'utilisateur.
- Créez un mot de passe (celui-ci doit comporter de 8 à 25 caractères, dont au moins un chiffre).
- Acceptez les conditions générales.



## Sécurité en ligne

Les opérations bancaires en ligne sont généralement sûres, mais vous devez respecter les règles suivantes :

- Vérifiez souvent votre relevé. Informez votre banque si vous constatez quelque chose de suspect.
- N'oubliez jamais de vous déconnecter.
- N'utilisez que des connexions Wi-Fi sécurisées.

Ne répondez pas aux courriels qui semblent provenir de votre banque mais qui vous demandent des informations personnelles ou des mots de passe. **Votre banque ne vous demandera jamais de fournir vos données personnelles ou vos mots de passe dans un courriel.**

## Applications bancaires pour téléphones intelligents et tablettes

Vous pouvez effectuer vos opérations bancaires depuis votre domicile ! Toutes les banques proposent des applications gratuites pour faciliter vos opérations bancaires depuis votre téléphone intelligent et votre tablette. La plupart des banques vous permettent même de déposer des chèques en prenant tout simplement une photo.



## Éviter les escroqueries

Il arrive parfois que vous receviez un appel téléphonique ou un courriel dans lequel quelqu'un vous demande des renseignements personnels. L'appelant ou le courriel peut prétendre qu'il s'agit d'une banque, d'une société de cartes de crédit ou d'une agence gouvernementale, comme Revenu Canada. Il peut vous indiquer qu'il y a un problème avec votre compte.

**Soyez prudent(e)!** Il pourrait s'agir d'une escroquerie de la part de criminels qui veulent utiliser vos informations pour voler votre identité ou vous soutirer de l'argent. Ne partagez jamais vos informations personnelles. Si cela ne vous semble pas réel, raccrochez le téléphone ou supprimez le courriel. Ne cliquez pas sur les liens contenus dans le courriel.

Vous pouvez empêcher les gens de voler votre identité. Vous devez protéger tous vos renseignements personnels, en particulier votre numéro d'assurance sociale (NAS). Le gouvernement et les banques ne vous appelleront jamais pour vous demander votre/vos :

- informations liées à un compte
- mots de passe
- numéro d'assurance sociale
- date de naissance
- autres renseignements personnels

**Raccrochez si vous recevez un appel téléphonique vous demandant des informations personnelles. Supprimez tout courriel vous demandant des informations personnelles.**

**Il est important de connaître les adresses du site Web et du courrier électronique de votre banque**

### Signalement des escroqueries

Si vous pensez que quelqu'un a utilisé vos informations, signalez le délit à la police ainsi qu'à votre banque. Votre banque peut vous aider à contacter le Credit Bureau si vous pensez que quelqu'un utilise vos informations pour acheter des biens ou services.

Le **Centre antifraude du Canada** recueille des informations sur la fraude et le vol d'identité. Il dispose d'informations sur les escroqueries passées et actuelles au Canada. Pour plus d'informations, visitez la page : [www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/report-signalez-eng.htm](http://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/report-signalez-eng.htm)

### Exploitation financière

On parle d'exploitation financière lorsqu'une personne contrôle la façon dont vous dépensez votre argent. Elle contrôle également le moment où vous dépensez l'argent. Souvent, l'agresseur est un membre de la famille. Il peut s'agir de la personne qui gagne de l'argent dans votre famille. Il/Elle ne partage pas son argent avec vous ou vous le cache. L'exploitation financière est une infraction criminelle. Les personnes âgées et les individus ayant des besoins particuliers sont les plus exposés à l'exploitation financière.

Si vous soupçonnez un cas d'exploitation financière, contactez la police.

- **Ligne d'assistance sur la maltraitance des personnes âgées** (24 heures sur 24, 7 jours sur 7) : (780) 454-8888
- **Ligne d'information sur les violences familiales** : (780) 310-1818
- Pour plus d'informations, consultez le site Web du gouvernement de l'Alberta : [www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx](http://www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx)

# Élaboration d'un budget

Un budget est un relevé complet de vos revenus et de vos dépenses.

- Il vous aide à gérer votre argent.
- Il vous aide à ne pas dépenser plus d'argent que vous n'en gagnez.
- Il vous aide à économiser une somme d'argent dans un but précis.

## Conseils pour établir un budget

- Faites attention lorsque vous additionnez votre revenu mensuel total. Pour être sûr(e), vous devriez prévoir le montant le plus bas que vous pourriez recevoir chaque mois.
- Si vous avez une famille, faites de votre budget une décision familiale. Il est beaucoup plus facile d'atteindre vos objectifs financiers lorsque toute la famille est impliquée.
- Lorsque vous cherchez un logement, choisissez-en un dont le loyer est inférieur à 30 % de votre revenu total.
- Établir un budget est un plan. Vous devrez peut-être le modifier à plusieurs reprises pour qu'il fonctionne.



## Création de votre budget

Il existe de nombreuses feuilles de calcul pour téléphones, tablettes et ordinateurs. Vous pouvez les trouver en les recherchant dans les moteurs de recherche et sur les sites d'achat d'applications.



## Utilisation de votre budget

L'utilisation de votre budget vous empêchera de dépenser plus d'argent que vous n'en avez.

- **Gardez vos reçus.** Vous pourrez ainsi consulter vos achats passés et comprendre comment vous dépensez votre argent. Vous pouvez également utiliser vos reçus pour retourner ou échanger des articles inutilisés que vous avez achetés.
- **Fixez vous des objectifs.** En vous fixant des objectifs, vous et votre famille restez focalisés. Le fait de vous souvenir de vos objectifs en matière d'épargne peut vous empêcher d'acheter quelque chose dont vous n'avez pas besoin.
- **Effectuez des ajustements.** Au fur et à mesure que vous apprenez à établir un budget, vous pouvez modifier votre plan. Vos dépenses peuvent changer au fil des saisons et des années.



## Aspect culturel à prendre en compte :

### Société de consommation

- Les magasins ont pour but de gagner de l'argent.
- Il y a des publicités partout qui vous encouragent à dépenser de l'argent.
- Il est de votre responsabilité de dépenser votre argent avec discernement.
- Lisez attentivement les circulaires de vente et les étiquettes de prix.
- Essayez de comprendre tous les détails, en particulier pour les achats coûteux. Par exemple : Y a-t-il des frais supplémentaires? Puis-je retourner le produit? Dois-je m'engager à respecter un certain délai? Dois-je m'engager à respecter un certain délai?

De nombreux(ses) Canadiens(ennes) sont trop endettés(es). Ils/elles se sentent contraints(es) d'acheter plus que ce dont ils/elles ont besoin. Il est acceptable de vivre humblement au Canada. Ne vous sentez pas obligé(e) de dépenser plus d'argent que vous n'en avez.



## Conseils pour acheter intelligemment

Vous disposez de nombreux choix de magasins à Edmonton. Il peut être utile de comparer différents magasins pour obtenir de meilleurs prix. Ce tableau montre à quel point les prix peuvent varier d'un magasin à l'autre.

Produit	Magasin A	Magasin B	Magasin C
Bœuf haché (maigre)	7,00 \$ 500 g	6,00 \$ 450 g	7,00 \$ 500 g
Blanc de poulet (désossé, sans peau)	13,18 \$ 1 kg	\$11.00 850 g	\$13.28 1 kg
Lait 2 % (carton)	3,88 \$ 2 L	5,78 \$ 2 L	5,78 \$ 2 L
Beurre (salé)	3,98 \$ 100 g	4,47 \$ 454 g	4,47 \$ 454 g
Oeufs (blancs, gros)	3,13 \$ 12 œufs	2,84 \$ 12 œufs	3,67 \$ 12 oeufs
Pain (blanc)	2,48 \$	2,47 \$	2,77 \$
Riz (riz 5 minutes, long grain de qualité supérieure)	3,98 \$	5,47 \$	2,97 \$

## Magasins de seconde main et magasin d'occasions

Un bon moyen d'économiser de l'argent est d'acheter des vêtements et des articles ménagers dans un magasin de seconde main. Certains articles sont neufs. D'autres sont usagés. N'oubliez pas de laver tous les articles avant de les utiliser.

Trouvez les magasins près de chez vous en effectuant une recherche sur Google Maps ou toute autre application GPS.

Les magasins les plus populaires d'Edmonton comprennent The Salvation Army (l'Armée du Salut), Goodwill Industries, Edmonton Emergency Relief Services, Bissell Centre et Value Village (Village des valeurs).



## Soutien au revenu de l'Alberta

Une fois votre parrainage d'immigration terminé, vous pourriez être admissible à des programmes gouvernementaux. Il existe des programmes destinés à aider les personnes à faible revenu.

Le revenu brut personnel moyen à Edmonton est de 47 784 \$. Ce chiffre comprend les personnes qui reçoivent de l'aide du gouvernement (aide gouvernementale). Cette moyenne signifie que la plupart des gens disposent de 3 982 \$ par mois ou de 995 \$ par semaine.

### Catégories de besoins fondamentaux

De nombreux(es) nouveaux/nouvelles arrivants(es) au Canada bénéficient d'un soutien au revenu. Le soutien au revenu peut provenir du gouvernement canadien ou du gouvernement de l'Alberta. Les deux gouvernements proposent des programmes pour aider les personnes qui ne peuvent pas subvenir à leurs besoins essentiels. Les besoins de base sont :

- **Nourriture et accessoires** (comme le shampoing)
- **Logement de base**
- **Allocation de communication**
  - Le câble domestique est couvert pour le Wi-Fi. Les plans de données cellulaires ne le sont pas
- **Indemnité de transport**
  - Cela ne couvre pas l'achat ou l'assurance d'une automobile.

### Importance de la déclaration d'impôts

De nombreux(es) nouveaux(elles) arrivant(e)s au Canada peuvent recevoir des prestations du gouvernement. Lorsque vous obtenez votre numéro d'assurance sociale, vous pouvez demander des prestations.

- **L'allocation canadienne pour enfants (ACE)** est un paiement non imposable que vous pouvez recevoir chaque mois. L'Agence du revenu du Canada (ARC) octroie l'ACE dans le but d'aider les familles à assumer les coûts liés à l'éducation des enfants de moins de 18 ans
- **Le crédit pour la taxe sur les produits et services/taxe de vente harmonisée (TPS/TVH)** est un paiement non imposable que vous pouvez recevoir quatre fois par an. Il a pour objectif d'aider les personnes à revenu faible ou modeste en leur remboursant une partie ou la totalité de la TPS ou de la TVH qu'elles paient. Il peut également inclure des paiements provenant de programmes de l'Alberta.

Vous n'avez pas besoin de demander le crédit pour la TPS/TVH. Vous le demandez automatiquement lorsque vous produisez votre déclaration de revenus.



### Déclarer ses impôts chaque année

Vous n'êtes pas obligé(e) de demander les prestations et les crédits chaque année. Mais chaque année, vous devez :

- **Déposer votre déclaration de revenus et de prestations.**
  - Vous devez produire votre déclaration de revenus et de prestations à temps chaque année, même si vous n'avez pas de revenu dans l'année.
  - Si vous avez un(e) époux(se) ou un(e) conjoint(e) de fait, il/elle doit également produire une déclaration chaque année.
  - La production de votre déclaration de revenus vous permet de continuer à recevoir les paiements de prestations (ACE) et de crédits (TPS).
- **Maintenez vos informations personnelles à jour.**
  - Vous devez tenir vos renseignements personnels à jour auprès de l'Agence du revenu du Canada (ARC).
  - En gardant vos renseignements personnels à jour, l'ARC saura que vous recevez le juste montant de prestations et de crédits.
- **Conservez vos pièces justificatives au cas où l'ARC vous les demanderait.**
  - À l'avenir, vous pourriez recevoir une lettre de l'ARC dans laquelle on vous demandera peut-être de confirmer vos informations personnelles.



## Retenues sur salaire

Le montant total de l'argent que vous gagnez au cours d'une période de paie est appelé salaire brut. Le montant que vous recevez après les déductions s'appelle salaire net. Les deux montants sont indiqués sur chaque bulletin de paie que vous recevez de votre employeur.

## Déductions

- **L'impôt fédéral sur le revenu** sert à payer les services canadiens.
- **L'impôt provincial sur le revenu** sert à payer les services de l'Alberta.
- **L'assurance-emploi (AE)** fournit des prestations si vous vous retrouvez sans emploi.
- **Le Régime de pensions du Canada (RPC)** verse des prestations lorsque vous prenez votre retraite.

Certains emplois contractuels (Uber, services de livraison de nourriture, serveurs(es) de restaurant) ne font pas l'objet de retenues sur les chèques de salaire, de sorte que vous les payez lorsque vous payez vos impôts.

## Programme de soutien au revenu de l'Alberta

Le programme de soutien au revenu de l'Alberta peut vous aider à payer les frais de subsistance de base ainsi que d'autres articles dont vous avez besoin.

Vous devez :

- vivre en Alberta
- être âgé(e) d'au moins 18 ans
- être citoyen(ne) canadien(ne), résident(e) permanent(e), réfugié(e) ou demandeur(e) d'asile
- ne pas être en mesure de payer vos besoins essentiels

## Capacité à travailler

Votre situation doit être l'une des suivantes . Vous :

- êtes à la recherche d'un emploi
- travaillez mais ne gagnez pas assez d'argent
- n'êtes pas en mesure de travailler pendant un court laps de temps
- avez besoin d'aide pour trouver une formation afin de pouvoir travailler
- n'êtes pas en mesure de travailler en raison d'un problème de santé chronique ou autre.

Si vous répondez à ces critères, vous pouvez soumettre une demande d'aide au revenu. La procédure prend généralement deux semaines.



## Ligne d'écoute téléphonique pour le soutien au revenu en Alberta

Si vous êtes confronté(e) à une situation d'urgence, il y a toujours de l'aide. Appelez la ligne d'écoute téléphonique si vous avez besoin :

- de nourriture
- de médicaments
- de vêtements
- d'un logement temporaire
- d'une aide dentaire de base en cas d'urgence

Appelez le **Centre de contact d'urgence pour le soutien au revenu**, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.  
**Numéro sans frais : 1-866-644-5135**

## Programme d'aide à la réinstallation pour les réfugiés(es) pris(es) en charge par le gouvernement

**Êtes-vous un(e) réfugié(e) pris en charge par**

**le gouvernement (RPG)?** Vous pouvez recevoir un soutien du revenu du Programme d'aide à la réinstallation (PAR) pour une période maximale d'un an ou jusqu'à ce que vous puissiez subvenir à vos besoins (selon la première éventualité).

Vous pouvez utiliser les services d'établissement à Edmonton jusqu'à ce que vous deveniez citoyen(ne) canadien(ne). Une fois votre parrainage RPG terminé, vous pourrez demander à bénéficier d'autres programmes pour les personnes à faible revenu, comme le programme de soutien au revenu de l'Alberta.

## Prestations pour les personnes âgées

### Sécurité de la vieillesse (SV)

Les personnes âgées de 65 ans ou plus peuvent recevoir un paiement de la SV chaque mois. Vous devez être citoyen(ne) ou résident(e) légal(e) du Canada. Vous n'avez pas besoin d'avoir des antécédents professionnels. Vous n'avez pas non plus besoin de verser des cotisations. Vous devez vivre au Canada pendant au moins 10 ans après avoir atteint l'âge de 18 ans et vous devez toujours vivre au Canada.



### Supplément de revenu garanti (SRG)

Si vous êtes une personne âgée à faible revenu, vous pouvez aussi avoir droit au SRG. Ce paiement s'ajoute à votre paiement de la SV pour vous aider à répondre à vos besoins.

Pour obtenir le SRG, vous devez déjà recevoir la SV, vivre au Canada et votre revenu annuel doit être inférieur à un certain montant, déterminé par le gouvernement.

### Indemnité et allocation pour les prestations de survivant

L'époux(se) ou le/la conjoint(e) de fait d'une personne qui reçoit le SRG peut également recevoir une allocation. Si la personne qui reçoit le SRG décède, son/sa conjoint(e) survivant(e) reçoit une allocation de survivant.

### Régime de pensions du Canada (RPC/RRQ)

La pension de retraite du Régime de pensions du Canada (RPC) remplace une partie de votre revenu lorsque vous cessez de travailler (départ à la retraite). Le RPC est une prestation imposable que vous recevez chaque mois. Si vous êtes admissible, vous recevrez des prestations du RPC pour le restant de votre vie. Pour être admissible, vous devez avoir au moins 60 ans. Vous devez également avoir versé au moins une cotisation au RPC au cours de votre vie professionnelle.

### Prestations de retraite internationales

Si vous avez vécu ou travaillé au Canada ainsi que dans un autre pays, vous pourriez être en mesure de recevoir des pensions et des prestations du Canada et de cet autre pays. Cela peut également être possible si vous aviez un(e) époux(se) ou un(e) conjoint(e) de fait qui a travaillé au Canada et dans un autre pays avant son décès. En tant que survivant(e), vous pourriez être en mesure de recevoir la prestation.

## Soutien aux personnes handicapées

### Crédit d'impôt pour personnes handicapées

Si vous êtes une personne handicapée, vous pourriez avoir droit au crédit d'impôt pour personnes handicapées. Le crédit d'impôt pour personnes handicapées vous permet de payer moins d'impôt sur le revenu. Vous pouvez également le demander si vous soutenez une personne handicapée.

Vous devez demander ce crédit d'impôt à l'Agence du revenu du Canada (ARC).

Il est conseillé de demander le crédit d'impôt pour personnes handicapées même si vous n'avez pas de revenu imposable.

### Assured Income for the Severely Handicapped - AISH (Revenu assuré pour les personnes gravement handicapées)

Veillez consulter le chapitre 2, Santé et bien-être, pour plus d'informations sur l'AISH.





## Pour plus de renseignements sur la manière de gérer judicieusement son argent, rendez-vous en ligne.

- Alberta Superintendent of Insurance (Surintendant des assurances de l'Alberta) - [www.finance.alberta.ca/business/insurance](http://www.finance.alberta.ca/business/insurance)
- Assured Income for the Severely Handicapped – AISH (Revenu assuré pour les personnes gravement handicapées) - [www.alberta.ca/aish.aspx](http://www.alberta.ca/aish.aspx)
- Société d'assurance-dépôts du Canada (SADC) - [www.sadc.ca](http://www.sadc.ca)
- Agence du revenu du Canada - [www.canada.ca/fr/services/impots/impot-sur-le-revenu.html](http://www.canada.ca/fr/services/impots/impot-sur-le-revenu.html)
- Centre antifraude du Canada (CAFC) - [www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/report-signalez-fra.htm](http://www.antifraudcentre-centreantifraude.ca/report-signalez-fra.htm)
- Child Care Subsidy (subventions pour les services de garde à l'enfance) - [www.alberta.ca/child-care.aspx](http://www.alberta.ca/child-care.aspx)
- Child Support Services (Services d'aide à l'enfance) - [www.humanservices.alberta.ca/css](http://www.humanservices.alberta.ca/css)
- Statistiques sur le revenu moyen à Edmonton - [areascore.ca/area/edmonton\\_ab/income\\_average-income-statistics](http://areascore.ca/area/edmonton_ab/income_average-income-statistics)
- Assurance-emploi - [www.canada.ca/fr/services/prestations/ae.html](http://www.canada.ca/fr/services/prestations/ae.html)
- Family Violence Info Line (Ligne d'information sur les violences familiales) (Ligne d'information sur les violences familiales) - [www.alberta.ca/family-violence-find-supports.aspx](http://www.alberta.ca/family-violence-find-supports.aspx)
- Taxe sur les produits et service (TPS) - [www.canada.ca/en/revenue-agency.html](http://www.canada.ca/en/revenue-agency.html)
- Health Benefits, Adult and Child (Prestations de santé, adultes et enfants) - [www.alberta.ca/alberta-income-support.aspx](http://www.alberta.ca/alberta-income-support.aspx)
- Soutien au revenu (gouvernement de l'Alberta) - [www.alberta.ca/income-support.aspx](http://www.alberta.ca/income-support.aspx)
- Seniors' (Elders') Abuse Helpline (Ligne d'assistance sur les mauvais traitements infligés aux personnes âgées) - [www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx](http://www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx)
- Windmill Microlending - [windmillmicrolending.org](http://windmillmicrolending.org)



## Contacts for Money

<b>Alberta Supports Centre (Centre de soutien de l'Alberta) – City Centre</b>	
Adresse :	10242-105 St., Edmonton, AB T5J 3L5
Téléphone :	(780) 644-9992
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/alberta-supports.aspx">www.alberta.ca/alberta-supports.aspx</a>

<b>Alberta Supports Centre (Centre de soutien de l'Alberta) - Northgate</b>	
Adresse :	2050 Northgate Centre, 9499-137 Ave., Edmonton, AB T5E 5R8
Téléphone :	(780) 422-9440
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/alberta-supports.aspx">www.alberta.ca/alberta-supports.aspx</a>

<b>Agence du revenu du Canada</b>	
Adresse :	Canada Place, Floor Main 9700 Jasper Ave., Edmonton AB T5J 4C8
Téléphone :	1-833-966-2099
Site Web :	<a href="http://www.canada.ca/fr/services/impots/impot-sur-le-revenu.html">www.canada.ca/fr/services/impots/impot-sur-le-revenu.html</a>

<b>Family Violence Info Line (Ligne d'information sur les violences familiales)</b>	
Téléphone :	(780) 310-1818
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/family-violence-find-supports.aspx">www.alberta.ca/family-violence-find-supports.aspx</a>

<b>Seniors' Abuse Helpline (Ligne d'assistance téléphonique pour les personnes âgées victimes de maltraitance)</b>	
Téléphone :	(780) 454-8888
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx">www.alberta.ca/get-help-elder-abuse.aspx</a>



5

# Droit et police



# 5

# Droit et police

## Protéger et servir

**La police est là pour vous aider et assurer votre sécurité.** Les policiers(ères) s'engagent à protéger tout le monde. Vous pouvez être de n'importe quelle race, religion, orientation sexuelle ou sexe, âge ou capacité physique/mentale. Si vous êtes victime de discrimination de la part de la police, vous avez le droit de déposer une plainte. La Direction des normes professionnelles travaille avec le chef de police pour résoudre toutes les plaintes de manière équitable et dans les meilleurs délais.

