

**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**

immigrantquebec.com

**GRATUIT**

Entrevue, CV  
recherche d'emploi,  
normes et culture  
au travail

**2019**

# Travailler au Québec





# Bien s'installer, ça commence par Desjardins.

1<sup>er</sup> groupe financier coopératif  
au Canada et fier partenaire de votre  
nouvelle vie ici.

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

## 5 conseils pour préparer votre nouvelle vie au Canada.

1. Ouvrez votre compte avant même votre arrivée au Canada pour faciliter les virements de fonds.
2. Contactez la RAMQ (Régie de l'assurance maladie du Québec) pour obtenir votre carte d'assurance maladie.
3. Informez-vous sur l'assurance visiteurs offerte par Desjardins, qui couvre les frais en cas d'accident ou de maladie en attendant que votre carte d'assurance maladie soit effective.
4. Demandez votre numéro d'assurance sociale (NAS) à l'un des bureaux de Service Canada dès votre arrivée.
5. Informez-vous sur notre offre de bienvenue avec transactions illimitées sans frais pour tous les modes d'accès.



Quelles sont les entreprises qui recrutent ? Quels sont les secteurs d'activités qui embauchent ? Comment me faire remarquer par un employeur ? Qui peut m'accompagner dans ma recherche d'emploi ? Et bien d'autres questions encore ! Le guide « Travailler au Québec » vous offre les bonnes informations et les bonnes ressources pour défricher le terrain de l'emploi au Québec avant même votre arrivée.

Parce que l'emploi est au cœur de la vie de tout nouvel arrivant, il est important de saisir les codes culturels du travail au Québec afin de mettre toutes les chances de votre côté. Et n'hésitez pas à explorer les possibilités hors de Montréal : les régions du Québec peuvent aussi vous offrir de très belles opportunités professionnelles. Rappelez-vous aussi que, même si la situation économique du Québec et du Canada est bonne, vous allez devoir vous retrousser les manches afin de faire vos preuves auprès des employeurs.

C'est en persévérant et en vous familiarisant progressivement avec le monde du travail québécois que vous vous bâtirez la vie professionnelle qui vous va !

## TRAVAILLER AU QUÉBEC

Édité par : Les Éditions Neopol Inc./Promotion 2B2C Tél : 514-279-3015  
460, rue Sainte-Catherine Ouest, suite 300, Montréal H3B 1A7 (Québec) Canada  
Pour Immigrant Québec, (organisme à but non lucratif)

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

Rédaction : Delphine Folliet, Basile Moratille

Mise à jour : Basile Moratille

Marketing : Eva Milko

Ventes et partenariats : Julie Bourgeois, Pamela Soto

Coordination : Virginie Deroubaix

Graphisme : Janou Fleury

Impression : Marquis

ISBN : 978-2-89771-196-2

Dépôt légal – Bibliothèque nationale du Québec, 2019

Bibliothèque nationale du Canada, 2019

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

ORGANISÉ PAR:  
**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**



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

**VIVRE, TRAVAILLER, ÉTUDIER**  
toutes les ressources utiles pour réussir votre installation

**LE RDV ANNUEL**  
Au Palais des congrès de Montréal

 Place d'Armes

**ENTRÉE GRATUITE**



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

---

<b>7</b>	<b>PANORAMA DE L'EMPLOI AU QUÉBEC</b>
7	Les secteurs porteurs d'activités
18	Économie des régions du Québec
19	Abitibi-Témiscamingue
20	Bas-Saint-Laurent
21	Capitale-Nationale
24	Centre du Québec
25	Chaudière-Appalaches
26	Côte-Nord
27	Estrie
28	Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine
30	Lanaudière
31	Laurentides
31	Laval
33	Mauricie
33	Montréal
36	Montréal
44	Nord-du-Québec
45	Outaouais
46	Saguenay – Lac-Saint-Jean
48	Professions et métiers réglementés
56	Permis de travail et programmes
74	ZOOM Services et séances d'informations du MIDI
76	ZOOM L'accès à un ordre professionnel pour une personne formée à l'étranger

---

**79** **COMPRENDRE L'UNIVERS DU TRAVAIL**

- 79 Normes au travail
- 85 Valeurs et vie quotidienne au travail
- 90 L'usage de la langue française au travail
- 94 Faire évaluer ses diplômes, reconnaître ses acquis et ses compétences
- 97 Se former à l'âge adulte
- 104 ZOOM Conseils pour bien démarrer son entreprise
- 106 ZOOM Le réseautage

---

**109** **CHERCHER UN EMPLOI**

- 109 Préparer activement sa recherche d'emploi
- 113 Prospecter le marché de l'emploi
- 119 Lever les principaux obstacles
- 123 Des services d'aide à la recherche d'emploi
- 128 Mesures d'aide à l'emploi pour les personnes immigrantes
- 132 CV et lettre de présentation
- 134 Entrevue d'embauche : concrétiser son expérience
- 138 ZOOM Ressources en ligne pour la recherche d'emploi
- 140 ZOOM Les 4 organismes montréalais de régionalisation de l'immigration



**IMMIGRANT**  
**» QUÉBEC**

**Besoin de toutes les infos pour réussir  
votre installation au Québec ?**

**immigrantquebec.com**



- ☒ **Salon de l'immigration**
- ☒ **Réseautages**
- ☒ **Webinaires**



- ☒ **Guides**
- ☒ **Actualités**
- ☒ **Conseils**
- ☒ **Témoignages**





# PANORAMA DE L'EMPLOI AU QUÉBEC

## LES SECTEURS PORTEURS D'ACTIVITÉS

---

### **Un vaste territoire et quelques grands centres urbains**

Le Québec est un vaste territoire de près de 8,5 millions km<sup>2</sup> regroupant une population de près de 8,5 millions de personnes. La densité de population est faible : 6,5 habitants/km<sup>2</sup> en 2017, mais avec de fortes disparités régionales. Par exemple, la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean compte 2,9 hab./km<sup>2</sup>, l'Outaouais, 12,9 hab./km<sup>2</sup>, la région de Québec, 39,8 hab./km<sup>2</sup>, Laval compte 1 777,1 hab./km<sup>2</sup> et l'île de Montréal atteint les 4 081,5 hab./km<sup>2</sup>. Le territoire a beau être immense, la population se concentre autour de quelques agglomérations urbaines : Montréal, Québec, Laval, Gatineau, Longueuil, Sherbrooke, Saguenay, Lévis, Trois-Rivières et Terrebonne. 97 % de la population québécoise est donc concentrée sur 20 % du territoire, principalement le long du fleuve Saint-Laurent entre Saguenay et Gatineau.

À elle seule, Montréal regroupe 2 033 189 habitants, soit plus du triple de la population de la ville de Québec, pourtant deuxième ville en terme de population avec 580 590 habitants.

### **Taux de chômage et perspectives d'emploi**

En janvier 2019, le taux de chômage au Québec s'élève à 5,4 %. La région métropolitaine de Montréal enregistrait à ce moment-là un

taux de chômage de 7,1 %, contre 4 % dans la région de Québec, 4,5 % dans celle de Sherbrooke et 5,3 % pour celle de Gatineau (partie québécoise). Ces chiffres confortent le fait que des opportunités d'emploi se trouvent à l'extérieur de Montréal.

L'adéquation entre les études, le niveau de formation et les besoins du marché du travail doivent sans cesse s'ajuster. Les emplois ne se trouvent pas qu'à Montréal : toutes les régions du Québec sont très dynamiques dans le développement économique. Elles ont souvent des politiques d'attraction, d'accueil et d'insertion sur le marché du travail pour aider les immigrants. C'est un aspect important à considérer dans votre projet d'immigration et dans votre évolution de carrière.

Selon les perspectives d'emplois à plus long terme, le taux de chômage au Québec devrait se situer à 5,6 % en 2024. Le taux d'inactivité professionnelle de la grande région de Montréal, actuellement supérieur à la moyenne québécoise, devrait reculer à 5,8 %. La population immigrante, qui connaît un taux de chômage supérieur à la moyenne québécoise, devrait en bénéficier. D'après Emploi-Québec,

## Le classement des meilleurs employeurs au Canada

Le concours Canada's Top 100 Employers, procède chaque année à l'élection des meilleurs employeurs au Canada selon différents critères (évolutions de carrière au sein de l'entreprise, infrastructures, conditions de travail, etc.) et dans différentes catégories (classements par ville et province canadiennes).

Pour le palmarès 2019, dans le classement des meilleurs employeurs à Montréal, on retrouve notamment ABB Inc. Air Canada, BDC, Bell Canada, Canadian National Railway Company / CN, CGI Group Inc., Cogeco Connexion Inc., L'Oréal Canada Inc., Nestlé Nespresso Canada, Zodiac Aerospace - sans oublier la quasi-totalité des grandes universités de la métropole.

En ce qui concerne le classement des meilleurs employeurs pour les nouveaux arrivants au Canada, on y trouve des entreprises dont certaines ont des bureaux au Québec : Bell Aliant, Banque Nationale du Canada, CIBC, Deloitte & Touche, Ernst & Young, etc.

[canadastop100.com](http://canadastop100.com)

il est prévu que les immigrants occuperont 17 % des nouveaux emplois ; les personnes actuellement au chômage, 7 % ; les jeunes nouvellement sur le marché du travail, 56 % ; les personnes de 65 ans ou plus, 7 % ; et enfin, la hausse du taux d'activités permettra de pourvoir 12 % des postes.

Les données sont issues des études de l'Institut de la Statistique du Québec et de celles d'Emploi-Québec.

## Le chômage et les immigrants

Une étude réalisée de 2008 à 2011 par Statistique Canada sur la situation des immigrants sur le marché du travail canadien montre que c'est au Québec que l'on enregistre le plus bas taux d'emploi du pays pour les nouveaux arrivants.

En 2011, le taux d'emploi des immigrants dans la Belle-Province s'élevait à 70,3 % alors qu'il était de 85,6 % en Alberta et 75,4 % en Ontario.

De plus, c'est également au Québec que les écarts de taux d'emploi entre la population immigrante et les natifs du Canada sont les plus importants. De 2008 à 2011, ces écarts sont d'ailleurs restés constants et demeurés plus importants que dans d'autres provinces, notamment dans le cas des immigrants très récents.

De même, leur taux de chômage, qui a atteint 11,9 % en 2011 — le plus élevé de toutes les provinces —, était le double de celui des Québécois nés au Canada (5,6 %).

Néanmoins, l'étude indique que le taux de chômage des immigrants au Québec diminue en fonction de leur durée de résidence. Le taux de chômage observé chez les immigrants très récents (durée de résidence inférieure ou égale à 5 ans) était de 20,7 % en 2009, de 13,2 % chez les immigrants récents (durée de résidence de plus de 5 ans mais de moins de 10 ans) et de 9 % chez les immigrants de longue date (durée de résidence de 10 ans et plus).

De plus, pour relativiser ces chiffres, il faut noter que le Québec est la province canadienne qui a la plus forte proportion d'immigrants très récents (depuis 5 ans ou moins) sur son territoire : en 2011, 28,1 % de la population immigrante de 25 à 54 ans au Québec étaient des immigrants très récents alors que ce taux était de 15 % en Ontario et 22 % en Alberta. Comme les immigrants très récents

sont confrontés à davantage de défis et difficultés sur le marché du travail, leur plus forte proportion dans une province influence sur les taux de chômage et d'emploi.

*Source : Série d'analyses de la population active immigrante, Statistique Canada (2012)*

Alors que le taux de chômage au Québec en 2010 des personnes d'origine européenne était de 7,8 %, celui des personnes originaires d'Asie s'élevait à 13,7 %, 15,6 % pour les immigrants d'Amérique latine et 20,8 % pour les personnes originaires d'Afrique.

*Source : ISQ (2011), La participation des immigrants au marché du travail au Québec en 2010*

## Le Québec, une province de PME

Le Québec compte beaucoup plus de PME que de grandes entreprises. La catégorie des PME (petites et moyennes entreprises) regroupe des entreprises de moins de 500 employés et ayant des revenus annuels inférieurs à 50 millions de dollars. Au Québec, il s'agit même d'une structure de petites entreprises car 97,8 % d'entre elles emploient moins de 50 personnes et celles de moins de 5 employés constituent 78,9 % du bassin de PME.

### Le code SCIAN (Système de classification des industries de l'Amérique du Nord)

Le Système de classification des industries de l'Amérique du Nord (SCIAN) est un système de classification des activités économiques qui a été conçu par les organismes statistiques du Canada, du Mexique et des États-Unis. Le SCIAN est un système global qui s'applique à toutes les activités économiques. Sa structure est hiérarchique. Au niveau le plus élevé, l'économie s'y trouve divisée en 20 secteurs. Faites une recherche pour connaître le code SCIAN du secteur d'activités qui vous intéresse. L'outil d'Emploi-Québec, IMT en ligne, vous permet de faire une recherche d'entreprises par code SCIAN. Vous pourrez ainsi obtenir la liste de l'ensemble des entreprises oeuvrant dans le secteur d'activité vous intéressant.

[statcan.gc.ca/concepts/industry-industrie-fra.htm](http://statcan.gc.ca/concepts/industry-industrie-fra.htm)

# Métro, au cœur des métropolitains

*L'essentiel de l'actualité*



**1 294 000**

lecteurs chaque semaine sur toutes nos plateformes.

**métro** 

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

Les PME créent de l'emploi. Elles représentent 54,5 % des emplois en entreprise. Il faut donc vous attendre à trouver du travail dans une PME et ne pas viser uniquement les grandes entreprises.

En 2014, le Québec comptait 557 900 travailleurs autonomes, soit 13,7 % de l'emploi total.

Source : Institut de la statistique du Québec

## Secteurs porteurs d'activités

C'est l'abondance de ses richesses naturelles qui fait la force de l'économie québécoise. Le Québec dispose de vastes forêts, de riches terres agricoles, d'industries extractives, mais surtout d'un énorme potentiel hydroélectrique. Aujourd'hui, l'essentiel de ses activités économiques repose sur les secteurs secondaire (25 % du produit intérieur brut) et tertiaire, c'est-à-dire les services (70 %), le secteur primaire (agriculture) ne représentant que 2 % de l'activité économique.

Les exportations du Québec à l'échelle mondiale ne cessent d'augmenter : elles représentaient 25,7 % du produit intérieur brut en 2013. Les exportations sont principalement dirigées vers les États-Unis (70,3 % en 2014), mais s'ouvrent également sur les marchés européens

### Le Nord pour tous

En 2011, le gouvernement du Québec a établi le développement du Nord du Québec, immense projet d'investissement évalué à plus de 80 milliards de dollars sur 25 ans. Le déploiement de ce projet de développement pour le territoire du Nord québécois prévoit la création de 20 000 emplois spécialisés. Le 1<sup>er</sup> avril 2015, la Société du Plan Nord a été créée.

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

Travailler dans les régions visées par le Nord pour tous vous tente ? Chacune des régions concernées offre un portail Internet d'informations sur l'économie de la région, le développement d'affaires, les opportunités d'investissement, le marché de l'emploi, la vie quotidienne, etc.

Saguenay-Lac-Saint-Jean : [saguenaylacsaintjean.ca](http://saguenaylacsaintjean.ca)

Côte-Nord : [trouvezvotreespace.com](http://trouvezvotreespace.com)

Nord-du-Québec : [baiejamesvivreaurement.com](http://baiejamesvivreaurement.com)



# EMBARQUE

ON A UNE CARRIÈRE POUR TOI!

L'industrie maritime québécoise t'intéresse?

Découvre toutes les occasions  
en mer et à terre

[www.embarque.ca](http://www.embarque.ca)

et asiatiques. En 2014, la répartition des cinq principaux produits d'exportation du Québec était la suivante : aéronefs (10,6 %), aluminium (7,5 %), minerais (3,5 %), pièces pour aéronefs et autres matériel aérospatial (2,4 %), transactions commerciales (2,3 %). Les transports maritime, ferroviaire, routier ou aérien pour la distribution des exportations se montrent performants.

## Exploitation des ressources naturelles

**Industrie forestière** : l'un des piliers de l'économie québécoise grâce à l'exploitation de la forêt et la fabrication de produits du bois et du papier.

**Hydroélectricité** : la principale ressource du Québec qui a permis le développement économique de la province et qui lui assure aujourd'hui son indépendance énergétique.

**Mines** : le Québec est parmi les premiers producteurs mondiaux de minéraux métalliques et exploite également des minéraux non métalliques comme la tourbe, le graphite, etc. et des matériaux de construction.

**Agriculture et élevage** : les principales régions agricoles se situent à proximité du Saint-Laurent et produisent des produits dérivés du lait permettent l'élevage du porc, des bovins, de la volaille, s'occupent de la culture des céréales et des cultures maraîchères et fruitières.

**Pêche** : elle se pratique essentiellement en Gaspésie, sur la Côte-Nord et aux Iles-de-la-Madeleine, mais contribue peu au produit intérieur brut.

## Créneaux, pôles d'excellence et grappes industrielles

Le Québec a développé un savoir-faire reconnu à l'échelle planétaire dans certains domaines grâce à un développement de technologies de pointe, des centres de recherche et une main-d'œuvre formée et qualifiée.

Chaque région a identifié des priorités de développement appelées créneaux d'excellence. Un créneau d'excellence se définit comme un ensemble d'entreprises d'une même région menant des activités économiques interreliées et il a pour objectif de permettre à celle-ci de se démarquer de façon compétitive et de rayonner sur les plans national et international.

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

La région métropolitaine de Montréal, s'appuie, quant à elle, sur des grappes industrielles, des organes d'information et de stimulation économique, autour d'objectifs communs et d'actions concertées. Montréal est une ville de calibre mondial dans de nombreux domaines particulièrement prisés par les entreprises comme le multimédia, l'industrie du jeu vidéo, les technologies de l'information et des communications (TIC), l'industrie agroalimentaire et bien d'autres encore.

Ces grappes, qui représentent plus de 20 % de l'emploi dans la région métropolitaine, sont les suivantes :

- Aérospatiale : [aeromontreal.ca](http://aeromontreal.ca)
- Aluminium : [aluquebec.com](http://aluquebec.com)
- Cinéma et télévision : [bctq.ca](http://bctq.ca)
- Logistique et transport : [cargo-montreal.ca](http://cargo-montreal.ca)
- Mode : [mmode.ca](http://mmode.ca)

### Un site de références sur les TI : [macarrieretechno.com](http://macarrieretechno.com)

TECHNOCompétences, en partenariat avec d'autres collaborateurs, a réalisé un site permettant de trouver toute l'information pertinente liée aux carrières en technologies de l'information et des communications (tests et conseils, index des professions, [macarrieretechno.com](http://macarrieretechno.com))



*dans  
la joie*



## **NOUS RECRUTONS!**

[groupeselection.com/emplois](http://groupeselection.com/emplois)

### **TRAVAILLER DANS LE PLAISIR!**

- UN ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL STIMULANT
- DES HORAIRES VARIÉS
- UNE ÉQUIPE PASSIONNÉE
- PLUS DE 40 ÉTABLISSEMENTS PARTOUT AU QUÉBEC

### **POSTES OFFERTS :**

- PRÉPOSÉ(E) AUX BÉNÉFICIAIRES
- SOINS INFIRMIERS
- PRÉPOSÉ(E) À LA SALLE À MANGER
- CHEF CUISINIER(ÈRE)
- PRÉPOSÉ(E) À L'ENTRETIEN LOURD
- PRÉPOSÉ(E) À L'ENTRETIEN LÉGER
- RÉCEPTION / ADMINISTRATION
- DIRECTEUR(TRICE) GÉNÉRAL(E)
- CONSEILLER(ÈRE) À LA LOCATION
- ANIMATEUR(TRICE)



 **Groupe  
Sélection**

- Sciences de la vie : [montreal-invivo.com](http://montreal-invivo.com)
- Services financiers : [finance-montreal.com](http://finance-montreal.com)
- TIC : [technomontreal.com](http://technomontreal.com)
- Technologies propres : [ecotechquebec.com](http://ecotechquebec.com)
- Transports électriques et intelligents : [propulsionquebec.com](http://propulsionquebec.com)
- Plus d'information à leur sujet ici : [grappesmontreal.ca](http://grappesmontreal.ca)

## Secteurs d'avenir

D'après les analyses d'Emploi-Québec, il y aura 721 700 postes à pourvoir d'ici 2019 dans plusieurs secteurs d'activité économique et dans toutes les régions du Québec, grâce à la croissance économique (168 400 postes dans 24 industries sur 33) et aux prochains départs massifs à la retraite (près de 533 300 postes à remplacer). Une étude sur le marché du travail au Québec à long terme prévoit une baisse du chômage sous le seuil de 7 % en 2019 et un recul jusqu'à 5,6 % en 2024. Ce serait le taux de chômage le plus bas observé depuis 1968. Le nombre d'emplois devrait ainsi augmenter de 240 400 d'ici à 2024.

Seuls les secteurs de l'agriculture et de la pêche, les industries des textiles et des produits textiles, des vêtements et des produits en cuir, du papier, de l'impression, des produits pétroliers et chimiques, des produits en bois, de la première transformation des métaux, des produits informatiques, électroniques et électriques, du meuble, des activités diverses de fabrication, soit les secteurs de production de biens, ainsi que celui des administrations publiques

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

Le site d'Emploi-Québec, Information sur le marché du travail (IMT) en ligne, offre une information sur le marché du travail, mise à jour annuellement pour l'ensemble du Québec et chacune de ses régions. Vous y trouverez les prévisions de croissance de l'emploi pour les secteurs d'activités économiques, les métiers et professions en demande, les perspectives d'emploi pour les professions avec la description des tâches et des compétences pour chacune d'elles, la scolarité requise, les échelles de salaires, un répertoire d'entreprises, etc.

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



**Vous avez  
plein d'énergie ?**

Joignez-vous à l'équipe  
du plus grand producteur  
d'énergie propre de  
l'Amérique du Nord.

[www.hydroquebec.com/emplois](http://www.hydroquebec.com/emplois)



devraient connaître une baisse. À l'inverse, c'est le secteur des services qui fournira le plus d'embauche, soit un taux estimé à 95 % des emplois créés d'ici 2021.

Parmi les secteurs de services, certains domaines seront particulièrement fertiles en création d'emplois (soins de santé et de l'assistance sociale, services professionnels, scientifiques et techniques, commerce de détail). L'outil IMT (Information sur le marché du travail) en ligne d'Emploi-Québec dresse la liste des secteurs d'activité économique selon l'importance de la croissance annuelle moyenne de l'emploi dans l'ensemble du Québec. Les 15 premiers secteurs, avec une croissance annuelle moyenne (2017-2021) comprise entre 1 et 3 % ou plus, sont :

1. Extraction minière
2. Aliments, boissons et tabac
3. Pétrole, charbon et produits chimiques
4. Produits en plastique et en caoutchouc
5. Produits minéraux non métalliques
6. Produits informatiques, électroniques et électriques
7. Produits aérospatiaux et leurs pièces

8. Autres matériels de transport
9. Activités diverses de fabrication
10. Architecture, génie et services connexes et services spécialisés de design
11. Conception de systèmes informatiques et services connexes
12. Services d'enseignement
13. Soins de santé
14. Assistance sociale
15. Industrie de l'information et industrie culturelle
16. Arts, spectacles et loisirs
17. Hébergement et restauration

Cette information est également disponible par région sur IMT en ligne :

→ [imt.emploi.quebec.gouv.qc.ca](http://imt.emploi.quebec.gouv.qc.ca)

## ÉCONOMIE DES RÉGIONS DU QUÉBEC

---

Le ministère des Finances distingue trois types de régions au Québec :

- les régions ressources : Bas-Saint-Laurent, Abitibi-Témiscamingue, Côte-Nord, Nord-du-Québec et Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine.
- les régions manufacturières : Saguenay-Lac-Saint-Jean, Mauricie, Estrie, Chaudière-Appalaches, Lanaudière, Laurentides, Montérégie et Centre-du-Québec.
- les régions urbaines : la Capitale-Nationale, Montréal, l'Outaouais et Laval. Elles rassemblent 42,9 % de la population et leur PIB s'élève à 50 % de l'économie du Québec.

Source : *Portrait socio-économique du Québec, édition 2015, MDEIE*

# ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

---

- **Population** : 147 909 hab.
- **Taux d'emploi** : 64,9 %
- **Taux de chômage** : 3,0 %

## Principaux secteurs d'activités

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

## Secteurs qui recrutent

Extraction minière ; Soins de santé et assistance sociale ; Hébergement et restauration ; Produits en bois et Commerce de détail et de gros ; Transport et entreposage.

## Services d'accompagnement vers l'emploi

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

→ [cjeae.qc.ca](http://cjeae.qc.ca)

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

→ [mrar.qc.ca](http://mrar.qc.ca)

### LIENS UTILES

→ [tourisme-abitibi-temiscamingue.org](http://tourisme-abitibi-temiscamingue.org)

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

## BAS-SAINT-LAURENT

---

- **Population** : 199 534 hab.
- **Taux d'emploi** : 55,4 %
- **Taux de chômage** : 5,3 %

### Principaux secteurs d'activités

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

### Secteurs qui recrutent

Construction ; Fabrication de produits métalliques ; Finance, assurances et immobilier ; Hébergement et restauration ; Santé et services sociaux ; Technologies de l'information et des communications ; Transport.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

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

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

**Service Accueil Kamouraska (S.A.K.)** : service œuvrant à l'intégration des personnes nouvellement arrivantes dans la MRC du Kamouraska par l'accueil, l'intégration sociale et professionnelle, l'organisation d'activités interculturelles favorisant une communauté inclusive.

→ [saek.ca](http://saek.ca)

#### LIENS UTILES

→ MRC Rivière-du-Loup : [riviereduloup.ca/citoyen\\_dici\\_et\\_dailleurs](http://riviereduloup.ca/citoyen_dici_et_dailleurs)

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

→ La Vitrine du Bas-Saint-Laurent : [bas-saint-laurent.org](http://bas-saint-laurent.org)

# CAPITALE-NATIONALE

---

- **Population** : 742 452 hab.
- **Taux d'emploi** : 62,9 %
- **Taux de chômage** : 4,0 %

## Principaux secteurs d'activités

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

## Secteurs qui recrutent

Aliments ; Boissons et tabac ; Produits métalliques ; Machines, Commerce de détail et de gros ; Finance ; Assurances ; Immobilier et location.

## Services d'accompagnement vers l'emploi

### QUÉBEC

**APE, services d'aide à l'emploi** : Depuis 1985, l'APE identifie et accompagne les projets professionnels en vue d'obtenir, maintenir ou créer un emploi.

→ [ape.qc.ca/fr/accueil.asp](http://ape.qc.ca/fr/accueil.asp)

**Centre R.I.R.E. 2000 (Limoilou)** : depuis 1996, propose un accompagnement des immigrants dans leur intégration socio-professionnelle.

→ [r2000.qc.ca](http://r2000.qc.ca)

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

→ [git.qc.ca](http://git.qc.ca)

**Option-Travail** : met à disposition des services personnalisés pour les 16-35 ans dont un programme d'accompagnement pour les nouveaux arrivants pour l'adaptation au système scolaire et à la réalité du monde du travail.

→ [optiontravail.com](http://optiontravail.com)

**Québec en tête** : Guichet unique d'informations et de référencement, créé en 2009 et piloté par Québec International, visant à soutenir les entreprises qui recrutent hors-Québec et les travailleurs étrangers souhaitant s'établir dans la région.

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

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

→ [soit.quebec](http://soit.quebec)

## CHARLEVOIX

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

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

## PORTNEUF

**Accès Travail Portneuf** : offre des services d'aide à l'insertion en emploi dans la MRC de Portneuf, dont un service personnalisé d'accueil et d'intégration destiné aux personnes immigrantes.

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

« Mon mari et moi avons décidé de prendre le temps de nous installer. Nous étions prêts à explorer de nouvelles voies professionnelles. Mon mari a suivi un atelier de recherche d'emploi tandis que je répondais à des offres d'emploi sur le site d'Emploi-Québec. Nous avons trouvé en un mois à Portneuf - et dans nos domaines ! »



**DAPHNÉ**

Belgique

STATUT

Résidente  
permanente

ARRIVÉ EN  
2015

INSTALLÉ À  
Portneuf



# EXCELDOR

FIER TRANSFORMATEUR DE VOLAILLE DEPUIS 1945

**NOTRE FIERTÉ SE PARTAGE,  
REJOINS L'ÉQUIPE!**

**Nous recrutons**

Emplois permanents et stables

Salaires concurrentiels

Primes soirs et fins de semaine

Possibilités d'avancement

---

Postule dès maintenant!

**[exceldor.com/carrieres](https://exceldor.com/carrieres)**

## LIENS UTILES

- [quebecregion.com](http://quebecregion.com)
- [ville.quebec.qc.ca/citoyens/immigrants/index.aspx](http://ville.quebec.qc.ca/citoyens/immigrants/index.aspx)
- [services-immigrant-quebec.com](http://services-immigrant-quebec.com)

## CENTRE DU QUÉBEC

---

- **Population** : 245 610 hab.
- **Taux d'emploi** : 59,6 %
- **Taux de chômage** : 5,6 %

### Principaux secteurs d'activités

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

### Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Commerce de gros et de détail ; Fabrication ; Finance et assurances ; Hébergement et restauration ; Santé et services sociaux ; Services professionnels, scientifiques et techniques.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Accès Travail (Victoriaville et Drummondville)** : Accès Travail met son expertise au service des personnes immigrantes en offrant des services spécialisés d'aide à la recherche d'emploi à Drummondville et Victoriaville. Il fait partie de Québec qualifié, un réseau d'organismes chevronnés offrant des services aux chercheurs d'emploi et aux entreprises.

- [accestravail.com](http://accestravail.com)
- [centre-du-quebecqualifie.com](http://centre-du-quebecqualifie.com)

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

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

**Regroupement interculturel de Drummondville** : Offre des services d'aide à l'emploi, de placement en entreprise, atelier de rédaction

de CV, élaboration de plan d'action, organisation d'activités de recrutement avec les entreprises, accompagnement pour les déplacements en entrevue, etc.

→ [riddrummondville.ca/emploi-recherche](http://riddrummondville.ca/emploi-recherche)

LIEN UTILE

→ [tourismecentreduquebec.com](http://tourismecentreduquebec.com)

## CHAUDIÈRE-APPALACHES

- **Population** : 426 791 hab.
- **Taux d'emploi** : 61,1 %
- **Taux de chômage** : 3,9 %

### Principaux secteurs d'activités

Agriculture et agroalimentaire ; Matériaux composites et en plastique, textiles techniques ; Industrie manufacturière : aliments, produits en bois, produits métalliques, meubles et produits connexes ; Valorisation du bois dans l'habitat ; Tourisme.

### Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Foresterie et exploitation forestière ; Finance, assurance et immobilier ; Caoutchouc et plastique ; Commerce de gros ; Fabrication de machines ; Fabrication de produits métalliques ; Hébergement et restauration ; Santé et services sociaux ; Transport et entreposage.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Carrefour jeunesse-emploi de Beauce-Sud** : est un service d'accueil et d'accompagnement des immigrants dans la recherche d'emploi et de logements ; le jumelage-parrainage ; le réseautage ; l'aide dans les démarches légales et administratives liées à l'installation.

→ [cjebeauce-sud.com](http://cjebeauce-sud.com)

**Carrefour jeunesse-emploi de Lotbinière** : a pour mandat d'offrir des services visant à favoriser l'intégration sociale et économique de nouvelles populations, en offrant un support à la recherche d'emploi et de logement, au réseautage, à la découverte du milieu.

→ [cjelotbiniere.qc.ca](http://cjelotbiniere.qc.ca)

**Alpha Bellechasse** : à travers son service Liaison Immigration Bellechasse, est l'organisme mandaté par le MIDI pour accompagner les nouveaux arrivants dans leur intégration sociale et professionnelle, en particulier via l'alphabétisation et la francisation des immigrants.

→ [alphabellechasse.org](http://alphabellechasse.org)

**Carrefour jeunesse-emploi de la MRC de L'Islet** : offre des services de soutien pour l'insertion en emploi des immigrants de la MRC.

→ [cjelislet.qc.ca](http://cjelislet.qc.ca)

**Carrefour jeunesse-emploi de la MRC de Montmagny** : offre un service personnalisé pour la recherche d'emploi.

→ [cjemontmagny.com](http://cjemontmagny.com)

#### LIEN UTILE

→ [chaudiereappalaches.com](http://chaudiereappalaches.com)

## CÔTE-NORD

---

- **Population** : 91 546 hab.
- **Taux d'emploi** : 60,6 %
- **Taux de chômage** : 4,1 %

### Principaux secteurs d'activités

Industrie manufacturière : mines de fer, forêt ; Transformation : aluminium, hydroélectricité ; Sciences et technologies marines.

### Secteurs qui recrutent

Extraction minière ; Transport et entreposage ; Soins de santé et assistance sociale ; Hébergement et services de restauration ; Commerce de détail ; Finance, assurances, immobilier et location.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Centre Emersion** : offre des services favorisant l'intégration sur le marché de l'emploi et soutient les personnes des communautés culturelles dans leur intégration sociale et professionnelle.

→ [emersion.qc.ca](http://emersion.qc.ca)

## LIENS UTILES

- Service d'accueil aux nouveaux arrivants (SANA) Ville de Baie-Comeau : [ville.baie-comeau.qc.ca](http://ville.baie-comeau.qc.ca)
- Service d'accueil aux nouveaux arrivants (SANA) Ville de Sept-Îles : [ville.sept-iles.qc.ca](http://ville.sept-iles.qc.ca)
- Tourisme Côte-Nord : [tourismecote-nord.com](http://tourismecote-nord.com)

## ESTRIE

---

- **Population** : 327 089 hab.
- **Taux d'emploi** : 58,7 %
- **Taux de chômage** : 4,5 %

### Principaux secteurs d'activités

Agriculture et production laitière ; Industrie manufacturière : mines (amiante et magnésium), textile ; Transformation du caoutchouc, bois et papier ; Microélectronique de pointe, outillage de précision, informatique ; Biomédical ; Bio-industries environnementales.

### Secteurs qui recrutent

Produits métalliques ; Commerce de gros et de détail ; Finances, assurances, immobilier et location ; Services professionnels, scientifiques et techniques ; Soins de santé et assistance sociale.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Pro-Gestion Estrie (PGE) (Sherbrooke)** : depuis 1983, fait la promotion de l'entrepreneuriat, appuie le démarrage et le développement d'entreprises, et soutient des habiletés en matière d'administration, de gestion et de technologies de l'information (soutien aux projets d'affaires des immigrants, informations sur les services dans la région, les ressources et organismes susceptibles d'aider les immigrants, formations pour comprendre le marché du travail et les valeurs de la société québécoise, etc.).

→ [progestion.qc.ca](http://progestion.qc.ca)

**Service d'aide aux Néo-Canadiens (SANC) (Sherbrooke)** : offre un accompagnement personnalisé pour une démarche d'installation et de recherche d'emploi afin de familiariser les chercheurs

d'emploi à la réalité du milieu du travail au Québec et de s'approprier des techniques efficaces pour y accéder.

→ [sanc-sherbrooke.ca](http://sanc-sherbrooke.ca)

#### LIENS UTILES

→ Destination Sherbrooke : [destinationsherbrooke.com](http://destinationsherbrooke.com)

→ Tourisme Cantons-de-l'Est : [cantonsdelest.com](http://cantonsdelest.com)

→ Je suis sherbrookoïse : [jesuissherbrookoise.ca](http://jesuissherbrookoise.ca)

## GASPÉSIE ET ÎLES-DE-LA-MADELEINE

- **Population** : 91 442 hab.
- **Taux d'emploi** : 43,4 %
- **Taux de chômage** : 12,1 %

### Principaux secteurs d'activités

Agriculture ; Pêche ; Exploitation forestière ; Éolien ; Transformation des produits marins ; Biotechnologies marines ; Tourisme santé-nature.

### Secteurs qui recrutent

Transport et entreposage ; Finance, assurances, immobilier et location ; Soins de santé et assistance sociale ; Construction ; Commerce de détail ; Services d'enseignement.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Carrefour jeunesse emploi (Avignon, Bonaventure)** : offre un appui dans toutes les démarches d'établissement : orientation vers les services et ressources du milieu, accompagnement dans la recherche d'emploi et l'intégration socioprofessionnelle, ainsi qu'une orientation vers les services de francisation et cours de français.

→ [cjevbo.org](http://cjevbo.org)

**Carrefour jeunesse-emploi – Option Emploi (Rocher-Percé)** : en partenariat avec Emploi-Québec, offre accès à des outils de recherche d'emploi (documentation, ordinateurs, télécopieurs, etc.), accompagnement dans la recherche d'emploi ou le retour aux études, aide à la rédaction des CV, à la préparation à des entrevues et à la réorientation professionnelle.

→ [cjeoptionemploi.com](http://cjeoptionemploi.com)

**Carrefour jeunesse-emploi de la Haute-Gaspésie** : offre de l'information et de l'accompagnement dans la recherche d'emploi (rédaction des CV, liste d'employeurs potentiels, simulations d'entrevues adaptées à l'emploi recherché).

→ [cjehautegaspesie.org](http://cjehautegaspesie.org)

**Carrefour jeunesse-emploi des Îles** : offre de l'accompagnement en vue de la recherche d'emploi ou d'un retour aux études, des activités de préparation au marché de travail, du counseling et du soutien pour intégrer le marché de travail.

→ [cjedesiles.qc.ca](http://cjedesiles.qc.ca)

**Coop. Accès travail GÎM** : partenaire du développement économique de la MRC La Côte-de-Gaspé, la Coop. Accès Travail GÎM a pour mission de mettre à la disposition des individus des services professionnels, tels l'évaluation et le développement des compétences génériques, l'évaluation des obstacles à l'emploi, l'information sur le marché travail, etc.

→ [catgim.ca](http://catgim.ca)

**Horizon Emploi** : offre des services d'emploi adapté selon les besoins de l'individu, tels l'élaboration d'outils de recherche d'emploi (CV, lettre de motivation, etc.), des techniques d'entrevue d'embauche, l'accompagnement en recherche d'emploi, babillard d'emplois, etc.

→ [horizonemploi.com](http://horizonemploi.com)

**Vivre en Gaspésie** : service d'accueil des nouveaux arrivants offrant un accompagnement personnalisé, au sein de chacune des 5 municipalités régionale de comté (MRC) de la Gaspésie. Parmi les nombreux services offerts, on relève un accompagnement aux nouveaux-arrivants dans leur recherche d'emploi.

→ [vivreengaspesie.com](http://vivreengaspesie.com)

#### LIENS UTILES

→ Tourisme Gaspésie : [tourisme-gaspesie.com](http://tourisme-gaspesie.com)

→ Tourisme Îles-de-la-Madeleine : [tourismeilesdelamadeleine.com](http://tourismeilesdelamadeleine.com)

→ Région Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine stratégie d'établissement durable des personnes : [gaspesieilesdelamadeleine.ca](http://gaspesieilesdelamadeleine.ca)

# LANAUDIÈRE

---

- **Population** : 507 154 hab.
- **Taux d'emploi** : 59,9 %
- **Taux de chômage** : 4,4 %

## Principaux secteurs d'activités

Agro-alimentaire ; Bioproduits végétaux ; Industrie manufacturière : papier, bois, métaux, caoutchouc, matière en plastique ; Production de composants métalliques et de meubles ; Construction résidentielle et commerciale.

## Secteurs qui recrutent

Services d'enseignement ; Services publics ; Caoutchouc et plastique ; Matériel de transport ; Soins de santé et assistance sociale ; Information, culture et loisirs.

## Services d'accompagnement vers l'emploi

**Carrefour jeunesse-emploi de Montcalm (Sainte-Julienne)** : est un service de placement (emploi et/ou stage), d'accompagnement et de suivi offert aux travailleurs immigrants de 18 à 35 ans ainsi qu'aux entreprises dans le cadre du projet Immigr'Action.

→ [cjemontcalm.qc.ca](http://cjemontcalm.qc.ca)

**Perspectives nouvelles (Joliette)** : propose des services aux chercheurs d'emploi de la région Lanaudière, plus spécifiquement aux personnes de 45 ans et plus, aux personnes immigrantes et aux minorités visibles.

→ [laclef-perspectives.com](http://laclef-perspectives.com)

### LIENS UTILES

→ Répertoire Lanaudière : [repertoirelanaudiere.qc.ca](http://repertoirelanaudiere.qc.ca)

→ Région au travail : [regionautravail.com](http://regionautravail.com)

→ Tourisme Lanaudière : [lanaudiere.ca](http://lanaudiere.ca)



## LAURENTIDES

---

- **Population** : 609 421 hab.
- **Taux d'emploi** : 65,0 %
- **Taux de chômage** : 5,6 %

### Principaux secteurs d'activités

Transformation du bois et de produits alimentaires ; Aéronautique (Bombardier, Bell Helicopter, Messier-Dowty, Mecachrome, Turboméca, Pratt & Whitney, entre autres) ; Technologie du transport terrestre ; Récréotourisme et villégiature.

### Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Services professionnels, scientifiques et techniques ; Soins de santé et assistance sociale ; Information, culture et loisirs ; Aliments, boissons et tabac ; Produits en bois ; Caoutchouc et plastique.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Centre d'intégration en emploi Laurentides (CIE) (Saint-Jérôme)** : depuis 1984, il accompagne les chercheurs d'emploi dans leurs démarches d'intégration socioprofessionnelle. Il a notamment développé une expertise spécifique auprès des nouveaux arrivants, auxquels il offre des services sur tout le territoire des Laurentides.

→ [cielaurentides.com](http://cielaurentides.com)

#### LIEN UTILE

→ Tourisme Laurentides : [laurentides.com](http://laurentides.com)

## LAVAL

---

- **Population** : 437 413 hab.
- **Taux d'emploi** : 64,0 %
- **Taux de chômage** : 4,9 %

### Développement économique de la ville de Laval

Fruit de la réunion des anciens Centre local de développement (CLD) et Laval Technopole, Développement économique de la

Ville de Laval inscrit son action au cœur du territoire et des acteurs locaux. Ce bureau municipal propose un service sur mesure aux entrepreneurs pour leur implantation et leur plan d'affaires. Le service de la mobilité internationale favorise l'emploi de travailleurs immigrants déjà présents à Laval ou encore à l'étranger pour répondre aux besoins spécifiques et exigeants des employeurs.

→ [lavaleconomique.com](http://lavaleconomique.com)

## Principaux secteurs d'activités

Industries manufacturières ; Production et transformation agroalimentaire ; Biotechnologie ; Sciences de l'information ; Laboratoires pharmaceutiques ; Services.

## Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Commerce de détail ; Produits métalliques ; Services professionnels, scientifiques et techniques ; Machines ; Soins de santé et assistance sociale ; Aliments, boissons et tabac ; Hébergement et service de restauration.

## Services d'accompagnement vers l'emploi

**Carrefour d'Intercultures de Laval (CIL)** : depuis 1990, accueille, oriente et accompagne les nouveaux arrivants et les personnes immigrantes dans leur processus d'intégration (programme d'alternance formation-emploi, soutien scolaire, francisation, etc.).

→ [carrefourintercultures.com](http://carrefourintercultures.com)

**Perspective Carrière** : depuis 1989, offre des services-conseils en transition de carrière et recherche d'emploi (compréhension du marché du travail, club de recherche, rencontres individuelles avec un conseiller, ateliers de groupe, etc.).

→ [perspectivecarriere.ca](http://perspectivecarriere.ca)

### LIENS UTILES

→ Tourisme Laval : [tourismelaval.com](http://tourismelaval.com)

→ Ville de Laval : [laval.ca](http://laval.ca)

## MAURICIE

---

- **Population** : 269 289 hab.
- **Taux d'emploi** : 54,6 %
- **Taux de chômage** : 4,1 %

### Principaux secteurs d'activités

Secteur manufacturier : industrie du bois, industrie des pâtes et papiers, métallurgie ; Meubles ; Énergie ; Hydrogène ; Transformation des métaux ; Tourisme.

### Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Commerce de détail ; Produits métalliques ; Services professionnels, scientifiques et techniques ; Machines ; Soins de santé et assistance sociale ; Aliments, boissons et tabac.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Stratégie Carrière (Trois-Rivières)** : depuis 1998, favorise l'intégration socioprofessionnelle des individus. Un service spécifique est offert aux immigrants : informations sur le marché du travail, aide à la recherche d'emploi et programme de familiarisation de la culture québécoise au travail.

→ [strategiecarriere.com](http://strategiecarriere.com)

#### LIEN UTILE

→ Tourisme Mauricie : [tourismemauricie.com](http://tourismemauricie.com)

## MONTÉRÉGIE

---

- **Population** : 1 550 534 hab.
- **Taux d'emploi** : 61,5 %
- **Taux de chômage** : 4,9 %

### Principaux secteurs d'activités

Agroalimentaire ; Bioalimentaire et biotechnologie ; Technologies de matériel de transport et logistique ; Transformation des métaux ; Tourisme, loisirs.

## Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Aliments, boissons et tabac ; Commerce de gros et de détail ; Transport en entreposage ; Finances, assurances, immobilier et location ; Services professionnels, scientifiques et techniques.

## Services d'accompagnement vers l'emploi

### AGGLOMÉRATION DE LONGUEUIL

**Alliance carrière travail (ACT)** : issue de la fusion du Carrefour jeunesse-emploi La Pinière, du Club de recherche d'emploi Châteauguay/Brossard et de Services et formation aux immigrants en Montérégie, l'ACT dédie une quarantaine de professionnels à l'accompagnement en employabilité.

→ [alliancect.ca](http://alliancect.ca)

**Maison internationale de la Rive Sud (Brossard)** : depuis 1975, favorise l'intégration des personnes immigrantes et réfugiées sur la Rive-Sud (accueil et aide à l'établissement, francisation, employabilité, assermentation, clinique d'impôts, etc.).

→ [mirs.qc.ca](http://mirs.qc.ca)

### MONTÉRÉGIE EST

**Espace Carrière** : l'organisme accompagne, de façon individuelle et en groupe, les nouveaux arrivants et les personnes immigrantes afin de favoriser leur adaptation au marché du travail maskoutain.

→ [espacecarriere.org](http://espacecarriere.org)

**Forum-2020 (Saint-Hyacinthe)** : le Forum-2020 vise à dynamiser le développement démographique dans la MRC des Maskoutains au moyen de l'immigration (recherche de logement, inscription scolaire, séances d'informations sur les services offerts par la région, etc.).

→ [forum-2020.ca](http://forum-2020.ca)

**Service L'ANCRE, Corporation Droit à l'emploi (Saint-Jean-sur-Richelieu)** : le service L'ANCRE vise à permettre aux nouveaux arrivants d'acquérir une meilleure connaissance du fonctionnement du marché du travail québécois, connaître les entreprises du milieu, identifier et valider une cible professionnelle réaliste et réalisable à court terme,

connaître et appliquer des stratégies de recherche d'emploi adaptées aux exigences des employeurs québécois et bénéficier d'un réseau de contacts.

→ [coffre.ca/saint-jean-sur-richelieu/lancre](http://coffre.ca/saint-jean-sur-richelieu/lancre)

**Service L'Envol Intégration Compétences** : L'Envol a pour mission la démystification du système québécois et de ses rouages auprès des personnes immigrantes, mais aussi la démystification de l'image de l'immigrant (diplômes, compétences et acquis) auprès des employeurs. Le projet vise aussi à concerter les différents intervenants du milieu afin d'assister les nouveaux arrivants dans leur insertion socioprofessionnelle et les encourager à se maintenir en région par une vie sociale agréable et des emplois stables répondant à leurs besoins.

→ [integrationcompetences.ca](http://integrationcompetences.ca)

**Solidarité ethnique régionale de la Yamaska (SERY) (Granby)** : offre un accueil et favorise l'intégration des familles et des personnes immigrantes dans les cinq premières années de leur arrivée au Québec (intégration scolaire, aide à l'emploi, francisation, etc.).

→ [sery-granby.org](http://sery-granby.org)

## VALLÉE DU HAUT-SAINT-LAURENT

**Centre de recherche d'emploi du Sud-Ouest (CRESO) (Salaberry-de-Valleyfield)** : aide les chercheurs de plus de 17 ans à se trouver rapidement un emploi correspondant à leurs aspirations (services aux immigrants pour la recherche d'emploi et aux entreprises pour la présélection de candidats immigrants, les informations sur les subventions spécifiques, etc.).

→ [creso-emploi.ca](http://creso-emploi.ca)

### LIEN UTILE

→ [tourisme-monteregie.qc.ca](http://tourisme-monteregie.qc.ca)

# MONTRÉAL

---

- **Population** : 2 033 189 hab.
- **Taux d'emploi** : 62,1 %
- **Taux de chômage** : 7,1 %

## Principaux secteurs d'activités

Finances et assurances ; Aérospatial ; Technologies de l'information ; Pharmaceutique ; Biotechnologies ; Santé ; Transports ; Multimédia et jeux vidéo ; Textile ; Tourisme, hébergement, loisirs.

## Secteurs qui recrutent

Matériel de transport ; Produits métalliques ; Commerce de gros ; Transport et entreposage ; Finance, assurances, immobilier et location ; Services professionnels, scientifiques et techniques ; Soins de santé et assistance sociale ; Information, culture et loisirs.

## Services d'accompagnement vers l'emploi

**Les Carrefours jeunesse-emploi (CJE) de l'île de Montréal** se montrent très dynamiques dans l'accueil et l'accompagnement de la clientèle immigrante. Si vous avez moins de 35 ans, n'hésitez pas à utiliser leurs services. Pour trouver un CJE près de chez vous, consultez le site du Réseau des carrefours jeunesse-emploi du Québec.

→ [rcjeq.org](http://rcjeq.org)

**Accueil aux immigrants de l'Est de Montréal** : depuis 1986, aide à l'insertion socio-économique des immigrants et des minorités visibles (counseling, ateliers d'information sur l'emploi, etc.).

→ [aiemont.com](http://aiemont.com)

**Alpa (Accueil Liaison pour Arrivants)** : Depuis 1984, ALPA offre une gamme très variée de services gratuits et adaptés aux besoins des immigrants pour les soutenir dans toutes les étapes de leur installation et intégration à la société et au marché du travail. En plus de l'accompagnement dans les premières démarches administratives et de recherche d'un logement, des séances d'informations sur de nombreux aspects de la vie au Québec et des cours de français, ALPA a un programme complet et flexible de préparation et d'intégration en emploi. Le programme d'ALPA inclut : accompagnement individuel et personnalisé avec un(e) conseiller(e) en emploi,

**Trouvez  
le bon emploi  
en 3 semaines**



**alpha**

D'ingénieure en pétrochimie au Venezuela à spécialiste contrôle qualité au Québec

Avec la participation financière de :



**Québec**



**alpaong.com**

2030, boulevard Pie-IX, bureau 309  
Montréal (Québec) H1V 2C8  
514 255-3900

nombreux ateliers thématiques et un groupe de recherche active et pratique d'emploi. De plus, ALPA et ses partenaires aident et accompagnent les immigrants dans toutes les régions du Québec.

→ [alpaong.com](http://alpaong.com)

**Alliance pour l'accueil et l'intégration des immigrant-es (ALAC)** : depuis 1983, vouée à l'éducation et à la promotion sociale, culturelle et économique, elle vise l'intégration des différentes collectivités ethnoculturelles de Montréal. Cette intégration est axée sur trois domaines essentiels : cours de langues, insertion à l'emploi et intervention sociale.

→ [alac.qc.ca](http://alac.qc.ca)

**Carrefour BLE (Bio Local Emploi)** : depuis 10 ans, a pour mission l'insertion en emploi de professionnels immigrants dans les secteurs de l'agroalimentaire et de l'environnement. Ses services s'articulent autour du programme Agrippez-vous !, qui propose une formation qualifiante de mise à jour des connaissances sur l'agroalimentaire au Québec, et du programme Cap sur les régions qui offre un accompagnement aux personnes souhaitant travailler hors de Montréal.

→ [carrefourble.qc.ca](http://carrefourble.qc.ca)

**Carrefour d'aide aux nouveaux arrivants (CANA)** : depuis 1979, offre des services d'accueil et d'orientation pour les nouveaux immigrants (séances d'informations sur la vie quotidienne, démarches vers l'emploi, cours de français et d'anglais, activités socio-culturelles, etc.).

→ [cana-montreal.com](http://cana-montreal.com)

**CARI St-Laurent** : offre une grande gamme d'activités pour aider les immigrants à créer de nouveaux réseaux et à participer pleinement à une société québécoise pluraliste (services « Famille et rapprochement interculturel », « Francisation », « Emploi » et « Éducation populaire »).

→ [cari.qc.ca](http://cari.qc.ca)

**Centre d'action socio-communautaire de Montréal** : services aux personnes socio-économiquement défavorisées provenant des communautés ethnoculturelles (accompagnement en vue de la recherche d'un emploi ou d'un retour aux études, activités de préparation au marché du travail, aide à la réorientation professionnelle).

→ [cascmontreal.ca](http://cascmontreal.ca)

**Centre d'appui aux communautés immigrantes (CACI) de Bordeaux-Cartierville** : depuis 1993, accueil et intégration (accompagnement en adaptation au marché du travail, cours de langue, vie associative, halte-garderie, etc.).

→ [caci-bc.org](http://caci-bc.org)

## Montréal International : un allié dans l'attraction des travailleurs qualifiés

Créé en 1996, Montréal International (MI) est issu d'un partenariat privé-public. Sa mission est d'agir comme moteur économique du Grand Montréal pour attirer de la richesse en provenance de l'étranger, tout en accélérant la réussite de ses partenaires et de ses clients. MI a comme mandats d'attirer dans la région métropolitaine des investissements étrangers, des organisations internationales et des talents stratégiques, ainsi que de promouvoir l'environnement concurrentiel du Grand Montréal. Son site Internet met à disposition une foule de renseignements sur les avantages de vivre et travailler dans le Grand Montréal.

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





**CARI St-Laurent**

Centre d'Accueil et de Référence  
sociale et économique pour immigrants

**514 748-2007**

**Vous êtes chercheur d'emploi ?**

**On est disponibles pour vous !**

- Réseautage entre employeurs et chercheurs d'emploi.
- Ateliers de recherche d'emploi.
- Séances de perfectionnement.
- Suivi individuel et collectif.

Une équipe de conseillers en  
emploi multilingues, possédant  
une expertise reconnue, est à  
votre service.

774, boul. Décarie, bureau 300  
Saint-Laurent (Québec) H4L 3L5  
Tél : 514 748-2007

[www.cari.qc.ca](http://www.cari.qc.ca)



**Centre des femmes de Montréal** : offre un service d'employabilité pour les femmes nouvelles arrivantes sans emploi (aide à la recherche, coaching individuel ou de groupe, simulation d'entrevues d'embauche, etc.).

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

**Centre de recherche d'emploi Côte-des-Neiges** : met à disposition des participants toutes les ressources nécessaires à la recherche et l'obtention d'un emploi correspondant à leurs qualifications et à leurs aspirations (club de recherche d'emploi, counselling d'emploi pour les nouveaux arrivants, aide à la préparation du CV, etc.).