**Si vous avez des préoccupations au sujet de la politique ou des services fournis par le service de police d'Edmonton, ou de la conduite d'un(e) agent(e) de police, veuillez rapporter la situation.**

Puisqu'il existe trois types de rapports différents, vous aurez peut-être besoin d'aide. Contactez un prestataire de services d'établissement des immigrants(es) (voir page 19) pour vous aider à relater avec précision ce que vous avez vécu ou ce dont vous avez été témoin. Il existe des **préoccupations générales** vis-à-vis de la police, telles que les comportements au volant. Une préoccupation citoyenne concerne un incident spécifique avec un(e) agent(e) de police qui n'a pas agi de manière professionnelle.

Les plaintes plus sérieuses concernant un incident spécifique, comme le recours à la force inutile par un(e) policier(ère), font l'objet d'une plainte en vertu de la **Loi sur la police**. Vous pouvez déposer l'un ou l'autre de ces trois rapports en ligne à l'adresse <http://www.edmontonpolice.ca/contacteps/concerns> ou par téléphone au (780) 421-2676, ou envoyer votre préoccupation par écrit au chef de police au 9620-103A Ave., Edmonton, AB, T5H 0H7.

## Les valeurs policières

- **Honnêteté** - dire la vérité et attendre des autres qu'ils disent la vérité.
- **Intégrité** - faire les choses bien, pour les bonnes raisons.
- **Responsabilité** - assumer la responsabilité de ses décisions et de ses actions.
- **Respect** - Traiter les autres comme on aimerait être traité(e).
- **Innovation** - faire preuve d'excellence et de créativité
- **Courage** - être fort(e) lorsqu'il y a des défis à relever
- **Communauté** - respecter et honorer les différentes communautés desservies.



## Services de police communautaires

Les agents(es) de police d'Edmonton vivent et travaillent au sein de la communauté. Ils/elles obéissent aux mêmes lois que tous/toutes les Canadiens(ennes). Ils/elles savent que les gens de la communauté peuvent contribuer à résoudre des crimes. Ils peuvent également empêcher les crimes avant qu'ils ne se produisent. La police travaille avec différentes communautés pour apprendre à connaître leurs cultures afin que chacun(e) se sente en sécurité, en sûreté et respecté(e). Pour plus de renseignements : [www.edmontonpolice.ca/CommunityPolicing](http://www.edmontonpolice.ca/CommunityPolicing)

Pour en savoir plus sur vos droits en tant que résident(e) d'Edmonton et même connaître certains des rôles et responsabilités d'un(e) agent(e) du EPS, veuillez consulter la brochure et la carte portefeuille « Know your rights » (Connaissez vos droits), offertes dans les six divisions du EPS. Vous pouvez aussi télécharger vos propres copies sur la page [www.edmontonpolice.ca/CommunityPolicing/CommunityInitiatives/KnowYourRights/InformationGraphics](http://www.edmontonpolice.ca/CommunityPolicing/CommunityInitiatives/KnowYourRights/InformationGraphics)



## Services de protection à Edmonton

### Edmonton Police Service (EPS) – Services de police d'Edmonton

- Où : Ville d'Edmonton
- Tâches :
  - Appliquer la loi
  - Donner des contraventions
  - Arrêter les gens
  - Inculper les gens
- Signe distinctif : Bandes **rouge**



### Gendarmerie royale du Canada (GRC)

- Où : À l'extérieur d'Edmonton, notamment à Sherwood Park et St. Albert
- Tâches :
  - Appliquer la loi
  - Donner des contraventions
  - Arrêter les gens
  - Inculper les gens
- Signe distinctif : Bandes **jaunes**



### Alberta Sheriff Highway Patrol (Patrouille routière)

- Où : À l'extérieur d'Edmonton,
- Tâches :
  - Appliquer le code de la route
  - Donner des contraventions
  - Arrêter les gens
  - Inculper les gens
- Signe distinctif : Bandes **bleues**



### Agents de la paix

- Où : Ville d'Edmonton
- Tâches :
  - Appliquer la loi
  - Donner des contraventions
  - Détenir les criminels(elles) jusqu'à ce que l'EPS arrive sur les lieux
- Look for: Bandes **grises**



### Agents de sécurité

- Les entreprises engagent des **agents(es) de sécurité** pour protéger leurs propriétés privées. Certains agents(es) de sécurité peuvent donner des contraventions. Ils/elles ne peuvent pas arrêter les gens, mais il est légal pour eux/elles de retenir les gens jusqu'à ce que la police arrive sur les lieux.



### Neighbourhood Empowerment Team (NET) - Équipe chargée de l'autonomisation des quartiers

NET contribue à assurer la sécurité des quartiers d'Edmonton. L'équipe :

- travaille avec les résidents(es), la communauté, les entreprises et les organisations;
- répond aux incidents qui affectent la sécurité et la sûreté des Edmontoniens(ennes);
- essaie de résoudre le problème pour qu'il ne se reproduise pas;
- essaie de gérer la peur et le chaos lorsqu'il y a un problème.

Pour en savoir plus sur NET, consultez les liens suivants :

- [www.edmonton.ca/residential\\_neighbourhoods/fire\\_safety/neighbourhood-empowerment-team](http://www.edmonton.ca/residential_neighbourhoods/fire_safety/neighbourhood-empowerment-team)
- [www.edmonton.ca/sites/default/files/public-files/assets/neighbourhood-response-resource.pdf](http://www.edmonton.ca/sites/default/files/public-files/assets/neighbourhood-response-resource.pdf)

### Services en français

**Alliance Jeunesse-Famille de l'Alberta Society (AJFAS)** est une organisation francophone à but non lucratif. L'AJFAS sensibilise les jeunes et les familles francophones immigrées à la criminalité. Elle propose des programmes sociaux pour les aider. Pour en savoir plus : [www.ajfas.ca](http://www.ajfas.ca)

**Association of French-speaking Jurists of Alberta (AJEFA)** est un organisme de bienfaisance enregistré. L'AJEFA veille à ce que tous/toutes les citoyens(ennes) de l'Alberta aient accès à l'information et à la justice en français. Pour en savoir plus : [www.ajeфа.ca](http://www.ajeфа.ca)

### Programme Wrap Ed pour les jeunes

Le programme Wrap Ed aide les jeunes qui ont des liens avec les gangs de rue. Wrap Ed offre aux jeunes et à leur famille un soutien de groupe ainsi qu'un soutien individuel. Les jeunes développent des relations, gèrent les traumatismes et trouvent des moyens de s'éloigner de leur vie en tant que membre d'un gang. Six organisations d'Edmonton proposent le programme Wrap Ed Together. Pour en savoir plus : [www.reachedmonton.ca/initiatives/wraped/](http://www.reachedmonton.ca/initiatives/wraped/)

### En cas d'URGENCE, appelez le 911 pour obtenir de l'aide!

Lorsque vous appelez le 911, l'opérateur(trice) vous posera quelques questions. Vous devez répondre en anglais.

Pour commencer, l'opérateur(trice) du 911 vous demandera : « **Quel service désirez-vous?** » Choisissez l'un des services suivants : police, **pompiers ou ambulance**. Ensuite, il/elle vous demandera qui, où et quoi :

- **Qui** : Quel est votre nom? Qui est concerné? Y a-t-il des enfants?
- **Où** : Où êtes-vous?
- **Quoi** : Quelle est l'urgence?

### Lignes téléphoniques pour les situations non urgentes :

- **EPS:** (780) 423-4567
- **RCMP:**
  - St. Albert: (780) 458-4300
  - Sherwood Park: (780) 449-0170

\* Consultez le chapitre 1 pour plus d'informations sur le 911.

**Language Line!  
Demander un interprète.**



## Une journée dans la vie de...

Zen et sa famille sont arrivés au Canada il y a presque un an. Zen et sa femme Sara fréquentent une école LINC. Ils ont trois enfants. Leurs enfants vont à l'école publique.

Deux agents de police ont frappé à leur porte un soir. Les agents leur ont expliqué que l'un des enfants de Zen avait appelé le 911 par erreur. Ils leur ont demandé s'ils pouvaient entrer pour vérifier que tout le monde était en sécurité. Zen était confus. Pourquoi les policiers voulaient-ils entrer dans sa maison?

Il a été effrayé car il a déjà eu plusieurs mauvaises expériences avec la police de son pays d'origine. Il ne voulait pas avoir de problèmes. Il a essayé de parler aux policiers, mais cela a été difficile en raison de son niveau d'anglais.

La police a téléphoné à un interprète. Avec l'aide de l'interprète, les policiers ont pu expliquer à la famille qu'elle ne courait aucun risque. Ils ont expliqué à Zen, Sara et leurs enfants les règles du 911.

La famille a appris une leçon importante ce jour-là : il faut toujours ouvrir la porte à la police. **Il ne devrait y avoir aucune raison de craindre les agents(es) de police.**



### Aspect culturel à prendre en compte :

Dans certaines cultures, il est préférable de ne pas établir de contact visuel. Les gens font cela pour faire preuve de respect. Au Canada, c'est le contraire. Si vous établissez un contact visuel, vous faites preuve de respect.

Le contact visuel indique également à l'autre personne que vous êtes honnête et qu'elle peut vous faire confiance.

Les policiers(ères) d'Edmonton font partie de notre communauté. Ils sont nos voisins(es). Ils/elles ont des enfants qui vont à l'école avec nos enfants. Ils/elles participent aux festivals et aux événements communautaires avec nous tous/toutes.



## Le droit pénal au Canada

Les lois pénales sont les mêmes partout au Canada et dans le monde. Les lois pénales englobent les infractions suivantes :

- Meurtre
- Aggression
- Agression sexuelle
- Vol
- Vente et possession de drogues illicites

Si vous enfreignez une loi pénale, vous risquez d'aller en prison et d'avoir un casier judiciaire. Le Canada peut également vous expulser (vous obliger à quitter le Canada) si vous commettez un crime grave.

Au Canada, vous pouvez bénéficier de droits et de libertés que vous n'aviez pas auparavant. Vous devez apprendre les lois canadiennes. Vous devez également respecter les lois. Si une personne enfreint la loi, elle ne peut pas dire qu'elle ne la connaissait pas. Elle ne peut pas non plus mettre cela sur le compte d'un problème de langue.

Au Canada, la loi stipule que les individus sont « innocents jusqu'à ce que leur culpabilité soit prouvée devant un tribunal ». Cela signifie que la police doit être certaine qu'une personne ait enfreint la loi. Elle a besoin de preuves.

## Autres délits criminels graves

### Prostitution

Il est illégal de payer pour des rapports sexuels au Canada. Soyez prudent(e) si vous travaillez dans le secteur de la livraison ou des services, car le risque de subir un comportement sexuel importun est plus grand. Si quelqu'un vous met mal à l'aise, tentez de vous éloigner de la situation.

Il est important de comprendre ce que les gens attendent de vous. Si vous n'êtes pas sûr(e), demandez-leur ce qu'ils veulent.

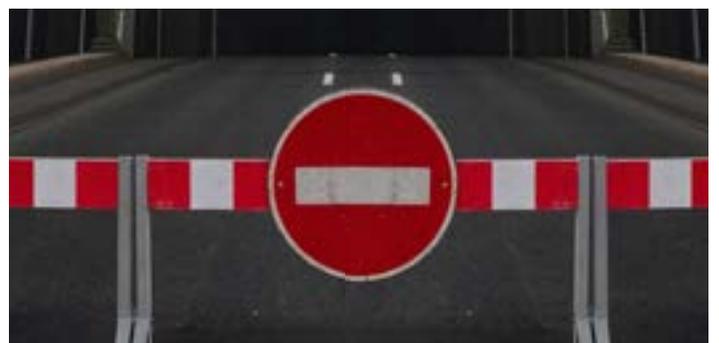
### Interférence avec la police

Il est illégal de **corrompre** un(e) agent(e) de police. N'offrez jamais d'argent à un policier(ère).

Il est également illégal **d'agresser** un(e) agent(e) de police. N'attaquez jamais un(e) agent(e) de police.

### Crimes motivés par la haine et les préjugés

L'unité des crimes haineux du service de police d'Edmonton protège vos droits humains. Elle permet à toutes les communautés de se sentir en sécurité. Tous les groupes et toutes les communautés bénéficient d'une protection uniforme de la part de la police.





## Qu'est-ce qu'un crime haineux?

On parle de crime haineux lorsque quelqu'un déteste ou nourrit des préjugés à l'encontre d'une autre personne ou d'un groupe. Sa haine ou ses préjugés sont suffisamment forts pour qu'elle commette un crime.

Les crimes haineux se produisent lorsque des personnes éprouvent de la haine envers la race, l'origine ethnique, la langue, la couleur, la religion, le sexe, l'âge, le handicap mental ou physique ou l'orientation sexuelle d'une autre personne ou d'un autre groupe.

Voici quelques exemples de crimes haineux :

- la violence ou les menaces de violence
- causer des dégâts ou endommager des objets (vandalisme)
- écrire des lettres ou des textes remplis de haine et de préjugés (courrier haineux)
- téléphoner à des personnes pour les menacer ou tenir des propos haineux
- endommager des bâtiments, des signes ou des symboles religieux

## Que dois-je faire si je suis victime d'un crime haineux?

- Si le crime est en cours, appelez le 911.
- Si le crime n'est pas en cours, appelez le service de police d'Edmonton : (780) 423-4567.
- Il serait utile qu'une personne parlant l'anglais vous accompagne.
- Si vous croyez qu'il s'agit d'un crime haineux, vous devez en informer l'agent(e) du EPS afin que le bureau des crimes haineux puisse vous aider.



## Le droit de la famille au Canada

**Tout le monde a le droit de vivre dans un foyer sûr.** Toute forme de violence est interdite par la loi au Canada, y compris la violence physique, émotionnelle, financière, spirituelle et sexuelle. La violence familiale est la violence exercée par les personnes de votre groupe intime, comme votre conjoint(e) ou votre conjoint(e) de fait. Si vous êtes victime de violence familiale, appelez le 911. Si vous appelez le 911, cela est très grave. Voici ce qui se passera :

### 1. La police se rendra chez vous

Vous devez répondre à la porte pour la police. Même si vous avez appelé le 911 par erreur, les agents(es) de police doivent entrer dans votre logement. Ils/elles doivent s'assurer que tous les membres de votre famille sont en sécurité.

### 3. La police arrêtera l'agresseur

L'agresseur est la personne qui a commis le crime. La police fera sortir l'agresseur de votre domicile pour assurer votre sécurité. L'agresseur pourrait passer du temps en prison.

### 2. La police vous posera des questions

Les policiers(ères) interrogeront toutes les personnes présentes dans la maison. Ils poseront de nombreuses questions pour découvrir la vérité. Vous pouvez solliciter l'aide d'un(e) interprète.

### 4. Vous irez en cour

Tous les crimes passent devant un tribunal. Un(e) juge décide si la personne est coupable d'abus ou non. Vous devez attendre une date de procès. Pendant que vous attendez, vous devrez peut-être rester séparés. Cela signifie que vous devrez peut-être vous trouver un autre logement.

**\* Les Canadiens(ennes) doivent signaler les cas de violence domestique s'ils/si elles pensent que cela se produit. Si vous et votre voisin(e) ne parlez pas la même langue, il peut y avoir des malentendus. Par exemple, les gens peuvent confondre passion et colère. La police répondra à tous les rapports. Elle posera des questions. Ouvrez toujours votre porte et laissez la police entrer.**



## Services à l'enfance

Le Canada respecte la *Charte des Nations Unies sur les droits de l'enfant*.

Certains(es) nouveaux(elles) arrivant(e)s s'inquiètent des histoires qu'ils/elles ont entendues selon lesquelles les Services à l'enfance enlèvent les enfants aux parents. En réalité, le gouvernement n'intervient que lorsqu'un enfant est maltraité ou négligé.

Ils interviennent également lorsqu'un parent souffre d'une dépendance ou que quelque chose l'empêche de faire correctement son travail de parent.

Il existe de nombreux services offerts par les bureaux des Services à l'enfance. Ils travaillent de concert avec les familles afin que les enfants aient tout ce dont ils ont besoin pour évoluer dans des familles et des communautés saines.

Veillez vous adresser à votre centre de quartier pour plus de renseignements. Vous pouvez appeler le 811 pour obtenir des conseils.

**Si vous soupçonnez un abus d'enfant, appelez le 911 ou la ligne d'assistance téléphonique pour les enfants maltraités au 1 800-387-5437 (numéro sans frais).**

Les courtiers(ères) de liaison de la **Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)** mettent en relation les travailleurs(ses) des services à l'enfance avec plus de 50 courtiers(ères) culturels(les).

### Qu'est-ce qu'un(e) courtier(ère) culturel(le)?

Un(e) courtier(ère) culturel(le) est une personne qui entre en contact avec les familles de nouveaux(elles) arrivants(es) pour les aider à trouver les services dont ils/elles ont besoin pour leurs enfants. Les courtiers(ères) culturels(les) sont issus(es) de nombreux milieux culturels et parlent différentes langues dans le but d'aider les nouveaux(elles) arrivants(es).

Communiquez avec MCHB pour de plus amples renseignements : (780) 423-1973





## Le droit civil au Canada

Les lois civiles sont des lois destinées aux citoyens(nes) ordinaires. Les lois civiles permettent aux personnes et aux entreprises de régler leurs différends.

S'il y a un problème qui doit être résolu, cela s'appelle un **procès civil** ou une poursuite civile.

Des poursuites civiles pourraient avoir lieu pour les raisons suivantes :

- quelqu'un n'a pas respecté un contrat
- les gens ne sont pas d'accord sur l'identité du propriétaire d'un bien
- quelqu'un est blessé
- un bien est endommagé

Les procès civils se déroulent souvent devant un tribunal où un(e) juge décide de la culpabilité ou de l'innocence. Les personnes poursuivies doivent payer les frais de justice.

Si vous poursuivez ou contestez quelqu'un, vous êtes le demandeur/la demanderesse. Si quelqu'un vous poursuit ou vous conteste, vous êtes **le défendeur/la défenderesse**.

Au début d'un procès civil, le/la juge proposera une **médiation** pour tenter de régler le problème sans action en justice.

### L'importance des contrats

Un contrat, c'est lorsque vous convenez de quelque chose avec quelqu'un d'autre par écrit ou à l'oral. C'est ce qu'on appelle un accord juridique. Comment cela fonctionne-t-il?

- Quelqu'un fait une offre. L'offre contient toutes les conditions principales du contrat.
- Une autre personne consent à l'offre. On peut aussi dire qu'elle accepte l'offre.
- Une fois l'offre acceptée, le contrat est conclu. Cela signifie que les deux parties échangent un élément de valeur (un article ou un service).

**REMARQUE :** Il est toujours préférable d'obtenir des conseils juridiques professionnels. Méfiez-vous des personnes qui tentent de vous tromper en raison des barrières linguistiques et culturelles.

### Si vous avez besoin de services juridiques

Edmonton Community Legal Clinic (ECLC) organise des ateliers visant à informer les gens sur la loi. Vous pouvez prendre un rendez-vous individuel afin d'obtenir des conseils juridiques. Parfois, la clinique peut également vous assister gratuitement en cas de problèmes juridiques. L'ECLC dispose d'un personnel qui maîtrise plusieurs langues.

Pour en savoir plus :

Téléphone : (780) 702-1725

Site Web: [www.eclc.ca/programs-services/immigration-law-program/](http://www.eclc.ca/programs-services/immigration-law-program/)



## Règlements administratifs de la ville d'Edmonton

Les règlements administratifs constituent les règles de votre ville. Les règlements administratifs font d'Edmonton une ville où il fait bon vivre.

Si vous enfreignez un règlement, cela s'appelle une infraction. Vous recevez une contravention et devez payer une amende.

Un(e) juge peut supprimer l'infraction ou réduire le montant que vous devez payer.