→ [crecdn.com](http://crecdn.com)

**Centre d'intégration multi-services de l'Ouest de l'Île (CIMOI)** : depuis 1993, travaille dans le domaine de l'intégration et de l'aide aux nouveaux arrivants (renseignements sur le marché de l'emploi, méthodologie de recherche, etc.).

→ [cimo.com](http://cimo.com)

**Centre Génération Emploi** : a pour mission première la préparation et l'intégration en emploi des personnes immigrantes, des membres des communautés ethnoculturelles et des minorités visibles, ainsi

que des jeunes et des femmes du Grand Montréal (informations sur le marché du travail, méthodologie de recherche, mentorat et parrainage, etc.).

→ [generationemploi.org](http://generationemploi.org)

**Centre social d'aide aux immigrants (CSAI) :** accompagne les nouveaux arrivants dans leurs démarches d'intégration et favorise le rapprochement interculturel (counselling individuel, atelier de formation à la recherche d'emploi, cours d'informatique, etc.).

→ [centrecsai.org](http://centrecsai.org)

**Clef pour l'intégration au travail des immigrants (CITIM) :** offre un service d'aide à l'insertion sur le marché du travail pour les nouveaux arrivants permanents ou temporaires, notamment par des ateliers intensifs de recherche d'emploi en groupe (CV, entrevue d'embauche, techniques de recherche, etc.). Il propose un accompagnement spécifique aux personnes ayant obtenu un diplôme d'ingénieur dans leur pays d'origine souhaitant exercer la profession d'ingénieur au Québec.

→ [citim.org](http://citim.org)

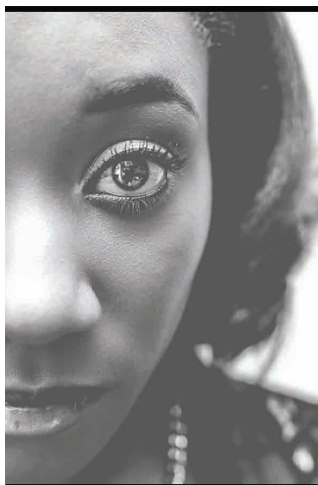
**Carrefour de liaison et d'aide multi-ethnique (CLAM) :** offre aux immigrants des services afin de contribuer à leur intégration et à leur adaptation à la société québécoise, avec notamment un service individuel avec un conseiller en emploi, des ateliers de méthode dynamique de recherche d'emploi, des séances d'information sur le marché travail.

→ [leclam.ca](http://leclam.ca)

## Montréal, nouveau départ : un outil personnalisé pour bien s'installer

La Ville de Montréal propose une nouvelle plate-forme d'information aux nouveaux arrivants qui désirent démarrer leur projet de vie dans la métropole québécoise. Quel que soit son statut d'immigration, que l'on soit seul ou en famille, il est possible de préciser ses critères de recherches pour obtenir des réponses qualifiées et fiables aux questions légitimes que l'on peut se poser à son arrivée : logement, aide à trouver un emploi, santé ou encore scolarisation des enfants. Des informations pratiques pour s'installer en toute sérénité.

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



## Réussir au Québec?

Nous proposons un service spécialisé et professionnel pour vous aider à atteindre vos objectifs de recherche d'emploi.

**Possibilité de stage et  
de mentorat**



Pour en savoir plus: 514 842-6652

Avec la participation financière de :

Québec 

**Le Collectif** : depuis 1983, favorise l'intégration des personnes immigrantes à la société québécoise et offre un service d'aide à l'emploi adapté à leurs besoins : techniques de recherche, préparation aux entrevues, diagnostic professionnel, atelier de connaissance de la société québécoise, etc. Le Collectif, de par son engagement historique, est également un porte-parole des femmes immigrantes. Il a aussi pour objectifs de favoriser la régionalisation de l'immigration.

→ [cfiq.ca](http://cfiq.ca)

**Emplois en régions** : créé à l'initiative d'ALPA, Promis et Collectif et soutenu par le gouvernement du Québec, Emplois en régions aide les nouveaux arrivants à s'installer et intégrer le marché du travail dans les régions qui ont besoin de main-d'oeuvre.

→ [emploisenregions.ca](http://emploisenregions.ca)

**FRJ** : depuis 1979, axe son intervention sur l'insertion des jeunes adultes au marché du travail. Aujourd'hui, la FRJ poursuit sa mission : développer l'employabilité des jeunes adultes et les aider à s'intégrer de façon durable au marché du travail. Elle propose différentes activités gratuites aux jeunes de 18 à 35 ans : des ateliers participatifs sur des outils liés à la recherche d'emploi (LinkedIn,

le réseautage, la prospection téléphonique, le CV, l'entrevue , etc.) ; des programmes de recherche d'emploi motivants ; des conférences inspirantes dispensées par des professionnels bénévoles investis dans la relève.

→ [frj.qc.ca](http://frj.qc.ca)

**Impulsion-Travail** : depuis 1984, œuvre au développement de l'employabilité des adultes (informations sur le marché du travail, techniques de recherche d'emploi, ateliers informatiques, etc.).

→ [impulsion-travail.com](http://impulsion-travail.com)

**L'Hirondelle, services d'accueil et d'intégration des immigrants** : depuis 1979, offre des services personnalisés d'accueil et d'intégration pour les nouveaux arrivants au Québec et démontre à la société d'accueil tous les avantages liés à la diversité des cultures et des expériences.

→ [hirondelle.qc.ca](http://hirondelle.qc.ca)

**La Maisonnée (Service d'aide et de liaison pour immigrants)** : depuis 1979, offre des services collectifs et individuels reliés à l'accueil et à l'établissement des nouveaux résidents, à leur employabilité et leur insertion en emploi, pour favoriser l'exercice de la citoyenneté, de la participation civique et le développement des réseaux sociaux.

→ [lamaisonneeinc.org](http://lamaisonneeinc.org)

**Objectif Emploi** : depuis 1993, offre des services d'intégration dans la société québécoise. Le programme d'intégration en emploi propose des informations sur le marché du travail, les méthodes de recherche d'emploi, la mise en place d'un plan d'action, etc.

→ [objectifemploi.ca](http://objectifemploi.ca)

**Programme d'information sur le travail et la recherche d'emploi à Montréal (PITREM)** : organisme communautaire d'aide à l'insertion sociale, professionnelle et économique des jeunes de 35 et moins, en particulier grâce à des partenariats et parrainages avec des entreprises.

→ [pitrem.org](http://pitrem.org)

**Promotion Intégration Société Nouvelle (PROMIS)** : depuis 1988, favorise l'intégration des personnes immigrantes et réfugiées et aide à défendre leurs droits. Les services sont offerts dans de nombreuses langues autour de l'intégration, l'éducation, l'emploi,

**FEMMES** en recherche d'**EMPLOI**,  
obtenez le **SOUTIEN** et l'**EXPERTISE**  
dont vous avez besoin.




• **Gratuit**

Conseil en emploi et orientation • Bilan des compétences  
Visites d'entreprises • Stage professionnel • Cours de langues

514 866-9941 # 416 | [ydesfemmesmtl.org/emploi/](http://ydesfemmesmtl.org/emploi/)

la régionalisation et l'hébergement. Il propose un accueil aux nouveaux arrivants pour les accompagner dans leurs démarches d'installation (orientation vers les bonnes ressources, ateliers collectifs sur la société d'accueil, activités culturelles, etc.) et les informer sur le marché du travail (counseling individuel et des ateliers de présentation d'outils pour la recherche d'emploi). Le service à la francisation avec ses cours à temps complet ou à temps partiel reçoit près de 700 élèves par an.

→ [promis.qc.ca](http://promis.qc.ca)

**Service d'intégration au marché du travail par objectifs (SIMO) :** organisme sans but lucratif ayant pour mission de développer l'employabilité et favoriser l'intégration au marché du travail d'une clientèle répondant à des critères spécifiques. Partenaire d'Emploi-Québec depuis 1998, SIMO offre des services individualisés et personnalisés.

→ [simo-emplois.com](http://simo-emplois.com)

**Travail sans frontière :** depuis 1989, œuvre à l'insertion professionnelle et sociale, autant des Québécois de souche que ceux d'origine étrangère. Le club de recherche d'emploi permet une mise en pratique de la recherche : mise à jour ou réalisation du CV, appels téléphoniques aux employeurs, simulations d'entrevues, utilisation du réseautage, etc. Le programme Mutation vers l'emploi s'adresse aux hommes de 36 à 60 ans dans une situation professionnelle ou personnelle qui rend difficile l'intégration au travail (orientation professionnelle, ateliers préparatoires à la recherche d'emploi en groupe, stage en entreprise, préparation aux retours aux études, etc.).

→ [tsf.qc.ca](http://tsf.qc.ca)

**Y des femmes de Montréal** : depuis 1875, travaille à prévenir les violences, à développer des compétences et à favoriser l'épanouissement des femmes, des filles et de leurs familles. Le Y des femmes de Montréal offre un vaste éventail de programmes et services : bénévolat, orientation et aide à la recherche d'emploi, entreprise d'insertion professionnelle, clinique d'information juridique, etc.

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

#### LIENS UTILES

→ Tourisme Montréal : [mtl.org](http://mtl.org)

→ Ville de Montréal : [ville.montreal.qc.ca](http://ville.montreal.qc.ca)

## NORD-DU-QUÉBEC

---

- **Population** : 45 367 hab.
- **Taux d'emploi** : 60,6 %
- **Taux de chômage** : 4,1 %

### Principaux secteurs d'activités

Exploitation de la forêt et des mines ; Hydroélectricité ; Récréo-tourisme.

### Secteurs qui recrutent

Extraction minière ; Transport et entreposage ; Soins de santé et assistance sociale ; Hébergement et service de restauration ; Commerce de détail ; Finance, assurances, immobilier et location.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Carrefour jeunesse-emploi de la Jamésie (CJJEJ)** : accompagne les personnes souhaitant s'établir en Jamésie (contact avec des employeurs, conseils pour se loger et pour la vie quotidienne).

→ [cjejamesie.ca](http://cjejamesie.ca)

**La Ruée vers le nord (Jamésie)** : offre des services de recrutement de la main d'œuvre, du soutien dans les démarches d'emploi, de l'aide au logement et le placement de conjoints, ainsi que des services favorisant l'intégration des nouveaux arrivants en les dirigeant vers les bonnes ressources.

→ [larueeverslenord.com](http://larueeverslenord.com)

## LIENS UTILES

- Tourisme Baie-James : [tourismebaiejames.com](http://tourismebaiejames.com)
- Tourisme Eeyou Istchee : [creetourism.ca](http://creetourism.ca)
- Tourisme Nunavik : [nunavik-tourism.com](http://nunavik-tourism.com)
- Baie-James Vivre autrement : [baiejamesvivreaurement.com](http://baiejamesvivreaurement.com)

## OUTAOUAIS

- **Population** : 392 785 hab.
- **Taux d'emploi** : 62,8 %
- **Taux de chômage** : 5,3 %

### Secteurs principaux d'activités

Agriculture ; Production et transformation du bois ; Récrétourisme  
Hautes technologies d'information et de télécommunication ;  
Industrie de la langue (expertise linguistique, traduction humaine  
ou automatique, etc.).

### Secteurs qui recrutent

Commerce de détail ; Finance, assurances, immobilier et location ;  
Soin de santé et assistance sociale ; Information, culture et loisirs ;  
Commerce de gros ; Transport et entreposage ; Services profes-  
sionnels, scientifiques et techniques.

### Services d'accompagnement vers l'emploi

**Accueil-parrainage outaouais (APO) (Gatineau)** : accueille les immi-  
grants nouvellement arrivés dans l'Outaouais et leur offre un  
soutien à l'intégration (aide à la recherche d'un logement, inter-  
prétariat, aide pour la vie quotidienne, inscriptions scolaires,  
orientation en emploi, jumelage, etc.).

→ [apo-qc.org](http://apo-qc.org)

**Carrefour jeunesse-emploi de l'Outaouais (CJEO)** : premier CJE créé au  
Québec, offre des services d'aide à la recherche d'emploi, en orien-  
tation scolaire et professionnelle, en entrepreneuriat, en éducation  
financière, ainsi que des services spécialisés aux immigrants et  
aux nouveaux arrivants (mentorat et séances Objectif intégration,  
notamment).

→ [cjeo.qc.ca](http://cjeo.qc.ca)

**Carrefour jeunesse-emploi Papineau (CJEP) (Gatineau)** : développe le projet Multipli-Cité, sur l'employabilité, l'exode des jeunes, l'accueil, l'intégration et la rétention des nouveaux résidents.

→ [cjepapineau.qc.ca](http://cjepapineau.qc.ca)

**Relance Outaouais** : depuis 1982, offre des services d'aide à l'insertion en emploi par l'intermédiaire de plusieurs programmes dont le Club de recherche d'emploi, la Stratégie, le Service spécialisé de main-d'œuvre, les Démarcheurs d'emploi, etc.

→ [larelance.ca](http://larelance.ca)

**Service Intégration Travail Outaouais (SITO) (Gatineau)** : offre plusieurs programmes et services de référence pour répondre aux besoins des chercheurs d'emploi immigrants (aide individuelle, stages en entreprise, aide au placement de la main-d'œuvre de Montréal vers l'Outaouais, etc.). Il compte de nombreux partenaires et travaille en étroite collaboration avec les employeurs.

→ [sito.qc.ca](http://sito.qc.ca)

#### LIEN UTILE

→ Tourisme Outaouais : [tourismeoutaouais.com](http://tourismeoutaouais.com)

## SAGUENAY – LAC-SAINT-JEAN

---

- **Population** : 276 509 hab.
- **Taux d'emploi** : 51,8 %
- **Taux de chômage** : 6,5 %

### Principaux secteurs d'activités

Agroalimentaire : lait, céréales, viandes, bleuets sauvages, pomme de terre de semence ; Production : aluminium et bois ; Hydroélectricité ; Commerce de détail, services de santé ; Récrétourisme.

### Secteurs qui recrutent

Extraction minière ; Foresterie et exploitation forestière ; Produits en bois ; Machines ; Transport et entreposage ; Services professionnels, scientifiques et techniques ; Soins de santé et assistance sociale.



## Services d'accompagnement vers l'emploi

**Portes ouvertes sur le lac (Saint-Félicien, Alma, Dolbeau-Mistassini) :** accompagne les personnes immigrantes dans toutes leurs démarches d'installation (accompagnement dans les démarches administratives, recherche de logement, aide à l'insertion sur le marché du travail, etc.), propose des activités socioculturelles, offre un jumelage entre nouveaux arrivants et habitants du Lac-Saint-Jean.

→ [portesouvertessurlac.org](http://portesouvertessurlac.org)

**Carrefour jeunesse-emploi des Bleuets (Roberval) :** accompagne

les personnes de 15 ans et plus dans leur recherche d'emploi, qu'il s'agisse de faire son CV, se préparer à une entrevue d'embauche, accéder à des offres d'emploi ou encore bénéficier de l'aide d'un conseiller en emploi.

→ [cjedesbleuets.ca](http://cjedesbleuets.ca)

**Groupe Inclusia (Saguenay) :** offre aux nouveaux arrivants un accompagnement personnalisé pour faciliter leur établissement et leur intégration socioprofessionnelle au Saguenay à chaque étape de leur établissement (inscription à des services essentiels, recherche d'hébergement, information sur la société d'accueil, etc.). Propose aussi des services en employabilité : préparation à l'emploi, recherche d'emploi, intégration et maintien sur le marché du travail ainsi que cheminement et transition de carrière.

→ [groupeinclusia.com](http://groupeinclusia.com)

### LIENS UTILES

→ Tourisme Saguenay – Lac-Saint-Jean : [saguenaylacsaintjean.ca](http://saguenaylacsaintjean.ca)

→ Industrie Saguenay : [promotion.saguenay.ca/fr/choisir-saguenay/qualite-de-vie](http://promotion.saguenay.ca/fr/choisir-saguenay/qualite-de-vie)

UN EMPLOI STIMULANT  
OU UN MILIEU DE VIE  
SAIN ET SÉCURITAIRE?

POSSIBLE D'AVOIR LES DEUX!

CHOISIS LE  
LAC-SAINT-JEAN!

[portesouvertessurlac.org](http://portesouvertessurlac.org)

PORTES OUVERTES  
SUR LE LAC  
Service d'accueil pour immigrants

## PROFESSIONS ET MÉTIERS RÉGLEMENTÉS

---

Au Québec, l'exercice de plusieurs professions et métiers est régi par un ordre professionnel ou un autre organisme de réglementation. Ces professions ou métiers vous seront accessibles à condition d'obtenir une autorisation d'exercice de l'organisme de réglementation concerné. Ces organismes, dont le mandat est d'assurer la protection du public, fixent les conditions d'accès et les normes d'exercice, évaluent les diplômes et les compétences et délivrent les certificats de compétence ou les permis d'exercice aux candidats qualifiés. Il existe 46 ordres professionnels au Québec. Pour tout renseignement sur ces professions, vous pouvez consulter l'Office des professions du Québec (OPQ) :

→ [opq.gouv.qc.ca](http://opq.gouv.qc.ca)

Les conditions pour intégrer un ordre professionnel ou un autre exercice de réglementation varient selon les organismes. Dans tous les cas, vous devrez satisfaire à des exigences de scolarité. D'autres conditions, telles que la réussite d'un stage, d'un examen ou d'une formation d'appoint, pourraient être requises. En vertu de la Charte de la langue française, les candidats à l'exercice d'une profession régie par un ordre professionnel doivent aussi posséder une connaissance de la langue française par l'exercice de cette profession.

Les procédures d'admission à un organisme de réglementation sont parfois longues et complexes. En plus des délais de traitement de la demande d'admission, il faut tenir compte, le cas échéant, de la disponibilité et de la durée des cours et des stages dont la réussite pourrait être exigée, ainsi que de la fréquence des examens. Toutes les demandes ne donnent pas lieu à la délivrance d'un permis ou d'un certificat.

Pour autant, être membre de votre ordre professionnel ou autorisé à exercer votre métier par l'organisme de réglementation compétent ne garantit pas que vous trouverez un travail. Vous devrez chercher un emploi par vos propres moyens. Assurez-vous d'avoir bien pris tous ces paramètres en compte et d'être en mesure de subvenir à vos besoins financiers dès votre arrivée jusqu'à l'obtention d'un emploi dans votre domaine.

Un certain nombre d'ordres professionnels sont conscients des difficultés rencontrées par les personnes formées à l'étranger pour exercer et montrent des ouvertures pour accélérer le processus d'intégration à l'ordre. Dans le cadre des démarches auprès de l'ordre professionnel et dans le cas où le profil de compétence d'un candidat ne correspond pas totalement aux exigences de délivrance d'un permis régulier ou spécial, la personne pourra bénéficier d'un permis restrictif temporaire qui lui donnera la possibilité d'exercer sous certaines conditions.

Vous avez tout intérêt à contacter l'organisme de réglementation compétent avant votre départ. Vous connaîtrez ainsi les règles d'accès à votre profession ou métier et pourrez entreprendre certaines démarches depuis votre pays d'origine afin d'obtenir votre autorisation d'exercice le plus rapidement possible. Également recommandé de consulter les sites internet des organismes de réglementation compétents ainsi que les sites institutionnels :

- Emploi-Québec : [quebec.ca/emploi/metiers-et-professions/savoir-si-un-metier-est-reglemente](http://quebec.ca/emploi/metiers-et-professions/savoir-si-un-metier-est-reglemente)
- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/index.html)

### Projet IPOP : l'intégration en emploi de personnes formées à l'étranger référées par un ordre professionnel

Le projet IPOP, offert par Emploi-Québec en collaboration avec le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'inclusion (MIDI) et certains ordres professionnels, s'adresse aux personnes formées à l'étranger qui souhaitent exercer au Québec une profession régie. Il vise à faciliter l'obtention d'un premier emploi dans leur profession et à soutenir financièrement les employeurs qui embauchent et intègrent en emploi une personne formée à l'étranger titulaire d'une autorisation légale d'exercer des ordres professionnels participant à ce projet.

Pour participer au projet IPOP, les personnes éprouvant des difficultés à obtenir un premier emploi dans leur profession doivent d'abord s'adresser à leur ordre professionnel pour savoir si elles y sont admissibles.

[midi.gouv.qc.ca/fr/dossiers/professions-metiers.html](http://midi.gouv.qc.ca/fr/dossiers/professions-metiers.html)

En outre, il existe un nouveau portail d'information et d'aiguillage en matière de reconnaissance des compétences, qui constitue certainement le meilleur outil de référence en la matière. En fonction de votre expérience, de vos études ou du métier que vous souhaitez exercer, Qualifications Québec vous oriente vers les ressources qui vous sont les mieux adaptées, afin de vous permettre de faire reconnaître tout ou partie de vos acquis.

→ [qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences](http://qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences)

Les ordres professionnels et les organismes de réglementation sont les seules structures habilitées à vous délivrer une autorisation à l'exercice et leur activité est totalement indépendante du processus d'immigration. En d'autres termes, vous pouvez être résident permanent au Canada et vivre au Québec sans pour autant pouvoir exercer votre activité, par exemple, de chirurgien ou d'avocat.

Certains immigrants peuvent être déçus de se voir refuser le droit de travailler dans la profession ou le métier réglementé qu'ils comptaient exercer à leur arrivée. Ainsi notez bien que même si durant votre processus d'immigration, on tient compte de votre niveau de scolarité et de votre domaine de formation, cela n'est aucunement une garantie d'équivalence et ne signifie pas que votre diplôme sera reconnu au Québec au même titre que dans votre pays d'origine. Il est fortement recommandé de communiquer avec les différents organismes de réglementation le plus tôt possible, même avant votre départ.

## Professions régies par un ordre professionnel

### PROFESSIONS D'EXERCICE EXCLUSIF

28 professions disposent d'un exercice exclusif. Seuls les membres de l'ordre peuvent porter le titre que la loi leur donne (médecin, etc.) et exercer les activités que la loi leur réserve. Les 28 professions d'exercice exclusif font chacune l'objet d'une loi particulière qui définit notamment les activités professionnelles strictement réservées aux membres de l'ordre.

Il s'agit des professions suivantes : acupuncteur, agronome, architecte, arpenteur-géomètre, audioprothésiste, avocat, chimiste, chiropraticien, comptable professionnel agréé, dentiste, denturologue, géologue, huissier de justice, infirmière ou infirmier, ingénieur, ingénieur forestier, médecin, médecin vétérinaire, notaire,

opticien d'ordonnances, optométriste, pharmacien, podiatre, sage-femme, technologue en radio-oncologie, technologue en électrophysiologie médicale, technologue en imagerie médicale radio-oncologie et technologue.

Si vous souhaitez pratiquer une de ces professions au Québec, nous vous recommandons de vous mettre en rapport avant toute chose avec l'ordre régissant votre profession. Il vous expliquera alors la marche à suivre pour avoir le droit d'exercer.

Les ingénieurs formés en France peuvent s'adresser à l'organisme Francogenie qui a pour mission de faciliter l'intégration au Québec de professionnels de toute nationalité ayant obtenu en France le titre d'« ingénieurs diplômés ».

→ [francogenie.ca](http://francogenie.ca)

## PROFESSIONS À TITRE RÉSERVÉ

Les membres d'un ordre n'ont pas l'exclusivité d'activité professionnelle, sauf pour certaines professions du domaine de la santé et des relations humaines. Cependant, il est nécessaire d'être membre de l'ordre professionnel concerné pour pouvoir faire usage du titre professionnel. Il s'agit d'une condition courante à l'embauche des personnes aspirent à exercer une profession à titre réservé. Par exemple, un « traducteur » peut travailler au Québec. Mais il ne pourra utiliser le titre de « traducteur agréé » sans être membre de l'ordre professionnel concerné.

Il existe 26 professions à titre réservé : administrateurs agréés, audiologistes, conseillers en ressources humaines et en relations industrielles agréés, conseillers et conseillères d'orientation, criminologues, diététistes, ergothérapeutes, évaluateurs agréés, hygiénistes dentaires, infirmières et infirmiers auxiliaires, inhalothérapeutes, interprètes agréés, orthophonistes, physiothérapeutes, psychoéducateurs et psychoéducatrices, psychologues, sexologues, techniciens et techniciennes dentaires, technologistes médicaux, technologues professionnels, terminologues agréés, thérapeutes conjugaux et familiaux, thérapeutes en réadaptation physique, traducteurs agréés, travailleurs sociaux, urbanistes.

Encore là, si vous souhaitez pratiquer une de ces professions au Québec, nous vous recommandons de contacter l'ordre régissant votre profession.

## Profession d'enseignant

Les enseignants de l'éducation préscolaire et de l'enseignement primaire et secondaire – formation générale et professionnelle – pratiquent une profession réglementée par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES) du Québec.

Pour enseigner dans un établissement scolaire offrant l'éducation préscolaire, l'enseignement primaire ou secondaire, il faut être titulaire d'une autorisation d'enseigner délivrée par le MEES.

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

## Qualifications professionnelles réglementées

Certains travaux exécutés en utilisant des appareils ou des matières dangereuses peuvent compromettre la sécurité des travailleurs et celle du public. Ainsi, la loi prévoit que les travailleurs ont l'obligation de détenir les certificats de qualification nécessaires pour exécuter certains travaux réglementés. Ces certificats sont délivrés par Emploi-Québec.

Il s'agit des qualifications suivantes : Boutefeu , électricité, inspection d'appareils sous pression, installation et manutention du gaz (gaz naturel et propane), installations sous pression, manipulation de gaz halocarbures, mécanique d'ascenseurs, mécanique de machines fixes, soudage d'appareils sous pression, traitement et distribution d'eau potable, traitement des eaux usées, tuyauterie, tuyauterie de procédés techniques.

Pour la plupart des qualifications professionnelles obligatoires, il n'est pas nécessaire d'être titulaire d'un diplôme pour être admissible à l'apprentissage, mais les étapes et les éléments à respecter pour l'obtention d'un certificat sont : un nombre d'heures de travail à effectuer sous la supervision d'un travailleur qualifié; des cours obligatoires; des éléments de qualifications à acquérir sous la supervision d'un travailleur qualifié; un examen; les frais d'inscription à l'apprentissage et à l'examen.

La démarche de qualification professionnelle peut cependant être adaptée pour tenir compte des cours que la personne a suivis et a réussis ou des heures d'apprentissage ou d'exercice du métier qu'elle a cumulés à l'étranger. Emploi-Québec peut reconnaître sur la base de diplômes et d'attestations d'emploi des heures d'apprentissages fournis par les personnes immigrantes.

→ [emploi.quebec.gouv.qc.ca/citoyens/developper-et-faire-reconnaitre-vos-competences/qualification-professionnelle/qualification-obligatoire](http://emploi.quebec.gouv.qc.ca/citoyens/developper-et-faire-reconnaitre-vos-competences/qualification-professionnelle/qualification-obligatoire)

## Métiers réglementés de l'industrie de la construction

Les occupations et les métiers de l'industrie de la construction sont réglementés par la Commission de la construction du Québec (CCQ). Pour exercer au Québec un métier réglementé ou une occupation conventionnée de l'industrie de la construction, une personne doit détenir un certificat de compétence délivré par la Commission de la construction du Québec (CCQ). Ce certificat atteste que la personne possède les compétences pour travailler sur les chantiers québécois. La CCQ est responsable de l'application de la Loi sur les relations du travail, de la formation professionnelle et la gestion de la main d'œuvre dans l'industrie de la construction.