### Les règlements administratifs généraux concernent les éléments suivants :

- violations relatives au bruit
- abandon de débris (y compris les mégots de cigarettes)
- infractions aux règles de stationnement
- infractions au code de la route
- utiliser les transports en commun sans payer
- traversée illégale
- déneigement
- ne pas maintenir sa propriété en bon état
- collecte des ordures



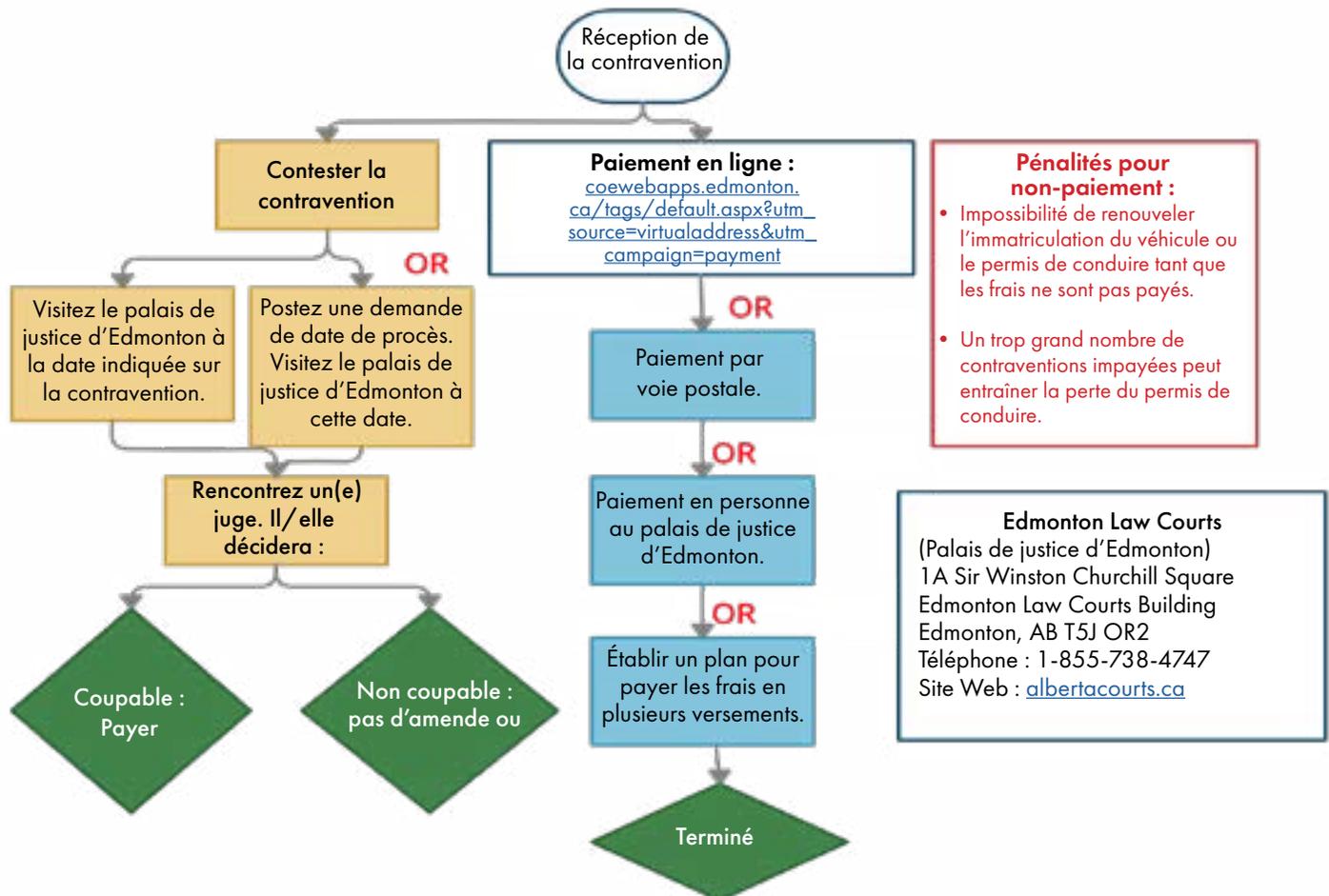
### Radar photographique et appareil de surveillance aux feux rouges

Le service de police d'Edmonton utilise des radars photographiques et des appareils de surveillance aux feux rouges pour assurer la sécurité des usagers de la route. Si vous faites un excès de vitesse ou si vous brûlez un feu rouge, ces dispositifs prennent une photo de votre voiture.

**\* Si cela vous arrive, vous recevrez (ou le/la propriétaire de la voiture que vous conduisiez recevra) une contravention par courrier.**

### Assumer la responsabilité des contraventions et des amendes pour infraction aux règlements administratifs

Ce tableau illustre la manière de traiter les contraventions et les amendes liées aux règlements administratifs. Vous avez le choix.





## Conduire en Alberta

Vous devez faire preuve d'habileté et de pratique pour conduire en Alberta. Le temps hivernal peut représenter un défi pour les conducteurs(trices) qui sont novices en matière de neige et de glace. De plus, la signalisation routière d'Edmonton exige une connaissance de l'anglais et des principaux pictogrammes.

Tous/toutes les résidents(es) de l'Alberta doivent détenir un permis de conduire de l'Alberta pour conduire un véhicule. Les permis de conduire internationaux ne sont pas acceptés. **Vous avez 90 jours, après votre arrivée au Canada, pour obtenir un nouveau permis.**

Tous/toutes les conducteurs(trices) qui viennent de s'installer à Edmonton font partie du **programme délivrance graduelle des permis de conduire (Graduated Driver Licensing - GDL)**. Ce programme veille à ce qu'ils/elles acquièrent les compétences et l'expérience dont ils/elles ont besoin pour s'acquitter de la tâche complexe de la conduite automobile.

En tant que conducteur(trice) GDL, vous serez titulaire de l'un des permis de conduire suivants :

- Étape 1 : Classe 7 (permis d'apprenti conducteur).
- Étape 2 : Classe 5-GDL (permis probatoire)

**En Alberta, il faut au moins trois ans pour obtenir un permis de conduire définitif de classe 5.**



Exemple de permis de conduire albertain

Ne vous inquiétez pas! Cela ne signifie pas pour autant que vous ne pourrez pas conduire en Alberta pendant trois ans.

Cela signifie simplement que vous devez passer par un processus qui dure trois ans avant de pouvoir conduire seul(e).

**Vous pourrez obtenir un permis de conduire auprès de n'importe quel registraire.**

[www.servicealberta.gov.ab.ca/find-a-registry-agent.cfm](http://www.servicealberta.gov.ab.ca/find-a-registry-agent.cfm)



## Droit et police

### Étape 1. Apprenti (permis de classe 7)

Pour obtenir un permis de conduire d'apprenti conducteur, vous devez :

- être âgé(e) de 14 ans ou plus
- avoir la permission d'un parent ou d'un(e) tuteur(trice) si vous avez moins de 18 ans
- passer un test de connaissances
- passer un test d'acuité visuelle

#### Conditions :

- Vous devez être en possession de votre permis d'apprenti conducteur de classe 7 depuis au moins un an.
- Vous devez être accompagné(e) d'un(e) conducteur(trice) titulaire d'un permis définitif, âgé(e) de 18 ans ou plus. Il/elle doit s'asseoir à côté de vous.
- Vous ne devez pas conduire de minuit à 5 heures du matin.
- Vous ne devez pas transporter plus de passagers(ères) que le nombre de ceintures de sécurité (chaque personne a besoin d'une ceinture de sécurité).
- Vous ne pouvez pas consommer d'alcool ou de drogues.

### Étape 2. Probatoire (permis de classe 5-GDL)

Pour obtenir un permis de conduire probatoire, vous devez :

- être âgé(e) de 16 ans ou plus
- avoir la permission d'un parent ou d'un(e) tuteur(trice) si vous êtes âgé(e) de moins de 18 ans
- être titulaire d'un permis d'apprenti de classe 7 (depuis au moins 12 mois)
- passer l'examen pratique de base

#### Conditions :

- Vous devez être titulaire d'un permis de conduire probatoire pendant au moins deux ans.
- Vous ne devez pas transporter plus de passagers(ères) que le nombre de ceintures de sécurité.
- Vous ne pouvez pas consommer d'alcool ou de drogues.
- Vous ne pouvez pas être le/la conducteur(trice) accompagnateur(trice) d'un(e) apprenti(e).

**REMARQUE:** Si vous enfreignez les conditions d'un permis de conduire de classe 7 et de classe 5, vous devez payer une amende. La police remorquera votre véhicule dans une aire de remisage de la police. Vous devrez également payer des frais pour récupérer votre voiture.

### Étape 3. Permis intégral, non-GDL (Classe 5)

Pour obtenir un permis de conduire définitif, vous devez :

- conduire pendant 2 ans en tant que conducteur(trice) de classe 5-GDL
- ne pas avoir fait l'objet d'une suspension de permis au cours des 12 derniers mois de la période probatoire
- réussir l'examen pratique avancé

De nombreux(ses) nouveaux(elles) arrivants(es) commencent à étudier pour leur examen écrit de classe 7 dans les 6 premiers mois suivant leur arrivée à Edmonton!

### Points d'inaptitude

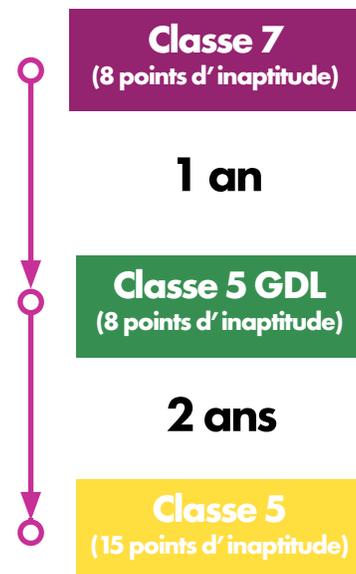
Pour s'assurer que les gens respectent le code de la route, vous devez payer certains frais. Il existe également un système de **démérite** pour les infractions. Un **point d'inaptitude** est un point négatif. Vous recevez également des points d'inaptitude pour les accidents.

Si vous obtenez trop de points d'inaptitude, on vous retirera votre permis.

Vous recevrez une lettre par la poste lorsque vous aurez accumulé 8 points d'inaptitude.

Si vous obtenez 15 points d'inaptitude en deux ans, votre permis vous sera retiré pendant un mois.

### Timeline





## Assurance et immatriculation

Vous devez immatriculer votre véhicule et souscrire une assurance pour celui-ci.

- Immatriculez votre véhicule auprès d'un(e) agent(e) d'immatriculation près de chez vous.
- Souscrivez à une police d'assurance auprès d'un(e) courtier(ère) d'assurance.

Assurez-vous de tenir à jour votre immatriculation et votre assurance. Vous pouvez immatriculer votre véhicule pour un ou deux ans à la fois.

Lorsque vous conduisez, vous devez avoir vos documents d'immatriculation et d'assurance avec vous dans la voiture.

Vous devez avoir ces 3 documents à portée de main lorsque vous conduisez :

1. Permis de conduire
2. Preuve d'immatriculation
3. Preuve d'assurance

\*Une photo prise avec votre téléphone est acceptable pour les documents 2 et 3.



Exemple de preuve d'immatriculation



Exemple de preuve d'assurance



## Sécurité au volant

Au Canada, le/la conducteur(trice) et tous/toutes les passagers(ères) doivent porter la ceinture de sécurité.

### Sièges de sécurité pour enfants

**C'est la loi!** En tant que conducteur(trice), vous devez vous assurer que tous/toutes vos passagers(ères) de moins de 16 ans portent correctement leur ceinture de sécurité. Il existe des sièges spécialement conçus pour les enfants pesant moins de 18 kg (40 lb).

Au fur et à mesure que vos enfants grandissent, ils auront besoin de sièges de sécurité plus grands.



#### Face vers l'arrière

- De la naissance à 18kg
- Environ 22 lb
- Moins de 2 ans



#### Face vers l'avant

- 10 à 20 kg
- Environ 30 lb



#### Siège d'appoint

- 18 à 36 kg
- Environ 65 lb



#### Ceinture de sécurité

- 36 kg à adulte
- Environ 4 pi 9 po en hauteur

**Les enfants de moins de 12 ans doivent prendre place sur le siège arrière du véhicule.**

**\* ASSUREZ-VOUS QUE LE SIÈGE DE SÉCURITÉ EST BIEN FIXÉ AU VÉHICULE.**



## Sécurité au volant

**Il est illégal de fumer avec des enfants à bord du véhicule.**



**Ne laissez jamais vos enfants seuls dans la voiture, pas même pendant 2 minutes.** Vous pourriez mettre la vie de votre enfant en danger et avoir des ennuis avec la police.



## Conduite avec facultés affaiblies

L'alcool et le cannabis sont légaux en Alberta pour les personnes âgées de 18 ans et plus.

**Pendant, il est illégal de conduire sous l'influence de l'alcool, du cannabis ou de médicaments sur ordonnance qui affectent votre jugement.**

La conduite avec facultés affaiblies (Driving Under the Influence - DUI), est une infraction grave. Si la police vous donne une contravention pour conduite avec facultés affaiblies :

- Vous risquez de perdre votre permis de conduire.
- Votre véhicule vous sera retiré.
- Vous devrez peut-être suivre des cours en matière de sécurité.
- Vous pourriez aller en prison.
- Vous pourriez être soumis(e) à des restrictions en matière de déplacement.





## Les moments importants du droit canadien

### 1793 - Loi sur l'esclavage

- La loi sur l'esclavage impose des restrictions en matière d'esclavage dans le Haut-Canada. Le Canada devient rapidement un endroit sûr pour les esclaves américains.

### 1867 - Confédération

- Le Dominion du Canada est créé.

### 1875 - Cour suprême

- Le Parlement canadien fonde la Cour suprême du Canada.

### 1969 - Loi sur les langues officielles

- Le français et l'anglais deviennent les deux langues officielles du Canada.

### 1975 - Commission des droits de la personne

- Le gouvernement crée la Commission des droits de la personne pour protéger les droits des Canadiens(ennes).

### 1982 - Charte des droits et libertés

- La charte protège les libertés suivantes :
  - la liberté de religion
  - la liberté de pensée, de croyance, d'opinion et d'expression, y compris la liberté de la presse et des autres moyens de communication
  - liberté de se réunir avec d'autres personnes en public ou en privé
  - liberté de former des groupes pour protéger ses intérêts

### 1988 - Loi sur le multiculturalisme

- reconnaît l'histoire multiculturelle du Canada et la nécessité de la protéger
- reconnaît les droits des Autochtones
- reconnaît l'anglais et le français comme les seules langues officielles, mais permet l'utilisation d'autres langues
- reconnaît l'égalité des droits pour toutes les races et religions
- reconnaît que les minorités ont le droit de jouir de leur culture.

### 2005 - Légalisation du mariage entre personnes de même sexe au Canada

- Le Canada devient le quatrième pays au monde à légaliser le mariage entre personnes de même sexe. Pour en savoir plus : [Loi sur le mariage civil](#).



## Pour de plus amples informations sur les services juridiques et policières, rendez-vous en ligne.

### Urgences policières – Appelez le 911

- Permis de conduire en Alberta - [www.alberta.ca/service-alberta.aspx](http://www.alberta.ca/service-alberta.aspx)
- Les lois de l'Alberta - [www.qp.alberta.ca/Laws\\_Online.cfm](http://www.qp.alberta.ca/Laws_Online.cfm)
- Pro Bono Law Alberta - [pbla.ca](http://pbla.ca)
- Charte canadienne des droits et libertés - <https://laws-lois.justice.gc.ca/eng/const/page-12.html>
- Législation canadienne sur les crimes haineux - [laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/c-46/section-319.html](http://laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/c-46/section-319.html)
- Loi sur le multiculturalisme canadien - [laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/c-18.7/page-1.html](http://laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/c-18.7/page-1.html)
- Services à l'enfance - [www.alberta.ca/children-families.aspx](http://www.alberta.ca/children-families.aspx)
- Police communautaire (EPS) - [www.edmontonpolice.ca/CommunityPolicing](http://www.edmontonpolice.ca/CommunityPolicing)
- Code criminel canadien - [laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/c-46/](http://laws-lois.justice.gc.ca/fra/lois/c-46/)
- Règlements administratifs de la ville d'Edmonton - [www.edmonton.ca/city\\_government/bylaws.aspx](http://www.edmonton.ca/city_government/bylaws.aspx)
- Centre juridique communautaire d'Edmonton (Edmonton Community Legal Centre - ECLC) - [www.eclc.ca/programs-services/immigration-law-program/](http://www.eclc.ca/programs-services/immigration-law-program/)
- Crimes motivés par la haine et les préjugés - [www.edmontonpolice.ca/communitypolicing/organizedcrime/hatebiascrime](http://www.edmontonpolice.ca/communitypolicing/organizedcrime/hatebiascrime)
- Multicultural Health Brokers - [mchb.org](http://mchb.org)
- Équipe chargée de l'autonomisation des quartiers (Neighbourhood Empowerment Team - NET) - [www.edmonton.ca/residential\\_neighbourhoods/fire\\_safety/neighbourhood-empowerment-team.aspx](http://www.edmonton.ca/residential_neighbourhoods/fire_safety/neighbourhood-empowerment-team.aspx)
- Paiement en ligne des amendes liées aux règlements administratifs - [coewebapps.edmonton.ca/tags/default.aspx?utm\\_source=virtualAdresse&utm\\_campaign=payment](http://coewebapps.edmonton.ca/tags/default.aspx?utm_source=virtualAdresse&utm_campaign=payment)
- Programme WrapEd - [reachedmonton.ca/initiatives/wraped/](http://reachedmonton.ca/initiatives/wraped/)



## Points de contact pour les services juridiques et policiers

### Alberta Association of Services For Children & Families (Association des services aux enfants et aux familles de l'Alberta)

Adresse :	8330 82 Ave. NW, Edmonton, AB T6C 4E3
Téléphone :	(780) 428-3660

### Ligne d'assistance téléphonique pour la prévention de l'intimidation (24 heures)

Adresse :	Toll Free: 1-800-387-5437
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/bullying-find-supports.aspx">www.alberta.ca/bullying-find-supports.aspx</a>

### Ligne d'assistance téléphonique pour les enfants maltraités (24 heures)

Phone:	Toll Free: 1-800-387-5437
--------	---------------------------

### Edmonton Children's Services – Central (Services à l'enfance d'Edmonton – Centre)

Adresse :	200, 10814 106 Ave. NW, Edmonton, AB T5H 4E1
Téléphone :	(780) 415-9619
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/children-families.aspx">www.alberta.ca/children-families.aspx</a>

### Centre juridique communautaire d'Edmonton (Edmonton Community Legal Centre)

Adresse :	Telus House, South Tower: Second floor, 10020 – 100 St, Edmonton, AB T5J 0N3
Téléphone :	(780) 702-1725
Site Web :	<a href="http://www.eclc.ca/programs-services/immigration-law-program/">www.eclc.ca/programs-services/immigration-law-program/</a>

### Edmonton Law Courts

Adresse :	Edmonton Law Courts Building 1A Sir Winston Churchill Square, Edmonton, AB T5J 0R2
Téléphone :	1-855-738-4747
Site Web :	<a href="http://albertacourts.ca">albertacourts.ca</a>

### Edmonton Police Services - EPS – Emergency (Services de police d'Edmonton - Urgences)

Téléphone :	911
-------------	-----

### Edmonton Police Services – EPS (Services de police d'Edmonton)

Adresse :	9620 - 103A Ave., Edmonton, AB T5H 0H7
Téléphone :	(780) 423-4567 ou 377 pour les situations autres que les urgences
Site Web :	<a href="http://www.edmontonpolice.ca">www.edmontonpolice.ca</a>



## Points de contact pour les services juridiques et policiers

### Family Violence Info Line (Ligne d'information sur les violences familiales) (24 heures)

Téléphone :	Toll Free: 310-1818
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/family-violence-prevention.aspx">www.alberta.ca/family-violence-prevention.aspx</a>

### Law Society of Alberta

Adresse :	Suite 700, 333-11 Ave. SW, Calgary, AB T2R 1L9
Téléphone :	1-800-661-1095
Site Web :	<a href="http://www.lawsociety.ab.ca">www.lawsociety.ab.ca</a>

### Gendarmerie royale du Canada (GRC) - Urgences

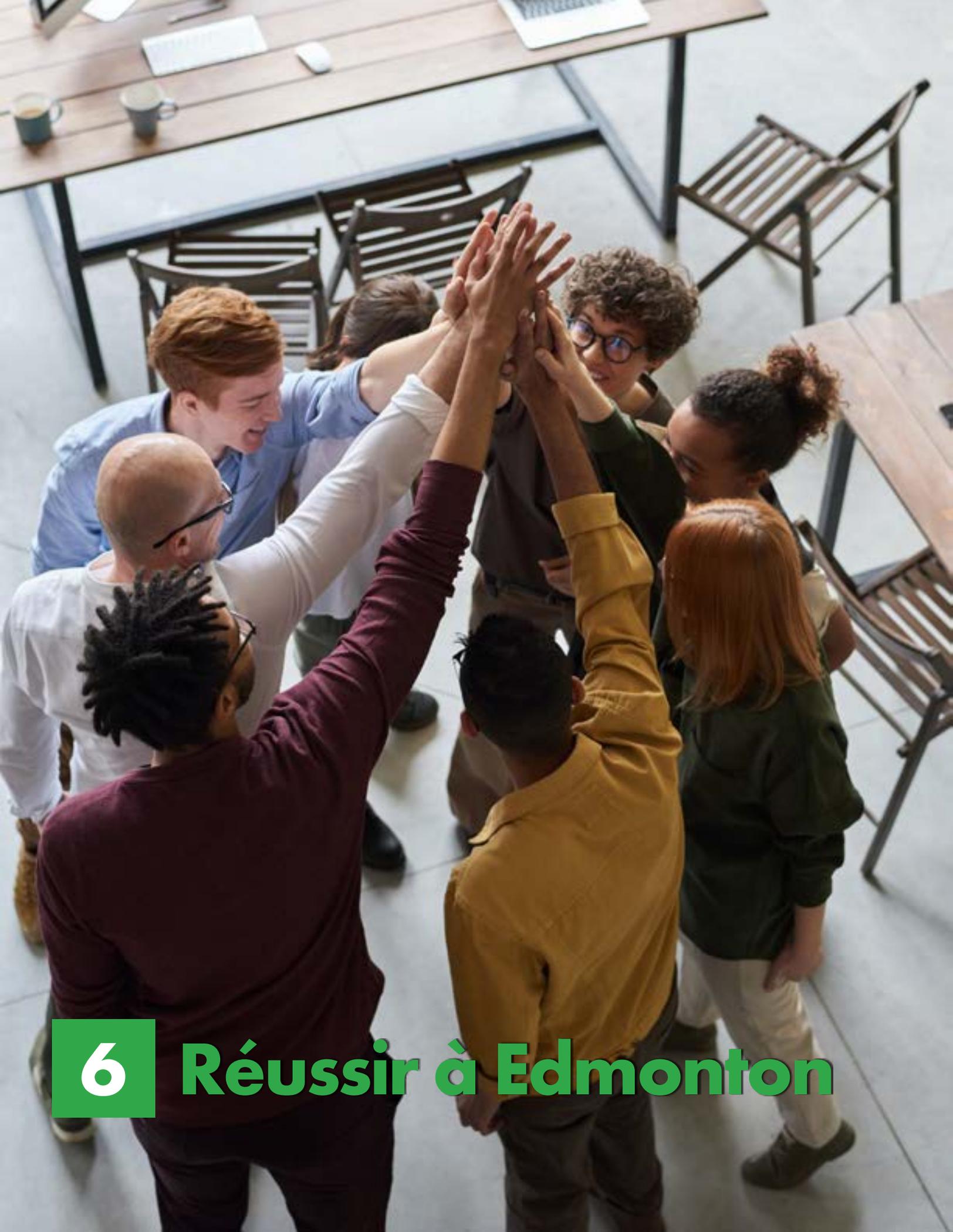
Téléphone :	911
-------------	-----

### Gendarmerie royale du Canada (GRC)

Adresse :	11140-109 St. NW, Edmonton AB T5G 2T4
Téléphone :	For non-emergencies (780) 890-4333
Site Web :	<a href="http://www.rcmp-grc.gc.ca">www.rcmp-grc.gc.ca</a>

### Programme WrapEd

Adresse :	Baker Centre Suite 901, 10025-106 St., Edmonton, AB T5J 1G4
Téléphone :	(780) 498-1231
Site Web :	<a href="http://reachedmonton.ca/initiatives/wraped/">reachedmonton.ca/initiatives/wraped/</a>



6

## Réussir à Edmonton



## 6 Réussir à Edmonton

Si vous terminez vos études secondaires et que vous suivez ensuite d'autres études ou une formation professionnelle, vous obtiendrez un meilleur emploi. Les études ou la formation que vous suivez après le secondaire s'appellent des études postsecondaires. De nombreux(es) Canadiens(es) empruntent de l'argent (obtiennent un prêt) afin de payer les frais de scolarité des écoles postsecondaires. Si vous investissez du temps et de l'argent dans vos études, vous pourrez obtenir un emploi mieux rémunéré.

Dans le présent chapitre, vous trouverez des informations sur :

- les différents programmes auxquels vous pouvez vous inscrire pour apprendre l'anglais
- les différentes écoles postsecondaires d'Edmonton proposant d'excellents programmes
- la manière de trouver un emploi

### Apprentissage et perfectionnement de l'anglais

Le Canada est un pays **bilingue**. L'anglais et le français sont les langues officielles. En Alberta, la plupart des gens parlent l'anglais. 7 % des résidents(es) albertains(es) parlent le français. Si votre langue principale est le français, vous êtes **francophone**.

La population francophone de l'Alberta connaît une croissance rapide, plus que n'importe quelle province du Canada. Mais l'apprentissage de l'anglais demeure essentiel. C'est le premier objectif pour de nombreux(es) nouveaux(elles) arrivant(es) qui s'installent à Edmonton.

La plupart des nouveaux(elles) arrivant(e)s passent un test de langue d'anglais. Ce test vous permet d'évaluer votre niveau d'anglais. Ce niveau est appelé **Niveau de compétence linguistique canadien (NCLC) - Canadian Language Benchmark (CLB)**. Vous avez besoin de vos évaluations NCLC (CLB) pour déterminer les programmes de langue anglaise auxquels vous pouvez vous inscrire à Edmonton.

Pour fixer un rendez-vous pour un test et vous renseigner sur les meilleurs programmes qui s'offrent à vous, adressez-vous au **Language Assessment, Referral, and Counselling Centre (LARCC) des Services sociaux catholiques (SSC)**.



## En savoir plus sur l'évaluation linguistique

Vous devez passer le **Canadian Language Benchmarks Placement Test - CLBPT** avant de pouvoir vous inscrire aux cours d'anglais. Le CLBPT mesure vos compétences en anglais en matière de compréhension orale, d'expression orale et écrite, ainsi qu'en lecture. Votre niveau de NCLC (CLB en anglais) déterminera les cours d'anglais que vous devrez suivre. Vous effectuerez les tests de compréhension et d'expression orale individuellement avec un(e) évaluateur(trice). Vous effectuerez les tests de lecture et d'expression écrite avec un groupe de nouveaux(elles) arrivants(es). Vous pouvez passer le CLBPT en ligne ou en personne. Cela vous prendra entre 1 et 2 heures.

### Qui acceptera mes NCLC?

- Programmes du Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC)
- Programmes Anglais, langue seconde (ALS)
- Programmes de formation professionnelle et de préparation à l'emploi
- Programmes de rattrapage scolaire et écoles postsecondaires
- Certains employeurs

### Le CLBPT mesure 12 niveaux. Il existe trois catégories :

- Débutant
- Intermédiaire
- Avancé

## LINC

**Language Instruction for Newcomers to Canada – LINC** est un programme de formation linguistique gratuit pour les nouveaux(elles) arrivants(es). Les programmes LINC enseignent l'anglais aux réfugiés(es), aux immigrants(es) reçus(es) et aux résidents(es) permanents(es). De nombreuses écoles LINC proposent également d'autres services de soutien, notamment des conseillers(ères) d'orientation, une garderie gratuite pour les élèves à temps plein, des conférenciers(ères) invités(es) ainsi que la possibilité de participer à des événements culturels et locaux. Le gouvernement du Canada finance les programmes LINC, qui sont donc gratuits.

## Écoles offrant le programme LINC

### Programmes LINC d'Edmonton pour les élèves en alphabétisation et en anglais de niveau débutant (NCLC 1 à 4)

- One World, One Centre
- Sacred Heart
- St. Francis of Assisi
- ASSIST Community Services
- NorQuest College

### Programmes LINC d'Edmonton pour les élèves en langue anglaise de niveau intermédiaire (NCLC 5 à 8)

- Edmonton Mennonite Centre for Newcomers (EMCN)
- NorQuest College
- Solomon College
- ASSIST Community Services
- Metro Continuing Education

### Processus d'inscription

- **Étape 1 :** Faites évaluer votre anglais à LARCC.
- **Étape 2 :** Votre évaluateur(trice) LARCC vous présentera vos NCLC. Il/elle vous enverra (référer) ensuite vers une école LINC correspondant à votre niveau. Vous obtiendrez les coordonnées de l'école LINC.
- **Étape 3 :** Inscrivez-vous dans une école offrant le programme LINC. Vous devez contacter l'école directement. Les écoles LINC vous demanderont vos informations personnelles, vos niveaux NCLC ainsi que des copies de vos documents d'immigration.

**\* Si le cours est complet, il se peut que vous soyez inscrit(e) sur une liste d'attente pour ce cours. Vous devrez peut-être attendre quelques semaines, voire quelques mois.**

### Anglais de niveau débutant NCLC 1 à 4

Si vous avez obtenu un NCLC 1 à 4, vous appartenez au niveau linguistique de base pour débutants(es) (Catégorie I). Si vous n'êtes pas en mesure de communiquer en anglais, vous serez classé(e) dans le groupe pré-niveau ou pré-NCLC. À Edmonton, le gouvernement finance principalement les programmes LINC pour les élèves de la catégorie 1. Le gouvernement est conscient que les élèves de la catégorie 1 sont ceux et celles qui ont le plus grand défi à relever pour s'installer dans leur nouvelle vie à Edmonton. Il souhaite les aider.



## Écoles offrant le programme LINC

Vous avez besoin d'un emploi pour pouvoir subvenir à vos besoins et à ceux de votre famille. Cependant, apprendre l'anglais est la chose la plus importante que vous puissiez faire. Si vous maîtrisez l'anglais, cela vous aidera dans votre travail. Cela rendra votre vie bien plus agréable à Edmonton.

Pour réussir, inscrivez-vous à une école LINC, comme ASSIST. Le **centre de services communautaires ASSIST** a été fondé en 1977, ce qui lui confère une grande expérience du travail avec les immigrants(es). Toute la famille peut s'inscrire à ASSIST. Il existe des programmes pour les parents, les jeunes et les personnes âgées. Vous pouvez suivre les cours du programme LINC à l'emplacement Southwest. Le programme LINC est flexible. Il existe différents types et niveaux de cours :

- Les cours à temps plein ont lieu du lundi au vendredi de 9h00 à 14h30.
- Les cours du matin à temps partiel ont lieu du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00.
- Les cours du soir à temps partiel ont lieu les lundis, mercredis et jeudis pour les NCLC 4, 5 et 6.

### Êtes-vous parent d'enfants âgés de 19 mois à 5 ans?

Aucun problème! ASSIST propose des services de garde d'enfants si vous suivez des cours à temps plein. Vous pourrez inscrire vos enfants à la garderie dans le même bâtiment où a lieu votre cours. Pour vous inscrire, vous devez apporter avec vous :

- Le certificat de naissance de votre enfant
- La fiche d'établissement ou la carte de résidence permanente (RP) de votre enfant.
- Votre carte d'assurance-maladie de l'Alberta
- le carnet de vaccination de votre enfant



## En savoir plus sur l'apprentissage des langues

### Programmes d'alphabétisation pour aider les élèves en langue anglaise de niveau débutant

- Cultural Connections Institute and the Learning Exchange (CCI LEX)
- Project Adult Literacy Society (PALS)
- Centre for Family Literacy
- The Learning Centre Literacy Association

### Cours de Langue pour les Immigrants au Canada (CLIC)

Le CLIC offre des cours de français gratuits pour les résidents(es) permanents(es).

Il s'agit du même programme que le LINC - mais en français ! Vous pourrez passer la **Batterie de Tests de Classement aux Niveaux de Compétence Linguistique Canadiens (BTC-NCLC)** au LARCC. On vous aiguillera vers un cours CLIC en ligne. Le gouvernement finance le CLIC, donc vous n'encourez aucuns frais pour assister à un cours.

**REMARQUE:** Il n'y a actuellement aucune classe CLIC qui se donne en présentiel à Edmonton.

### Exigences linguistiques pour la citoyenneté canadienne

Pour obtenir la citoyenneté, vous devez fournir une preuve de vos compétences linguistiques dans l'une des langues officielles du Canada : l'anglais ou le français. Vous devez obtenir une note de 4 au NCLC (ou une note équivalente dans le cadre d'un autre test) en compréhension et en expression orale. Cela vous permettra d'obtenir la citoyenneté. Le gouvernement **n'accepte** pas les résultats du test NCLC. Vous devez par conséquent présenter **l'un** des documents suivants :

- un certificat d'achèvement d'un programme LINC/CLIC
- les résultats officiels d'un test approuvé par le gouvernement du Canada (IELTS, CELPIP L/S). Ces tests sont payants. Renseignez-vous auprès de LARCC pour connaître les frais actualisés.
- une preuve d'études secondaires ou postsecondaires en anglais ou en français (grade, diplôme, certificat, relevé de notes). Vos documents officiels peuvent provenir d'un programme d'études secondaires ou postsecondaires offert au Canada
- ou à l'étranger, mais la langue d'enseignement doit être en anglais ou en français.

### Autres évaluations linguistiques chez Services sociaux catholiques (LARCC):

Pour en savoir plus sur les tests d'anglais au LARCC, vous pouvez vous adresser aux Catholic Social Services. Veuillez envoyer vos questions par courriel : [larcc@cssalberta.ca](mailto:larcc@cssalberta.ca).



## Utiliser la technologie pour réussir

La technologie et l'Internet sont de bons outils. Vous pouvez les utiliser pour apprendre l'anglais. Vous pouvez aussi les utiliser pour en savoir davantage sur le Canada. Vous pouvez trouver de l'information et vous instruire en tout temps. Vous pouvez également communiquer avec des gens vivant à Edmonton et ailleurs dans le monde. Mais d'abord, il vous faut un accès à Internet et un téléphone ou un ordinateur.

### Que signifie le terme « en ligne »?

Si vous allez **en ligne**, cela signifie que vous utilisez l'Internet pour ouvrir des pages web remplies d'informations. Vous êtes également en ligne lorsque vous discutez avec vos amis(es) à l'aide d'une **application** (app en anglais) ou d'un **forum**.

D'autres moyens utiles d'aller en ligne :

- **Courriel** : Envoyer ou recevoir des messages électroniques depuis votre compte de messagerie vers le compte de messagerie d'une autre personne. Vous pouvez ouvrir un compte courriel gratuitement.
  - Systèmes de messagerie électronique les plus courants : Gmail, Yahoo et Outlook.
- **Recherches sur Internet** : Recherchez sur Internet les informations dont vous avez besoin. Tapez ce qui vous intéresse dans la barre de recherche d'un moteur de recherche.
  - Moteurs de recherche les plus courants : Google, Bing et Yahoo.

- **Plateformes de réunions et de webinaires** : vous pouvez organiser ou assister à des réunions en ligne. Vous pouvez aussi suivre des cours et des webinaires en ligne. Vous devez télécharger une application de réunion sur votre ordinateur ou votre téléphone.
  - Applications fréquemment utilisées pour les réunions et les cours : Zoom, Microsoft Teams or Google Classroom.
- **Groupes sociaux virtuels** : Sur Internet, vous trouverez différentes communautés de personnes du monde entier. Il est facile de trouver des groupes en ligne. Recherchez des groupes de personnes qui partagent les mêmes intérêts que vous. Vous voudrez peut-être vous joindre à un groupe qui parle de films, de langues et d'activités culturelles.
  - Groupes de réseaux sociaux les plus courants : trouvez-en un sur Facebook, Instagram and Twitter.

You can register for free basic computer skills training.  
Appelez **Employ Abilities**: (780) 423-4106





## Les dangers de l'Internet

### Fraude en ligne ou fausses informations

Les fraudeurs et les escrocs sont des personnes qui vous manipulent ou vous induisent en erreur. Méfiez-vous des fraudeurs et des escrocs lorsque vous êtes en ligne. Ces derniers se servent de l'Internet pour obtenir des informations vous concernant. Ensuite, ils vous piègent de différentes manières. Ils peuvent vous réclamer de l'argent ou voler votre identité. Votre identité comprend tous vos renseignements personnels.

Les crimes sur Internet se produisent lorsque des escrocs utilisent de faux sites Web, de fausses adresses courriels ainsi que d'autres arnaques sur Internet en vue de soutirer de l'argent aux gens. Vous devez vous assurer d'être en sécurité auprès d'une entreprise, d'un groupe ou d'une personne avant de divulguer toute information personnelle.



### Cyberintimidation et abus

L'Internet est très vaste. Des milliards de personnes y sont connectées sur leurs ordinateurs et leurs téléphones portables. Cela signifie que les messages haineux, les menaces et les mensonges peuvent se propager très rapidement et facilement. On parle d'intimidation lorsqu'une personne blesse ou effraie délibérément quelqu'un. Elle fait en sorte que l'autre personne se sente mal à l'aise, effrayée ou impuissante.

La cyberintimidation est différente de l'intimidation en personne. L'Internet ne permet pas de vérifier le message. Les intimidateurs(trices) sont invisibles derrière leur ordinateur. Souvent, les enfants ne mentionnent pas à leurs parents qu'ils sont victimes de cyberintimidation. Il est moins évident de détecter la cyberintimidation.





## Une journée dans la vie de...

Eve est arrivée au Canada il y a presque un an. Elle a terminé ses études de niveau 1 du programme LINC. Elle était impatiente de passer au niveau suivant dans sa classe d'anglais.

Ses appels aboutissaient toujours sur la boîte vocale de son professeur. Elle était frustrée de ne pas pouvoir obtenir l'aide de celui-ci.

Son école a apporté des modifications à son programme d'apprentissage en ligne. Eve n'a pas pu se connecter à son compte étudiant. Elle a essayé de téléphoner à son professeur à plusieurs reprises pendant les heures de cours et en soirée



## Aspect culturel à prendre en compte :

Il est conseillé d'appeler ou d'envoyer un courriel à votre professeur(e) lorsque vous avez des problèmes liés au cours. Le/la professeur(e) assume de nombreuses responsabilités et enseigne à un grand nombre d'élèves. Il est possible qu'il/elle ne puisse pas répondre aux messages en tout temps.

Au Canada, les enseignants(es) recommandent souvent à leurs élèves de les appeler lorsqu'ils/elles sont au travail. C'est ce qu'on appelle les heures de bureau. La plupart des enseignants(es) ne répondent pas aux questions des élèves après le travail.

Laissez un court message avec votre nom, votre numéro de téléphone et la raison de votre appel. Les enseignants(es) vous viendront en aide dès qu'ils/elles le pourront. Il est poli d'attendre 2 ou 3 jours avant de réessayer. Si vous avez des difficultés liées à la technologie, adressez-vous au service informatique ou aux services aux élèves de l'école.



## Poursuivre vos études

### Anglais langue seconde (ALS)

Si vous voulez poursuivre vos études au Canada, vous devrez peut-être suivre des cours English as a Second Language - ESL (Anglais langue seconde - ALS). Les cours LINC sont excellents pour apprendre l'anglais, mais en règle générale, ils ne sont pas acceptés comme preuve de vos compétences linguistiques. Vous avez besoin de mieux maîtriser l'anglais pour être admis(e) dans un programme universitaire.

Il est courant pour les nouveaux(elles) arrivants(es) de commencer par les classes LINC. Puis, ils/elles suivent des cours d'anglais langue seconde. De nombreuses écoles d'Edmonton offrent des cours ALS à temps plein ou à temps partiel. Vous pourrez suivre des cours en ligne, en personne ou hybrides. Un cours hybride consiste à suivre une partie du cours en ligne et une partie du cours en présentiel.

### Rattrapage scolaire

Le rattrapage scolaire est un programme d'études secondaires pour adultes. Si vous n'avez pas terminé vos études secondaires avant de venir au Canada, vous pourriez avoir besoin de rattrapage scolaire.

Si vous soumettez une demande à un établissement d'enseignement postsecondaire, celui-ci examinera vos antécédents scolaires et décidera si vous avez besoin d'un rattrapage scolaire avant de vous inscrire à un programme d'études postsecondaires.

### Écoles

Vous trouverez des programmes ALS et de rattrapage scolaire dans les écoles :

- MacEwan University
- Metro Continuing Education
- NorQuest College
- Northern Alberta Institute of Technology (N.A.I.T.)
- Solomon College

Vous trouverez une liste des programmes d'enseignement ALS, de rattrapage scolaire et de formation professionnelle sur le site : [larcc.cssalberta.ca/directory](http://larcc.cssalberta.ca/directory)





## Programme de transition

Un programme de transition est un programme de formation de courte durée destiné aux professionnels(elles) formés(es) à l'étranger. Les programmes de transition facilitent votre intégration dans votre profession et dans le marché du travail au Canada. Il se peut que votre profession n'accepte pas vos titres de compétences au Canada.

Cela peut être source de frustration. Mais vous n'avez pas besoin de recommencer à zéro. Les programmes de transition vous permettront de comprendre la culture du milieu de travail canadien, les exigences en matière de licence ainsi que les informations sur la certification requise pour votre profession. Ils vous apportent aussi souvent une expérience de travail au Canada.

L'Université de l'Alberta a permis à de nombreux enseignants(es) et avocats(es) formés(es) à l'étranger de pouvoir exercer leur profession au Canada. Adressez-vous à l'université (dont les coordonnées figurent dans la section Enseignement postsecondaire) pour savoir quels types de programmes de transition elle offre actuellement. Le Bredin Centre for Career Advancement offre également des programmes de transition aux nouveaux(elles) arrivants(es) formés(es) à l'étranger vivant à Edmonton.

## BredinWorks pour les professionnels(elles) formés(es) à l'étranger

BredinWorks accompagne les nouveaux arrivants(es) dans leur démarche pour obtenir une licence et un emploi dans leur profession. BredinWorks apporte à chacun(e) ce dont il/elle a besoin pour sa carrière professionnelle. Vous trouverez des renseignements sur la reconnaissance des qualifications correspondant à votre profession.

Vous pouvez parfois bénéficier d'une aide pour payer les frais de dossier. Un(e) instructeur(trice) anime des groupes d'étude et organise des épreuves pratiques en vue de vous préparer à l'examen du permis d'exercer.

Le Bredin Centre propose également des ateliers pour vous préparer à l'emploi, tels que Professional Work Search et Canadian Work Skills Workshop. BredinWorks est un programme à but non lucratif du Bredin Centre for Career Advancement, financé par le gouvernement. La participation à ce programme est gratuite.

Le saviez-vous ? Les programmes Bredin sont destinés à tout immigrant(e) qui est à la recherche d'un emploi en Alberta! Vous trouverez leurs coordonnées à la fin de ce chapitre.

## Soutien financier

Différents frais sont à prévoir pour les programmes de langue ALS, de rattrapage scolaire et de transition. Cela peut vous paraître cher. Vous pourrez faire appel à certains programmes de financement pour vous aider à couvrir ces coûts.

- **Learning Income Support - Soutien au revenu pour l'apprentissage** (étudiants(es) à temps plein) | **Skills Investment Bursary - Bourse d'investissement pour les compétences** (étudiants(es) à temps partiel)

Vous pouvez bénéficier d'un financement pour payer vos frais de scolarité, de transport, de manuels scolaires ainsi qu'une petite allocation de subsistance pendant vos études. Ces subventions sont destinées à vous aider pendant que vous suivez des programmes tels que ALS, le rattrapage scolaire, l'éducation de base et la formation professionnelle.

Pour en savoir plus sur le financement public, cliquez ici : [www.alberta.ca/learner-income-support-and-skills-investment-bursary.aspx](http://www.alberta.ca/learner-income-support-and-skills-investment-bursary.aspx).

- **Windmill Microlending (Le Moulin Microcrédits) | Career Loans**

Ces deux programmes proposent des microcrédits à des taux d'intérêt très bas. Leur objectif consiste à soutenir les professionnels(elles) formés(es) à l'étranger à financer les études dont ils/elles ont besoin pour décrocher leurs titres de compétences canadiens. Vous trouverez de plus amples informations à l'adresse suivante : [windmillmicrolending.org](http://windmillmicrolending.org) ou [careerloans.ca](http://careerloans.ca)

- **Servus-Bredin Microloans for Professional Newcomers (Microcrédits Servus-Bredin pour les professionnels(elles) nouvellement arrivés(es))**

Ce programme peut vous accorder un prêt allant jusqu'à 15 000 \$ si vous êtes un(e) professionnel(elle) nouvellement arrivé(e). Ce prêt est destiné à couvrir les frais autres que les frais de scolarité dans le cadre du processus d'obtention de votre permis d'exercice et d'accréditation au Canada. Vous pourrez utiliser votre prêt pour défrayer les frais d'examen, les frais d'agrément, les frais professionnels, les livres et autres matériels pédagogiques.