→ [ccq.org](http://ccq.org)

Pour exercer une occupation ou un métier réglementé de l'industrie de la construction du Québec, que ce soit à titre de travailleur, d'employeur ou de représentant désigné, trois conditions minimales doivent être remplies :

- être âgé d'au moins 16 ans,
- avoir réussi le cours Santé et sécurité générale sur les chantiers de construction (30 heures),
- détenir un certificat de compétence délivré par la Commission de la construction du Québec.

Il est recommandé de communiquer avec la CCQ avant votre arrivée au Québec pour présenter votre dossier et avoir un maximum d'informations sur ce qui vous attend à l'arrivée.

Il s'agit des 25 métiers suivants : briqueteur-maçon, calorifugeur, carreleur, charpentier-menuisier, chaudronnier, cimentier-applicateur, couvreur, électricien, ferblantier, ferrailleur, frigoriste, grutier, mécanicien d'ascenseur, mécanicien industriel de chantier, mécanicien de machines lourdes, mécanicien en protection-incendie, monteur-assembleur, monteur-mécanicien, opérateur d'équipement lourd, opérateur de pelles mécaniques, peintre, plâtrier, poseur

de revêtements souples, poseur de systèmes intérieurs, tuyauteur, ainsi qu'une trentaine d'occupations, qui sont des activités de chantier en soutien aux métiers de l'industrie de la construction.

## Professions régies par l'autorité des marchés financiers

Certaines professions des milieux de l'assurance ou de la finance sont régies par l'Autorité des marchés financiers (AMF). Pour utiliser certains titres ou abréviations réservés, tels que représentant en assurance (agent et courtier), représentant en valeurs mobilières, représentant en épargne collective, expert en sinistre, etc., il faut obtenir un certificat de représentant auprès de l'AMF.

→ [lautorite.qc.ca/fr/professionnels.html](http://lautorite.qc.ca/fr/professionnels.html)

### Devenez membre de l'Ordre des ingénieurs du Québec (OIQ) avec l'accompagnement de la CITIM

La CITIM a en charge plusieurs projets, notamment un programme qui s'adresse à des ingénieurs diplômés à l'extérieur du Canada et qui vise à accélérer l'obtention du permis d'exercice et devenir membre de l'Ordre des ingénieurs du Québec. Ce programme se fait en collaboration avec Emploi-Québec, l'Ordre des ingénieurs du Québec et Polytechnique Montréal. Il s'adresse à toutes les personnes qui ont obtenu un diplôme d'ingénieur dans leur pays d'origine et qui désirent exercer la profession d'ingénieur au Québec. Ce programme est pertinent uniquement pour les ingénieurs dont le diplôme n'est pas reconnu par l'OIQ.

La CITIM accompagne le candidat dans ses démarches administratives à l'OIQ mais aussi lui permet de suivre une formation à Polytechnique Montréal pour qu'il puisse mettre à jour ses connaissances et être mieux préparé aux examens que l'Ordre lui aura prescrits. La formation dans le cadre du programme de « Perfectionnement en ingénierie pour les diplômés de l'étranger » offert par Polytechnique Montréal débute à la session d'automne (août) et à la session d'hiver (janvier) de chaque année.

[citim.org/ingenieurs-diplomes-de-l-etranger](http://citim.org/ingenieurs-diplomes-de-l-etranger)



## Comités paritaires

Dans certains cas, il existe une convention collective relative à un métier, à une industrie, à un commerce ou à une profession, qui lie également tous les salariés et tous les employeurs. Un comité paritaire peut rendre obligatoire l'obtention d'un certificat de classification. Il en existe 16 au Québec dont plusieurs pour les mécaniciens automobile.

Vous pouvez trouver de l'information au sujet des comités paritaires sur le site du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale :

→ [travail.gouv.qc.ca/toute\\_linformation\\_sur/comite\\_paritaire.html](http://travail.gouv.qc.ca/toute_linformation_sur/comite_paritaire.html)

### LIENS UTILES

- Conseil interprofessionnel du Québec (regroupement des ordres professionnels du Québec) : [professions-quebec.org](http://professions-quebec.org)
- Emploi-Québec : [quebec.ca/emploi/metiers-et-professions/savoir-si-un-metier-est-reglemente](http://quebec.ca/emploi/metiers-et-professions/savoir-si-un-metier-est-reglemente)
- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/professions-metiers/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/emploi/professions-metiers/index.html)
- Ministère de l'Éducation, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche : [education.gouv.qc.ca](http://education.gouv.qc.ca)

## Une certification reconnue dès votre arrivée !

Peu importe le domaine d'expertise, la certification PMP® Project Management Professional, reconnue internationalement, témoigne de l'expérience qu'un gestionnaire de projet saura apporter sur le marché du travail québécois. PMI-Montréal propose des cours préparatoires aux examens de certification et des services de recherche d'emploi, de réseautage, de développement professionnel et bien plus.

Rejoignez la communauté de professionnels en gestion de projet du Québec : [pmimontreal.org](http://pmimontreal.org)



- Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale : [travail.gouv.qc.ca](http://travail.gouv.qc.ca)
- Office des professions du Québec : [opq.gouv.qc.ca](http://opq.gouv.qc.ca)
- Qualifications Québec : [qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences](http://qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences)

## PERMIS DE TRAVAIL ET PROGRAMMES

---

En fonction de votre projet, plusieurs programmes d'immigration québécois sont offerts pour vivre et travailler au Québec. Les travailleurs permanents, les travailleurs temporaires, les gens d'affaires (investisseurs, entrepreneurs et travailleurs autonomes) et les étudiants internationaux doivent d'abord entamer leurs démarches auprès des autorités provinciales québécoises pour l'obtention d'un certificat de sélection du Québec (CSQ) ou d'un certificat d'acceptation du Québec (CAQ), puis conclure leur projet d'immigration auprès du gouvernement fédéral pour l'obtention du visa une

### Engager un intermédiaire en immigration

Toute personne peut déposer directement sa demande de Certificat de sélection du Québec auprès des bureaux d'immigration du Québec et du Canada dans son pays de résidence. Si vous décidez de retenir les services d'un représentant – consultant, avocat, ami, membre de votre famille, etc. – sachez que le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) n'accordent aucun traitement prioritaire ou particulier aux candidats ayant recours à des intermédiaires. S'il s'agit de services rémunérés, le ministère ne traite qu'avec les membres en règle de la Chambre des notaires ou du Barreau du Québec, de même qu'avec les consultants reconnus et inscrits au registre du MIDI, même si votre demande était déjà en cours à cette date. Il est de votre responsabilité de vérifier si un consultant en immigration est reconnu par le ministère.

Registre : [midi.gouv.qc.ca](http://midi.gouv.qc.ca)

Barreau du Québec : [barreau.qc.ca](http://barreau.qc.ca)

Chambre des notaires du Québec : [cnq.org/fr/trouver-un-notaire.html](http://cnq.org/fr/trouver-un-notaire.html)

fois leur dossier sélectionné ou accepté par le Québec. Par contre, les personnes candidates à l'Expérience internationale Canada (programmes Vacances-Travail, Jeunes professionnels, Stages) et les personnes parrainées relèvent directement du gouvernement du Canada. Pour les travailleurs étrangers temporaires dont l'employeur doit soumettre une demande d'Évaluation de l'impact sur le marché du travail, cette démarche sera faite simultanément au niveau provincial et fédéral.

Les frais applicables au traitement de la demande de sélection permanente ou temporaire sont variables selon les programmes, de même que les délais de traitement qui varient quant à eux selon votre lieu de résidence au moment de la présentation de la demande de sélection.

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

## Informations officielles sur l'immigration

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

Lorsque vous démarrez votre projet d'immigration, le site du MIDI devient un incontournable. Il offre gratuitement de l'information sur les démarches à effectuer pour immigrer, travailler, étudier au Québec et met à votre disposition les formulaires à remplir, accompagnés de guides d'instruction très utiles.

- Service des renseignements (Centre de contact clientèle)  
Région de Montréal : 514 864-9191  
Ailleurs au Québec (sans frais) : 1 877 864-9191  
De l'extérieur du Québec : + 1 514 864-9191
- Accès par télécopieur (appareil de télécommunication pour personnes sourdes ou malentendantes – ATS)  
Région de Montréal : 514 864-8158  
Ailleurs au Québec (sans frais) : +1 866 227-5968

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

## IMMIGRATION, RÉFUGIÉS ET CITOYENNETÉ CANADA (IRCC)

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

- Téléc centre : 1 888 242-2100 (uniquement si vous avez soumis une demande à un bureau au Canada ou en ligne).
- Accès par télécscripteur (ATS) : 1 888 576-8502

→ [cic.gc.ca](http://cic.gc.ca)

## Travailler au québec

Plusieurs voies permettent aux travailleurs étrangers d'occuper un emploi au Québec, selon que ceux-ci envisagent de s'y installer durablement ou, au contraire, qu'ils privilégient une expérience temporaire, qui pourra être transformée en projet à plus long terme.

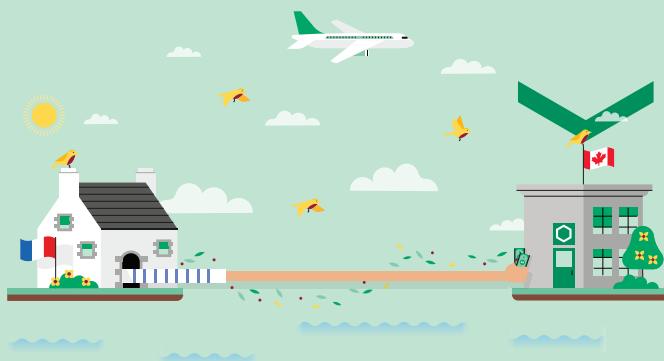
### S'INSTALLER ET TRAVAILLER DE FAÇON PERMANENTE

#### Les critères d'éligibilité

L'immigration permanente, qui permet à son titulaire de travailler pour l'employeur de son choix sur l'ensemble du territoire national, est une compétence partagée entre le fédéral (le Canada) et le provincial (le Québec). À ce titre, la demande d'immigration permanente s'opère à deux niveaux successifs :

- provincial, d'abord, avec une décision de sélection permanente favorable du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et la délivrance d'un certificat de sélection du Québec (CSQ) ;

# Bien s'installer, ça commence par ouvrir un compte facilement avant votre arrivée.



**Bien s'installer,  
ça commence  
par Desjardins.**

Et lors de votre arrivée, Desjardins, 1<sup>er</sup> groupe financier coopératif au Canada, vous accompagne dans votre nouvelle vie avec ses services mobiles et son vaste réseau de guichets et de points d'accès.

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

 **Desjardins**

- ensuite, l'obtention de la résidence permanente auprès du gouvernement fédéral (examens médicaux, vérification des antécédents judiciaires et recueil des données biométriques).

Ainsi et sauf exceptions, le Québec sélectionne lui-même ses immigrants permanents et impose des démarches et des critères spécifiques. Par défaut, les personnes qui désirent s'installer de façon permanente et travailler au Québec doivent se soumettre à celles énoncées au titre du Programme régulier des travailleurs qualifiés (PRTQ).

- Pour en savoir plus sur le PRTQ : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-permanents/index.html)

Le Québec propose également des séances d'information portant sur les démarches d'immigration : vous pouvez y assister dans certains bureaux du Québec à l'étranger, mais également en ligne.

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

## Arrangements de reconnaissance mutuelle des qualifications professionnelles (ARM) entre la France et le Québec

La France et le Québec ont adopté une procédure commune de reconnaissance visant à faciliter et accélérer l'acquisition d'un permis pour l'exercice d'un métier, d'une profession ou d'une fonction réglementé sur l'un et l'autre territoire.

Les arrangements de reconnaissance mutuelle (ARM) qui ont été signés à ce jour couvrent 81 professions, métiers et fonctions.

Si vous avez obtenu votre diplôme et votre aptitude légale à exercer en France et que vous souhaitez exercer au Québec, consultez le site du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'inclusion (MIDI) pour connaître la liste des professions, métiers et fonctions pour lesquels un ARM a été signé et les démarches à effectuer pour faire reconnaître vos qualifications :

Attention, le fait d'intégrer un ordre professionnel ne vous garantit pas l'emploi. Vous devrez trouver un poste par vos propres moyens.

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

### La sélection permanente par le Québec

Depuis le 2 août 2018, la procédure de demande de sélection permanente et l'obtention d'un certificat de sélection du Québec (CSQ) via le Programme régulier des travailleurs qualifiés a été revue en profondeur. Désormais, le demandeur doit déposer un formulaire de déclaration d'intérêt sur le portail Arrima. Seules les personnes qui y auront été invitées par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) pourront présenter une demande de sélection permanente depuis leur compte Mon projet Québec et suivre les étapes qui leur seront indiquées à partir de là.

- Pour en savoir plus sur le portail Arrima : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/arrima/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/arrima/index.html)
- Pour en savoir plus sur Mon projet Québec : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/mon-projet-quebec/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/informations/mon-projet-quebec/index.html)

Lorsque votre demande de sélection est acceptée, un certificat de sélection du Québec (CSQ) vous est délivré. Valable deux ans à compter de son émission, il vous permet de passer à la seconde étape : la demande de résidence permanente, au fédéral.

### Placement international en ligne : un service d'Emploi-Québec

Si vous êtes déjà titulaire d'un Certificat de sélection du Québec (CSQ), vous pouvez vous enregistrer dans la banque de données d'Emploi-Québec afin de faire connaître votre profil professionnel à des employeurs. Vous pouvez également consulter les offres d'emploi et y postuler. Si un recruteur souhaite vous embaucher, il devra soumettre une demande de Certificat d'acceptation du Québec (CAQ) pour travail temporaire au ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) comprenant un formulaire d'entente, l'offre d'emploi et votre candidature. Si le MIDI délivre une réponse positive, votre dossier sera traité en priorité par les services d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). Ce service est réservé aux personnes titulaires d'un CSQ résidant hors du Canada.

[placement.emploiquebec.net/mbe/login/portail/portcher.asp](http://placement.emploiquebec.net/mbe/login/portail/portcher.asp)

### **Demander la résidence permanente**

Une fois votre CSQ obtenu, vous pourrez faire une demande de résidence permanente auprès du gouvernement fédéral, qui évaluera votre dossier médical pour vous et la famille vous accompagnant, et effectuera un contrôle de sécurité (vérification des antécédents judiciaires).

Depuis l'été 2018, il se peut que vous soyez également invité à fournir aux autorités fédérales vos données biométriques (empreintes digitales et photo).

→ Pour en savoir plus : [canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/immigrer-canada/travailleurs-qualifies-quebec.html#delais-de-traitement](http://canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/immigrer-canada/travailleurs-qualifies-quebec.html#delais-de-traitement)

### **TROUVER UN EMPLOI À DISTANCE**

L'absence de statut légal au Québec ne signifie pas que vous ne pouvez pas décrocher un travail auprès d'un employeur de la province, depuis votre pays d'origine. L'employeur dispose de moyens pour procéder à des recrutements internationaux à la fois permanents et temporaires.

Dans tous les cas, l'obtention d'un permis de travail est soumise à un certain formalisme, tant pour l'employeur que pour le futur salarié.

« Je travaille en parallèle de mes études pour subvenir à mes besoins. La pratique est courante au Québec, car la flexibilité des horaires le permet. C'est en questionnant la responsable des cours d'italien à l'université que celle-ci m'a proposé un poste à temps partiel d'auxiliaire d'enseignement. J'ai accepté ! »



**CLAUDIO**

Italie

STATUT

Résident  
canadien

ARRIVÉ EN  
2014

INSTALLÉ À  
Montréal



**PVTISTES**

**VOUS AVEZ VOTRE PVT POUR LE QUÉBEC ?**

LA  **VOUS PROPOSE LES SESSIONS**  
«**TRAVAILLER AU QUÉBEC**»


4 jours pour optimiser votre recherche d'emploi  
et planifier votre résidence permanente au Québec.



**STRATÉGIE, MOTIVATION ET CONFIANCE**  
**BOOSTEZ VOTRE RECHERCHE D'EMPLOI !**  
Plus d'infos: [www.monpvtauquebec.org](http://www.monpvtauquebec.org)

**RÉSIDENTS PERMANENTS ET REFUGIÉS**  
**PERMIS DE TRAVAIL POUR CONJOINT**

**INGÉNIEURS FORMÉS À L'ÉTRANGER**

DÈS VOTRE ARRIVÉE, LA   
**VOUS FOURNIT LES CLÉS POUR INTÉGRER**  
**LE MARCHÉ DU TRAVAIL RAPIDEMENT**

- \* Spécificités et culture du Québec
- \* Recherche d'emploi, soutien en **stratégie**, et placement
- \* Activités de groupe, ateliers pratiques
- \* Suivi individuel personnalisé

**POUR ALLER PLUS LOIN**

Des conférences, webinaires, réseautages, offres d'emploi,  
cours d'anglais à prix abordable...

**TOUS LES SERVICES SONT GRATUITS**  
Retrouvez nous sur Facebook @CitimMtl + [www.citim.org](http://www.citim.org)

### Postuler à des offres d'emploi

Certaines entreprises sont proactives en termes de recrutement à l'international. Des missions de recrutement sont organisées chaque année en France et ailleurs, et vous donnent l'occasion de rencontrer physiquement des employeurs québécois. D'autres missions – virtuelles, cette fois-ci – ont également lieu vers l'Amérique latine (Brésil, Mexique, Colombie). En outre, plusieurs plateformes publiques vous permettent de consulter des annonces d'emploi, dont :

→ Emploi-Québec : [quebec.ca/emploi](http://quebec.ca/emploi)

→ Service Canada (Guichet emploi) : [guichetemplois.gc.ca](http://guichetemplois.gc.ca)

Si vous êtes déjà détenteur d'un CSQ, vous pouvez vous inscrire au service Placement international en ligne d'Emploi-Québec, sans attendre l'obtention de votre résidence permanente (voir Encadré).

Si la ville de Québec vous attire, le site Québec en tête vous donne lui aussi la possibilité de consulter des offres d'emploi et de déposer votre candidature tout au long de l'année.

→ [quebecentete.com/fr/travailler-a-quebec](http://quebecentete.com/fr/travailler-a-quebec)

### Recevoir une offre d'embauche

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

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

## Les Journées Québec : des missions de recrutement à l'étranger

Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Emploi-Québec, en étroite collaboration avec leurs partenaires, organisent, des missions de recrutement à Paris et, depuis 2019, sur d'autres territoires.. Ces Journées Québec sont destinées à mettre en relation des employeurs du Québec et des travailleurs qualifiés. Des offres d'emploi variées - mais dans des secteurs bien spécifiques - sont proposées. Pour être informé des prochaines Journées Québec :

[journeesquebec.gouv.qc.ca](http://journeesquebec.gouv.qc.ca)

Mais l'employeur peut aussi vous faire une offre d'embauche temporaire. Dans ce cas, il vous faudra généralement obtenir un permis de travail.

Vérifiez si votre emploi nécessite l'obtention d'un permis de travail car un certain nombre de professions en est exempté :

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

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

Si l'emploi est visé par une EIMT, un certain nombre de démarches sont requises, à la fois de la part de l'employeur et du salarié auprès du ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI), dans un premier temps.

Démarches à suivre pour l'employeur :

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

Démarches à suivre pour le ressortissant étranger :

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

Si la demande est acceptée, il revient au salarié de finaliser la procédure en obtenant un permis de travail temporaire au fédéral, auprès d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC).

→ [canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/travailler-canada/permis/temporaire.html](http://canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/travailler-canada/permis/temporaire.html)

### **Le conjoint de travailleur temporaire**

Si votre conjoint a l'intention de travailler au Québec et que vous avez été embauché pour une durée de six mois ou plus pour occuper un emploi spécialisé, il peut déposer une demande de permis de travail à Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). Le Certificat d'acceptation du Québec n'est alors pas requis et le permis de travail obtenu sera ouvert, c'est-à-dire que le conjoint ne sera lié à un employeur.

## Travailler pendant et après ses études

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

→ [cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-horscampus.asp](http://cic.gc.ca/francais/etudier/travailler-horscampus.asp)

En outre, au terme du programme qu'il aura suivi, l'étudiant étranger pourra être éligible un un permis de travail ouvert temporaire, dont la validité n'excèdera pas la durée des études et dans la limite de 3 ans : le permis postdiplôme.

→ [canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/etudier-canada/travail/apres-obtention-diplome.html](http://canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/etudier-canada/travail/apres-obtention-diplome.html)

Notez que permis d'études et permis postdiplôme peuvent tous deux, sous conditions, donner la possibilité à son titulaire de rattacher son époux ou son conjoint de fait, qui pourra ainsi, à son tour, bénéficier d'un permis de travail ouvert dont la durée de validité n'excèdera pas celle du demandeur principal.

## Des programmes pour les moins de 36 ans

### L'EXPÉRIENCE INTERNATIONALE CANADA (EIC)

L'initiative « Expérience internationale Canada » (EIC) s'adresse aux jeunes âgés de 18 à 29, 30 ou 35 ans (selon leur nationalité) souhaitant voyager ou acquérir une expérience professionnelle au Canada. Les autorisations pour séjourner et travailler au Canada sont temporaires. L'EIC s'inscrit dans le cadre d'accords internationaux entre le Canada et un certain nombre de pays. Vérifiez sur le site de l'EIC si votre pays en fait partie.

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

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

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

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

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

La procédure se fait en ligne via le compte Kompass créé par chaque participant. Chaque dispositif est contingenté. Les quotas sont ouverts en plusieurs tranches jusqu'à épuisement des places. La

## Des professions spécialisées pour une embauche simplifiée

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

Pour connaître la liste des professions et les étapes de procédures d'embauche simplifiée, consultez :

[immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-temporaire/travailleur-specialise/demarche-simplifiee.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/employeurs/embaucher-temporaire/travailleur-specialise/demarche-simplifiee.html)

popularité toujours croissante d'un programme comme le PVT en rend l'accès parfois difficile. Pour mettre toutes les chances de votre côté, ne ratez surtout pas l'ouverture de chaque tranche de quotas.

→ Pour en savoir plus sur l'Expérience internationale Canada : [cic.gc.ca/francais/travailler/eic](http://cic.gc.ca/francais/travailler/eic)

→ Pour rejoindre la communauté des PVTistes : [pvtistes.net](http://pvtistes.net)

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

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

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

→ [civiweb.com](http://civiweb.com)

→ [businessfrance.fr](http://businessfrance.fr)

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

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

pour de jeunes entrepreneurs ou encore des séjours de développement de carrière pour les jeunes artistes.

→ [ofqj.org](http://ofqj.org)

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

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

## Rester au Québec : prolonger une expérience temporaire ou vous établir durablement

### PROLONGER SON PERMIS DE TRAVAIL TEMPORAIRE

Que votre employeur souhaite vous garder en poste ou que vous acceptiez un travail d'un autre employeur, vous devrez procéder à une prorogation de votre statut de travailleur temporaire.

→ Pour en savoir plus : [canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/travailler-canada/permis/temporaire/prolongez-modifiez.html](http://canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/travailler-canada/permis/temporaire/prolongez-modifiez.html)

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

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

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

Les démarches de prolongation et de modification de statut sont facilitées pour les personnes, travailleurs ou étudiants, détentrices d'un CSQ et qui résident au Québec.

### LE PROGRAMME DE L'EXPÉRIENCE QUÉBÉCOISE (PEQ)

Le PEQ est un programme accéléré de sélection des travailleurs, qui permet d'obtenir un certificat de sélection du Québec (CSQ) dans un délai de 20 jours ouvrables (lorsque le dossier est complet, hors délais postaux et si aucune entrevue n'est requise). Il est aussi possible d'en faire bénéficier, le cas échéant, son époux ou conjoint de fait ainsi que ses enfants à charge inclus dans la demande de CSQ.

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

- les travailleurs étrangers temporaires ayant occupé un emploi au Québec au moins 12 des 24 derniers mois au moment de présenter leur demande ;
- certains étudiants étrangers diplômés du Québec.

L'entrée en vigueur du nouveau Règlement sur l'immigration au Québec (RIQ), le 2 août 2018, a ouvert le programme à toutes les catégories de travailleurs, et non plus seulement aux travailleurs spécialisés de catégorie O, A et B comme c'était le cas jusqu'alors. De même, le RIQ a ouvert l'accès au programme aux époux et conjoints de travailleurs temporaires et étudiants étrangers qui remplissent les mêmes conditions d'admissibilité.

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

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

Rubrique PVTistes : [citim.org](http://citim.org)



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

#### LIENS UTILES

- PEQ – Diplômé du Québec : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/etudiants-peq/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/etudiants/demeurer-quebec/demande-csq/etudiants-peq/index.html)
- PEQ – Travailleur étranger temporaire : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/demeurer-quebec/demande-csq/travailleurs-peq/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/travailleurs-temporaires/demeurer-quebec/demande-csq/travailleurs-peq/index.html)

## Faire des affaires

Avant de vous lancer dans votre projet de création ou d'acquisition d'une entreprise au Québec, vérifiez que vous possédez bien les autorisations pour travailler ou y faire affaires au Québec. Les immigrants titulaires de la résidence permanente peuvent créer ou acquérir une entreprise au Québec. Quant aux ressortissants étrangers qui ont un projet d'affaires peuvent immigrer au Québec par le biais de l'un des trois programmes d'immigration québécois suivants, destinés aux gens d'affaires.

- [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/index.html)

Chacun de ces programmes relève de procédures et de conditions d'admissibilité qui lui sont propres.

- le Programme des entrepreneurs : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/entrepreneurs.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/entrepreneurs.html)
- le Programme des investisseurs : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/investisseurs/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/investisseurs/index.html)
- le Programme des travailleurs autonomes : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/travailleurs-autonomes.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/immigrer-installer/gens-affaires/demande-immigration/trois-programmes/travailleurs-autonomes.html)

Pour ce programme, outre le processus d'immigration, l'obtention de certaines autorisations peuvent être nécessaires, pour l'exercice d'une profession ou d'un métier réglementés, selon le secteur d'activité visé.

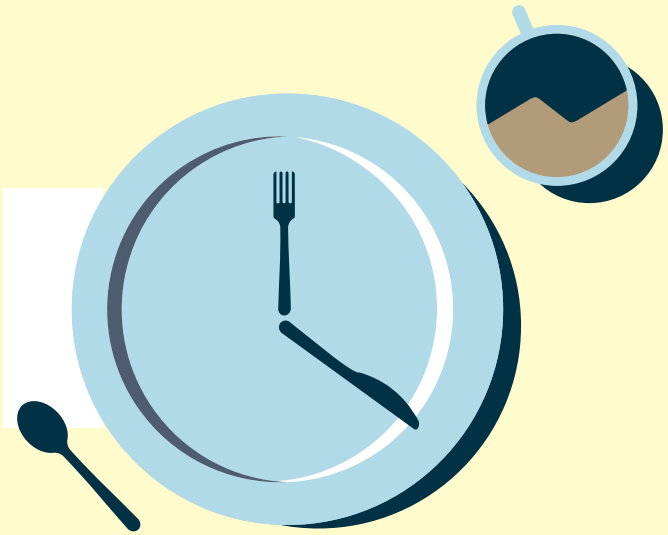
→ [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/professions-metiers/index.html](https://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/professions-metiers/index.html)

Enfin, notez que certains statuts temporaires autorisent les ressortissants étrangers à créer une entreprise au Québec, comme le permis vacances-travail (PVT), par exemple.