## Éducation postsecondaire

Après avoir obtenu un diplôme d'études secondaires, vous pouvez continuer à étudier. C'est ce qu'on appelle les études postsecondaires. Edmonton compte certaines des meilleures universités et certains des meilleurs collèges d'Amérique du Nord. Pour chaque établissement (école), vous devez faire une demande d'inscription et payer les frais de scolarité. Lorsque vous terminez votre programme, vous recevez un certificat ou un diplôme. Voici une liste de certains établissements d'enseignement postsecondaires à Edmonton,

### Athabasca University

Vous pourrez obtenir un diplôme ou un certificat universitaire dans de nombreux domaines différents grâce à l'enseignement à distance ou en ligne.

**Téléphone :** 1-800-788-9041

**Site Web :** [www.athabascau.ca](http://www.athabascau.ca)

### Concordia University Edmonton

Pour obtenir un diplôme universitaire dans un domaine des arts libéraux.

**Téléphone :** (780) 479-8481

**Site Web :** [concordia.ab.ca](http://concordia.ab.ca)

### Campbell College

Vous pourrez suivre des programmes de formation professionnelle pratique débouchant sur un diplôme.

**Site Web :** [campbellcollege.ca](http://campbellcollege.ca)

### King's University College

Vous pourrez obtenir un baccalauréat en arts, en sciences humaines, en musique et en sciences sociales dans un environnement chrétien.

**Téléphone :** (780) 465-3500

**Site Web :** [www.kingsu.ca](http://www.kingsu.ca)

### MacEwan University

Vous pourrez choisir parmi de nombreux programmes offrant un diplôme ou un certificat. Les cours ont lieu à différents endroits à Edmonton.

**Téléphone :** (780) 497-5040

**Site Web :** [www.macewan.ca](http://www.macewan.ca)

### NorQuest College

Vous pourrez suivre des cours de rattrapage au niveau secondaire, des programmes de diplômes et de certificats postsecondaires, des cours ALS/LINC, et bien plus encore. Plus de la moitié des élèves de NorQuest sont nés(es) à l'extérieur du Canada et sont originaires de 87 pays.

**Téléphone :** (780) 644-6000

**Site Web :** [www.norquest.ca](http://www.norquest.ca)

### Northern Alberta Institute of Technology

Vous pourrez choisir parmi plus de 200 programmes menant à un diplôme ou à un certificat. Ils sont tous axés sur les métiers et les études en laboratoire pour des carrières techniques.

**Téléphone :** (780) 471-6248

**Site Web :** [www.nait.ca](http://www.nait.ca)

### Robertson College Edmonton

Vous pourrez choisir parmi de nombreux programmes de formation qui vous permettront de faire carrière dans le domaine de la santé, des affaires et de l'informatique (information et technologie).

**Site Web :** [www.robertsoncollege.com/campuses/edmonton/](http://www.robertsoncollege.com/campuses/edmonton/)

### Solomon College

Vous pourrez suivre des cours LINC, ESL (ALS), ainsi que des cours en matière d'emploi et des formations professionnelles.

**Téléphone :** (780) 431-1515

**Site Web :** [www.solomoncollege.ca](http://www.solomoncollege.ca)

### University of Alberta

Vous pouvez décrocher différents diplômes à University of Alberta. Si vous êtes intéressé(e) par la recherche, University of Alberta est l'une des plus grandes universités de recherche au Canada.

**Phone:** (780) 492-3111

**Site Web :** [www.ualberta.ca](http://www.ualberta.ca)

### University of Alberta | Centre collégial de l'Alberta | Campus Saint-Jean

Si vous êtes francophone, vous pourrez suivre des programmes francophones au niveau universitaire ou collégial.

#### Université :

**Téléphone :** (780) 465-8700

**Site Web :** [www.ualberta.ca/campus-saint-jean/](http://www.ualberta.ca/campus-saint-jean/)

#### Collège :

**Téléphone :** (780) 492-0418

**Site Web :** [www.ualberta.ca/campus-saint-jean/programmes/programmes-collegiaux](http://www.ualberta.ca/campus-saint-jean/programmes/programmes-collegiaux)





## Formation continue

Il existe de nombreuses possibilités de recevoir une éducation et de suivre des cours individuels à temps partiel tout en travaillant. Les cours peuvent être mis à profit pour renforcer vos compétences et améliorer vos qualifications en vue d'un emploi.

### University of Alberta Faculty of Extension

Téléphone : (780) 492-3116

Site Web : [ext.ualberta.ca](http://ext.ualberta.ca)

### Adult & Continuing Education Metro Continuing Education

Téléphone : (780) 428-1111

Site Web : [www.metrocontinuingeducation.ca](http://www.metrocontinuingeducation.ca)

## Prêts étudiants

L'enseignement postsecondaire peut se révéler coûteux. De nombreux(es) étudiant(e)s contractent des prêts étudiants. Les prêts étudiants proviennent du gouvernement provincial et sont assortis d'un faible taux d'intérêt. Vous devez rembourser votre prêt seulement une fois que vous avez terminé vos études. Pour en savoir plus sur les prêts étudiants : [studentaid.alberta.ca](http://studentaid.alberta.ca)



## Formation axée sur des compétences

Les programmes de formation professionnelle axés sur les compétences sont de courts programmes éducatifs qui préparent les adultes à intégrer le marché du travail dans un domaine ou une profession spécifique.

Il existe de nombreux programmes de formation professionnelle réservés aux nouveaux(elles) arrivants(es) à Edmonton. La plupart de ceux-ci sont gratuits ou vous pourrez faire une demande de financement gouvernemental. Voici quelques exemples :

- Commis administratif(ve) bilingue (Accès Emploi)
- Intervenant(e) en développement de l'enfant (MCG Careers Inc.)
- Préparation au poste de superviseur(e) des services alimentaires (Collège Solomon)
- Les bases de la cuisine (Collège NorQuest)
- Technologie de l'information et de la communication (Ballad Consulting ; MCG Careers Inc)
- - Programme KWEST (Key Workplace Essential Skills - Compétences essentielles en milieu de travail) (Collège Solomon)
- - Agent(e) d'assurance professionnel(elle) (Ballad Consulting)
- Formation en gestion de l'approvisionnement (Collège NorQuest)
- Programme de carrières techniques (Manpower)

Vous ne trouvez pas la formation qui vous intéresse? Veuillez communiquer avec le Bredin Centre for Career Advancement pour vous renseigner sur son programme DiversityWorks. Vous pouvez bénéficier d'une formation en milieu de travail ainsi que d'une expérience professionnelle rémunérée. DiversityWorks s'adresse aux immigrants(es) qui souhaitent trouver un emploi permanent à temps plein.

Pour une liste complète des programmes ALS, de rattrapage scolaire et de formation professionnelle, cliquez ici : [larcc.cssalberta.ca/Directory](http://larcc.cssalberta.ca/Directory)

**Le saviez-vous ?** Vous pouvez bénéficier d'un soutien scolaire gratuit! Prenez rendez-vous au Centre d'évaluation, d'orientation et de conseil linguistique (LARCC) des Catholic Social Services (Services sociaux catholiques). Vous recevrez un encadrement pour vous aider à atteindre vos objectifs. Le LARCC vous permet de trouver les écoles, les programmes de formation et les ressources dont vous avez besoin pour réussir à Edmonton. Appelez LARCC au (780) 424-3545 et demandez un rendez-vous pour le service d'orientation scolaire.





## Emploi

Le gouvernement du Canada accueille les immigrants(es). Les immigrants(es) contribuent à bâtir l'économie du Canada. Il est donc essentiel de comprendre les objectifs du gouvernement en matière d'économie lorsque vous choisissez votre travail. Il est également important de connaître vos propres objectifs pour mener une vie épanouie au Canada. Lorsque vous avez un emploi que vous aimez, cela vous donne un but. Vous pouvez également être fier(ère) de soutenir votre famille. Il en va de même pour tous les Canadiens(ennes).

Nombreux(es) sont les nouveaux(elles) arrivants(es) qui veulent travailler dès leur arrivée au Canada. Mais vous ne savez peut-être pas par où commencer. Les choix sont si nombreux. Il est important de savoir gérer vos attentes.

Commencer une nouvelle vie dans un nouveau pays est déjà toute un défi! Les professionnels(elles) vous suggèrent de commencer votre parcours d'emploi progressivement. Cela peut être difficile si vous êtes déjà un(e) professionnel(le) possédant de nombreuses années d'expérience. Apprendre l'anglais ou le français est le meilleur moyen de réussir votre carrière au Canada.

Faites l'effort de suivre des cours de langue pendant que vous cherchez un emploi.

Vous avez probablement imaginé l'emploi que vous souhaiteriez avoir au Canada. Il se peut que vous obteniez un emploi bien différent. Ou alors, votre idée d'un bon emploi pourrait changer. Il est normal de changer d'avis. Lorsque vous êtes indulgent(e), patient(e) et flexible avec vous-même, vous êtes en mesure de fixer des objectifs et de voir l'avenir de manière plus claire.



### Numéro d'assurance sociale

Avant de pouvoir travailler au Canada, vous avez besoin d'un numéro d'assurance sociale (NAS). Votre NAS est votre numéro d'enregistrement et d'identification auprès du gouvernement canadien. Vous devez donner votre numéro d'assurance sociale à votre employeur. En général, vous n'avez pas besoin de donner votre NAS à qui que ce soit d'autre. Ne le communiquez pas si vous n'êtes pas sûr(e).

Si vous voulez savoir comment obtenir un numéro d'assurance sociale, ou à qui vous devez donner votre NAS

**Téléphone** : 1-800-206-7218

**Site Web** : [www.canada.ca/en/employment-social-development/services/sin.html](http://www.canada.ca/en/employment-social-development/services/sin.html)



## Codes et règlements régissant les normes d'emploi en Alberta

En tant que travailleur(se), vous avez des droits! Tous les employeurs doivent respecter les règles de l'Alberta concernant le lieu de travail. Ces règles s'appellent les normes d'emploi. Il existe des règles (normes) pour la plupart des choix que font les employeurs. Ces règles vous protègent. Par exemple, il existe des règles régissant :

- le salaire le plus bas autorisé (salaire minimum)
- vos horaires de travail
- le congé de maternité et le congé parental (après un bébé)
- les jours fériés et les congés payés
- les heures supplémentaires et leur rémunération
- les congés et la rémunération des congés
- la cessation de votre emploi (licenciement)

Learn:

- les lois sur l'emploi
- comment choisir un emploi
- comment chercher un emploi
- les pratiques de l'industrie en Alberta
- et bien d'autres choses encore!

Pour en savoir plus : [alis.alberta.ca](http://alis.alberta.ca)



## Emploi des jeunes

Il existe des règles spéciales pour les employés(es) de moins de 18 ans. L'Alberta dispose de lois visant à protéger les enfants et les jeunes qui occupent différents emplois. Il est courant pour les jeunes (15 ans et plus) d'avoir un emploi à temps partiel avec des heures limitées. Les règles pour les employés(es) (ci-dessus) s'appliquent à tous les employés(es), y compris les personnes de moins de 18 ans. Pour en savoir plus : [www.alberta.ca/youth-employment-laws](http://www.alberta.ca/youth-employment-laws)

### **Vous avez entre 15 et 29 ans et vous cherchez un emploi?**

InterviewMe est un programme d'emploi pour les jeunes offert par Opportunity for All Youth au MaRS Discovery District. Tous les jeunes de l'Alberta sont les bienvenus(es). Contactez le Bredin Centre for Career Advancement pour plus d'informations.

## Êtes-vous prêt(e) à travailler?

Tout le monde veut un chèque de paie! Mais, êtes-vous prêt(e) à travailler à Edmonton ?

Voici 10 questions que vous devez vous poser avant de commencer à chercher un emploi.

1. Quelle est mon expérience professionnelle passée?
2. Quel est mon niveau d'études le plus élevé?
3. Quels sont mes niveaux de compréhension orale, d'expression orale, de lecture et d'écriture en anglais?
4. Quelles autres compétences particulières ai-je?
5. Quel type d'emploi est-ce que je veux?
6. Quel est mon horaire? Quand puis-je travailler?
7. Y a-t-il un élément dans mon CV qui montre que je comprends la culture du milieu de travail canadien?
8. Quelles sont mes responsabilités à l'extérieur du lieu de travail?
9. Est-ce que je dispose de références canadiennes?
10. Ai-je des objectifs de carrière? (Les objectifs à court et à long terme sont importants)



### **Aspect culturel à prendre en compte :**

Au Canada, il n'est PAS de coutume d'inclure des photos ou de mentionner l'âge dans les CV. Tout comme chaque pays a sa propre culture, chaque lieu de travail a la sienne. Il faut du temps et de l'expérience pour apprendre la culture d'un lieu de travail.

Les programmes de formation professionnelle permettent d'acquérir des compétences et offrent également la possibilité de rencontrer de nouveaux(elles) professionnels(elles), ce qui revêt une grande importance lorsque vous cherchez un emploi dans un nouvel endroit.

Au fur et à mesure que votre cercle social s'agrandit, votre réseau professionnel et vos références canadiennes s'étoffent également. Avec le temps, vous remarquerez peut-être d'autres différences culturelles au sein des environnements de travail canadiens.



## Planification de carrière

- Faites des recherches sur le **marché du travail** à Edmonton.
- Choisissez une carrière. Essayez de passer un test de personnalité!
- Rédigez un CV et une lettre de présentation.
- Lisez les offres d'emploi.
- Postulez aux emplois qui vous semblent intéressants.
- Entraînez-vous à passer des entretiens.
- Commencez à vous **constituer un réseau (réseautage)**. Le fait de rencontrer des gens facilite la recherche d'un emploi.
- Améliorez vos compétences. Inscrivez-vous à une formation professionnelle.

## Trouver un travail

La plupart des gens se rendent sur Internet pour chercher un emploi. Vous pouvez consulter le site Web d'un employeur pour voir s'il embauche.

Parfois, vous verrez une affiche « Now Hiring » dans la vitrine des entreprises d'Edmonton. Vous pouvez entrer dans l'entreprise et demander au gérant de vous parler de l'emploi personnellement. Cela peut être une manière plus rapide de trouver un emploi. De nombreux magasins et restaurants vous accueilleront si vous entrez. Ils disposent de formulaires de demande que vous pouvez remplir sur place avant de quitter les lieux!

## Postuler en ligne

Vous pouvez choisir parmi de nombreux moteurs de recherche en ligne lorsque vous recherchez un emploi.

En voici quelques exemples :

- [Indeed.ca](https://www.indeed.ca)
- [Jobbank.gc.ca](https://www.jobbank.gc.ca)
- [Workopolis.com](https://www.workopolis.com)
- [Eluta.ca](https://www.eluta.ca)
- [Monster.ca](https://www.monster.ca)

## Employment Agencies

Les agences de placement engagent des personnes pour le compte de différents employeurs. Lorsque vous remettez votre CV à une agence de placement, celle-ci recherche des emplois correspondant à vos compétences, votre formation et votre expérience.

Il existe aussi des emplois que vous pouvez occuper brièvement; parfois même pour une seule journée! Les agences de placement pour le travail intérimaire peuvent vous trouver ce type d'emplois.

Les agences de placement constituent un excellent moyen de trouver rapidement du travail. C'est généralement très rapide si vous voulez un emploi d'ouvrier non qualifié.

## Vous cherchez une agence de placement?

alis Alberta Alberta propose une liste d'agences de placement sur son site Web : [alis.alberta.ca/look-for-work/find-work/job-banks-and-work-search-tools/employment-agencies-job-banks/](https://alis.alberta.ca/look-for-work/find-work/job-banks-and-work-search-tools/employment-agencies-job-banks/)





## Soutien et ressources en matière d'emploi

Vous trouverez à Edmonton de nombreux endroits qui vous soutiendront dans votre recherche d'emploi. Ils disposent de multiples ressources. Vous recevrez des conseils d'experts pour vous permettre d'atteindre vos objectifs en matière d'emploi. La plupart de ces services sont gratuits.

**Action for Healthy Communities Society of Alberta (AHC) :** Vous pouvez vous adresser à AHC pour bénéficier de conseils, d'un encadrement et d'une formation individuels dans le cadre de votre recherche d'emploi. Vous pourrez créer votre propre plan d'action pour l'emploi. Un(e) coach professionnel(le) vous guidera. Votre plan peut inclure un soutien individuel continu, une formation supplémentaire ou le programme spécialisé de participation au marché du travail de l'AHC. Grâce à ce programme, vous serez en mesure d'acquérir les compétences dont vous avez besoin pour apprendre et comprendre le marché du travail canadien. Il existe de nombreuses options à inclure dans votre plan.

**Vous voulez démarrer votre propre entreprise?** Le programme de soutien à l'entrepreneuriat de l'AHC viendra en aide aux nouveaux(elles) entrepreneurs(es) immigrants(es) en Alberta. Ils vous guideront dans la conception d'une nouvelle entreprise. Ils vous aideront également à acheter ou à agrandir une entreprise qui existe déjà à Edmonton. Téléphonnez à l'AHC pour prendre un rendez-vous : (780) 944-4687.

**Alberta Supports** vous aide à rédiger un CV, à vous entraîner aux entretiens d'embauche et à faire une demande d'aide au revenu pendant que vous cherchez un emploi.

**BGS Enterprises** vous offre des ateliers gratuits en matière de carrière et d'emploi. Les sujets abordés comprennent : la rédaction d'un CV et d'une lettre de présentation, les techniques d'entrevue, les techniques de recherche d'emploi, la planification de carrière et bien plus encore.

**Bissell Centre** vous soutient dans votre recherche d'emploi et votre placement. Il propose également un programme de travail occasionnel ainsi que des cours de sécurité de base si vous êtes dans l'incapacité de payer une formation ailleurs.

**Bredin Centre for Career Advancement** vous offre des conseils personnalisés en matière d'emploi et un soutien pendant votre recherche d'emploi. Le programme 1-Step Employment for Newcomers vous permet de vous intégrer au sein de votre communauté, de perfectionner vos compétences en matière de recherche d'emploi et de trouver un emploi. Renseignez-vous sur les différents profils d'emploi pour vous préparer à votre recherche d'emploi sur ALIS Alberta.

**Edmonton Region Immigrant Employment Council (ERIEC)** vous offre des possibilités de mentorat et de réseautage.

**Edmonton Mennonite Centre for Newcomers (EMCN)** soutient les personnes qui cherchent un emploi pour la première fois. Il aide également les professionnels(elles) formés(es) à l'étranger qui disposent d'une expérience professionnelle. Il propose de nombreux programmes. L'un de ces programmes s'appelle Immigrant Women's Integration Network - I-WIN (Réseau d'intégration des femmes immigrantes). I-WIN vise à donner aux femmes la vie qu'elles désirent lorsqu'elles s'établissent au Canada.

I-WIN souhaite que les femmes immigrées à Edmonton :

- se connectent au monde du travail
- obtiennent rapidement ce dont elles ont besoin.
- atteignent leurs objectifs
- participent pleinement à la vie canadienne (vie économique, culturelle et sociale)
- mettent à profit leurs talents et leurs passions

I-WIN estime que de grandes choses se produisent lorsque les femmes se réunissent. Elles partagent leurs expériences. Elles partagent leurs connaissances et leurs ressources. I-WIN rapproche les femmes entre elles et avec la communauté d'Edmonton.

Pour participer à I-WIN, vous devez :

- avoir fait des études ou avoir acquis une expérience professionnelle dans un autre pays (avant le Canada)
- être une femme
- être résident(e) permanent(e) et résident(e) de l'Alberta
- avoir un niveau de compétence linguistique canadien de 4 (NCLC 4) ou plus en expression orale et en compréhension orale

### Comment fonctionne I-WIN

Vous vous joignez à un petit groupe pendant six semaines. Ensemble, vous vous familiariserez avec les étapes de la recherche d'emploi, la rédaction d'un CV, les techniques d'entretien, la culture canadienne, le bien-être personnel, etc. Vous assisterez à des conférences en classe et des discussions et bénéficierez des conseils de conférenciers(ères) invités(es) et d'activités de réseautage pour vous aider à atteindre vos objectifs professionnels et personnels. EMCN propose le programme I-WIN tout au long de l'année et offre des services de garde d'enfants si vous en avez besoin. Communiquez avec EMCN pour plus de renseignements. Vous trouverez les coordonnées à la fin de ce chapitre.



## Programmes de préparation à l'emploi

Les programmes de préparation à l'emploi faciliteront votre adaptation au marché du travail canadien. Ces programmes vous enseignent les compétences essentielles. Les compétences essentielles comprennent des éléments tels que la culture du lieu de travail, les compétences en matière de communication, la littératie numérique, la rédaction d'un bon CV, la compréhension du marché du travail et le leadership.

**Career Leap** par *Manpower* : Vous pouvez utiliser vos compétences et qualifications existantes pour trouver rapidement un emploi. Vous bénéficierez d'un soutien et d'un accompagnement individuels, d'une expérience professionnelle non rémunérée et de conseils de placement.

**Connections to Employment** par *Solomon College* : Vous pourrez vous préparer à une carrière dans le commerce de détail. Vous recevrez une formation en langue et en communication sur le lieu de travail, des certifications en matière de santé et de sécurité, ainsi qu'une aide pour trouver un emploi.