→ [canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/travailler-canada/eic.html](https://canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/travailler-canada/eic.html)

Pour plus d'information sur les processus d'immigration de tous les programmes ainsi qu'un accès au calendrier des missions auxquelles participent les bureaux d'immigration à l'étranger et des séances d'informations en ligne et présentiels, consultez le site :

→ [unbelavenir.gouv.qc.ca](https://unbelavenir.gouv.qc.ca)



Tuyau pour s'installer à Montréal

**Au Québec,  
on déjeune le matin  
et on dîne le midi.**

[bnc.ca/immigrer](http://bnc.ca/immigrer)

## Services et séances d'informations du MIDI

### SERVICE D'INTÉGRATION EN LIGNE (SIEL)

Le SIEL, conçu par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion, vise à accélérer l'intégration sociale, économique et professionnelle des personnes immigrantes. Présenté sous forme de 45 capsules, il offre à partir de l'étranger comme au Québec (à toute personne détenant un certificat de sélection du Québec), des contenus d'intégration interactifs, des extraits vidéo, ainsi que divers outils de communication accessibles au moyen d'une plateforme d'apprentissage en ligne.

#### Cet apprentissage peut se faire selon 2 formules :

- en autoformation, de manière autonome,
- avec le soutien d'un accompagnateur.

Le participant au SIEL construit, à travers son plan d'action, son parcours personnalisé. En formule avec accompagnement, l'agent guide les personnes immigrantes dans leur recherche en fonction de leur propre situation (selon le secteur d'activité et la région d'établissement). Pour en savoir plus :

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

### SÉANCES D'INFORMATION OFFERTES AUX PERSONNES IMMIGRANTES

Pour faciliter votre installation et participer pleinement à la vie québécoise, vous pouvez bénéficier de séances d'information gratuites offertes par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) :

- Séance de groupe d'une durée de trois heures sur les premières démarches d'installation. Elle se donne à Montréal, à Laval, à Longueuil, à Québec et à Gatineau.
- Session Objectif Intégration – pour comprendre le monde du travail et la société québécoise. Elle est offerte à Montréal, à Laval, à Longueuil, à Québec et à Gatineau.

Ces séances s'offrent en français seulement et s'adressent aux personnes qui ont obtenu ou qui sont en voie d'obtenir la résidence permanente (au Québec depuis moins de 5 ans).

Pour connaître les lieux et horaires des séances :

Première démarche d'installation :

[immigration-quebec.gouv.qc.ca/pdi](https://immigration-quebec.gouv.qc.ca/pdi)

Objectif Intégration : [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/region/sessions-information/objectif-integration.html](https://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/region/sessions-information/objectif-integration.html)

## SÉANCES D'INFORMATION SUR LE QUÉBEC À L'ÉTRANGER

Des séances d'information sur le Québec sont aussi accessibles pour les personnes qui se trouvent à l'extérieur et qui désirent immigrer au Québec. Elles sont données en plusieurs langues par un conseiller ou une conseillère du ministère. Elles sont offertes en ligne et en personne dans certains pays.

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

## L'accès à un ordre professionnel pour une personne formée à l'étranger

Au Québec, pour exercer une profession ou porter un titre professionnel régis par le Code des professions, une personne doit détenir un permis et être membre en règle de l'ordre professionnel concerné.

Les 46 ordres professionnels québécois regroupent 400 000 personnes qui exercent 54 professions réglementées. Pourquoi une aussi grande part de travailleurs voit-elle sa pratique être encadrée par un ordre ?

En vertu du Code, la mission principale d'un ordre professionnel est de protéger le public, notamment en effectuant le contrôle de l'exercice de la profession ou des professions qu'il encadre. À cette fin, l'ordre est tenu par la loi de vérifier la compétence et la probité de tout candidat à l'admission. Le permis professionnel délivré par l'ordre au candidat est la sanction de la compétence de ce dernier.

Pour obtenir un permis, le candidat doit détenir un diplôme reconnu ou son équivalent (dans le cas d'une personne formée à l'étranger). Il doit aussi satisfaire, s'il y a lieu, aux conditions supplémentaires particulières d'un ordre professionnel (stage, formation supplémentaire, examen professionnel). Enfin, il doit posséder une connaissance de la langue française appropriée à l'exercice de la profession.

### CANDIDAT FORMÉ À L'ÉTRANGER ?

Si vous avez été formé à l'étranger, vous devez effectuer une demande d'équivalence de diplôme au ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion. Une fois l'équivalence obtenue, vous pourrez alors procéder à une demande d'adhésion à l'ordre professionnel régissant votre profession. L'ordre déterminera si votre diplôme et votre formation sont équivalents au diplôme québécois. Un règlement de l'ordre, sanctionné par le gouvernement, établit les critères et la procédure pour la reconnaissance d'une équivalence.

Il est fortement recommandé d'effectuer la démarche de reconnaissance d'une équivalence dès le début de la démarche d'immigration. La présentation d'un dossier conforme aux exigences réglementaires est essentielle dans la procédure de reconnaissance. Il est important de se munir de l'ensemble des documents nécessaires.

## LA FORMATION D'APPOINT

Bien que la très grande majorité des demandes de reconnaissance d'une équivalence soient acceptées, il se peut que la réponse de l'ordre à votre demande soit assortie d'une prescription de formation d'appoint. Par exemple, vous devrez suivre des cours additionnels, réussir un examen ou un stage afin que votre formation soit reconnue comme étant équivalente au diplôme québécois.

## COMMISSAIRE À L'ADMISSION AUX PROFESSIONS

Le Commissaire à l'admission aux professions examine les plaintes provenant de toute personne qui se sent lésée par un ordre professionnel dans le traitement d'une demande d'équivalence en vue d'obtenir un permis pour exercer une profession.

## PERMIS RESTRICTIF TEMPORAIRE

Dans le cas où le profil de compétence d'un candidat ne correspond pas totalement aux exigences de délivrance d'un permis, il peut se voir délivrer un permis restrictif temporaire, le temps qu'il complète son profil pour la délivrance du permis visé.

## ENTENTE AVEC LA FRANCE

Une Entente en matière de reconnaissance mutuelle des qualifications professionnelles a été signée entre la France et le Québec. Ainsi pour plusieurs professions, une procédure accélérée de reconnaissance des compétences est en vigueur.

## POUR EN SAVOIR PLUS, ETC.

Que vous recherchiez de l'information sur les diplômes requis, la marche à suivre pour faire reconnaître un diplôme ou une formation acquis à l'étranger ou sur la formation d'appoint, le site internet de l'ordre professionnel concerné représente une source d'information fiable et accessible.

Un texte du Conseil interprofessionnel  
du Québec. Pour plus d'infos :  
[professions-quebec.org](http://professions-quebec.org)





# COMPRENDRE L'UNIVERS DU TRAVAIL

## NORMES AU TRAVAIL

---

### Réforme de 2018

La législation du travail est définie par la Loi sur les normes du travail (LNT) qui énonce les conditions minimales d'emploi. La Commission des normes du travail (CNT) veille à l'application de cette loi : salaire, pauses, vacances, congés maladie, cessation d'emploi, licenciement, harcèlement psychologique, etc. Cependant, la LNT ne s'applique pas à tous (par exemple, travailleurs autonomes, personnes travaillant pour un organisme régi par les lois fédérales, étudiants, etc.).

→ [cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/campagnes/normes/Pages/campagne-normes.aspx](https://cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/campagnes/normes/Pages/campagne-normes.aspx)

La semaine normale de travail est fixée à 40 heures. De nombreuses entreprises proposent des semaines entre 35 et 39 heures. Les journées démarrent généralement à 8 h 30 et se terminent vers 16 h 30, ce qui laisse du temps pour la vie de famille et les loisirs.

Au 1<sup>er</sup> mai 2019, le salaire minimum est de 12,50 \$ CAN l'heure (ou 10,05 \$ CAN l'heure pour les employés à pourboires).

Vous aurez droit également à des congés payés dont la durée est calculée en fonction du nombre de mois de travail cumulés. Généralement, les employés démarrent avec 10 jours de congés payés annuels. Il existe également 8 jours fériés par an qui sont chômés. L'employée enceinte peut prendre un congé maternité de 18 semaines ; le père un congé paternité de 5 semaines. Les deux parents peuvent prendre un congé parental d'une durée maximale

d'un an. Il est possible de bénéficier de prestations. Renseignez-vous auprès du Régime québécois d'assurance parentale :

→ [rqap.gouv.qc.ca](http://rqap.gouv.qc.ca)

Le 12 juin 2018 a été votée une révision significative de la Loi sur les normes du travail, afin notamment de soutenir la conciliation famille-travail-études, mieux protéger les travailleurs qui n'ont que le régime des normes du travail pour seul régime.

→ Pour en savoir plus : [cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/campagnes/normes/Pages/campagne-normes.aspx](http://cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/campagnes/normes/Pages/campagne-normes.aspx)

En matière de santé et de sécurité au travail, la CNESST met en place divers programmes de prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles. Un régime d'indemnisation des travailleurs ayant subi des lésions professionnelles est également prévu.

→ Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale : [travail.gouv.qc.ca](http://travail.gouv.qc.ca)

→ Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) : [cnesst.gouv.qc.ca](http://cnesst.gouv.qc.ca)

→ Tribunal administratif du travail (TAT) : [tat.gouv.qc.ca](http://tat.gouv.qc.ca)

## Charte québécoise des droits et libertés de la personne

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

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

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

## Contrat de travail

Il peut paraître surprenant pour nombre d'immigrants de constater que le contrat de travail au Québec peut être oral ou écrit. Ainsi, votre employeur n'émettra pas forcément de contrat de travail, mais sachez que les bases de tout contrat de travail sont fixées par le Code civil du Québec et la Loi sur les normes du travail.

Le contrat peut avoir une durée déterminée (poste temporaire) ou indéterminée (poste permanent). En cas de rupture du contrat, l'employeur comme l'employé doivent respecter un préavis raisonnable qui varie, en théorie, selon l'ancienneté du salarié. En l'absence de convention collective ou de mention particulière au contrat de travail, la durée minimale légale du préavis de licenciement est d'un mois pour les salariés de 6 mois à 2 ans d'ancienneté, et de deux mois pour les salariés présents depuis plus de 2 ans. En cas de congédiement jugé abusif, l'employé peut déposer une plainte à la Commission des normes du travail.

→ [cnesst.gouv.qc.ca](http://cnesst.gouv.qc.ca)

## Perte d'un travail et assurance-emploi

Si vous perdez votre emploi, sous certaines conditions, il est possible de bénéficier de prestations de l'assurance-emploi versées par le Gouvernement du Canada. Pour en savoir plus, consultez le site de Service Canada :

→ [canada.ca/fr/services/prestations/ae.html](http://canada.ca/fr/services/prestations/ae.html)

## Obligations de l'employeur

L'employeur doit se conformer à la Loi sur les normes du travail (LNT) en offrant des conditions d'emploi au moins égales à celles qui y sont énoncées. Il doit respecter le droit des employés à se syndiquer. Le syndicat a en charge la négociation des conditions de travail applicables à l'ensemble des salariés qu'il représente. Une convention collective est alors négociée pour une durée minimale d'un an ou de trois s'il s'agit de la toute première pour les salariés visés par l'accréditation. Si la convention n'est pas renouvelée suite à son expiration, le Code du travail (qui régit la syndicalisation, la négociation et le droit de grève) donne ouverture au droit des employés de déclencher une grève et à l'employeur celui de déclarer un lock-out. L'employeur est tenu, en vertu de diverses lois, d'assurer la santé et la sécurité de ses employés.

## Paiement du salaire et feuille de paie

Généralement, le salaire est versé tous les 15 jours, sauf pour les cadres qui sont souvent payés au mois. Il arrive également que des employeurs paient leurs salariés à la semaine. Sur votre feuille de paie, vous noterez les retenues suivantes : impôt fédéral, impôt provincial, Régime des rentes du Québec (RRQ), Régime québécois d'assurance parentale (RQAP), Assurance-emploi (AE). À cela, peuvent s'ajouter en fonction de votre employeur, des cotisations à des régimes d'épargne, à un syndicat ou à des assurances.

## Déclarer ses revenus

Tous les résidents du Québec disposant d'un revenu doivent faire une déclaration annuelle de leurs revenus aux fins des impôts provincial et fédéral. Le régime fiscal du Québec, de même que celui du Canada, repose sur le principe de l'autocotisation. Cela signifie que le contribuable doit fournir à l'État des renseignements sur ses revenus et sur ses dépenses ainsi que calculer sa part d'impôt à payer (« déclaration de revenus »).

En tant que résident fiscal au Québec, vous serez assujetti à l'impôt sur l'ensemble de vos revenus (salaire, intérêt, dividende, loyer, gain en capital, etc.) quelque soit leur provenance (du Canada, de votre pays d'origine ou d'un autre pays encore). Des mécanismes sont en place pour limiter la double imposition que cela peut créer, grâce à des crédits pour impôt étranger et des conventions

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

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

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

[cdpdj.qc.ca](http://cdpdj.qc.ca)

fiscales. Pour connaître les modalités et les pays signataires des conventions, consulter le site de l'Agence du revenu du Canada et de Revenu Québec.

Généralement, l'employeur déduit l'impôt et les cotisations à la source, c'est-à-dire directement sur votre salaire. Pour les travailleurs autonomes, il est possible de payer par acomptes provisionnels tout au long de l'année. Il faut comprendre donc que même si vous avez payé l'impôt et les cotisations, la déclaration de revenus est obligatoire. Le fait de remplir vos déclarations (provincial et fédéral) vous permettra de demander un remboursement des sommes versées en trop, ou vous indiquera le solde final à acquitter. Le défaut de produire ces déclarations peut entraîner des amendes ou des frais d'intérêt assez substantiels. La déclaration de revenus doit être acheminée à chacun des deux gouvernements au plus tard le 30 avril de l'année civile qui suit l'année d'imposition, ou le 15 juin pour les travailleurs autonomes.

Vous y trouverez le guide « Les nouveaux arrivants et l'impôt » : un excellent récapitulatif pour comprendre le système d'imposition.

→ [revenuquebec.ca](http://revenuquebec.ca)

→ Sur le site, recherchez la publication t4055

« Nouveaux arrivants au Canada ». Agence du revenu du Canada :  
[canada.ca/fr/agence-revenu.html](http://canada.ca/fr/agence-revenu.html)

## Cotiser pour sa retraite

Au Québec, la retraite peut être prise à l'âge de 65 ans pour bénéficier de l'intégralité des prestations financières liées à la cessation d'activités. Vous pouvez vous mettre à la retraite à 60 ans, mais dans ce cas, vous ne percevrez qu'une partie des rentes. Avant 60 ans, vous ne percevrez rien jusqu'à l'atteinte de cet âge.

En vous mettant à la retraite, vous bénéficierez d'une rente des régimes publics : la Sécurité de la vieillesse et le Régime de pension du Canada (fédéral) et le Régime de rentes du Québec (provincial).

Généralement, le montant de chacune de ces rentes est peu élevé. C'est pourquoi la retraite au Québec doit se planifier tout au long de la vie. Les Québécois cotisent à des régimes de retraite privés : régime complémentaire de retraite (dits fonds de pension), compte de retraite immobilisé (CRI) ou fonds de revenu viager (FRV). Certains employeurs permettent à leurs salariés de cotiser à des régimes de retraite privés, généralement intéressants.

Pour bénéficier des versements de la Sécurité de la vieillesse et du régime de pension du Canada, vous devez avoir vécu au moins 10 ans au Canada après l'âge de 18 ans. En fonction du nombre d'années que vous aurez vécu au Canada au moment de votre retraite, vous toucherez une pension pleine ou une pension partielle.

Le montant de la rente versée par le Régime de rentes du Québec équivaut à 25 % de la moyenne mensuelle des revenus sur lesquels vous avez cotisé. Le montant est plafonné à 1 154,58 \$ CAN en 2019. Vous pourrez toucher également une rente de conjoint survivant si votre époux/conjoint est décédé.

N'oubliez pas de vérifier si le Québec a signé une entente de sécurité sociale avec le ou les pays dans lesquels vous avez cotisé à un régime de retraite (voir encadré).

- Sécurité de la vieillesse : [canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/rpc/securete-vieillesse.html](http://canada.ca/fr/services/prestations/pensionspubliques/rpc/securete-vieillesse.html)
- Régime de pension du Canada : [canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/portefeuille/service-canada.html](http://canada.ca/fr/emploi-developpement-social/ministere/portefeuille/service-canada.html)
- Régime de rentes du Québec : [retraitequebec.gouv.qc.ca](http://retraitequebec.gouv.qc.ca)

## Ententes de sécurité sociale entre le Québec et des pays étrangers

N'oubliez pas de vérifier si le Québec a signé une entente de sécurité sociale avec le ou les pays dans lesquels vous avez cotisé à un régime de retraite.

En 2019, les 37 pays signataires d'une entente avec le Québec sont les suivants : Allemagne, Autriche, Barbade, Belgique, Brésil, Chili, Chypre, Corée du Sud, Croatie, Danemark, Dominique, États-Unis, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Inde, Irlande, Italie, Jamaïque, Luxembourg, Malte, Maroc, Norvège, Pays-Bas, Philippines, Pologne, Portugal, République tchèque, Roumanie, Sainte-Lucie, Slovaquie, Slovénie, Suède, Suisse, Turquie, Uruguay.

Adressez-vous au Bureau des ententes de sécurité sociale (BESS) de la Régie des rentes du Québec pour accomplir les démarches qui vous permettront de toucher la pension d'un pays étranger ou d'obtenir un certificat d'assujettissement.

## VALEURS ET VIE QUOTIDIENNE AU TRAVAIL

---

### La valorisation des compétences et des réalisations

Au Québec, comme ailleurs en Amérique du Nord, la notion de compétences est valorisée. Dans certains pays, les diplômes obtenus, les universités ou écoles fréquentées jouent un rôle important pour séduire un recruteur. Au Québec, l'employeur sera tout aussi intéressé par le développement de vos compétences que par votre diplôme de fin d'études, d'autant que son titre et le lieu d'enseignement où vous l'avez passé risquent de lui être inconnus.

Un recruteur considérera avec attention vos expériences professionnelles antérieures, mais plus que l'intitulé des postes que vous avez occupés, il souhaitera en comprendre les principales caractéristiques et les objectifs concrets que vous avez réalisés.

Lors de votre recherche d'emploi, il vous faudra donc trouver le bon équilibre entre la valorisation de votre niveau d'études, vos expériences professionnelles, vos compétences et vos réalisations.

Pour être certain de bien comprendre ce que signifie une compétence au Québec, n'hésitez pas à faire le point avec un conseiller en employabilité qui pourra vous aider à établir une liste de vos compétences. Ces dernières se trouvent aussi bien dans la communication, le relationnel, l'esprit d'initiative, le leadership, etc. Elles combinent votre savoir (formation), votre savoir-faire (expériences, réalisations, etc.) et votre savoir-être (votre personnalité, ce que vous êtes) pour finalement se matérialiser en savoir-agir.

### La coopération et l'esprit d'équipe

La coopération en équipe est une valeur importante dans le travail au Québec. Il est attendu de vous que vous collaboriez avec vos collègues : si certains obstacles sont rencontrés lors de la mise en place d'un projet, votre employeur appréciera que vous soyez force de proposition. Vous pouvez exprimer les problèmes rencontrés mais pensez à le faire de manière constructive, jamais dans la confrontation ou dans le reproche. Réfléchissez plutôt à des solutions à proposer à l'équipe. Un employeur attendra de vous que vous soyez autonome et responsable sur les missions qui vous sont confiées. Agissez

avec simplicité et ouverture d'esprit avec vos collègues. N'hésitez pas à réajuster vos manières de faire si elles vont à l'encontre du bon déroulé du projet et de la dynamique d'équipe.

La coopération ne signifie pas pour autant que tout le monde collabore à chaque aspect du projet. Généralement, les missions de chacun sont bien définies. N'attendez pas forcément d'un collègue qu'il vous aide lors du bouclage d'une mission s'il n'y est pas directement associé. Certains immigrants pourront le ressentir comme une forme d'individualisme. Même si la coopération est au centre de la culture au travail, l'autonomie et la responsabilisation personnelle y sont associées.

## La ponctualité

La notion du temps diffère d'une culture à une autre. Pour certains, il peut paraître normal d'arriver à une réunion à l'heure exacte, voir avec quelques minutes de retard. Mais au Québec, la ponctualité est de mise. Une réunion prévue à 9h00 démarre effectivement à l'heure annoncée, ce qui implique que les participants sont arrivés une dizaine de minutes avant, afin de prendre place et de récupérer les documents de travail mis à leur disposition.

Il en va de même avec les échéances. Un employeur s'attendra à ce que vous remettiez votre travail pour le jour fixé. Si vous rencontrez des difficultés pour finaliser un dossier dont vous avez la charge, n'attendez pas le dernier jour pour expliquer que vous n'êtes pas en mesure de produire le résultat de votre travail.

### Service d'intégration en ligne (SIEL)

Le SIEL, conçu par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion, vise à accélérer l'intégration sociale, économique et professionnelle des personnes immigrantes. Présenté sous forme de 45 capsules, il offre à partir de l'étranger comme au Québec (à toute personne détenant un Certificat de sélection du Québec), des contenus d'intégration interactifs, des extraits vidéo, ainsi que divers outils de communication accessibles au moyen d'une plateforme d'apprentissage en ligne.

Inscrivez-vous en ligne depuis le site :

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



<p><b>Julie a trouvé un travail!</b> Fais comme elle, appelle le PITREM!</p>	<p><b>Stages</b> Accompagnement <b>Rédaction de CV</b> Aide à l'emploi et aux entretiens <b>Formation</b></p>
	<p>7962, rue Hochelaga, 2<sup>e</sup> étage Montréal QC H1L 2K8 514 356-3226, poste 231 pitrem.org</p> <p>   </p>
<p>Avec la participation financière de:</p> <p> </p>	

Évidemment, on attendra de vous que vous respectiez vos horaires de travail. Faire des heures supplémentaires ou rester tard au travail, lorsque rien ne le justifie (bouclage de projet par exemple), peut être mal interprété par vos collègues et signe que vous vous organisez mal dans l'accomplissement de vos missions.

## Le choix d'une personne et pas seulement d'un CV lors de l'embauche

Il est important de comprendre que lors d'une entrevue d'embauche, un employeur va chercher à trouver la bonne personne, qui a non seulement les qualités et les compétences pour le poste visé, mais aussi qui saura bien s'intégrer auprès de ses collègues, dans une dynamique de collaboration, ainsi que des points de vue du caractère, des valeurs et de l'esprit d'équipe. Ainsi, il se peut parfois que vous ne soyez pas sélectionné pour un emploi, non pas parce que votre profil n'est pas bon, mais uniquement parce que le recruteur pense que vous ne correspondez pas aux valeurs et au mode de fonctionnement de l'équipe.

## Les relations avec ses collègues

### HOMME-FEMME : UNE SOCIÉTÉ ÉGALITAIRE

La société québécoise place la question de l'égalité hommes-femmes au cœur de ses préoccupations. Les relations entre les hommes et les femmes sont plus égalitaires et plus affirmées que dans la plupart des pays au monde. Indépendantes et libres, les femmes occupent également des postes à tous les niveaux de la hiérarchie.

### LES RAPPORTS AVEC LA HIÉRARCHIE

Les relations entre les hommes et les femmes sont plus égalitaires et plus affirmées que dans la plupart des pays au monde. Indépendantes et libres, les femmes occupent également des postes à tous les niveaux de la hiérarchie. Au Québec, les rapports avec son patron sont moins formels et officiels que dans d'autres pays. Les relations sont moins pyramidales et plus directe. Cependant, cette l'accessibilité de sa hiérarchie ne doit pas être confondue avec familiarité : même si la conversation est cordiale et détendue, votre dirigeant – tout comme vos collègues – ne sont pas des amis. Le tutoiement qui vient spontanément au Québec ne signifie pas que vous soyez amis.

Au Québec, les patrons ont tendance à privilégier des réunions d'équipe participatives lors desquelles chacun peut prendre la parole. Les décisions sont rarement unilatérales et votre supérieur hiérarchique intégrera certainement dans le plan d'action final les

### Références professionnelles

Il est d'usage qu'un recruteur vous demande des références d'anciens employeurs. Vous pourrez lui en fournir quelques-unes qu'il pourra appeler pour prendre des renseignements sur vous, vos compétences et attitudes au travail. Il est donc important de quitter votre employeur en bons termes.

Pour les immigrants qui n'ont pas d'historique professionnel au Québec, sachez que tout type d'emploi que vous aurez occupé à vos débuts peut servir de référence, même si vous n'avez pas exercé dans votre secteur d'activités. Que vous ayez été serveur alors que vous avez une expérience en logistique n'a pas d'importance : votre futur employeur interrogera votre ancien employeur sur votre comportement, votre ponctualité, etc.

idées ayant fait l'unanimité. Il est donc rare qu'un chef soit très directif. Si vous occupez un poste de gestionnaire, veillez à intégrer le travail participatif dans la gestion d'équipe.

### LE DÉROULEMENT D'UNE RÉUNION D'ÉQUIPE

Les réunions d'équipe sont généralement très préparées et visent à l'efficacité. L'ordre du jour établi et le temps imparti à la réunion sont respectés. Si vous êtes amené à faire une présentation lors d'une séance de travail en équipe, préparez bien votre exposé : il s'agit d'aller à l'essentiel en quelques points. On attendra de vous que vous soyez pragmatique et concret.

### LES MODES DE COMMUNICATION

Les discussions lors d'une réunion d'équipe cherchent le consensus. C'est un point important à retenir. Chacun prend la parole à tour de rôle pour exprimer son avis de manière ouverte, simple et précise. En cas de désaccords, il est rare que le conflit s'exprime de façon directe. Les divergences de point de vue s'expriment de manière plus implicite. Il faut donc être attentif aux remarques que vos supérieurs et vos collègues peuvent vous adresser : peut-être qu'entre deux commentaires positifs, se glisse une allusion qui est plus négative, ce que l'on appelle ici la « méthode sandwich ». À vous de la repérer. Un conflit se réglera avec la recherche d'un compromis. La critique se veut constructive, mais aussi positive.

Le politiquement correct est de mise au Québec. Souvent difficile à comprendre pour le nouvel arrivant, ce mélange de retenue, d'idées simples, de thèmes fédérateurs et de sourires faciles alimentera pourtant vos premières discussions avec les habitants de la province, votre voisin et votre collègue de bureau. Dans vos conversations, choisissez avec soin vos mots et vos sujets.

### Jours fériés au Québec

Le 1<sup>er</sup> janvier (Jour de l'An) ; le Vendredi saint ou le lundi de Pâques (au choix de l'employeur) ; le lundi qui précède le 25 mai ; (Journée nationale des patriotes) le 24 juin (fête nationale du Québec) ; le 1<sup>er</sup> juillet (fête nationale du Canada) ; le 1<sup>er</sup> lundi de septembre (fête du Travail) ; le 2<sup>e</sup> lundi d'octobre (Action de grâce) ; le 25 décembre (Noël).

Dans le doute, brisez la glace autour d'un sujet de culture ou de société, comme la météo ou les derniers résultats des Canadiens, l'équipe de hockey de Montréal.

### LA SÉPARATION VIE PRIVÉE/VIE PROFESSIONNELLE

Vous pourrez nouer des relations cordiales, voire amicales, avec vos collègues, mais la société québécoise effectue une césure entre la vie privée et la vie professionnelle. Certains immigrants trouvent parfois difficile le fait que les relations amicales se développent sur un temps long. Ne vous attendez pas à ce qu'un collègue vous invite chez lui. À l'inverse, il sera surpris et gêné si vous lui proposez de venir souper chez vous pour que vos familles se rencontrent.

Ne vous laissez donc pas berner par les discussions parfois très personnelles que vous pourrez avoir avec des collègues québécois, qui parlent facilement de sujets qui seraient ailleurs réservés à des cercles sinon intimes, au moins privés.

### RYTHME DE LA JOURNÉE DE TRAVAIL

La durée légale de temps de travail hebdomadaire est de 40h, même si un travail est considéré à temps plein dès 30h par semaine. Au Québec les journées démarrent généralement entre 8h30 et 9h. La pause pour le déjeuner se prend vers midi. Les Québécois apportent ainsi bien souvent leur repas au bureau. Beaucoup d'entreprises mettent à disposition une cuisine avec un micro-ondes et un réfrigérateur. Elle est réduite à une trentaine de minutes, ce qui permet aux salariés de quitter le bureau entre 16h30 et 17h.

## L'USAGE DE LA LANGUE FRANÇAISE AU TRAVAIL

---

Le français est la langue officielle du Québec. Cela constitue une particularité dans le paysage canadien, à majorité. Mais c'est également une surprise pour certains immigrants qui pensent arriver dans un univers anglophone. Le français est un élément important constitutif de l'identité des Québécois, ce qui explique que l'usage de la langue française soit défendu et revendiqué. Il est donc nécessaire de parler le français pour s'intégrer dans la vie quotidienne, mais également au travail.

Le Québec a mis en place une politique linguistique, qui repose principalement sur la Charte de la langue française (appelée également loi 101) adoptée en 1977, visant à promouvoir la langue française. L'article 4 de la Charte reconnaît aux travailleurs le droit d'exercer leurs activités en français. Les employeurs du Québec sont tenus de respecter ce droit fondamental.

Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion offre différentes formules de cours, qui se déploient au Québec et à l'étranger, en classe et en ligne.

## Suivre des cours de français avant son départ

Il est recommandé de suivre des cours de français avant votre départ et d'utiliser les outils de francisation mis en ligne par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI). Des Alliances françaises et certains instituts français hors Québec ont signé des accords avec le MIDI permettant aux personnes désireuses d'immigrer au Québec d'apprendre ou de perfectionner leur français tout en découvrant les valeurs communes et les codes socioculturels de la société québécoise. Les personnes possédant un Certificat de sélection du Québec (CSQ) peuvent, à leur arrivée au Québec, se faire rembourser jusqu'à 1 500 \$ CAN pour des cours de français suivis chez les partenaires du MIDI depuis l'étranger.

→ [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/pays-depart/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/langue-francaise/pays-depart/index.html)

## Des outils en ligne

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

**Francisation en ligne (FEL) :** ces cours sont réservés aux personnes de plus de 16 ans détentrices d'un Certificat de sélection du Québec (CSQ). En plus des cours de français de stade intermédiaire et avancé, ils comportent des modules d'auto-apprentissage du français en ligne dans les domaines spécialisés suivants : la santé et les soins infirmiers, le génie et les sciences appliquées, l'administration, le droit et les affaires.

→ [fel.gouv.qc.ca](http://fel.gouv.qc.ca)

**Banque d'exercices en ligne :** comptant plus de 2 000 exercices, cette banque s'adresse aux étudiants de français langue seconde de stade débutant, intermédiaire et avancé. Avant de commencer, faites le

test d'évaluation pour choisir les exercices qui conviennent à votre niveau de compétences en français.

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

**Office québécois de la langue française (OQLF)** : vous trouverez, sur ce site Internet, une banque de dépannage linguistique, des exercices pour tester vos connaissances ainsi qu'un lien vers des ressources d'exercices à faire en ligne.

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

## Poursuivre ses efforts une fois au Québec

Une fois sur le sol québécois, vous aurez peut-être besoin de perfectionner votre compréhension et expression orale et écrite. Pour ce faire, le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et ses partenaires (organismes à but non lucratif, collègues, universités et commissions scolaires, établissements d'enseignement, universités, etc.) offrent des cours de français, à temps complet ou à temps partiel dans toutes les régions du Québec.

Des cours sont également offerts spécialisés de niveaux plus avancés à temps partiel qui comprennent des cours de communication orale et de français écrit et des cours pour faciliter l'accès à certains domaines professionnels : domaines du génie et des sciences appliquées, de la santé et des soins infirmiers ainsi que de l'administration, du droit et des affaires vous sont également proposés.

Si vous suivez des cours à temps complet, vous pourriez avoir accès, selon votre catégorie d'immigration, à une aide financière.

Pour connaître les programmes, lieux et horaires de cours :

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

### Info Apprendre : 1 888 488-3888

La ligne Info Apprendre est un service gratuit, confidentiel et bilingue d'aide et de référence, pour toute personne souhaitant compléter une formation, allant de la formation de base à l'obtention d'un diplôme d'études supérieures.

## Francisation en entreprise

Sachez également que votre employeur peut obtenir un soutien pour mettre en place des classes de français dans son entreprise. De plus, diverses formules de cours sont offertes aux entreprises pour franciser leurs employés immigrants qui ne parlent pas ou qui parlent peu français et qui ne peuvent pas s'inscrire aux cours réguliers à temps complet ou à temps partiel. À certaines conditions, les cours sont gratuits pour les entreprises. En effet, dans le cadre de la Stratégie commune d'intervention pour le grand Montréal, Emploi-Québec et le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) assument les coûts de ces cours, selon la formule choisie, et

### Petit vocabulaire du travail

@ : se dit « a commercial »

**Appliquer** : déposer sa candidature

**Avoir de l'ouvrage** : avoir du travail

**Babillard** (un) : tableau d'affichage

**Boss** (un ou une) : patron

**Canceler un rendez-vous** : annuler un rendez-vous

**Céduler un rendez-vous** : prendre un rendez-vous

**Cellulaire** (un) : téléphone portable (mobile)

**Checker** : vérifier

**Courriel** (un) : courrier électronique (e-mail)

**Deleteur** : supprimer

**Downloader** : télécharger

**Fin de semaine** : week-end

**Forwarder** : faire suivre, transférer

**Job** (une) : mot (féminin) désignant le travail

**Jobine** (une) : mot (féminin) désignant un petit boulot

**Laptop** (un) : ordinateur portable

**Luncher** : prendre le repas du midi

**Patente** (une) : un truc, une chose

**5 à 7** (un) : moment de la journée (de 17h à 19h) où les collègues se retrouvent au bar pour discuter et décompresser après la journée de travail. Les bars affichent souvent des tarifs spéciaux pour ces deux heures de temps.

en assurent l'organisation avec la collaboration de nombreux partenaires de la région métropolitaine de Montréal.

→ [carrefourfrancisatation.com](http://carrefourfrancisatation.com)

Outre les cours proposés en classe par le ministère et ses partenaires, l'offre publique de cours de français langue seconde au Québec est très diversifiée. Vous pouvez décider d'étudier à vos frais dans une école près de chez vous ou en ligne.

## FAIRE ÉVALUER SES DIPLÔMES, RECONNAÎTRE SES ACQUIS ET SES COMPÉTENCES

---

### L'Évaluation comparative des études effectuées hors du Québec : un système de comparaison

Outil conçu à l'origine pour aider les employeurs à situer le niveau des études effectuées hors du Québec, l'Évaluation comparative est un document qui fournit une description générale des documents scolaires (diplômes et relevés de notes) et des études effectuées dans un système scolaire officiellement reconnu par le ministère de l'Éducation d'un pays ou d'une province autre que le Québec. L'Évaluation comparative indique à quoi peuvent être comparées ses études par rapport au système scolaire québécois et à ses principaux diplômes. Ce ne sont pas tous les employeurs au Québec qui demandent l'Évaluation comparative. Il est donc important de bien vous informer avant de déposer une demande.

Si vous avez besoin de cette Évaluation, il vous faudra envoyer des copies certifiées conformes de vos diplômes et relevés de notes, consulter la liste des autorités reconnues pour certifier conformes des documents sur le site Internet du MIDI, vous acquitter des frais (119 \$ CAN en 2019).

→ [immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/evaluation-comparative/index.html](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca/fr/travailler-quebec/evaluation-comparative/index.html)

Pour connaître les tableaux comparatifs de diplômes pays par pays, consultez le site du Centre d'information canadien sur les diplômes étrangers (CICDI) :

→ [cicic.ca/781/Evaluateur/index.canada](http://cicic.ca/781/Evaluateur/index.canada)



**IMPORTANT** : Il faut distinguer les procédures d'évaluation comparative des diplômes de celles de la reconnaissance des acquis et des compétences. La première revient à faire comparer ses diplômes obtenus à l'étranger avec ceux sanctionnant le système éducatif québécois. La deuxième permet de valider des compétences acquises par votre formation ou vos expériences de travail ou de vie et d'obtenir une reconnaissance officielle, comme un diplôme québécois.

## La reconnaissance des acquis scolaires et extrascolaires

Si vous souhaitez poursuivre un cursus au secondaire, au collège ou à l'université, les établissements d'enseignement peuvent reconnaître vos acquis scolaires et extrascolaires. Par exemple, si vous avez suivi une formation dans le cadre du travail ou reçu une attestation relative à des activités menées dans le milieu communautaire, ces acquis extrascolaires peuvent faire l'objet d'une reconnaissance.

Dans le cadre d'un programme d'études, cela pourrait vous dispenser de suivre les cours pour lesquels l'établissement aura jugé que vous avez les connaissances suffisantes.

Renseignez-vous sur les modalités auprès des établissements d'enseignement.

« La combinaison de la mesure de soutien aux travailleurs autonomes et des formations du SAJE a été déterminante à chaque étape du lancement de mon entreprise : formation, accompagnement, réseau - et une aide financière supportée par Emploi-Québec pendant un an, quel que soit le revenu gagné. »



**HABIB**

Algérie

STATUT

Résident

permanent

ARRIVÉ EN

2010

INSTALLÉ À

Montréal

## La reconnaissance des compétences : valider votre expérience professionnelle

La reconnaissance des compétences est un processus d'évaluation qui vous permet d'obtenir une reconnaissance officielle de vos compétences acquises à travers vos expériences de travail, que celles-ci aient été rémunérées ou non.

La reconnaissance des compétences s'adresse à toute personne qui possède une expérience de travail significative dans le métier pour lequel elle veut obtenir une reconnaissance. Cette expérience professionnelle peut avoir été acquise au Québec comme à l'étranger. Votre expérience dans votre pays d'origine est donc valable. Selon votre objectif de travail, vos besoins et votre secteur d'activités, deux possibilités s'offrent à vous :

**la Reconnaissance des acquis et compétences (RAC)**, offerte par des établissements d'enseignement, vous permet d'obtenir un diplôme d'études de niveau professionnel (secondaire) ou technique (collégial), sans avoir besoin de passer par un parcours scolaire classique. Pour en savoir plus sur la RAC dans toutes les régions du Québec, visitez le site du Centre d'expertise en reconnaissance des acquis et des compétences :

→ [ceracfp.ca](http://ceracfp.ca)

**la Reconnaissance des compétences de la main-d'œuvre (RCMO)**, qui relève du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, vous permet d'obtenir un Certificat de qualification professionnelle qui équivaut à une carte de compétence.

Enfin, il existe un nouveau portail d'information et d'aiguillage en matière de reconnaissance des compétences, qui constitue certainement le meilleur outil de référence en la matière. En fonction de votre expérience, de vos études ou du métier que vous souhaitez exercer, Qualifications Québec vous oriente vers les ressources qui vous sont les mieux adaptées, afin de vous permettre de faire reconnaître tout ou partie de vos acquis.

→ [qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences](http://qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences)

## Des services d'accueil, de référence, de conseil et d'accompagnement (SARCA)

Ils sont disponibles dans les commissions scolaires et s'adressent aux adultes qui souhaitent obtenir un diplôme d'études

secondaires (DES) ou un diplôme d'études professionnelles (DEP). Ces services sont gratuits et visent à :

- s'informer sur les formations et les métiers ainsi que sur l'aide financière possible pour un retour aux études ;
- s'orienter vers un métier ou une formation répondant à ses besoins et intérêts ;
- être accompagné pour clarifier son projet de formation et pour faire reconnaître officiellement ses acquis ;
- faire le bilan de ses acquis pour dresser le portrait de ses compétences acquises tant au niveau scolaires que comme travailleur et citoyen.

Il faut s'adresser à une commission scolaire pour obtenir les services personnalisés d'un SARCA et y recevoir toute l'information concernant les études au niveau secondaire, en formation générale des adultes ou en formation professionnelle.

## SE FORMER À L'ÂGE ADULTE

En tant que nouvel arrivant, il sera peut-être nécessaire de mettre à niveau vos connaissances au regard du contexte québécois. D'un pays à un autre, les méthodes de travail, les techniques et les technologies utilisées ne sont pas forcément les mêmes. N'hésitez pas à suivre une formation : elle vous permettra ensuite de démarrer

« Un DESS en finance à l'UQÀM suivi d'un permis de travail post-diplôme m'ont permis d'actualiser mes connaissances et surtout de valider mes acquis auprès de futurs employeurs. Après un an de contrats temporaires chez Desjardins où j'ai pu bâtir mon expérience, j'ai finalement accédé à un poste permanent et stimulant ! »



**HAFIZ**

Côte d'Ivoire

STATUT

Étudiant

ARRIVÉ EN

2013

INSTALLÉ À

Montréal

plus vite sur le marché de l'emploi. Si vous exercez un métier ou une profession réglementé, une formation ou un stage sera certainement obligatoire. Par la suite, pour continuer à évoluer professionnellement ou en cas de réorientation de carrière, la formation tout au long de votre vie devra faire partie de vos habitudes.

Téléchargez également gratuitement notre webmagazine dédiés au retour aux études à l'âge adulte :

→ [immigrantquebec.com/fr/consulter/webmagazines](http://immigrantquebec.com/fr/consulter/webmagazines)

## La reprise des études : une démarche ancrée dans la vie professionnelle

Au Québec, il est d'usage de permettre aux adultes de continuer à se former tout au long de la vie professionnelle. Les Québécois jugent l'apprentissage nécessaire pour évoluer avec les transformations de la société : développement des connaissances techniques, changements des technologies, nouvelles professions, etc. Un retour aux études permet aux travailleurs de s'adapter aux nouvelles réalités du monde contemporain. Dès lors, la formation continue fait partie de l'univers du travail. Les employeurs sont nombreux à l'encourager, conscients des bienfaits qu'ils en

### Des formations techniques sur mesure pour les immigrants

Un certain nombre d'établissements, des collèges et des cégeps notamment, offrent des cours spécifiques pour des adultes immigrants leur permettant de développer des connaissances et acquérir de nouvelles compétences dans le contexte québécois, tout en valorisant déjà les acquis et l'expérience cumulés à l'étranger.

À Montréal :

Cégep Marie-Victorin : [collegemv.qc.ca](http://collegemv.qc.ca)

Collège de Bois-de-Boulogne : [bdeb.qc.ca](http://bdeb.qc.ca)

Collège de Maisonneuve : [cmaisonneuve.qc.ca](http://cmaisonneuve.qc.ca)

Collège Champlain : [champlainrac.com](http://champlainrac.com)

En région :

Cégep de La Pocatière : [cegeplapocatiere.qc.ca](http://cegeplapocatiere.qc.ca)

Cégep Garneau : [cegepgarneau.ca](http://cegepgarneau.ca)

Répertoire des cégeps du Québec : [cegepsquebec.ca](http://cegepsquebec.ca)

retireront avec une équipe plus performante, et à accepter de prendre en charge financièrement certaines formations et/ou d'adapter les horaires de travail pour faciliter l'acquisition de compétences manquantes ou nouvelles.

À SAVOIR : les entreprises dont la masse salariale annuelle est de deux millions de dollars et plus doivent investir, au cours de l'année, au moins 1 % de cette masse salariale dans des activités de formation pour le personnel (la « Loi du 1 % »). De plus en plus, d'autres entreprises, non assujetties à cette loi favorisent la formation de leurs employés.

À moins que votre employeur ne prenne en charge les frais de formation, il vous faudra déboursier une somme d'argent, qui varie selon le type de formation et le niveau d'enseignement, pour retourner aux études à temps plein ou à temps partiel. Renseignez-vous auprès d'Emploi-Québec, du ministère auquel l'établissement est rattaché ou de l'établissement d'enseignement directement, si vous pouvez être admissible à une aide financière ou une bourse d'études, lorsque vous retournez aux études à temps plein. De plus, les Services d'accueil, de référence, de conseil et accompagnement (SARCA) des commissions scolaires offrent

## PASSEPORT POUR VOTRE CARRIÈRE AU QUÉBEC

### LA FORMATION PROFESSIONNELLE

 **DEP | ASP | AEP | AF**

Diplômes du ministère de l'Éducation  
et de l'Enseignement supérieur

#### VOUS ÊTES DÉJÀ DIPLÔMÉ ?

La formation professionnelle permet d'arrimer vos compétences professionnelles aux normes, standards, déontologie et culture du marché du travail québécois.

#### VOUS ENVISAGEZ UNE NOUVELLE CARRIÈRE ?

Nos 40 programmes ouvrent les portes d'autant de métiers, dont plus de la moitié figurent au palmarès des emplois en grande demande dans l'économie québécoise.

[eve1jour.ca](http://eve1jour.ca)

*Venez voir de près !*

Scolarité accessible

± 110 \$ à

± 1 220 \$

Prêts et bourses

Aide au placement



des services personnalisés et gratuits pour un retour aux études au niveau secondaire.

→ Emploi Québec : [quebec.ca/emploi](http://quebec.ca/emploi)

→ Fédérations des commissions scolaires du Québec (FCSQ) : [fcsq.qc.ca](http://fcsq.qc.ca)

## Comprendre le système scolaire québécois

Le système d'éducation se répartit entre : le préscolaire (1 à 2 années), le primaire (6 années), le secondaire (5 années), le collégial ou cégep (2 à 3 années) et l'enseignement universitaire.

L'enseignement secondaire est sanctionné par l'obtention d'un diplôme d'études secondaires (DES), un diplôme d'études professionnelles (DEP) ou pour certains programmes, une attestation de spécialisation professionnelle (ASP).

L'enseignement collégial est sanctionné par l'obtention d'un DEC (diplôme d'études collégiales) ou pour certains programmes courts d'une AEC (attestation d'études collégiales).

Pour l'enseignement universitaire, il faut compter 3 à 4 années d'études pour obtenir un baccalauréat (1<sup>er</sup> cycle), 2 années pour

### Diplômes et notes scolaires à emporter lors de votre départ pour le Québec

Il s'avère utile d'emporter tous ses documents scolaires avec soi au Québec : originaux des diplômes et des relevés de notes, ou copies certifiées conformes. Cela vous sera nécessaire pour demander une évaluation comparative des diplômes, pour compléter une reconnaissance des acquis et des compétences par la formation manquante, vous inscrire dans un établissement d'enseignement, suivre une formation ou exercer une profession ou un métier réglementés.

Il est bienvenu aussi de se munir de lettres de vos différents employeurs. Idéalement, ces lettres devraient contenir les dates et la durée de l'emploi mais également la description des tâches et responsabilités. Elles pourront faire partie des éléments de preuves de compétences auprès d'employeurs québécois et servir à préparer votre dossier de candidature pour un parcours de reconnaissance.

la maîtrise (2<sup>e</sup> cycle) et 3 années voire plus pour le doctorat (3<sup>e</sup> cycle).

Au 1<sup>er</sup> cycle, il est également possible d'obtenir un certificat (programme d'une année) et au 2<sup>e</sup> cycle, un diplôme d'études supérieures spécialisées (DESS) (programme d'une année).

À noter que l'enseignement supérieur regroupe l'enseignement collégial et universitaire.

L'enseignement est gratuit au primaire, au secondaire et au collégial. À l'université, des droits de scolarité sont exigés.

## De l'intérêt des immigrants à retourner aux études


Des études montrent que les taux d'activité et d'emploi des immigrants augmentent fortement lorsque le niveau d'études s'élève, et ce, peu importe le lieu d'obtention du diplôme, même si les immigrants titulaires d'un diplôme canadien connaissent, de loin, la meilleure pénétration du marché du travail.

En particulier, une étude de 2017 de l'Institut de la statistique du Québec relève que « près de la moitié de la croissance de l'emploi chez les immigrants (+ 116 000) profite à ceux possédant un diplôme provenant du Canada ».

## Boîte à outils web pour apprendre à l'âge adulte

### FORMATION PROFESSIONNELLE

- Emplois d'avenir : [emploisdavenir.gouv.qc.ca](http://emploisdavenir.gouv.qc.ca)
- Inforoute de la formation professionnelle et technique (FPT) : [inforoutefpt.org](http://inforoutefpt.org)
- Service régional en admission professionnelle (SRAFP) : [srafp.com](http://srafp.com)
- CLIC FP (formation professionnelle sur l'île de Montréal) : [clicfp.qc.ca](http://clicfp.qc.ca)



**À LA RECHERCHE DE PERFECTIONNEMENT?**

**LA FORMATION À DISTANCE, C'EST *Extra!***

[formationextra.com](http://formationextra.com)  
1 855 856-1527

**Extra**  
Formation continue  
Cégep de La Pointe

# Un projet au Québec?

Immigrer, Étudier,  
Travailler, Entreprendre..



5 guides complets pour  
vous accompagner sur  
**immigrantquebec.com**



- Québec métiers d'avenir  
(service clé en main pour  
étudier au Québec) :  
[quebecmetiersdavenir.com](http://quebecmetiersdavenir.com)

## FORMATION TECHNIQUE

- Mon retour au cégep :  
[monretouraucegep.com](http://monretouraucegep.com)

## FORMATION À DISTANCE

- Cégep à distance :  
[cegepadistance.ca](http://cegepadistance.ca)
- Centre régional de formation à distance du Grand Montréal :  
[cspi.qc.ca/distance](http://cspi.qc.ca/distance)
- Comité de liaison interordres en formation à distance (CLIFAD) :  
[clifad.qc.ca](http://clifad.qc.ca)
- Le Formateur (portail des formations en ligne offertes par des cégeps du Québec) :  
[le-formateur.com](http://le-formateur.com)
- Portail de la formation à distance au Québec : [portailfad.qc.ca](http://portailfad.qc.ca)
- Société de formation à distance des commissions scolaires du Québec : [sofad.qc.ca](http://sofad.qc.ca)
- Télé-université - TELUQ : [teluq.ca](http://teluq.ca)

CÉGEP  
**GARNEAU**  
Formation continue  
et service aux entreprises

VOUS VOULEZ  
**PROGRESSER?**  
FAITES COMME EUX!

**progressez.ca** 418 687-5851

# Conseils pour bien démarrer son entreprise

Démarrer une entreprise lorsque l'on est un nouvel arrivant peut s'avérer être un important défi. Il est nécessaire d'acquérir de bonnes connaissances sur la réglementation, la fiscalité, la culture d'entreprise au Québec, le potentiel de son secteur d'activités, etc.

Pour cela, il ne faut pas hésiter à bien s'entourer : il existe de nombreux organismes de conseils et de formations qui pourront vous accompagner tout au long de votre démarrage et votre développement.

## 1. COMPRENDRE LA CULTURE D'ENTREPRISE AU QUÉBEC

La culture d'entreprise et du monde des affaires n'est peut-être pas la même au Québec que dans votre pays d'origine. Certains comportements seront donc moins adaptés : Parlez-en à des entrepreneurs québécois ou immigrants : leurs conseils, leurs erreurs, leurs ressentis vous guideront.

## 2. ÉTABLIR SON PLAN D'AFFAIRES

Évaluer son potentiel de réussite et établir un plan d'affaires sont des étapes incontournables dans la mise en oeuvre de votre projet. Un plan d'affaires est l'ossature de son entreprise : il décrit les objectifs et les moyens pour les atteindre avec une planification précise dans le temps. C'est avec ce document que vous réussirez à convaincre des investisseurs et des fournisseurs.

## 3. CONNAÎTRE LES EXIGENCES RÉGLEMENTAIRES

Vous devrez acquérir des connaissances sur les normes qui encadrent votre domaine d'activités, sur les lois et règlements, sur les normes du travail, les assurances pour les biens de l'entreprise et la responsabilité civile, etc. Pour tous ces aspects, il est fortement recommandé de suivre quelques formations : vous y découvrirez beaucoup et surtout vous pourrez poser toutes vos questions à des professionnels.

## 4. MAÎTRISER LA COMPTABILITÉ ET LA FISCALITÉ AU QUÉBEC

Que vous soyez travailleur autonome ou chef d'entreprise, vous devez vous soumettre à l'impôt sur le revenu : attention donc à mettre assez d'argent de côté. Des déductions fiscales sont possibles, mais doivent toujours être accompagnées de justificatifs. Si vous versez un salaire, il faudra retenir des sommes sur la

paie de votre employé et vous devez aussi payer des charges patronales. Il est également obligatoire de tenir des livres (registres) et de les conserver pendant 6 ans.

## 5. DÉVELOPPER SON RÉSEAU ET FAIRE CONNAÎTRE SON ENTREPRISE

Le réseau est l'une des clés du succès de votre entreprise. Il faut déployer de l'énergie pour développer votre carnet d'adresses. Il est conseillé de bien planifier son réseautage. Sélectionnez vos événements et 5 à 7 avec soin, et une fois sur place cibler les personnes à qui vous souhaitez parler. Le réseautage vous permettra de faire connaître votre entreprise, trouver des partenaires, développer vos projets. Il fait partie intégrante de votre plan de communication et marketing que vous aurez pris soin d'établir (étude de marché, publicité, site Internet, médias sociaux, etc.).

## 6. SE FAIRE ACCOMPAGNER

Pour cela, il ne faut pas hésiter à bien s'entourer : il existe de nombreux organismes pour vous soutenir dans votre projet. Des professionnels du démarrage de la reprise d'entreprise offrent des services le plus souvent gratuits. En plus de proposer de l'aide pour faire un plan d'affaires, ils peuvent vous orienter pour la recherche de financement et les aides auxquelles vous pouvez prétendre.

Si vous ne vous sentez pas à l'aise avec les points énumérés ci-dessus, n'hésitez pas à vous adresser à un des nombreux organismes de soutien. Des professionnels du démarrage et du développement ou de la reprise d'entreprises offrent des services le plus souvent gratuits. En plus de proposer de l'aide pour faire un plan d'affaires, ils peuvent vous orienter pour la recherche de financement et les aides auxquelles vous pouvez prétendre.

- Défi Montréal : [defiMTL.com](http://defiMTL.com)
- Futurpreneur : [futurpreneur.ca/fr/get-started/financing-and-mentoring/newcomer](http://futurpreneur.ca/fr/get-started/financing-and-mentoring/newcomer)
- Info entrepreneurs : [infoentrepreneurs.org](http://infoentrepreneurs.org)
- Objectif en entreprise : [objectifemploi.ca](http://objectifemploi.ca)
- PME MTL : [pmemtl.com](http://pmemtl.com)
- SAJE, accompagnateur d'entrepreneurs (Montréal) : [sajeaffaires.org](http://sajeaffaires.org)
- YES Montreal (Youth Employment Services) : [yesmontreal.ca](http://yesmontreal.ca)

Retrouvez davantage d'information sur la création d'entreprise en téléchargeant gratuitement le guide *Entreprendre au Québec* [immigrantquebec.com/telecharger-les-publications](http://immigrantquebec.com/telecharger-les-publications)

## Le réseautage

Le réseautage est une excellente porte d'accès à une intégration sociale et professionnelle. Dans votre recherche d'emploi, la constitution et l'entretien de votre réseau vont même se révéler primordiaux. Au Québec, il se dit que 40 % à 80 % des postes à pourvoir ne sont pas affichés, mais se combent grâce au bouche à oreille et aux recommandations. Vous l'entendrez de tout bord : au Québec, il faut réseauter. C'est une pratique peu familière aux immigrants qui n'est pas évidente à saisir. Réseauter, ça veut dire quoi? Comment doit-on s'y prendre ? Dans quels endroits peut-on réseauter ? Toutes ces questions, des milliers d'immigrants se les sont posées avant vous. Voici quelques conseils de bonnes pratiques en matière de réseautage.