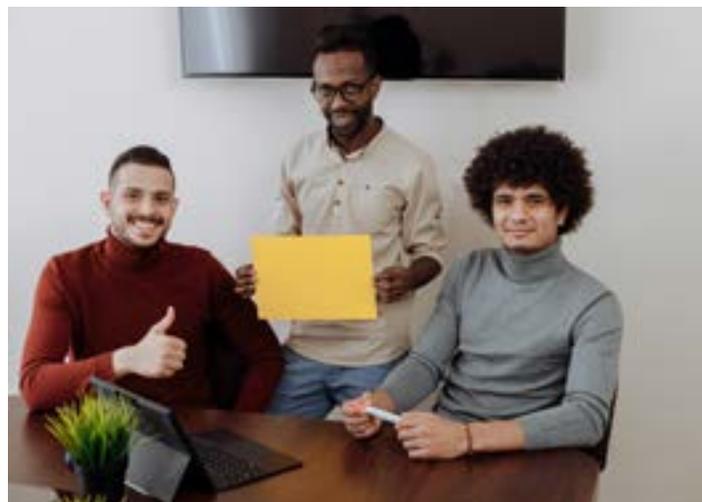
**Links for Success** by *Services sociaux catholiques* : Vous pourrez faire du bénévolat dans le cadre d'un emploi dans la profession de votre choix. Cela vous permettra d'acquérir une expérience de travail canadienne. Vous assisterez également à des cours chaque semaine.

**First Steps to Integration : Language, Culture and Employment Supports for Newcomers and their Employers (Premières étapes de l'intégration : Langue, culture et soutien à l'emploi pour les nouveaux(elles) arrivant(e)s et leurs employeurs)** par *Multicultural Health Brokers Co-op Ltd*: Avez-vous besoin d'un emploi de toute urgence pour subvenir à vos besoins? Votre niveau d'anglais est insuffisant? Vous avez très peu d'éducation formelle? Ce programme axé sur la langue et l'emploi peut être utile aux personnes qui ont besoin d'un emploi immédiatement et qui ne peuvent pas passer beaucoup de temps en classe pour apprendre l'anglais.

**Le saviez-vous ?** À Edmonton, vous trouverez de nombreux programmes de préparation à l'emploi et de formation axés sur l'industrie. Demandez toujours à un organisme de services d'établissement de vous aider en matière d'emploi.

Consultez la section **Contacts pour réussir à Edmonton** à la fin du présent chapitre. Vous pouvez également consulter la section **Contacts utiles** à la fin du présent guide.

Visitez le site Web [alis.alberta.ca](http://alis.alberta.ca) pour vous renseigner sur les différentes industries, les syndicats et les associations en Alberta :





## Travail indépendant

Le travail indépendant, ou la gestion de votre propre entreprise, peut vous apporter une certaine liberté et indépendance. La création d'une entreprise est un défi, mais il existe de nombreuses ressources gratuites pour vous soutenir.

**Action for Healthy Communities** propose un programme de formation au développement des entreprises d'une durée de 14 semaines. Il offre des services de mentorat, de réseautage avec des gens d'affaires, une formation sur les lois et les tendances commerciales canadiennes et les marchés « pop-up ».

Si vous souhaitez créer une entreprise de tourisme culturel en Alberta, vous pourrez suivre le programme axé sur le tourisme.

Pour plus d'informations, visitez le site IMPACT (Innovation Models Promoting Alberta's Cultural Tourism) à [IMPACT@a4hc.ca](mailto:IMPACT@a4hc.ca). Appelez le 587-338-0557 ou envoyez un courriel à [business.supports@a4hc.ca](mailto:business.supports@a4hc.ca).

**Alberta Innovates** fournit du financement, de la recherche et de l'expertise si vous souhaitez lancer une entreprise liée à l'énergie, à l'environnement et à la technologie.

**Anderson Career Training Institute** propose un programme de travail indépendant avec une formation présentielle (10 semaines). Il offre également un soutien continu si vous êtes au chômage ou si vous ne gagnez pas assez d'argent au travail et que vous souhaitez plutôt devenir travailleur(se) indépendant(e) (16 semaines).

**Business Link** est un site Web où vous pourrez obtenir un soutien individuel de la part d'experts(es) locaux/locales. Vous pourrez également suivre des programmes de formation et établir des liens (réseauter) avec d'autres personnes en affaires.

**Microbusiness Training Centre** propose un programme de formation pour les travailleurs(es) indépendants(es) d'une durée de huit semaines. Au terme de ce programme, vous pourrez bénéficier de trois mois de tutorat commercial supplémentaires pour vous aider à lancer votre entreprise.

**Startup Edmonton** est une plateforme en ligne pour les entrepreneurs(es) locaux/locales. Vous pourrez participer à des activités de réseautage et de formation, partager des idées et entrer en contact avec d'autres propriétaires d'entreprises à Edmonton.





## Les travailleurs(es) étrangers(ères) temporaires du Canada

Les travailleurs(es) étrangers(ères) temporaires viennent vivre et travailler au Canada pour pallier les pénuries de main-d'œuvre. On parle de pénurie de main-d'œuvre lorsque les employeurs ne trouvent pas suffisamment de Canadiens(ennes) pour occuper les emplois. Les employeurs font venir des travailleurs(es) étrangers(ères) au Canada pour une courte période.

Le gouvernement protège les travailleurs(es) étrangers(ères) temporaires. Les employeurs doivent répondre à une série de critères dans le cadre d'une évaluation avant de pouvoir embaucher des travailleurs(es) étrangers(ères). Des programmes gouvernementaux vérifient les salaires et les conditions de travail de tous/toutes les travailleurs(es) étrangers(ères) temporaires.

### Si vous êtes un(e) travailleur(se) étranger(ère) temporaire, votre employeur DOIT :

- vous payer pour votre travail
- assurer la sécurité de votre lieu de travail
- vous accorder des pauses et des jours de congé
- respecter votre contrat écrit

### Votre employeur NE PEUT EN AUCUN CAS :

- vous obliger à faire des choses pour lesquelles il ne vous a pas embauché(e) ou formé(e)
- vous obliger à travailler si vous êtes malade ou blessé(e)
- vous retirer votre passeport ou votre permis de travail
- demander aux autorités de vous expulser du Canada ou de modifier votre statut d'immigration
- vous obliger à leur rembourser les frais qu'ils ont payés pour vous embaucher

### Contrat d'embauche

Vous devez signer un contrat **d'embauche** avec votre employeur. Ce contrat vous protégera. Un contrat est un document légal qui contient les détails de vos conditions de travail. Vous et votre employeur convenez de respecter ces conditions lorsque vous signez le contrat. Vous devez tous deux respecter ces conditions. Si vous avez besoin d'aide pendant votre séjour au Canada, adressez-vous à une agence d'établissement. Elle pourra vous aider à comprendre votre contrat.

Pour plus d'informations sur vos droits, visitez la page : [www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/publications-manuals/temporary-foreign-workers-your-rights-protected.html](http://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/publications-manuals/temporary-foreign-workers-your-rights-protected.html)

### Vous avez des droits.

Vous avez le droit de :

- contacter les bureaux pour obtenir de l'aide
- visiter les sites Web
- poser des questions

Vous n'avez besoin de la permission de personne. Votre employeur ne peut vous sanctionner. Vous ne pouvez pas être expulsé(e) pour avoir obtenu des informations.



## Les travailleurs(es) étrangers(ères) temporaires de l'Alberta

### Si vous êtes un(e) travailleur(se) étranger(ère) temporaire en Alberta :

- Vous avez besoin d'un numéro d'assurance sociale.
- Vous êtes protégé(e) par les lois sur les normes d'emploi de l'Alberta.
- Vous êtes protégé(e) par les lois sur la santé et la sécurité de l'Alberta.
- Les indemnités d'accident du travail vous aideront si vous êtes blessé(e) au travail.
- L'assurance-emploi vous aidera si vous remplissez les conditions requises.
- Des déductions standard (impôt sur le revenu) seront prélevées sur votre chèque de paie.
- Les employeurs ne peuvent pas déduire les éléments suivants de votre chèque de paie :
  - le coût de votre billet d'avion
  - les soins de santé
  - les frais d'hébergement (si votre accord avec votre employeur prévoit que ce dernier doit prendre ces frais en charge)
  - les frais de recours à une agence de placement

Tout cela est vrai même s'ils obtiennent votre autorisation écrite pour effectuer ces déductions.

### Santé et sécurité au travail

Votre employeur vous demande-t-il d'effectuer un travail dangereux? Votre lieu de travail est-il dangereux? Si vous devez signaler un travail dangereux ou des conditions non sécuritaires sur votre lieu de travail, appelez l'**Alberta's Occupational Health and Safety – OHS** : 1-866-415-8690.

Vous pouvez également trouver des informations sur la façon dont l'OHS travaille avec les employeurs et les travailleurs(es) pour mettre fin aux blessures, aux maladies et aux décès au travail.

Pour plus d'informations sur la santé et la sécurité au travail, visitez la page : [www.alberta.ca/occupational-health-safety.aspx](http://www.alberta.ca/occupational-health-safety.aspx)

### Les normes d'emploi en Alberta

Les employeurs et les employés(es) doivent respecter les règles en vigueur dans tous les lieux de travail de l'Alberta.

Si vous avez un problème avec **vos** salaire, vos **heures de travail**, ou si vous êtes **traité(e) injustement** au travail, appelez les normes d'emploi de l'Alberta : 1-877-427-3731.

Le saviez-vous? Le gouvernement de l'Alberta offre des copies téléchargeables gratuites des guides sur les normes d'emploi. Pour connaître les normes minimales d'emploi dans votre secteur d'activité, consultez le site : [www.alberta.ca/employment-standards-publications.aspx](http://www.alberta.ca/employment-standards-publications.aspx)



## For more information on how to succeed in Edmonton, go online.

- Alberta Labour and Immigration (Travail et Immigration Alberta) - [www.alberta.ca/labour-and-immigration.aspx](http://www.alberta.ca/labour-and-immigration.aspx)
  - Normes d'emploi - Téléphone : (780) 427-373
  - Santé et sécurité au travail - Téléphone : (780) 415-8690
- Alberta Foreign Qualification Recognition (Reconnaissance des qualifications étrangères en Alberta) - [www.alberta.ca/foreign-qualification-recognition.aspx](http://www.alberta.ca/foreign-qualification-recognition.aspx)
- Boyle Street - [old.boylestreet.org/we-can-help/adult-services/](http://old.boylestreet.org/we-can-help/adult-services/)
- Ville d'Edmonton - [www.edmonton.ca/careers](http://www.edmonton.ca/careers)
- Guide des nouveaux(elles) arrivant(e)s de la ville d'Edmonton - [www.edmonton.ca/programs\\_services/documents/newcomers\\_guide\\_english\\_final.pdf](http://www.edmonton.ca/programs_services/documents/newcomers_guide_english_final.pdf)
- Employ Abilities - [employabilities.ab.ca/programs-edmonton-and-greater-area-landing-page/learn-2-earn/](http://employabilities.ab.ca/programs-edmonton-and-greater-area-landing-page/learn-2-earn/)
- International Qualifications Assessment Service (IQAS) (Service d'évaluation des qualifications internationales) - (780) 427-2655 ou [www.alberta.ca/iqas](http://www.alberta.ca/iqas)
- Service Canada - [www.servicecanada.gc.ca/tb-sc-fsco/sc-dsp.jsp?rc=4754&lang=eng](http://www.servicecanada.gc.ca/tb-sc-fsco/sc-dsp.jsp?rc=4754&lang=eng)
  - Numéro d'assurance sociale - Téléphone: 1-866-274-6627
  - Banque d'emplois
  - Assurance-emploi - Téléphone: 1-800-206-7218
  - Prestations d'invalidité du Régime de pensions du Canada
- Financement des aides aux étudiants (écoles postsecondaires en Alberta) - [www.studentaid.alberta.ca](http://www.studentaid.alberta.ca)
- Commission des accidents du travail – Alberta - [www.wcb.ab.ca](http://www.wcb.ab.ca)
  - Téléphone : (780) 498-3999 ou numéro sans frais 1-866-922-9221



## Contacts pour réussir à Edmonton

### Action for Healthy Communities

Adresse :	#100, 10578-113 St., Edmonton, AB T5H 3H5
Téléphone :	(780) 944-4687
Site Web :	<a href="http://a4hc.ca">a4hc.ca</a>

### Alberta Innovates

Adresse :	1500, 10104-103 Ave., Edmonton, AB T5J 0H6
Téléphone :	(780) 423-5727
Site Web :	<a href="http://albertainnovates.ca">albertainnovates.ca</a>

### Alberta Supports

Adresse :	Plusieurs sites, dont quatre à Edmonton
Téléphone :	1-877-644-9992 (numéro sans frais, aide fournie dans plus de 100 langues)
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/alberta-supports.aspx">www.alberta.ca/alberta-supports.aspx</a>

### AIMGA

Adresse :	106 Street Tower Building. Suite 420, 10055-106 St NW, Edmonton, AB, T5J 2Y2
Téléphone :	(587) 524-2750
Site Web :	<a href="http://aimga.ca">aimga.ca</a>

### Accès Emploi

Adresse :	Campus Saint-Jean, University of Alberta 8627-91 St #202, Edmonton, AB T6C 3N1
Téléphone :	(780) 490-6975
Site Web :	<a href="http://accesemploi.net/en/home/">accesemploi.net/en/home/</a>

### Anderson Career Training Institute

Adresse :	10604-172 St. NW, Edmonton, AB T5S 1H8
Téléphone :	(780) 944-0909
Site Web :	<a href="http://acti.org">acti.org</a>

### ASSIST Community Service Centre

Adresse :	Siège social : 9649-105A Ave., Edmonton, AB T5H 0M3
Téléphone :	(780) 429-3111
Site Web :	<a href="http://assistcsc.org/en/">assistcsc.org/en/</a>



## Contacts pour réussir à Edmonton

### Ballad

Adresse :	354, 10113-104 St., Edmonton, AB T5J 1A1
Téléphone :	1-855-295-7180 (Ext. 2)
Site Web :	<a href="http://balladgroup.ca">balladgroup.ca</a>

### BGS Enterprises Inc.

Adresse :	310, 10665 Jasper Ave., Edmonton, AB T5J 3S9
Téléphone :	(780) 425-6655
Site Web :	<a href="http://www.bgsenterprises.com">www.bgsenterprises.com</a>

### Bissell Centre

Adresse :	10527-96 St., Edmonton, AB T5H 0M3
Téléphone :	(780) 423-2285
Site Web :	<a href="http://bissellcentre.org">bissellcentre.org</a>

### Bredin Centre for Career Advancement

Adresse :	CN Tower, 5e et 10e étages 10004-104 Ave. NW, Edmonton, AB T5J 0K1
Téléphone :	(780) 425-3730
Site Web :	<a href="http://bredin.ca">bredin.ca</a>

### Business Link

Adresse :	#500, 10150-100 St. NW, Edmonton, AB T5J 0P6
Téléphone :	(780) 422-7722
Site Web :	<a href="http://businesslink.ca">businesslink.ca</a>

### Cultural Connections Institute – The Learning Exchange (CCI-LEX)

#### Cours d'anglais

Adresse :	10621-100 Ave. NW, Edmonton, AB T5J 0B3
Téléphone :	(780) 944-0792
Site Web :	<a href="http://www.cci-lex.ca">www.cci-lex.ca</a>



## Contacts pour réussir à Edmonton

<b>Edmonton Mennonite Centre for Newcomers</b>	
Adresse :	EMCN Centre : 10170-112 St. NW, Edmonton, AB T5K 2L6 EMCN : 11713-82 St. NW, Edmonton, AB T5B 2V9 EMCN Sud : #200, Tower II, Millbourne Market Mall (38 Ave. et Millwoods Road), Edmonton, AB T6K 3L6
Téléphone :	(780) 424-7709
Site Web :	<a href="http://emcn.ab.ca">emcn.ab.ca</a>

<b>Edmonton Region Immigrant Employment Council</b>	
Adresse :	10209-97 St NW, Edmonton, AB
Téléphone :	(780) 497-8866
Site Web :	<a href="http://www.eriec.ca">www.eriec.ca</a>

<b>Employ Abilities</b>	
Adresse :	#402, 10909 Jasper Ave., Edmonton, AB T5J 3L9
Téléphone :	(780) 423-4106
Site Web :	<a href="http://employabilities.ab.ca">employabilities.ab.ca</a>
Courriel :	<a href="mailto:employ@employabilities.ab.ca">employ@employabilities.ab.ca</a>

<b>Language Assessment, Referral, and Counselling Centre (LARCC) des Services Sociaux Catholiques</b>	
Adresse :	8212-118 Ave. NW, Edmonton, AB T5B 0S3
Téléphone :	(780) 424-3545
Site Web :	<a href="http://larcc.cssalberta.ca">larcc.cssalberta.ca</a>

<b>MCG Careers Inc.</b>	
Adresse :	Energy Square, 11th Floor 10109-106 St., Edmonton, AB T5J 3L7
Téléphone :	(780) 448-1380
Site Web :	<a href="http://www.mcgcareers.com">www.mcgcareers.com</a>

<b>Manpower</b>	
Adresse :	10031-101 St. NW Edmonton, AB T5J 3B1
Téléphone :	1-844-367-6965
Site Web :	<a href="http://manpowerab.com/edmonton-employment">manpowerab.com/edmonton-employment</a>



## Contacts pour réussir à Edmonton

<b>Metro Continuing Education</b>	
Adresse :	7835-76 Ave. NW, Edmonton, AB (les cours ont lieu à différents emplacements)
Téléphone :	(780) 428-1111
Site Web :	<a href="http://www.metrocontinuingeducation.ca">www.metrocontinuingeducation.ca</a>

<b>Microbusiness Training Centre</b>	
Adresse :	203 Energy Square, 10109 - 106 St, Edmonton, AB T5J 1Z7
Téléphone :	(780) 482-4462
Site Web :	<a href="http://microbusiness.ca">microbusiness.ca</a>

<b>Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)</b>	
Adresse :	9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7
Téléphone :	(780) 423-1973
Site Web :	<a href="http://mchb.org">mchb.org</a>

<b>Service Canada</b>	
Adresse :	Canada Place, Floor Main 9700 Jasper Ave., Edmonton, AB T5J 4C1
Téléphone :	1-800-622-6232
Site Web :	<a href="http://www.canada.ca/home.html">www.canada.ca/home.html</a>

<b>Solomon College</b>	
Adresse :	Suite 228, 10621-100 Ave., Edmonton, AB T5J 0B3
Téléphone :	(780) 431-1515
Site Web :	<a href="http://solomoncollege.ca">solomoncollege.ca</a>

<b>Somali Canadian Women and Children Association (Association somalienne canadienne des femmes et des enfants)</b>	
Adresse :	13415C Fort Road NW, Edmonton, AB T5A 1C6
Téléphone :	(780) 756-1175
Site Web :	<a href="http://www.somalicanadianwomen.ca">www.somalicanadianwomen.ca</a>

<b>Startup Edmonton</b>	
Adresse :	301, 10359-104 St., Edmonton, AB T5J 1B9
Site Web :	<a href="http://www.startupedmonton.com">www.startupedmonton.com</a>
Courriel :	<a href="mailto:hello@startupedmonton.com">hello@startupedmonton.com</a>

# Glossaire

Un glossaire est une liste de mots qui pourraient être difficiles à comprendre pour vous. Vous pouvez lire la signification des termes figurant à chaque chapitre du guide.

## Introduction

**Culture :** Les croyances et les coutumes d'un groupe de personnes dans un lieu donné. Il peut s'agir d'un pays, d'une ville, d'une famille, d'un lieu de travail ou d'un groupe social. La culture correspond à "la façon dont nous faisons les choses ici".

**Étranger(ère) :** Quelque chose provenant d'un pays ou d'une langue qui n'est pas la vôtre. Exemple : Avant de venir au Canada, vous viviez dans un pays étranger. Mais bientôt, vous vous sentirez comme chez vous.

**Immigrant(e) :** Une personne qui vient vivre de façon permanente dans un pays étranger.

**Fournisseur de services d'établissement des immigrants(es) :** Un(e) professionnel(le) qui soutient les nouveaux(elles) arrivants(es) dans leur parcours d'établissement. Il partage des informations sur la manière de réussir dans un pays étranger comme le Canada. (De nombreux fournisseurs de services d'établissement ont collaboré à la création de ce guide. Vous trouverez un fournisseur de services d'établissement dans la section Contacts utiles à la toute fin de ce guide).

**Institution :** Un groupe ou une organisation ayant un but commun. Exemple : L'école, l'université, la banque ou l'église sont toutes des institutions importantes.

**Processus d'intégration :** le temps et les efforts déployés pour se sentir à l'aise et se sentir partie intégrante d'un nouvel endroit. Exemple : Lorsque vous déménagez au Canada, il y a beaucoup de choses à apprendre et à faire. Le processus d'intégration prend du temps.

**Interprète :** Une personne qui vous explique ce que dit une autre personne lorsque vous ne comprenez pas. Elle vous l'explique dans une langue que vous pouvez comprendre. Exemple : Vous pouvez demander un interprète si vous ne comprenez pas l'anglais.

**Périple :** Se déplacer d'un endroit à un autre. Exemple : Venir au Canada est un long périple. Le processus d'intégration peut aussi ressembler à un long périple.

**Nouvel(le) arrivant(e) :** Une personne qui est récemment arrivée dans un nouvel endroit. Exemple : Lorsque vous arrivez au Canada, vous êtes un(e) nouvel(le) arrivant(e).

**Orientation :** Un cours qui consiste à enseigner les règles et les coutumes de quelque chose de nouveau. Exemple : Le premier jour de classe, vous aurez une orientation pour apprendre les règles.

**Établissement :** Le processus d'établissement dans un nouvel endroit ou une nouvelle situation. Le processus est terminé lorsque vous vous sentez à l'aise et en confiance dans cette nouvelle situation. Exemple : Un fournisseur de services d'établissement vous aidera à vous établir au Canada.

**Système :** La façon dont on fait les choses pour organiser la société. Il peut s'agir de règles ou de plans, comme des pratiques ou des règles sociales, économiques ou politiques. Exemple : Au cours de votre séance d'orientation, vous apprendrez à connaître plusieurs systèmes canadiens différents.