Le réseau est une question d'attitude et débute dans la vie quotidienne. Il s'agit d'élargir votre cercle de connaissances : à l'école, aux comités des parents d'élèves, dans votre club de sports, en faisant du bénévolat, en parlant à vos voisins, etc. Les occasions sont multiples et dans tous les domaines de la vie. Participez aux fêtes de quartier, aux ateliers proposés par les bibliothèques municipales ou par des centres communautaires, etc. Soyez attentif à toutes les occasions et surtout soyez ouvert. Si vous êtes à la recherche d'un emploi, n'hésitez pas à le dire autour de vous. On compte plus d'un immigrant qui a trouvé un travail grâce à son coiffeur qui avait un beau-frère qui travaillait dans telle entreprise, etc.

Et pour ceux qui ne l'ont pas encore compris, le réseautage n'a rien à voir avec du « piston\* » ou du favoritisme. C'est juste une façon de mettre des personnes en contact : ensuite, à chacune de voir si une opportunité d'emploi peut se profiler.

Pour axer votre réseautage vers le monde professionnel, vous pouvez fréquenter les 5 à 7 des chambres de commerce, des parcs technologiques, des groupes professionnels, etc. Pour connaître les événements de réseautage, vous pouvez consulter les sites Internet de ces organismes.

Les bonnes attitudes à adopter lors d'un 5 à 7 :

- Rendez-vous à une activité de réseautage avec des objectifs précis : qui aimeriez-vous rencontrer ?  
Sur quels sujets aimeriez-vous obtenir de l'information ?

- Ne vous laissez pas impressionner si vous ne connaissez personne. Vous pouvez repérer une autre personne seule et engager la conversation avec elle.
- Apprenez à vous présenter en dix secondes : qui êtes-vous, que cherchez-vous, quelles sont vos principales compétences et réalisations ?
- Évitez les digressions. Allez à l'essentiel et surtout sachez vous arrêter de parler pour écouter les autres.
- Intéressez-vous à ce que font vos interlocuteurs. Vous n'êtes pas là pour parler uniquement de vous, mais pour échanger. Posez-leur des questions sur leur parcours et écoutez attentivement leurs réponses.
- Soyez professionnel, poli et cordial.
- Ayez vos cartes d'affaires à portée de main (et non au fond de votre sac).
- Ne distribuez pas votre carte d'affaires à tout va. Donnez-la aux personnes avec lesquelles vous avez eu un échange allant dans un sens professionnel réciproque.
- Après le 5 à 7, inscrivez sur les cartes d'affaires échangées (ou sur un fichier), l'endroit où vous avez rencontré la personne, de quoi vous avez parlé, etc. En bref, les éléments de contexte.

L'important est que vous repartiez du 5 à 7 en ayant rencontré des personnes ressources et en ayant récolté de l'information qui vous aideront dans votre recherche d'emploi et dans votre développement de carrière.

Le réseautage est basé sur le principe de réciprocité, du « donnant-donnant ». N'hésitez pas à donner en premier, vous aurez un retour d'une façon ou d'une autre. Le réseau n'est pas un carnet d'adresses dans lequel vous pouvez piocher selon vos besoins : il repose sur l'échange. Pour vous aider vos interlocuteurs doivent y trouver leur compte et vice et versa. Le réseau se travaille et s'entretient : il faut se montrer présent régulièrement et avoir de petites attentions (féliciter un partenaire pour un succès, envoyer un courriel de remerciements, transmettre une information que vous trouvez intéressante pour lui, etc.). L'échange n'est pas forcément basé uniquement sur du professionnel : un partenaire vous a mis en contact avec un futur client, mais vous n'avez rien à lui donner en échange. Vous savez cependant qu'il cherche un cours de musique pour son fils. Ça tombe bien car vous connaissez un excellent professeur : vous lui envoyez le contact.

*\* piston : privilégier les relations (souvent haut placées) plutôt que les compétences pour trouver un emploi.*



# CHERCHER UN EMPLOI

## PRÉPARER ACTIVEMENT SA RECHERCHE D'EMPLOI

---

### **S'informer sur le marché de l'emploi et sur son secteur d'activités**

Pour s'insérer plus rapidement sur le marché de l'emploi, il est toujours utile d'entamer ses recherches le plus en amont possible, de même que d'identifier des contacts professionnels, première étape dans la constitution de votre réseau au Québec.

Veillez, avant votre départ, à

- vous renseigner sur le secteur d'activités dans lequel vous souhaitez travailler. Si votre secteur présente peu de débouchés, il faudra peut-être vous préparer à exercer un autre métier, et donc à commencer à démarcher les secteurs connexes. Cela vous évitera d'être déçu de ne pas trouver tout de suite dans votre branche ;
- observer dans quelles régions du Québec votre métier est le plus en demande de main-d'œuvre. L'emploi ne se trouve pas qu'à Montréal et de belles opportunités professionnelles se trouvent dans les autres régions du Québec ;
- vérifier si la profession ou le métier que vous souhaitez exercer est réglementé. Si c'est le cas, regardez sur les sites web des ordres professionnels les conditions requises et les démarches que vous devrez effectuer pour obtenir l'autorisation d'exercer ;

## Déterminer l'appellation de son métier ou profession

Les dénominations peuvent différer d'un pays à un autre. À titre d'exemple, un travailleur social en France correspond à un assistant de service social au Québec, un mécanicien d'ascenseur à un ascensoriste, etc.

## Comprendre le champ d'activités couvert par une profession ou un métier

Il arrive que pour un métier ou une profession portant la même appellation que celle que vous exercez dans votre pays de provenance, les caractéristiques en soient différentes. Vous pouvez vérifier si les principales fonctions qui y sont associées sont celles que vous connaissez en consultant l'outil IMT en ligne. Les différentes appellations, la nature du travail, les conditions d'accès et les niveaux de compétences y sont décrits avec précisions.

→ IMT (Informations sur le marché du travail) en ligne :  
[imt.emploi.quebec.gouv.qc.ca](http://imt.emploi.quebec.gouv.qc.ca)

## Définir ses objectifs professionnels

Chercher un emploi lorsque l'on est un nouvel arrivant implique souvent une redéfinition de ses objectifs professionnels : qu'ai-je envie de faire ? Mon projet semble-t-il réalisable ? Ai-je la bonne formation ? Ma profession est-elle réglementée ? Comment se pratique-t-elle au Québec ? Y-a-t-il une adéquation entre mon projet et le marché du travail québécois ? etc. Autant de questions nécessaires pour établir son projet de vie au travail. En cas de doute, un conseiller en orientation peut généralement aider à faire le bilan de ses compétences et définir son projet. Une fois les objectifs professionnels établis, un conseiller en emploi peut poursuivre le travail d'accompagnement en aidant à définir une stratégie pour concrétiser le projet.

→ Plus d'information sur les conseillers en orientation du Québec :  
[orientation.qc.ca](http://orientation.qc.ca)

## Faire le point sur ses compétences transversales

Au Québec, les compétences transversales doivent être mises en valeur. Si vous n'avez pas les compétences exactes requises pour le



poste sur lequel vous postulez, réfléchissez à celles que vous pouvez mettre en avant : sens de la décision, de la communication, méthodologie, analyse de l'information, etc, en particulier à l'appui de réalisations passées. Vous pourrez alors montrer que vous êtes en mesure d'exploiter ces compétences et d'en acquérir de nouvelles.

## Réunir tous les documents liés à son expérience professionnelle

Il est toujours utile de vous constituer un dossier regroupant vos diplômes, relevés de notes scolaires, attestations de formation, certifications professionnelles, lettres de recommandations d'employeurs, etc. Par exemple, si vous êtes amené à devoir reprendre vos études, vous aurez besoin de vos diplômes et relevés de notes antérieurs, de même, selon les cursus, que des lettres de recommandations d'anciens. Si vous êtes en mesure de montrer vos

### Classification nationale des professions (CNP)

La Classification nationale des professions (CNP) est une banque de données qui référence plus de 40 000 appellations d'emplois réparties en 500 profils de groupes professionnels. Elle divise en quatre grands niveaux de compétence (A, B, C et D) établis en fonction de la durée et du niveau de formation ou d'études.

#### Niveaux de compétence :

- A. Une formation universitaire caractérise habituellement ces professions
- B. Une formation collégiale ou professionnelle ou un programme d'apprentissage caractérise habituellement ces professions
- C. Une formation de niveau secondaire et quelques cours de courte durée ou une formation spécifique à la profession
- D. Une formation en cours d'emploi caractérise habituellement ces professions

La CNP propose également un classement en fonction du genre de compétence lié à une profession donnée. Les professions de gestion ont un code débutant par 0.

[noc.esdc.gc.ca](http://noc.esdc.gc.ca)

réalisations, n'hésitez pas à produire un book physique ou en ligne. Ayez-les toujours avec vous : on ne sait jamais quand on va rencontrer une personne susceptible d'être intéressée par votre travail.

## Consulter des répertoires d'entreprises

Pour se constituer une base potentielle d'employeurs à contacter, il est pertinent de consulter IMT en ligne et de cliquer sur l'onglet « Trouvez une entreprise ». Ensuite, il faut sélectionner la région de travail souhaitée, voire les municipalités où vous préférez travailler puis sélectionner le secteur d'activité désiré.

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

## Comité sectoriel de main-d'œuvre (CSMO)

Composés de représentants d'associations patronales, d'entreprises, de syndicats et d'associations de travailleurs, de représentants de ministères et d'organismes en lien avec les secteurs concernés, les CSMO définissent les besoins propres à leur secteur, proposent des mesures pour stabiliser l'emploi, réduire le chômage et développent la formation continue.

### Liste des 29 CSMO :

Aérospatiale, Aménagement forestier, Caoutchouc, Chimie, pétrochimie, raffinage et gaz, Commerce de détail, Commerce de l'alimentation, Communications graphiques, Culture, Economie sociale et action communautaire, Environnement, Fabrication métallique industrielle, Horticulture ornementale-commercialisation et services, Industrie électrique et électronique, Industrie maritime, Industrie minière, Industrie textile, Métallurgie, Pêches maritimes, Plasturgie, Portes et fenêtres, meubles et armoires de cuisine, Production agricole, Produits pharmaceutiques et biotechnologiques, Services automobiles, Soins personnels, Technologies de l'information et de la communication, Tourisme, Transformation alimentaire, Transformation du bois, Transport routier

La consultation des sites Internet de chaque CSMO vous permettra de vous familiariser avec votre secteur d'activités : besoin en main-d'œuvre, programme de formation, compétences requises, etc.

[cpmt.gouv.qc.ca/reseau-des-partenaires/comites-sectoriels.asp](http://cpmt.gouv.qc.ca/reseau-des-partenaires/comites-sectoriels.asp)

## PROSPECTER LE MARCHÉ DE L'EMPLOI

Prospecter le marché est une étape cruciale. Il faut savoir tendre l'oreille, regarder de près les ressources et stratégies mises à disposition pour ensuite pouvoir les utiliser. Identifier les bonnes pratiques et s'équiper des outils adéquats formeront le socle de votre édifice. Dès lors, vous serez en mesure de vous fixer des objectifs et d'élaborer votre stratégie. En voici quelques-unes.

### Consulter les offres d'emploi sur Internet et dans la presse

Beaucoup d'offres d'emploi transitent en-dehors des canaux publics traditionnels. Toutefois, il ne faut pas sous-estimer l'importance des plateformes d'annonces, qu'elles soient publiques ou privées, généralistes ou spécialisées à certains domaines d'activités.

Les sites Internet offrent également la possibilité de déposer un CV en ligne dans leurs banques de données. Ils donnent aussi des conseils utiles sur la recherche d'emploi, le CV, la lettre de présentation, l'entrevue d'embauche.

**Trouvez  
un emploi  
à la hauteur  
de vos  
compétences !**



**Des milliers d'emplois  
sont disponibles  
au Québec.**

Découvrez nos  
opportunités sur  
**auray.com**  
et postulez en ligne.

 **AURAY**Sourcing<sup>inc</sup>

Membre de



Raymond Chabot  
Grant Thornton

Les journaux publient également des annonces d'offres d'emploi. En fonction de votre lieu de résidence, consulter la presse locale peut vous renseigner sur les entreprises qui recrutent. Reportez-vous au ZOOM « Ressources en ligne pour la recherche d'emploi », page 138.

## Contacteur une agence de placement

Déposer sa candidature dans une agence de placement peut être une bonne démarche pour trouver une première expérience professionnelle. Certaines agences exigent que vous travailliez sous leur contrat pendant une période de temps déterminée : ainsi, si l'entreprise dans laquelle vous effectuez une mission grâce à une agence de placement souhaite vous embaucher, il se peut que vous soyez tenu de rester sous le contrat de l'agence de placement encore quelques mois.

Il existe de nombreuses agences généralistes ou spécialisées sur certains secteurs d'activités. Les firmes internationales comme Adecco ou Manpower sont présentes au Québec, mais vous pouvez également vous tourner vers des agences locales. Vous trouverez un répertoire des agences de placement sur le site :

→ [agences-de-placement.ca](http://agences-de-placement.ca)

## Une multitude d'emplois disponibles au Québec

AURAY Sourcing, filiale de Raymond Chabot Grant Thornton, est spécialisée dans le recrutement international et propose aux nouveaux arrivants et candidats internationaux un service complet et gratuit dans leurs recherches d'emploi. Les candidats retenus seront accompagnés dans leur processus de recrutement, leurs démarches administratives et subséquemment dans leur intégration sociale.

Les personnes intéressées peuvent prendre connaissance d'une variété d'opportunités d'emploi disponibles à la grandeur de la province et postuler directement sur le site [auray.com](http://auray.com).



Membre de  Raymond Chabot Grant Thornton

## Visiter les salons de l'emploi et de la formation

Chaque année au Québec, plusieurs salons ou foires sur l'emploi, les carrières, la formation professionnelle sont organisés. Il existe des salons généralistes ou spécialisés. C'est l'occasion idéale de rencontrer directement des employeurs, déposer votre candidature, vous présenter à la personne des ressources humaines qui sera sur place, récolter les informations sur le marché du travail et les entreprises qui recrutent.

Il est fortement recommandé de bien se préparer avant d'aller au salon :

- consulter la liste des exposants et choisir ceux que vous voulez voir ;
- imprimer des CV et lettres de motivation ;
- faites imprimer des cartes d'affaires, si vous n'en avez pas ;
- préparer une brève présentation de votre parcours qui vous sera utile lorsque vous vous présenterez à l'employeur ;
- apportez un minimum de soin à votre tenue vestimentaire.

Pour connaître les dates des salons et foires dans votre région, consultez le site d'Emploi-Québec :

→ [quebec.ca/emploi/offres-d-emploi/salons-et-foires-de-lemploi](http://quebec.ca/emploi/offres-d-emploi/salons-et-foires-de-lemploi)

## Solliciter un employeur pour une rencontre informelle

Au Québec, les employeurs sont accessibles et peuvent se montrer disponibles pour vous rencontrer, hors du cadre d'un entretien d'embauche. Si vous avez repéré des entreprises susceptibles de vous intéresser, vous pouvez contacter directement par téléphone ou par courriel l'employeur pour solliciter un rendez-vous exploratoire, généralement appelé « rencontre d'information ». Indiquez-lui que vous souhaiteriez bénéficier de son expertise pour connaître le fonctionnement de ce secteur d'activités au Québec. Lors de la rencontre, mentionnez bien entendu que vous êtes à la recherche d'un emploi et laissez votre CV, mais ne perdez jamais de vue que vous n'êtes pas en entretien d'embauche. Vous n'êtes pas là pour vendre vos compétences mais pour vous informer. La conversation sera d'autant plus détendue : posez des questions, montrez-vous curieux, appréciez ses conseils, etc.

## Constituer son réseau de relations

Vous le comprendrez très vite au Québec, le réseau est un allié indispensable dans votre vie professionnelle. Beaucoup d'offres d'emploi ne sont pas affichées publiquement, et le réseau est bien souvent la porte d'entrée principale pour trouver un emploi.

Créer et animer un bon réseau de contacts est donc primordial. C'est une démarche volontaire qui demande application, patience et détermination. Tout d'abord, il est conseillé de se renseigner sur les communautés virtuelles sur internet. Il ne faut surtout pas hésiter à entrer dans des organismes de « réseautage ». Ces groupes (chambre de commerce, associations, clubs privés, etc.) existent pour permettre à leurs membres d'échanger informations et idées. En tant qu'immigrant, il existe un certain nombre de groupe de rencontre et d'intégration comme Internations ou Meetup par exemple. N'hésitez pas à essayer, tout contact est bon à établir !

→ [eventbrite.ca](http://eventbrite.ca)

→ [internations.org](http://internations.org)

→ [meetup.com](http://meetup.com)

→ [mundolingo.org/montreal](http://mundolingo.org/montreal)

Et bien sûr les réseaux sociaux de type Facebook et LinkedIn.

Pour enrichir votre réseau, il ne faut pas négliger non plus l'aspect vie de quartier. Participer à des activités sociales, culturelles, sportives, sera non seulement apprécié par les organisateurs et

« Sans autre espoir qu'un permis de travail fermé pour travailler au Québec, j'ai tout misé sur les événements de réseautage, que j'ai minutieusement planifiés durant un voyage exploratoire de 10 jours. J'ai eu beaucoup de chance que cela fonctionne, mais c'est un moyen tellement génial de rencontrer des gens et se faire connaître ! »



**TIFFANY**

France

STATUT

Permis de travail fermé

ARRIVÉ EN

2017

INSTALLÉ À

Montréal

associations, mais vous permettra également de rencontrer toutes sortes de personnes. C'est aussi l'occasion, lorsqu'on arrive dans un nouveau pays et que l'on connaît peu de monde, de se faire des amis et de partager des activités avec d'autres personnes.

## Distribuer sa carte d'affaires

Outil très intéressant pour la recherche d'emploi, elle diffère cependant de la carte professionnelle des personnes en emploi, car sert de mini-CV pour faire ressortir quelques éléments clés de votre profil.

Elle contient généralement :

- vos nom, prénom et coordonnées (adresse courriel et numéro de téléphone),
- le titre de l'emploi que vous recherchez,

## Faire du bénévolat : une intégration sociale et professionnelle

Au Québec, plus de 37 % de la population âgée de 15 ans et plus fait du bénévolat. L'action bénévole est bien ancrée dans les mentalités et apparaît comme un geste naturel pour bien des personnes. De nombreux nouveaux arrivants s'engagent dans le bénévolat afin de développer un réseau social et professionnel. La pratique d'une activité bénévole pourra vous aider à vous familiariser avec l'environnement québécois, parfaire votre maîtrise du français, faire preuve de vos compétences voire en développer de nouvelles. Il sera également un excellent moyen de maintenir une activité de façon utile, pertinente lorsque vous traversez une période sans emploi.

Vous pourrez inscrire vos activités de bénévoles dans votre CV : un employeur québécois pourra le considérer comme une expérience de travail valide et appréciera certainement vos engagements dans la société québécoise.

Réseau de l'action bénévole du Québec (RABQ) : [rabq.ca](http://rabq.ca)

Fédération des centres d'action bénévole du Québec : [fcabq.org](http://fcabq.org)

Centre d'action bénévole de Montréal : [cabm.net](http://cabm.net)

Centre d'action bénévole de Québec (CABQ) : [cabquebec.org](http://cabquebec.org)

- éventuellement quelques éléments significatifs sur vos compétences/qualités/habilités.

Gardez toujours des cartes d'affaires sur vous, elles peuvent vous être utiles en tout temps.

Distribuez-la autour de vous, à votre réseau de contact, à d'éventuels futurs employeurs que vous aurez rencontrés, à des personnes ressources lors de divers événements de réseautage ou au cours de réunions d'information.

## Améliorer sa visibilité sur les réseaux sociaux

Les réseaux sociaux sur Internet (LinkedIn, Facebook, Twitter, etc.) sont de plus en plus nombreux et fréquentés.

LinkedIn est particulièrement actif au Québec. Beaucoup de recruteurs consultent les profils de candidats potentiels, et contactent les plus pertinents pour une entrevue. Il est donc important de garder votre profil à jour et de détailler votre profil. Inversement, soyez vous aussi proactifs ; devenez membre de groupes de votre secteur professionnel, cherchez et ajoutez tous vos contacts, suivez les compagnies qui vous intéressent et réagissez aux billets postés par les membres de votre réseau. Vous pouvez également approcher les membres du réseau de vos contacts et ainsi les aborder plus facilement. C'est un excellent support pour demander des rencontres d'information ou des conseils. Enfin, vous trouverez aussi des offres d'emploi sur LinkedIn, cet outil est source de multiples possibilités.

« Pour trouver du travail et avancer, j'ai dû faire des concessions et accepter d'exercer un premier métier qui n'était pas le mien. Mais j'avais des acquis, des connaissances, un savoir-faire qui m'ont permis de démarrer gagnant et projeter ma carrière sur le long terme. »



**TAHAR**

Algérie

STATUT

Résident  
permanene

ARRIVÉ EN  
2015

INSTALLÉ À  
Montréal



## LEVER LES PRINCIPAUX OBSTACLES

La recherche de votre premier emploi au Québec peut vous sembler longue, parsemée de difficultés. Plus que quiconque, vous allez devoir redoubler d'efforts pour trouver votre premier emploi. Si le taux de chômage est plus élevé pour les nouveaux arrivants que pour les natifs du Canada, la différence s'estompe au bout de quelques années et il y a fort à parier que vous pourrez retrouver le niveau professionnel que vous occupiez à votre départ en deux ou trois ans.

### La première expérience québécoise

Bien souvent, la première expérience québécoise est aussi la première barrière à l'emploi pour des nouveaux arrivants qui

#### Où apprendre l'anglais à Montréal ?

##### DES ÉCOLES DE LANGUE

Il vous suffira de rechercher sur Internet et de trouver celle qui est la plus près de chez vous ou qui pratique les tarifs les plus avantageux.

##### LES UNIVERSITÉS

Elles proposent toutes des cours d'anglais pour adultes.

##### LES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES

Plusieurs organismes d'accueil aux nouveaux arrivants offrent des cours d'anglais. Vous pouvez également fréquenter l'École internationale de langues du YMCA.

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

##### LES ÉCHANGES ET CONVERSATIONS

Certains préféreront se tourner vers les rencontres humaines. Pour trouver des échanges, consultez les sites :

[montreal.craigslist.org](http://montreal.craigslist.org) ou [conversationexchange.com](http://conversationexchange.com)

##### LORS DE SORTIES EN PLEIN AIR

Plein air interculturel offre des sorties de détente tout en pratiquant son anglais avec les autres participants et l'accompagnatrice, professeur d'anglais.

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

ignorent encore tout ou presque du fonctionnement de l'emploi dans la province. En effet, les seules compétences ne sont pas toujours suffisantes, lorsque les références universitaires et professionnelles d'un candidat sont exclusivement extra-québécoises. L'employeur va besoin d'être rassuré sur d'autres points, notamment si votre statut est temporaire : envisagez-vous de rester au Québec ? Saurez-vous vous intégrer socialement, linguistiquement, culturellement... ?

Autre élément fondamental pour l'employeur : la façon dont le candidat va s'intégrer dans une équipe et travailler de concert selon les valeurs de l'entreprise, mais aussi dans le respect des normes du travail en vigueur. Cela explique pourquoi, de manière générale, le contrôle de référence, si possible québécoise, est si courant et populaire au Québec.

Quoi qu'il en soit, une première expérience professionnelle québécoise se réussit de bien des manières. Voici trois conseils pour bien réussir la vôtre.

### **NE VOUS ÉLOIGNEZ PAS TROP DE VOTRE CHAMP DE COMPÉTENCE**

Privilégiez les emplois, même alimentaires, qui offrent des compétences transférables au travail que vous visez.

### **LAISSEZ UNE BONNE IMPRESSION À VOTRE EMPLOYEUR**

Ne négligez aucun emploi et ne sous-estimez jamais le pouvoir d'une jobine en apparence sans enjeux pour la carrière à laquelle

## **Centre emploi-carrière : services aux chercheurs d'emploi à la Grande Bibliothèque de Montréal**

Emploi-Québec et Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BANQ) offrent, au 2<sup>e</sup> étage de la Grande Bibliothèque, une salle multi-services consacrée à la recherche d'emploi. Ce Centre Emploi Carrière met à la disposition du public ordinateurs, documentation spécialisée et services-conseils par des personnes ressources. Des ateliers gratuits d'information sur le marché du travail, les perspectives d'emploi sont également proposés.

[banq.qc.ca/services/services\\_specialises/centre\\_emploi\\_carriere](http://banq.qc.ca/services/services_specialises/centre_emploi_carriere)



CLUB  
DE RECHERCHE D'EMPLOI  
MONTRÉAL CENTRE-NORD

## VOUS RECHERCHEZ UN EMPLOI ?



Venez profiter  
**GRATUITEMENT**  
de notre expertise  
professionnelle  
et décrochez un emploi,  
un stage ou une formation  
**comme 80%**  
**de notre clientèle !**

Retrouvez-nous sur [cremcn.org](http://cremcn.org)  
Tél: 514 858 6611

[f](#) [in](#) [t](#)

Le Club de recherche d'emploi Montréal Centre-Nord est membre de l'Alliance des centres-conseils en emploi AXTRA et bénéficie du soutien financier d'Emploi Québec.

vous aspirez. Formez-vous aux relations de travail québécoises avec humilité et, dans la mesure du possible, privilégiez la durée et la régularité - 3 mois minimum, 6 mois conseillés.

### WISEZ LARGE

Le salariat n'est pas la seule voie à emprunter pour acquérir une première expérience québécoise. Ici, le bénévolat est reconnu au même titre qu'un emploi, car il peut démontrer un savoir-faire ou des valeurs elles aussi transférables.

### La maîtrise du français et de l'anglais

Dans la plupart des cas, parler le français est un préalable nécessaire pour travailler au Québec et nous vous encourageons, si vous n'êtes pas francophone, à apprendre et perfectionner votre français avant votre départ au Québec et à votre arrivée. En outre, la maîtrise de l'anglais est dans certains secteurs d'emploi un élément indispensable. Ainsi, si vous voulez décrocher une job ou évoluer professionnellement dans une entreprise ouverte sur le Canada et l'Amérique du Nord plus généralement, votre anglais devra être irréprochable. Montréal est la ville la plus bilingue - et même trilingue - du Canada.

## L'adéquation entre sa formation, ses expériences et le marché de l'emploi

Vous pourrez constater que pour occuper certains types de postes ou pour évoluer dans votre carrière, il sera nécessaire d'effectuer un retour aux études et/ou de suivre une formation d'appoint. Toutes les professions ne se pratiquent pas de la même façon d'un pays à un autre et vous familiariser avec la pratique et le contexte québécois est un pas de plus pour votre intégration socioprofessionnelle. Dans cet objectif, le mentorat peut être un très bon outil. D'autre part, il est important de vérifier l'adéquation entre votre secteur d'activités et le marché du travail québécois. Il y a peu de postes disponibles correspondant à votre profession ? Les réorientations de carrières, sans pour autant changer complètement de branche, sont peut-être possibles.