**Valeurs :** Les choses (principes) qui guident votre comportement.



## Chapitre 1 : Communauté

**Logement abordable :** Logement subventionné (entièrement ou partiellement payé par le gouvernement albertain) pour les familles, les personnes âgées et les individus à faible revenu, payé directement aux locataires. Il y a une liste d'attente. Une fois qu'ils/elles sont jugés admissibles, les demandeurs(es) ont la priorité en fonction de leurs besoins.

**Agence :** Une entreprise ou un organisme qui vous fournit un service. Une agence met souvent les gens ou les organisations en relation les uns avec les autres. Exemple : L'Agence catholique de services sociaux met les nouveaux(elles) arrivants(es) en relation avec les services du gouvernement du Canada.

**Appartement :** Un appartement est une unité de logement autonome qui n'occupe qu'une partie d'un bâtiment, généralement sur un seul étage. Les immeubles résidentiels ou immeubles d'appartements sont des bâtiments à plusieurs étages où trois résidences ou plus, ou familles, sont réunies dans une même structure.

**Demande :** Un formulaire que vous remplissez lorsque vous avez besoin de quelque chose. Exemple : Vous devez remplir un formulaire de demande pour de nombreux programmes à Edmonton.

**Maison mitoyenne :** Les maisons unifamiliales qui partagent des murs avec une autre maison constituent un type de résidence mitoyenne. Il existe plusieurs types de maisons mitoyennes (comme les condominiums, les maisons en rangée et les maisons jumelées) qui sont généralement des duplex. Les résidents(es) peuvent être tenus(es) d'entretenir une partie de la pelouse et de l'aménagement paysager, mais en général, d'autres personnes s'occupent de la structure de la maison, comme le toit et la peinture extérieure.

**Sous-sol :** Un sous-sol représente un ou plusieurs étages d'un bâtiment qui se trouvent entièrement ou partiellement sous le rez-de-chaussée.

**Logement au sous-sol :** Un logement au sous-sol est une unité séparée dans le sous-sol d'une maison ou d'un duplex qui permet à une autre famille ou à une personne séparée de vivre dans une maison. Elle transforme une maison unifamiliale ordinaire en une maison à deux logements.

**Collectivisme :** Une croyance selon laquelle ce dont le groupe a besoin ou ce que le groupe veut est plus important que ce dont la personne individuelle a besoin ou ce qu'elle veut. Il s'agit d'une valeur importante dans de nombreux pays dans le monde.

**Parrainage communautaire :** Une catégorie d'immigration dans laquelle une organisation, une association ou une société peut parrainer des réfugiés(es) en vue de les faire venir au Canada.

**Contrat :** Un accord signé entre deux ou plusieurs personnes. Lorsque vous signez un contrat, vous promettez de respecter toutes les clauses du contrat.

**DATS :** Disabled Adult Transit Service - Service de transport en commun pour adultes handicapés (vous devez faire une demande pour utiliser le DATS).

**Dépôt en cas de dommages :** Somme d'argent que vous donnez à votre propriétaire lorsque vous emménagez dans un nouveau logement locatif (également appelée dépôt de garantie). Si vous causez des dommages ou ne réglez pas votre loyer, votre propriétaire garde votre dépôt de garantie. Si vous ne causez pas de dommages et que vous payez toujours votre loyer, vous récupérez l'argent de votre dépôt de garantie.

**Maison individuelle :** Les maisons unifamiliales qui se trouvent sur leur propre terrain sans partager aucun mur avec une autre maison ou un autre bâtiment sont désignées comme des résidences individuelles. Les propriétaires sont tenus(es) d'entretenir la maison tant à l'intérieur qu'à l'extérieur, ainsi que l'aménagement paysager autour de la maison. Par conséquent, les conditions d'entretien doivent être décrites dans le contrat de location lorsque les propriétaires affichent le logement aux locataires.



## Chapitre 1 : Communauté

**ETS** : Edmonton Transit System - Réseau de transport en commun d'Edmonton. Cela comprend le LRT (système léger sur rail), les autobus et le DATS (Service de transport en commun pour adultes handicapés).

**Edmontonien(ne)** : Argot local désignant une personne qui vit à Edmonton, en Alberta.

**Émotionnellement** : Humeur ou sentiment (du mot émotion).

**Groupe ethnoculturel** : Un groupe de personnes ayant la même culture ethnique.

**Gouvernement fédéral** : Le gouvernement du Canada à Ottawa (la capitale du Canada). Le premier ministre du Canada en est le chef.

**Premières nations** : L'un des trois groupes reconnus de peuples autochtones au Canada (généralement au sud du cercle polaire).

**Soutien financier** : Aide pour payer les articles et services dont vous avez besoin. Exemple : Votre parrain familial vous donnera un soutien financier à votre arrivée au Canada.

**Francophone** : Une personne dont le français est la langue maternelle ou principale.

**Groupe de cinq** : Catégorie d'immigration dans laquelle cinq citoyens(nes) canadiens(es) ou résidents(es) permanents(es) peuvent parrainer un(e) réfugié(e) et sa famille au Canada.

**Coopératives d'habitation** : Les coopératives d'habitation ou coopératives créent des opportunités pour les personnes de tous âges, de tous revenus et de tous horizons, de vivre ensemble dans un environnement sûr et positif. Les membres de la coopérative ne sont ni propriétaires ni locataires. Les membres de la coopérative collaborent pour gouverner leur communauté d'habitation et gérer leurs logements. La vie en coopérative est un moyen efficace pour les individus et les familles d'avoir leur mot à dire en ce qui concerne leur logement et de profiter de la sûreté et de la sécurité d'une communauté forte et solidaire.

**Catégories d'immigration** : Principaux types de groupes d'immigrants au Canada ( familial, économique, réfugié, etc.).

**Statut d'immigration** : Le statut qu'un(e) non-immigrant(e), un(e) immigrant(e) ou un(e) résident(e) non permanent(e) obtient du gouvernement. Votre statut d'immigration vous impose des règles différentes pour rester au Canada.

**Peuples autochtones / Premières nations, Métis et Inuits** : Les premiers peuples qui vivaient sur le territoire qui s'appelle maintenant le Canada.

**Individualisme** : Une croyance selon laquelle vous devez compter sur vous-même et être indépendant(e). Il s'agit d'une valeur importante dans la culture canadienne.

**Inuit/Inuktitut** : L'un des trois groupes reconnus de peuples autochtones (généralement de la partie nord du Canada).

**LRT** : Light Rail Train - Système léger sur rail. Ce système fait partie de l'ETS d'Edmonton. Il comprend deux lignes principales : Capital et Metro. (Remarque : Les lignes Valley East et West sont en cours de construction et ne sont pas en service actuellement).

**Contrat de location** : Contrat légal entre le propriétaire et le locataire. Vous et votre propriétaire convenez des conditions.



## Chapitre 1 : Communauté

**Métis :** L'un des trois groupes reconnus de peuples indigènes. Les Métis ont une origine mixte autochtone et européenne.

**Gouvernement municipal :** Le gouvernement de la ville ou du village dans le bâtiment appelé hôtel de ville. Le/la maire en est le chef.

**Organisation :** Un groupe organisé de personnes (généralement pas un gouvernement officiel) qui travaille dans le même but. Une organisation est souvent une entreprise, une société ou une association.

**En ligne :** Un système permettant d'obtenir des informations, d'étudier ou de communiquer avec d'autres personnes, généralement sur un ordinateur ou un téléphone portable par le biais d'Internet.

**Gouvernement provincial :** le gouvernement de la province. Son bureau est situé dans la capitale de la province. En Alberta, c'est à Edmonton. Le/la premier(ère) ministre en est le/la dirigeant(e).

**Recyclage :** Collecte et transformation des déchets en matériaux réutilisables (La ville d'Edmonton vous demande de trier et de collecter le papier, le carton, le verre, le plastique et autres matériaux. Vous les placez dans un sac bleu et la ville les recycle).

**Réfugié(e) :** Une personne qui doit quitter son pays pour échapper à un événement, comme la guerre, la persécution ou une catastrophe naturelle.

**Responsabilité :** Ce que vous devez faire dans le cadre d'un travail, d'un rôle ou de la loi.

**Autosuffisant(e) :** Ne pas avoir besoin d'aide pour répondre à ses besoins essentiels; on peut faire les choses par soi-même. Exemple : *l'objectif de ce guide est de vous aider à devenir autonome et autosuffisant(e).*

**Parrainage :** Soutien financier reçu d'un parrain.

**Traité :** Accord original signé entre le gouvernement canadien et les peuples autochtones du Canada pour la prestation de soins de santé et l'éducation.

**Tuque :** Chapeau/bonnet d'hiver fait d'un tissu épais et extensible pour garder la tête et les oreilles au chaud. (parfois orthographié toque ou touque en anglais).

**Quartier :** Une section de la ville qui a un(e) conseiller(ère) élu(e). Edmonton compte 12 quartiers.



## Chapitre 2 : Santé et bien-être

**Rendez-vous :** Un rendez-vous avec un(e) professionnel(le) à une heure et à un endroit précis. Exemple : En Alberta, vous devez prendre un rendez-vous pour voir votre médecin de famille. Vous n'avez pas besoin d'un rendez-vous à Medicentres.

**Agent(e) d'enregistrement autorisé(e) :** Offre des services d'enregistrement, d'information et de délivrance de permis pour le gouvernement. Pour en trouver un près de chez vous : <https://www.alberta.ca/ahcip-registry-locations.aspx>. Exemple : Pour obtenir une carte d'assurance-maladie de l'Alberta, vous devez vous rendre chez un(e) agent(e) d'enregistrement autorisé(e).

**Éviter :** Se tenir à l'écart ou ignorer quelqu'un ou quelque chose. Exemple : En cas de traumatisme, certaines personnes évitent de penser à ce qui s'est passé.

**Confidentialité :** Garder quelque chose de secret ou de privé. Exemple : Au Canada, vous pouvez vous attendre à ce que les renseignements personnels sur votre santé restent confidentiels.

**Chirurgie esthétique :** Chirurgie visant à améliorer votre apparence.

**Curable :** Une maladie qui peut être guérie par un traitement. Exemple : Il espérait que son cancer était curable.

**Choc culturel :** Sentiment de profonde tristesse, de frustration et de confusion lorsqu'une personne déménage dans un endroit qu'elle ne connaît pas et ne comprend pas. Exemple : Rien de bouleversant n'était arrivé ce jour-là, mais il se mit à pleurer tout simplement à cause du choc culturel.

**Diagnostic :** Les résultats de votre maladie ou affection après des examens médicaux. Exemple : Le médecin lui a diagnostiqué un cancer.

**Maladie :** Une affection où votre corps ou votre esprit n'est pas sain. Exemple : La covid-19 est une maladie.

**Handicap/invalidité :** Un état physique ou mental qui peut limiter vos mouvements, vos sens ou vos activités.

**Médecin de famille :** Un(e) médecin qui soigne des personnes de tous les âges et de tous les sexes. En cas de besoin, il/elle vous réfère à des médecins spécialistes.

**Traitement au fluorure :** Un minéral naturel que le/la dentiste applique sur vos dents pour les rendre plus solides.

**En bonne santé :** Lorsqu'on ne souffre pas d'une maladie ou d'une blessure. Exemple : Il y a beaucoup de choses que vous pouvez faire pour rester en bonne santé, notamment en allant consulter votre médecin et en mangeant bien.

**Immunisation :** Une injection qui vous protège contre les infections. Exemple : As-tu reçu ton immunisation contre la COVID-19?

**Spécialiste des maladies infectieuses :** Médecin spécialiste qui étudie les maladies infectieuses et aide les patients(es) atteints(es) de maladies infectieuses.

**Consentement éclairé :** Accepter d'autoriser des procédures médicales après avoir pris connaissance de tous les détails et faits. Vous acceptez de le faire seulement après avoir eu toutes les informations.

**Assurance :** Une entreprise ou une agence gouvernementale fournit une garantie de compensation pour une perte, un dommage, une maladie ou un décès spécifique en échange du paiement d'une prime.



## Chapitre 2 : Santé et bien-être

**Medicentre** : Un centre de santé en Alberta où travaillent des médecins et des infirmières. Exemple : Vous n'avez pas besoin de prendre rendez-vous pour vous rendre dans un centre médical Medicentre en Alberta.

**Santé mentale** : L'état général de votre esprit et de vos émotions. Exemple : Les Canadiens(ennes) doivent prendre soin de leur santé mentale, surtout pendant les longs mois d'hiver.

**Sage-femme** : Professionnelle de la santé agréée qui accompagne une femme avant et après la naissance de son bébé.

**Nutrition** : Le fait de manger ou de fournir les aliments dont les gens ont besoin pour être en bonne santé et se développer.

**Obèse** : Personne en surpoids, souffrant d'embonpoint.

**OB-GYN** : Médecin spécialiste qui s'occupe des femmes enceintes et de la reproduction féminine. « OB » vient du terme obstétricien(ne) (s'occupe des femmes enceintes). « GYN » vient du terme gynécologue (s'occupe de la reproduction féminine). Ensemble, ces deux mots deviennent OB-GYN. Conseil de prononciation en anglais : Prononcez chaque lettre comme suit : Oh-bee-gee-why-en)

**Obstétricien(ne)** : Médecin spécialisé(e) dans les soins de santé pendant la grossesse et l'accouchement.

**Oncologue** : Médecin spécialisé(e) dans le cancer.

**Pédiatre** : Médecin spécialisé(e) dans la santé des enfants.

**Soins périnataux** : Les soins que vous recevez après la naissance de votre bébé.

**Pharmacie** : Un magasin (ou une partie d'un magasin) qui vous fournit des médicaments et des articles médicaux. Vous avez besoin d'une ordonnance de votre médecin.

**Médecin** : Autre façon de dire « docteur(e) ».

**Enceinte** : Lorsqu'une femme porte un enfant dans son utérus.

**Soins prénataux** : Les soins que vous recevez avant la naissance de votre bébé (pendant votre grossesse).

**Ordonnance** : Instruction écrite par un(e) professionnel(le) de la santé (généralement un(e) médecin) qui indique le médicament ou le traitement dont vous avez besoin. Vous devez présenter cette ordonnance à la pharmacie.

**Prévenir** : Arrêter quelque chose avant qu'un malheur n'arrive. Exemple : Vous pouvez prévenir le cancer du poumon si vous arrêtez de fumer.

**Référence** : Lorsque votre médecin de famille vous envoie chez un(e) médecin spécialiste.

**Répit** : Une courte période de repos ou de soulagement après une situation difficile ou désagréable.

**Deuxième avis** : Les pensées ou les idées de quelqu'un d'autre sur une situation. Exemple : Vous pouvez obtenir un deuxième avis d'un(e) autre médecin au sujet du traitement de votre maladie.



## Chapitre 2 : Santé et bien-être

**Aîné(e) :** Quelqu'un qui est plus âgé(e) et qui a plus d'expérience.

**Stress :** Défi mental ou émotionnel lorsque votre situation est difficile.

**Symptôme :** Un élément qui révèle un problème de santé plus important. Exemple : Un mal de gorge est le symptôme d'un rhume.

**Traumatisme :** Une réponse émotionnelle à une expérience de vie négative.

**Traitement :** Les soins médicaux prodigués à un(e) patient(e) lorsque celui-ci ou celle-ci souffre d'une maladie ou d'une blessure.

**Échographie :** Image prise par un appareil médical. L'appareil utilise des ondes sonores en vue de créer des images visuelles de l'embryon ou du fœtus en développement dans l'utérus. Exemple : Marie a passé une échographie lorsqu'elle était enceinte de 18 semaines. Elle a adoré voir son bébé bouger.

**Bien-être :** Être en bonne santé ou en bonne forme physique et mentale. Exemple : Votre bien-être est essentiel pour une vie heureuse.

**2SLGBTQIA+ :** Abréviation courante pour les identités sexuelles incluant l'identité bispirituelle, lesbienne, gaie, bisexuelle, transgenre, queer, en questionnement, intersexuée et asexuelle. Le symbole [+] permet aux personnes de s'identifier d'une manière qui leur convient.



## Chapitre 3 : Enfance et jeunesse

**App (en anglais) :** terme abrégé pour désigner une application fonctionnant sur votre téléphone ou votre ordinateur.

Exemple : Avez-vous des applications, comme Instagram ou Google Maps?

**Ancêtre :** Une personne qui faisait partie de votre famille par le passé. Exemple : De nombreux(es) Canadiens(ennes) ont des ancêtres originaires d'autres pays.

**Intimidation :** Comportements blessants et répétés de manière délibérée.

**Covoiturage :** Un plan de conduite entre deux ou plusieurs personnes pour effectuer un trajet avec une seule voiture. De cette façon, il y a moins de voitures qui se rendent au même endroit. Exemple : Les enfants de mes voisins vont à la même école, il est donc facile de faire du covoiturage avec leur famille.

**Enfant :** La loi canadienne définit un enfant comme une personne âgée de moins de 18 ans.

**Cohorte :** Un groupe de personnes qui se côtoient. Exemple : Pendant la COVID-19, les élèves de l'école secondaire ont été divisés en cohortes. . Ma fille était triste car sa meilleure amie était dans une autre cohorte.

**Curriculum :** Programme d'éducation, tel que les leçons, les objectifs et les informations enseignés à l'école ou dans le cadre d'un cours spécifique.

**Garderie :** Programmes de garde d'enfants pour les nourrissons, les tout-petits et les enfants d'âge préscolaire.

**Discipline :** Punition pour un mauvais comportement. Exemple : Lorsque les enfants enfreignent les règles, le fait de discuter du problème peut aider. Une discipline constructive est plus efficace qu'une punition physique.

**Garderie en milieu familial :** Garde d'enfants dans une résidence privée pour un maximum de 6 enfants (y compris les propres enfants du/de la prestataire de soins) avec un(e) seul(e) prestataire de soins.

**Francophone :** Une personne dont le français est la langue maternelle ou principale.

**Programmes de garde d'enfants collectif en milieu familial :** Garde dans une maison privée pour 7 à 10 enfants avec deux prestataires de soins.

**Expulser :** Obliger quelqu'un à quitter définitivement l'école ou la division scolaire. Il s'agit d'une forme de discipline pour un mauvais comportement à l'école. Exemple : Le directeur a expulsé l'élève pour avoir apporté un couteau à l'école.

**Hygiène :** Le fait de prendre soin de soi en restant propre. Exemple : une bonne hygiène des mains permet à chacun(e) de rester en bonne santé et de ne pas contracter de maladies.

**Inclusif(ve) :** Inclure tout le monde en leur offrant un accès équitable à l'éducation et à d'autres opportunités. Cela comprend les personnes souffrant d'un handicap physique ou mental ainsi que les membres d'autres groupes minoritaires.

**Chaussures d'intérieur :** Toutes les chaussures confortables qui sont utilisées à l'intérieur uniquement pendant l'année scolaire; il s'agit généralement des chaussures de course.

**Suspension au sein de l'établissement scolaire :** Une façon de discipliner les enfants qui doivent quitter leur classe mais restent quand même à l'école. Souvent, ils/elles sont tenus d'effectuer un travail scolaire spécifique.



## Chapitre 3 : Enfance et jeunesse

**K-12** : Période de scolarité des enfants allant de la maternelle à la 12<sup>e</sup> année, soit environ de 5 à 18 ans.

**Mentor(e)** : Quelqu'un qui enseigne une personne plus jeune ou lui prodigue des conseils.

**Garde extrascolaire** : Programmes qui se déroulent avant et après l'école, pendant l'heure du lunch et parfois lorsque l'école est fermée.

**Suspension extra-scolaire** : Une façon de discipliner les enfants en les obligeant à rester à la maison pendant un certain laps de temps.

**Précolaire** : Programme qui offre des services de garde d'enfants pendant 4 heures ou moins par jour pour les jeunes enfants.

**Programme** : Un cours, un plan ou un ensemble d'activités ayant un objectif spécifique à long terme. Exemple : Ce guide contient des informations sur de nombreux programmes destinés aux nouveaux(elles) arrivants(es).

**Fonds publics** : L'argent que le gouvernement prélève sur vos impôts pour financer l'éducation et les services. Exemple : Le gouvernement utilise les fonds publics pour financer les écoles publiques.

**Punition** : Une sanction infligée en cas de mauvais comportement ou de non-respect des règlements. Exemple : *La discipline constructive est plus efficace que la punition physique.*

**S'inscrire** : S'enregistrer en inscrivant son nom et ses coordonnées sur une liste. Exemple : *Si vous avez un enfant de 5 ans, vous devez l'inscrire à l'école maternelle.*

**Relation** : La manière dont deux ou plusieurs personnes, groupes ou pays, sont liés les uns aux autres. Exemple : Il est important d'avoir une bonne relation avec votre enfant.

**Besoin particulier** : Soutien éducatif pour un enfant qui a une difficulté ou un handicap mental, émotionnel ou physique.

**Personnel** : Toutes les personnes qui travaillent au sein d'une organisation. Exemple : SWIS travaille avec le personnel de l'école de votre enfant.

**Subvention** : Soutien financier ou aide du gouvernement pour vous épauler pour une affaire ou un projet spécifique en fonction de votre situation financière.

**SWIS** : Settlement Workers in Schools (Agent(e) d'intégration des immigrants(es) dans les écoles).

**Technologie** : Machines et équipements tels que les ordinateurs ou les téléphones portables, et tout ce qui y est lié (applications, classes virtuelles).

**Support technique** : Personnel qui peut vous aider à vous familiariser avec la technologie.

**Tutorat** : Quand quelqu'un enseigne une compétence spécifique à une personne ou à un petit groupe. Exemple : *Jimmy trouvait les mathématiques du secondaire très difficiles. Après avoir suivi un tutorat, il a obtenu 88 % à son examen.*



## Chapitre 3 : Enfance et jeunesse

**Classe virtuelle :** Une classe en ligne ou une classe sur votre ordinateur ou votre téléphone portable. On l'appelle aussi classe en ligne. Exemple : Pendant la COVID-19, les étudiants(es) sont restés(es) à la maison et se sont réunis(es) dans une classe virtuelle appelée Google Classrooms.

**Jeunes :** Enfants âgés de 15 à 24 ans.

**Tolérance zéro :** Quelque chose est totalement inacceptable. Exemple : Il y a une politique de tolérance zéro en matière d'intimidation dans les écoles de l'Alberta.



## Chapitre 4 : Argent

**Compte :** Un endroit protégé pour conserver votre argent. Exemple : Ils ont ouvert un compte bancaire à leur arrivée au Canada.

**Solde du compte :** Le montant total d'argent dont vous disposez sur votre compte bancaire.

**Allocation :** Le montant d'argent que vous pouvez dépenser avec des limites.

**GAB :** GAB signifie guichet automatique bancaire. Il s'agit d'un ordinateur que vous pouvez utiliser comme une banque. Vous pouvez y déposer de l'argent ou des chèques. Vous pouvez également y prélever de l'argent en utilisant votre carte de débit ou votre carte bancaire.

**Prestation :** Un paiement ou un cadeau que votre employeur, le gouvernement ou une compagnie d'assurance vous offre.

**Facture :** Une attestation de ce que vous devez payer pour un article ou un service. Exemple : Ils ont toujours payé leur facture de téléphone à temps.

**Budget :** Une estimation de la somme d'argent que vous allez dépenser au cours d'une période donnée.

**Employé(e) contractuel(le) :** Également appelé(e) entrepreneur(e) indépendant(e), travailleur(euse) contractuel(le), pigiste ou employé(e) sur commande, il s'agit d'une personne engagée pour un projet spécifique ou pour une certaine période de temps, moyennant une rémunération fixe.

**Carte de crédit :** Une carte que vous pouvez vous procurer auprès d'une banque ou d'une entreprise. Elle vous permet d'acheter des articles ou des services sans utiliser d'argent liquide. Vous réglez vos achats ultérieurement.

**Antécédents en matière de crédit :** Un dossier indiquant la manière dont vous avez géré votre argent. Il permet de vérifier si vous avez payé vos factures à temps et si vous avez remboursé l'argent que vous avez emprunté. De bons antécédents en matière de crédit sont importants si vous voulez emprunter de l'argent à une banque.

**Carte de débit :** Une carte bancaire qui permet de payer plus facilement. Lorsque vous utilisez la carte, elle prélève l'argent directement sur votre compte-chèques.

**Déduction :** Action de retirer quelque chose (comme une somme d'argent) d'un total. Exemple : Les impôts et l'argent de la retraite sont des déductions courantes sur un chèque de paie.

**Dépense :** Le coût d'un bien ou d'un service; l'argent que vous dépensez pour ce bien ou ce service.

**Honoraires :** Paiement à un professionnel, une organisation ou un organisme public. Ils vous donnent des conseils ou un service que vous leur payez.

**Objectif :** Le but de votre effort. Exemple : Si votre objectif est d'acheter une maison, vous devez économiser de l'argent.

**Revenu brut :** Le revenu total qu'une personne reçoit régulièrement sous forme d'argent, de biens, de propriétés et de services, avant déduction des impôts.

**Vol d'identité :** Lorsqu'une personne utilise vos renseignements personnels et se fait passer pour vous.

**Frais accessoires :** Il s'agit de petites dépenses pour des articles dont vous avez besoin pour vivre (besoins fondamentaux). Exemple : Le shampoing ou le dentifrice constituent des frais accessoires que les gens rajoutent à leur panier.



## Chapitre 4 : Argent

**Revenu :** Somme d'argent que vous recevez régulièrement pour votre travail ou pour d'autres raisons. Vous pouvez également recevoir des revenus grâce à vos investissements.

**Intérêts :** Argent supplémentaire que vous payez lorsque vous empruntez de l'argent. Les banques vous versent également des intérêts si vous gardez votre argent sur un compte d'épargne. *Exemple 1 : Les cartes de crédit ont des taux d'intérêt élevés, alors je paie ma facture chaque mois. Exemple 2 : J'aime utiliser mon compte d'épargne car il me rapporte 2% d'intérêts.*

**Gérer :** Contrôler ou traiter avec compétence et planification. Exemple : Établir un budget est une bonne façon de gérer son argent.

**Hypothèque :** Prêt accordé par une banque pour l'achat d'un bien (habituellement une maison). Exemple : De nombreuses personnes au Canada ont contracté une hypothèque.

**Revenu net :** Somme d'argent dont dispose une personne après déduction des impôts et autres sommes du revenu brut total de la personne.

**Protection contre les découverts :** Si vous utilisez plus d'argent que vous n'en avez sur votre compte bancaire, la banque paiera votre facture. Vous devez cependant payer des frais lorsque cela se produit.

**Mot de passe :** Un mot ou une phrase secrète que vous devez utiliser pour assurer votre sécurité.

**Personnel :** Qui n'appartient qu'à vous. Exemple : Gardez vos informations personnelles en lieu sûr.

**Numéro NIP (PIN en anglais) :** Le NIP correspond au numéro d'identification personnel. Utilisez ce numéro lorsque vous utilisez votre carte de débit ou que vous effectuez des opérations bancaires en ligne. Ne communiquez pas ce numéro à d'autres personnes.

**Escroquerie :** Un stratagème malhonnête ou une fraude. Exemple : Certains appels téléphoniques ou courriels constituent une escroquerie. Ne donnez jamais vos informations personnelles si vous ne connaissez pas la personne qui vous les demande.

**Sécurisé(e) :** Sûr(e); protection contre les attaques ou autres activités criminelles. Exemple : utilisez un réseau Wi-Fi sécurisé pour vos opérations bancaires en ligne.

**Impôt :** Argent que vous versez au gouvernement. Vous payez des impôts sur vos revenus lorsque vous déclarez votre impôt sur le revenu chaque année. Le gouvernement ajoute également une taxe au coût des biens que vous achetez ou des services que vous recevez. C'est ce qu'on appelle la TPS.

**Abri fiscal :** Un compte où vous pouvez placer de l'argent. Il s'agit souvent d'un cadeau pour quelqu'un. C'est une façon de payer moins d'impôt sur le revenu. Par exemple, de nombreuses personnes ouvrent un REEE en guise de cadeau à leurs jeunes enfants. Cela les aide à payer leurs études postsecondaires plus tard.

**Magasin d'occasion :** Un magasin qui vend des vêtements et des articles de seconde main pour la maison.

**Transaction :** Toute somme d'argent qui entre et sort de votre compte bancaire.

**Nom d'utilisateur :** La façon dont vous vous identifiez lorsque vous utilisez un ordinateur ou un service en ligne. Exemple : Lorsque vous vous inscrivez à la banque en ligne, vous obtenez un nom d'utilisateur et un mot de passe.



## Chapitre 5 : Droit et police

**Agresser** : Attaquer quelqu'un.

**Corrompre** : Payer quelqu'un pour faire ou permettre quelque chose d'illégal. Exemple : Il est illégal de corrompre un(e) policier(ère) au Canada.

**Règlements administratifs** : Les lois d'une municipalité ou d'une communauté.

**Droit civil** : Les lois d'un pays qui régissent les affaires privées courantes.

**Droit pénal** : Les lois d'un pays qui régissent les activités criminelles et la punition des criminels.

**Casier judiciaire** : Une liste de toutes les fois où vous avez eu des problèmes avec la police (arrestations ou crimes). Exemple : Si vous avez un casier judiciaire, vous ne pouvez pas travailler avec des enfants au Canada.

**Points d'inaptitude** : Un point d'inaptitude est un point négatif. Exemple : Le conducteur a enfreint la loi et a obtenu tellement de points d'inaptitude que l'Alberta lui a retiré son permis de conduire.

**Urgence** : Un événement soudain, pressant, généralement inattendu, pour lequel vous avez besoin d'une aide immédiate. Exemple : S'il y a une urgence, composez le 911 pour obtenir de l'aide.

**Permis de conduire progressif (GDL en anglais)** : Le permis de conduire progressif est un permis pour les apprentis(es) conducteurs(trices) délivré par le gouvernement de l'Alberta pour permettre aux nouveaux(elles) conducteurs(trices) de s'entraîner en respectant des règles de sécurité supplémentaires.

**Enquête** : Recherche des faits relatifs à une situation.

**Traversée illégale** : Traverser une route sans intersection ni feux de circulation.

**Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC) - CLIC** : Cours de langue pour les immigrants au Canada : Exemple : Si vous souhaitez améliorer votre anglais dès votre arrivée au Canada, trouvez un programme CLIC dans votre communauté.

**Abandon de débris** : Le fait de jeter des déchets sur le sol au lieu d'utiliser une poubelle. Exemple : L'abandon de débris est illégal au Canada.

**Opérateur(trice)** : Personne qui fait fonctionner un standard téléphonique. Exemple : Lorsque vous appelez l'opérateur(trice) du 911, il/elle vous posera quelques questions.

**Permis probatoire** : un permis de conduire où vous ne pouvez conduire qu'avec un(e) conducteur(trice) expérimenté(e). Il s'agit également d'un permis de classe 5 de niveau 2.

**Pro-bono** : Travail effectué sans facturer le client. Exemple : Si vous n'avez pas beaucoup d'argent et que vous avez besoin d'aide avec le système judiciaire, recherchez des services juridiques pro-bono (sans frais).

**Mal entretenu** : avoir une apparence négligée ou désordonnée. Exemple : Lorsque la famille est partie en vacances, l'herbe a poussé trop haut et la maison paraissait mal entretenue.



## Chapitre 6 : Réussir à Edmonton

**Rattrapage scolaire :** Enseignement secondaire pour adultes. Vous pourriez avoir besoin d'un rattrapage scolaire avant de pouvoir vous inscrire à des programmes postsecondaires.

**Application (App en anglais) :** « App » est un terme abrégé désignant une application exécutée sur votre téléphone ou votre ordinateur. Exemple : Avez-vous des applications, comme Instagram ou Google Maps?

**Programme de transition :** Programme de formation de courte durée visant à permettre aux professionnels(elles) formés(es) à l'étranger à réintégrer leur profession au Canada.

**Niveaux de compétence linguistique canadiens (NCLC) :** Un système normalisé utilisé à travers le Canada pour mesurer votre niveau d'anglais (expression orale, compréhension orale, lecture et expression écrite). Exemple : Vous devez avoir un NCLC pour vous inscrire à certains cours de langue en Alberta.

**Cours de Langue pour les Immigrants au Canada (CLIC) :** Un programme que le gouvernement offre aux résidents(es) permanents(es) pour leur permettre de suivre des cours de français gratuits.

**Références :** Votre formation, votre expérience et vos compétences qui font de vous un bon choix pour un emploi.

**Courriel :** Messages électroniques que vous envoyez ou recevez sur votre ordinateur ou votre téléphone cellulaire.

**Emploi :** Travailler et être rémunéré(e) pour son travail.

**Contrat de travail :** Un accord écrit signé par l'employeur et l'employé(e). Le contrat contient des informations telles que les heures de travail, les fonctions, le taux de rémunération, etc.

**Programme de préparation à l'emploi :** Un programme de formation qui vous enseigne comment trouver et conserver un emploi.

**Anglais langue seconde (ALS) :** Programme de langue anglaise qui vous prépare à des études postsecondaires en anglais. Vous pourrez obtenir des crédits ou être admis(e) à un programme postsecondaire après avoir suivi un programme d'anglais langue seconde. Le programme est payant. (Vous pouvez faire appel à l'aide financière du gouvernement si vous disposez d'un faible revenu).

**Entrepreneur(e) :** Personne qui crée une entreprise.

**Compétences essentielles :** Les compétences de base dont vous avez besoin pour travailler, apprendre et vivre.

**Forum :** Un lieu de rencontre et de discussion. Exemple : Les forums en ligne constituent un endroit idéal pour entrer en contact avec d'autres personnes.

**Francophone :** Une personne dont le français est la langue maternelle ou principale.

**Subvention :** L'argent que le gouvernement ou un autre organisme donne à des fins particulières.

**Marché du travail :** Le nombre d'emplois ou le type d'emplois que l'on peut trouver à un endroit donné. Exemple : Vous devriez faire des recherches sur le marché du travail à Edmonton. Cela vous aidera à décider du type de carrière que vous souhaitez entreprendre.

**Language Instruction for Newcomers to Canada (LINC) - CLIC :** Cours de langue pour les immigrants au Canada : Un programme permettant aux résidents(es) permanents(es) de suivre des cours d'anglais gratuits. Le gouvernement paie pour les cours LINC - CLIC.



## Chapitre 6 : Réussir à Edmonton

**Prêt :** Argent que vous empruntez. Vous devez le rembourser avec des intérêts.

**Mentorat :** Apprendre de quelqu'un qui a plus d'expérience ou bénéficier de ses conseils. Exemple : De nombreux programmes offrent un mentorat de la part de gens d'affaires canadiens.

**Salaire minimum :** Le salaire le plus bas que le gouvernement autorise un employeur à payer. Exemple : Si vous avez plus de 18 ans, le salaire minimum en Alberta est de 15 \$ l'heure.

**Réseautage :** Rencontrer des gens pour établir des liens.

**En ligne :** Connecté(e) à Internet. Exemple : Vous pouvez aller en ligne pour communiquer avec des gens et trouver des informations.

**Enseignement postsecondaire :** Enseignement et formation que vous suivez après avoir terminé vos études secondaires. Il peut s'agir de programmes menant à un certificat, à un diplôme ou à un diplôme dans des collèges et des universités.

**Qualifications :** Vos compétences, votre formation et votre expérience; tous les éléments qui font de vous un(e) bon(ne) candidat(e) pour un emploi.

**Reconnaissance des qualifications :** La reconnaissance que vos études et votre expérience vous rendent qualifié(e) ou apte à exercer votre profession au Canada.

**Bourse d'études :** Argent que l'on peut recevoir comme récompense. Les étudiants(es) reçoivent souvent des bourses d'études pour avoir obtenu de bonnes notes à l'école (académiques) ou pour d'autres réalisations, comme de bons résultats sportifs.

**Moteur de recherche :** Un programme informatique que vous utilisez pour rechercher des informations sur Internet. Exemple : De nombreuses personnes utilisent Google comme moteur de recherche lorsqu'elles ont besoin d'informations.

**Travail indépendant :** Gagner de l'argent grâce à un travail que vous faites pour vous-même. Vous ne travaillez pas pour un tiers ou pour une entreprise. Dans ce guide, le terme " travail indépendant " signifie que vous avez votre propre entreprise et qu'elle vous rapporte de l'argent.

**Compétence :** Quelque chose que vous savez bien faire.

**Programme de formation professionnelle :** formation axée sur des compétences; un programme éducatif qui vous prépare à travailler dans une branche ou une carrière spécifique.

**Travailleur(se) étranger(ère) temporaire :** Une personne qui travaille pour une durée limitée dans un pays dont elle n'est pas citoyenne.

**Webinaire :** Une présentation en ligne en direct où vous pouvez apprendre, poser des questions et formuler des commentaires.

**Culture du lieu de travail :** L'ensemble des attitudes, croyances et comportements qui créent un environnement de travail spécifique. La culture du lieu de travail correspond à la manière dont les gens agissent dans leur environnement de travail. Exemple : Chaque lieu de travail est différent. Il faut du temps pour apprendre une culture d'entreprise.

# Coordonnées utiles

Le gouvernement du Canada finance les fournisseurs de services d'immigration suivants; ces services sont sans frais :

Action for Healthy Communities	
Adresse :	#100, 10578-113 St., Edmonton, AB T5H 3H5
Téléphone :	(780) 944-4687
Site Web :	<a href="http://a4hc.ca">a4hc.ca</a>

ASSIST	
Adresse :	Siège social : 9649-105A Ave., Edmonton, AB T5H 0M3
Téléphone :	(780) 429-3111
Site Web :	<a href="http://assistcsc.org/en/">assistcsc.org/en/</a>

Bredin Centre for Career Advancement	
Adresse :	CN Tower, 5e et 10e étages 10004-104 Ave. NW, Edmonton, AB T5J 0K1
Téléphone :	(780) 425-3730
Site Web :	<a href="http://bredin.ca">bredin.ca</a>

Services sociaux catholiques : Services d'immigration et d'établissement	
Adresse :	8212-118 Ave. NW, Edmonton, AB T5B 0S3
Téléphone :	(780) 424-3545
Site Web :	<a href="http://newcomers.cssalberta.ca">newcomers.cssalberta.ca</a>

Association des services aux immigrants(es) d'Edmonton	
Adresse :	10720-113 St., Edmonton, AB T5H 3H8
Téléphone :	(780) 474-8445
Site Web :	<a href="http://www.eisa-edmonton.org">www.eisa-edmonton.org</a>

Centre mennonite d'Edmonton pour les nouveaux(elles) arrivants(es)	
Adresse :	10170-112 St., NW Edmonton, AB T5K 2L6
Téléphone :	(780) 424-7709
Site Web :	<a href="http://emcn.ab.ca">emcn.ab.ca</a>

**Francophonie Albertaine Plurielle**

Adresse :	#108-8627, rue Marie-Anne-Gaboury (91 St.) Edmonton, AB T6C3N1
Téléphone :	(780) 540-8682
Site Web :	<a href="http://frap.ca">frap.ca</a>

**Association islamique des services sociaux de la famille**

Adresse :	12811-58 St. NW, Edmonton, AB T5A 4X1
Téléphone :	(780) 430-9220
Site Web :	<a href="http://ifssa.ca">ifssa.ca</a>

**Société de ressources familiales multiculturelles**

Adresse :	9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7
Téléphone :	(780) 250-1771
Site Web :	<a href="http://mfrsedmonton.org">mfrsedmonton.org</a>

**Multicultural Health Brokers Co-op Ltd (MCHB)**

Adresse :	9538-107 Ave., Edmonton, AB T5H 0T7
Téléphone :	(780) 423-1973
Site Web :	<a href="http://mchb.org">mchb.org</a>

**Association somalienne canadienne des femmes et des enfants**

Adresse :	13415C Fort Road NW, Edmonton, AB T5A 1C6
Téléphone :	(780) 756-1175
Site Web :	<a href="http://www.somalicanadianwomen.ca">www.somalicanadianwomen.ca</a>

**Autres services d'immigration :****Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada**

Téléphone :	1-888-242-2100 (toll-free)
Site Web :	<a href="http://cic.gc.ca">cic.gc.ca</a>

**Bureau d'orientation relatif aux titres de compétences étrangers  
Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada**

Téléphone :	1-888-854-1805 (numéro sans frais)
Site Web :	<a href="http://cic.gc.ca">cic.gc.ca</a> Allez à l'onglet Immigration, cliquez sur Immigrer, cliquez sur « Se préparer à la vie au Canada », puis cliquez sur « Faire évaluer vos titres de compétences ».



## Autres services d'immigration :

Commission des droits de l'homme (Alberta)	
Téléphone :	310-0000 (numéro sans frais; entrez 780-427-7661 après le message)
Site Web :	<a href="http://www.albertahumanrights.ab.ca">www.albertahumanrights.ab.ca</a>

Carte de statut de résident(e) permanent(e)	
Téléphone :	1-888-242-2100 (numéro sans frais au Canada pour demander le statut de résident(e) permanent(e))
Site Web :	<a href="http://cic.gc.ca">cic.gc.ca</a> Cliquez sur l'onglet Immigration, sur « Nouveaux immigrants », puis sur « Obtenir une carte de résident permanent ».

Numéro d'assurance sociale	
Téléphone :	1-800-206-7218 (toll free; press 3)
Site Web :	<a href="http://servicecanada.gc.ca">servicecanada.gc.ca</a> Faites défiler la liste et cliquez sur Numéro d'assurance sociale.

Bureau de conseil et service d'assistance téléphonique pour les travailleurs(es) étrangers(ères) temporaires	
Téléphone :	1-877-944-9955 (numéro sans frais partout dans le monde) / (780) 644-9955
Site Web :	<a href="http://work.alberta.ca">work.alberta.ca</a> Sous l'onglet Immigration, cliquez sur « Travailleurs étrangers temporaires et employeurs ».

## Traducteurs(trices) et interprètes :

Alberta Transportation (for driver's license knowledge tests)	
Téléphone :	310-0000 (numéro sans frais; entrez 780-427-2731 après le message)
Site Web :	<a href="http://transportation.alberta.ca">transportation.alberta.ca</a> Cliquez sur « Driver Guides ». Vous pouvez également consulter le site <a href="http://www.alberta.ca/covid-19-translated-resources.aspx">www.alberta.ca/covid-19-translated-resources.aspx</a> pour obtenir la liste des agences de traduction agréées.

## Emergency Services:

Emergency Medical Services	
Téléphone :	911 si vous avez besoin de soins médicaux immédiats 811 HealthLink pour connaître l'emplacement du service d'urgence le plus proche de chez vous



## Services d'urgence :

Hébergement d'urgence	
Téléphone :	211
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/find-shelters.aspx">www.alberta.ca/find-shelters.aspx</a>

Violence familiale	
Téléphone :	911 en cas de danger immédiat 310-1818 (numéro sans frais, ligne d'information sur les violences familiales, disponible 24 heures sur 24)
Site Web :	<a href="http://www.alberta.ca/family-violence-prevention.aspx">www.alberta.ca/family-violence-prevention.aspx</a>

## Services d'aide et de soutien généraux :

Banque alimentaire	
Téléphone :	211
Site Web :	<a href="http://foodbanksalberta.ca">foodbanksalberta.ca</a>

Bibliothèque publique d'Edmonton	
Adresse :	7 Sir Winston Churchill Square NW, Edmonton, AB T5J 2V4
Téléphone :	(780) 496-7000
Site Web :	<a href="http://epl.ca">epl.ca</a>

Courrier/Services postaux/Postes Canada	
Téléphone :	Cherchez sous Postes Canada dans un annuaire en ligne
Site Web :	<a href="http://canadapost.ca">canadapost.ca</a>

Transport en commun/Edmonton Transit Service (ETS)	
Téléphone :	311
Site Web :	<a href="http://www.edmonton.ca">www.edmonton.ca</a> Cliquez sur « Transit (ETS) »

# Notes

# Notes