## Trouver un travail et le garder

Trouver un travail est une chose, le garder en est une autre. Le travail à la mode québécoise, les relations entre collègues et avec la hiérarchie ou encore le rythme des journées sont autant de facteurs de changement par rapport à ce dont vous aurez peut-être l'habitude. Autant de facteurs d'une bonne intégration dans votre

### Place aux jeunes en région

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

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

***Vous*  
cherchez  
un emploi?**

**Nous pouvons vous aider.**

**TOUS NOS SERVICES SONT GRATUITS!**

**514-733-3026 crecdn.com**

 **Centre de recherche d'emploi  
Côte-des-Neiges  
Job Search Centre**

Avec la participation financière de:  Québec

Certifié:  EMPLOYEUR  
REMARQUABLE

environnement de travail, mais qui présentent aussi un risque pour votre position et votre évolution. Posez-vous en observateur, vous vous intégrerez d'autant mieux dans l'équipe.

## DES SERVICES D'AIDE À LA RECHERCHE D'EMPLOI

### **Vous faire conseiller par un organisme spécialisé dans l'employabilité des immigrants**

Au Québec, des services spécialisés d'aide à la recherche d'emploi sont offerts aux citoyens canadiens, aux résidents permanents et, parfois, aux résidents temporaires. Il serait dommage de se priver de leurs conseils : ce sont de véritables professionnels dans leur domaine et leurs services sont généralement gratuits.

Vous y trouverez notamment :

- des informations sur le marché du travail québécois, les normes du travail, les formations, la reconnaissance des acquis et des compétences, les équivalences de diplômes, mais aussi sur les habitudes et la vie quotidienne au travail,

- des renseignements sur les mesures d'aide à l'emploi pour les immigrants, les programmes de mentorat et de parrainage professionnel,
  - des ressources utiles comme des sites Internet sur des secteurs d'activités spécialisés, des répertoires d'entreprises,
  - des conseils pour refaire votre CV selon les normes au Québec et les compétences à valoriser auprès d'un employeur,
  - des ateliers de recherche d'emploi et de préparation aux entrevues d'embauche,
  - du conseil individuel,
  - des supports logistiques : accès Internet, fax, téléphone, presse, documentation,
- Répertoires des organismes spécialisés e employabilité (Emploi-Québec) : [quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/aide-a-lemploi/organismes-daide/](http://quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/aide-a-lemploi/organismes-daide/)

## Utiliser les services d'Emploi-Québec et autres organismes rattachés

D'autres services, s'adressant à toute la population québécoise et non uniquement aux immigrants, se révèlent d'une grande utilité dans la recherche d'emploi.

**Le site internet d'Emploi-Québec**, organisme gouvernemental relevant du ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, offre de nombreux outils en ligne : offres d'emploi, ressources sur le marché du travail, perspectives d'emploi, placement étudiant, etc.

→ [quebec.ca/emploi](http://quebec.ca/emploi)

### Besoin d'une expérience en entreprise ?

Le service Expérience en entreprise permet notamment aux nouveaux arrivants à la recherche d'un emploi d'obtenir une expérience de travail dans certains domaines d'activités. Entreprises de construction, rénovation, design, architecture et marketing, les domaines sont variés. Cette initiative s'adresse aux personnes qui veulent clarifier un projet professionnel, faire un stage dans le cadre de leur programme d'études ou encore ceux qui souhaitent obtenir une première expérience québécoise.

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

**Les Centres locaux d'emploi (CLE) :** il existe près de 150 CLE et points de service répartis dans les 17 régions du Québec. Ils offrent des services aux individus en recherche d'emploi : conseils, orientation, banque d'emplois, mise à disposition d'ordinateur, accès internet, etc.

Le personnel des CLE, après étude de votre profil professionnel, peut également vous référer à d'autres organismes spécialisés en employabilité : centres dédiés à la clientèle immigrante, à un secteur d'activités spécifique, à une entreprise d'insertion ou d'entraînement, etc. Des informations sur les mesures d'aide à l'emploi et les programmes de mentorat vous seront délivrées. Pour trouver le CLE le plus proche de chez vous, le localisateur en ligne vous sera utile :

→ [quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/trouver-un-centre-local-demploi-cle-ou-un-bureau-de-services-quebec](http://quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/trouver-un-centre-local-demploi-cle-ou-un-bureau-de-services-quebec)

**Les Centres de recherche d'emploi (CRE) :** leurs services s'adressent à tous les chercheurs d'emploi. Ils y trouveront des conseils en méthodologie de recherche d'emploi, en réorientation professionnelle, en bilan de compétences, ainsi qu'un appui logistique (ordinateur, internet, photocopieur, etc.).

**Club de recherche d'emploi Montréal centre-nord (CREMCN) Inc. :** Œuvrant auprès des chercheurs d'emploi depuis 1991, notre organisme a démontré une expertise reconnue en matière d'employabilité. Nous aidons les nouveaux arrivants, les communautés culturelles et les membres de la société d'accueil à surmonter tous les obstacles qui nuisent à leur recherche d'emploi. Notre approche créative et globale a permis à 80% de notre clientèle à obtenir un travail, un stage ou une formation dans le domaine souhaité.

→ [cremcn.com](http://cremcn.com)

**FABRIQUER  
DU BONHEUR  
UN BISCUIT À LA FOIS**

**Leclerc**

**DÉCOUVREZ  
NOS CARRIÈRES**  
EN PRODUCTION,  
MAINTENANCE ET QUALITÉ

LECLERC.CA/FR/CARRIERES

Parmi les organismes offrant un accompagnement similaire, citons notamment :

- Accès Travail de Montréal : [accestravail.qc.ca](http://accestravail.qc.ca)
- Accueil Liaison pour Arrivants (ALPA) : [alpaong.com](http://alpaong.com)
- Centre de recherche d'emploi de Côte-des-Neiges : [crecdn.com](http://crecdn.com)
- Centre de recherche d'emploi de Pointe-Claire : [crepointeclair.com](http://crepointeclair.com)
- Club de recherche d'emploi Montréal centre-ville (CREMCV) : [cremcv.com](http://cremcv.com)
- Club de recherche d'emploi du Sud-Ouest de Montréal : [cresom.com](http://cresom.com)

**Les Carrefours jeunesse-emploi (CJE)** : ils s'adressent aux personnes de 18 à 35 ans pour les accompagner dans leur recherche d'emploi ou retour aux études. Les services des CJE sont multiples : aide à la définition de projets, mise à disposition d'outils pour chercher un emploi, conseils pour le retour aux études, ateliers de travail sur l'entrepreneuriat, etc.

Des CJE ont mis en place des programmes spécifiques pour les immigrants qui ne se limitent pas à la tranche d'âge des 18 à 35 ans. N'hésitez donc pas à prendre contact avec eux pour un service sur mesure ! Ils sont présents partout au Québec.

- Réseau des Carrefours Jeunesse-Emploi : [rcjeq.org](http://rcjeq.org)
- Collectif autonome des CJE du Québec : [cacjeq.ca](http://cacjeq.ca)

Pour les personnes intéressées de s'établir hors de Montréal, le programme Place aux jeunes en région (PAJR) peut vous aider

## L'intégration en emploi : un répertoire d'initiatives et de programmes en ligne

Un répertoire des services, projets et mesures destinés aux personnes immigrantes ou des minorités visibles, aux organisations et aux employeurs de l'île de Montréal a été mis en ligne par le Conseil régional des partenaires du marché du travail de Montréal. Il est possible de faire des recherches croisées en fonction de son profil et de ses besoins. Un outil bien utile pour vous familiariser avec le marché du travail québécois ! Le site offre aussi également la possibilité de visionner des témoignages d'immigrants et d'employeurs embauchant des personnes immigrantes.

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



à trouver la région qui vous convient (voir Encadré).

Enfin, le site Internet d'Emploi-Québec offre de nombreux outils en ligne accessibles à tous : Placement en ligne : un site où vous pouvez consulter des offres d'emploi, y postuler ou déposer votre CV.

→ [placement.emploiquebec.gouv.qc.ca](http://placement.emploiquebec.gouv.qc.ca)

Information sur le marché du travail (IMT) en ligne : des ressources sur le marché du travail, les métiers et professions en demande, les perspectives d'emploi, les échelles de salaires, etc.

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

Placement étudiant

→ [emploiquebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/emplois-et-stages-pour-etudiants/](http://emploiquebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/emplois-et-stages-pour-etudiants/)

Le site vous propose également de consulter le Guide pratique de recherche d'emploi, des renseignements sur les formations, les aides financières, etc.

## Les entreprises d'entraînement

Les entreprises d'entraînement proposent des lieux d'apprentissage virtuels pour les chercheurs d'emploi : toutes les activités d'une entreprise y sont recrées pour mettre le participant en condition réelle de



## TROUVEZ UN EMPLOI À MONTRÉAL !

Services rapides,  
gratuits et personnalisés  
en français et en anglais  
pour nouveaux arrivants.

2 BUREAUX DANS L'OUEST DE MONTRÉAL  
POUR MIEUX VOUS SERVIR !

Centre de recherche d'emploi  
de Pointe Claire  
[crepointeclair.com](http://crepointeclair.com)  
514 697-1500

Club de recherche d'emploi  
du Sud-Ouest de Montréal  
[cresom.com](http://cresom.com)  
514 366-0660

Avec la participation financière de :

Québec 

travail. Il acquiert ainsi les connaissances nécessaires en bureautique, en informatique, en marketing, en comptabilité, en communication, en administration, en achat/vente, etc. Il apprend également à mener une recherche d'emploi efficace. Une piste à explorer pour les immigrants qui ont besoin de se familiariser avec des outils de travail et la culture des affaires au Québec.

→ [rcee-cpfn.ca](http://rcee-cpfn.ca)

## Les entreprises d'insertion du Québec

Les entreprises d'insertion sont des organismes communautaires et des entreprises d'économie sociale, dotées d'une mission d'insertion sociale. Leur spécificité est qu'elles répondent à des besoins de formation et d'accompagnement de personnes en sérieuses difficultés d'intégration au marché du travail. Contrairement aux entreprises d'entraînement, ce sont de véritables entreprises et les travailleurs en formation possèdent le statut de salarié. Il en existe 48 dans 12 régions.

→ [collectif.qc.ca](http://collectif.qc.ca)

## MESURES D'AIDE À L'EMPLOI POUR LES PERSONNES IMMIGRANTES

Plusieurs mesures gouvernementales proposent aux personnes immigrantes et aux personnes des minorités visibles une aide pour favoriser leur intégration sur le marché du travail. Veuillez noter que certaines initiatives ne s'adressent qu'aux jeunes, étant donné que le taux de chômage des jeunes issus des communautés

### Consulter des modèles de CV en ligne

De nombreux sites Internet proposent de consulter des modèles de CV en ligne. Voici quelques liens utiles.

Emploi-Québec : [emploi.quebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/organiser-sa-recherche-demploi/outils-du-chercheur-demploi/curriculum-vitae](http://emploi.quebec.gouv.qc.ca/citoyens/trouver-un-emploi/organiser-sa-recherche-demploi/outils-du-chercheur-demploi/curriculum-vitae)

Gouvernement du Canada : [jeunesse.gc.ca/fra/sujets/emplois/index.shtml](http://jeunesse.gc.ca/fra/sujets/emplois/index.shtml)

culturelles ou minorités visibles est plus élevé que celui de l'ensemble de la population québécoise.

## Mesures d'aide financière pour favoriser l'insertion professionnelle

Emploi-Québec, le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et Investissement Québec, proposent un programme conjoint visant à soutenir le recrutement et l'intégration au marché du travail de personnes qui vivent leur première expérience de travail nord-américaine dans leur domaine de compétence.

Si vous n'avez jamais occupé un emploi, en Amérique du Nord, dans votre domaine de formation et que vous êtes une personne issue d'une minorité visible ou que vous avez obtenu la résidence permanente depuis moins de 5 ans, il est possible que vous soyez éligible au programme PRIIME. Parce que vous êtes éligible, l'employeur qui souhaite vous embaucher pourrait alors recevoir une aide financière, selon certaines conditions, notamment si le poste qu'il offre correspond à vos compétences et votre niveau de qualification.

→ [quebec.ca/emploi/programme-daide-a-lintegration-des-immigrants-et-des-minorites-visibles-en-emploi-priime/](http://quebec.ca/emploi/programme-daide-a-lintegration-des-immigrants-et-des-minorites-visibles-en-emploi-priime/)

### CV : les essentiels à savoir

Il est très important de se rappeler qu'au Québec, un CV ne doit comporter ni photo, ni âge, ni statut civil ou autre mention qui pourrait être discriminante. Il est courant qu'un CV s'étende sur 2 voire 3 pages au maximum. Vous prendrez soin à numéroter les pages du CV, ainsi qu'à indiquer sur chaque page (inscrit au bas ou en haut) votre prénom et nom suivi de votre courriel : cela facilitera le travail du recruteur. D'autre part, le format du papier diffère de certains formats utilisés dans d'autres pays.

(A4 en France par exemple). Au Québec, il s'agit du format « lettre » (8,5 x 11 pouces) légèrement plus petit : attention donc à votre mise en page.

## Programmes de mentorat professionnel

### LE PARRAINAGE PROFESSIONNEL : UN PROGRAMME DE LA VILLE DE MONTRÉAL

Connaissez-vous le Parrainage professionnel ? Ce programme unique à la Ville, permet d'offrir à des candidats confrontés à des obstacles à l'emploi, une expérience de travail dans le secteur d'activité correspondant à leur formation. Les stages rémunérés sont de 6 mois

(35 heures par semaine) et se déroulent de mi-septembre à mi-mars. Ce programme est réalisé en collaboration avec Emploi-Québec par l'octroi d'une subvention salariale visant à soutenir l'intégration en emploi.

Ce programme prévoit l'implication de parrains et de marraines dont le rôle est de favoriser le transfert d'expertise auprès des stagiaires. Le succès du programme repose principalement sur l'accompagnement offert aux stagiaires par le parrain ou la marraine, ce qui favorise grandement l'intégration en milieu de travail et maximise le transfert de connaissances et d'expertise.

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

### PROGRAMME INTERCONNEXION

Piloté par la Chambre de commerce du Montréal métropolitain, le programme Interconnexion, en partenariat avec Emploi-Québec, propose de mettre en relation des entreprises montréalaises avec des immigrants qualifiés (résidents permanents). Il est possible d'effectuer un stage non rémunéré d'un maximum de quatre semaines en entreprise. Les conférences sectorielles permettent de se familiariser avec un secteur d'activités et d'en identifier les acteurs clefs. Des journées découverte-carrière, des rencontres professionnelles ou de mentorat-express ainsi que des activités de réseautage permettent aux immigrants de se bâtir un réseau de contacts et aux entreprises de découvrir des employés potentiels. Enfin, les séances d'entrevues éclair offrent l'occasion aux entreprises en recrutement d'approcher un maximum de candidats en un minimum de temps alors que les immigrants se font connaître auprès d'employeurs potentiels.

→ [acclr.ccomm.ca/fr/services/main-d-oeuvre/programme-interconnexion](http://acclr.ccomm.ca/fr/services/main-d-oeuvre/programme-interconnexion)

## Conseils pour mettre les chances de votre côté dans la recherche d'emploi

Vous avez repéré un poste que vous souhaiteriez occuper ? Vous êtes prêt à envoyer votre candidature ? Voici quelques conseils pour mettre toutes les chances de votre côté :

- Suivez à la lettre les instructions données par l'employeur.
- Ne répondez pas à une offre d'emploi pour laquelle vous êtes sur ou sous-qualifié : vous allez perdre votre temps et celui de l'employeur. il faut être rigoureux dans sa recherche et cibler correctement ses candidatures. De la même manière, ne répondez à 10 annonces publiées par la même entreprise : ciblez.
- Utilisez les mots clés de l'annonce : en effet, certains employeurs ont recours à des logiciels d'extraction de données qui repèrent des mots clés et y associent un CV. À ce titre, il est préférable de faire parvenir le CV et la lettre de présentation en format de texte et non en PDF.
- La ponctualité est de mise, au Québec. N'arrivez pas à l'heure, mais quelques minutes en avance, le temps de rejoindre votre interlocuteur et de commencer à l'heure annoncée.
- Parlez en positif de vos précédentes expériences professionnelles :
  - un recruteur n'a pas de temps à perdre à vous entendre formuler des reproches à l'encontre de l'entreprise dans laquelle vous avez travaillé.
  - Respectez le temps que le recruteur a annoncé au début de l'entretien : s'il a indiqué que vous disposiez d'une demi-heure, à vous de maîtriser le temps et de dire l'essentiel dans le délai imparti.
  - Ne relancez pas sans cesse au téléphone le recruteur suite à l'entrevue : il risque de se lasser de vous. La bonne attitude est de compter environ 15 jours après la date de clôture des entretiens pour recontacter l'employeur.
  - Remerciez l'employeur suite à l'entretien : il sera apprécié que vous envoyiez un bref courriel à la personne que vous avez rencontrée pour la remercier de la qualité de vos échanges et lui confirmer que vous êtes très motivé par le poste.

## CV ET LETTRE DE PRÉSENTATION

### Curriculum vitae : valoriser ses compétences

Au Québec, un CV ne doit comporter ni photo, ni âge, ni statut civil ou autre mention qui pourrait porter à discrimination. D'autre part, le format du papier diffère de certains formats utilisés dans d'autres pays (A4 en Europe, par exemple). Au Québec, il s'agit du format « lettre US » (8,5 x 11 pouces) légèrement plus petit : attention donc à votre mise en page.

Un CV à la façon québécoise doit faire ressortir les caractéristiques suivantes :

- compétences ou savoir-faire (connaissances techniques, méthodologiques, des outils, du secteur d'activités, etc.),

### Comment négocier son salaire quand on est immigrant ?

Pour un immigrant qui arrive sur le marché du travail québécois, il n'est pas toujours simple de savoir comment négocier son salaire/taux horaire. L'erreur typique est de répondre « Je ne sais pas, je ne connais pas les salaires au Québec ».

Renseignez-vous en amont grâce à l'outil IMT en ligne, qui donne des fourchettes de salaires par métier.

Ensuite, posez les bonnes questions à l'employeur, si les règles ne sont pas clairement énoncées. Tout peut entrer dans la négociation :

- si on vous propose un salaire annuel, s'agit-il d'un 35 heures par semaine ? Un 40 heures ?
- combien de semaines de congés annuels l'entreprise offre-t-elle ? De congés maladie ? D'horaires flexibles ?
- l'entreprise offre-t-elle des avantages sociaux (assurances collectives, transports, etc.) ?
- finance-t-elle des formations ? Des activités extra-professionnelles (rabais, abonnement sportif, etc.)

Sachez que la négociation ne se joue pas seulement à l'embauche. Chaque évaluation annuelle individuelle peut être l'occasion de demander une augmentation.

- aptitudes ou savoir-être (capacités de leader, d'organisation, sens de la diplomatie, etc.),
- habilités : maîtrise de langues, de logiciels, etc.

Certains employeurs identifient un quatrième savoir : le savoir-devenir (être proactif, savoir anticiper, prévoir).

Il doit aussi mettre l'accent sur vos réalisations, c'est-à-dire vos contributions dans le cadre de vos fonctions dont vous êtes particulièrement fier.

Au Québec, les compétences transférables doivent être mises en valeur. Si vous n'avez pas les compétences exactes requises pour le poste sur lequel vous postulez, réfléchissez à celles que vous pouvez mettre en avant : sens de la décision, de la communication, méthodologie, analyse de l'information, etc. Vous pourrez alors montrer que vous êtes en mesure d'exploiter ces compétences et d'en acquérir de nouvelles.

## Lettre de présentation

Généralement, une lettre de présentation se présente comme suit : coordonnées de l'employeur en haut à gauche et coordonnées du candidat en bas.

Une lettre de présentation doit faire apparaître trois grands axes :

## Relancez votre carrière au Québec!

[Interconnexion.ca](http://Interconnexion.ca)



« Je suis là où  
je veux être. »

**Moe**

*Directeur, Marketing  
numérique, Workland*

ACCLR



Avec la participation  
financière de :

Québec 

- notre lecture de l'entreprise et ce qui nous motive à y travailler : montrer que l'on s'est renseigné sur la structure, ses valeurs, son organisation et que l'on a bien pris la mesure du poste recherché ;
- ce que nous allons apporter à l'entreprise : comment notre expérience et nos valeurs vont être un atout dans la réalisation de la mission, pour les équipes et la structure ;
- ce que l'on va soi-même en retirer : très important, car un bon employé est un employé qui s'épanouit dans son travail. C'est aussi montrer que l'on envisage le poste dans une logique de développement personnel à long terme.

La lettre de présentation se termine par une courte phrase rappelant que l'on reste à la disposition de l'employeur pour une entrevue. Il n'est pas utile de conclure par une prose formatée.

#### QUELQUES CONSEILS :

- Penser à appeler l'intitulé ou la référence du poste.
- Éviter de répéter ce qui est écrit dans votre CV.
- Ne pas commencer toutes les phrases par JE mais les tourner de façon à répondre aux besoins de l'entreprise.
- préférer les tournures de phrases positives.
- S'adresser à la bonne personne ; avoir pris les renseignements nécessaires avant.
- Être concis, la lettre ne doit pas dépasser une page, précis et facile à lire.
- Dactylographier la lettre (pas de lettre manuelle).
- Mettre en évidence les qualifications, les réalisations et les caractéristiques personnelles correspondant au poste.
- Personnaliser la lettre en fonction de l'entreprise et de la fonction, à chaque fois que vous postulez.

## ENTREVUE D'EMBAUCHE : CONCRÉTISER SON EXPÉRIENCE

---

L'entrevue a pour but de permettre au recruteur de vous connaître, de vérifier l'adéquation de votre profil au poste, d'appréhender





# TROUVEZ UN EMPLOI EN AMÉNAGEMENT OU EN ENTRETIEN PAYSAGER

**EMBAUCHE RAPIDE,  
FORMATION EN EMPLOI**

Pour information ou inscription  
[horticompetences.ca/candidatstageimmigrant](http://horticompetences.ca/candidatstageimmigrant)

  
**HortiCompétences**  
Comité sectoriel de main-d'œuvre  
EN HORTICULTURE ORNEMENTALE -  
commercialisation et services

Avec la collaboration financière de :

**Commission  
des partenaires  
du marché du travail**

**Québec** 

• Fonds de développement et de reconnaissance  
des compétences de la main-d'œuvre (FDRCMO)

votre personnalité, d'évaluer si vous pourriez vous intégrer dans l'équipe et avoir une bonne alchimie avec les autres membres. Il cherche simplement à trouver le candidat qui correspondra le mieux au poste. Il s'agit donc de lui prouver que c'est bien vous !

## Avant l'entrevue

Il est important de bien se préparer lorsqu'on est convoqué à une entrevue.

Prenez des renseignements sur l'entreprise (site Internet ou autre), posez-vous les questions susceptibles de vous être demandées par le recruteur et préparez-vous à y répondre. Étudiez votre itinéraire et les moyens de vous rendre sur place de manière à arriver en avance le jour J, pensez à choisir une tenue soignée pour vous montrer professionnel.

N'hésitez pas à faire appel à un conseiller en emploi qui pourra vous préparer au déroulement d'une entrevue au Québec et vous entraîner à répondre à d'éventuelles questions afin de bien présenter. Des organismes financés par Emploi-Québec offrent des services de préparation à l'entrevue.

## Déroulement de l'entrevue

La première étape, la prise de contact est déterminante puisque la première impression que laisse le candidat va souvent influencer le reste de l'entrevue. Une bonne présentation est donc indispensable. Soyez souriant, sûr de vous et calme. Une poignée de main ferme sera toujours appréciée.

Laissez l'employeur entamer la conversation et diriger l'entrevue. Au Québec, il cherchera bien souvent à vous mettre à l'aise. Il est important de bien regarder les gens présents dans les yeux.

Prenez garde au tutoiement : il est spontané au Québec, mais n'indique absolument pas que vous pouvez avoir plus de familiarité. Si le recruteur vous tutoie, continuez à le vouvoyer, sauf s'il vous propose de le tutoyer.

Le recruteur appréciera des réponses courtes et précises à ses questions, basées sur des exemples concrets. N'hésitez pas à expliquer une situation difficile à laquelle vous avez été confronté dans le cadre professionnel et les solutions que vous avez mises en œuvre pour surmonter l'obstacle.

N'oubliez pas que les compétences se trouvent partout : dans la vie professionnelle, mais également personnelle, sociale, sportive, etc.

Pour les candidats ayant encore peu d'expériences, il est tout à fait positif de parler de ses compétences et aptitudes hors champ du travail (par exemple, celles que vous avez développées dans un engagement associatif).

Certains candidats peuvent se sentir déstabilisés par le rythme de l'entrevue. Au Québec, les temps de pause dans la conversation sont naturels. Ne vous sentez pas gêné par quelques secondes de silence et n'en profitez pas pour le combler à tout prix : vous risquez de tenir des propos inutiles à l'entrevue.

### **AU TERME ET APRÈS L'ENTRETIEN D'EMBAUCHE**

Il sera bienvenu que vous posiez une ou deux questions sur l'entreprise : cela montrera votre intérêt, votre curiosité et votre motivation. Vous pouvez également demander des précisions au niveau du salaire. Pour terminer, remerciez votre interlocuteur pour le temps qu'il vous a accordé et réexprimez votre motivation pour le poste. Mettez-vous également d'accord sur la poursuite du processus d'embauche, qui comprend généralement deux à trois entrevues, dont certaines pourront prendre la forme de cas pratique ou mises en situation.

Notez qu'un premier refus n'est pas toujours définitif. L'employeur peut avoir décidé de repousser l'embauche initialement prévue, ou encore vous préférer un autre candidat qui ne s'avèrera finalement pas le bon choix. Les exemples de personnes rappelées trois ou quatre mois après un entretien ne sont pas rares. Mais que cela ne vous empêche de poursuivre vos recherches, cela va sans dire.

### **Rappel de quelques éléments clés de présentation**

- Avoir une poignée de main ferme ;
- Regarder son interlocuteur dans les yeux ;
- Être souriant et calme ;
- Conserver le vouvoiement sauf si l'employeur souhaite le contraire.

# Ressources en ligne pour la recherche d'emploi

## INFORMATIONS GÉNÉRALES SUR LE MARCHÉ DU TRAVAIL

- Emploi-Québec : [quebec.ca/emploi](http://quebec.ca/emploi)
- Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail (CNESST) : [cnesst.gouv.qc.ca](http://cnesst.gouv.qc.ca)
- Information sur le marché du travail (IMT) : [imt.emploiquebec.gouv.qc.ca](http://imt.emploiquebec.gouv.qc.ca)
- Qualifications Québec (reconnaissance des compétences) : [qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences](http://qualificationsquebec.com/reconnaissance-competences)
- Liste des ordres professionnels : [opq.gouv.qc.ca/ordres-professionnels/liste-des-ordres-professionnels](http://opq.gouv.qc.ca/ordres-professionnels/liste-des-ordres-professionnels)
- Liste des professions en demande : [cpmt.gouv.qc.ca/formation/professions.asp](http://cpmt.gouv.qc.ca/formation/professions.asp)
- Répertoire de l'intégration en emploi : [travailimmigrants.com](http://travailimmigrants.com)

## TROUVER DES OFFRES D'EMPLOI

### Sites publics: Niveau provincial

- Emploi-Québec : [quebec.ca/emploi/offres-d-emploi](http://quebec.ca/emploi/offres-d-emploi)
- Placement en ligne (PEL) d'Emploi-Québec : [placement.emploiquebec.gouv.qc.ca](http://placement.emploiquebec.gouv.qc.ca)
- Carrières Québec (emplois proposés par la fonction publique provinciale) : [carrieres.gouv.qc.ca](http://carrieres.gouv.qc.ca)
- Québec en tête (emplois dans la Ville de Québec et ses environs) : [quebecentete.com](http://quebecentete.com)

### Sites publics: Niveau fédéral

- Guichet emplois de Service Canada : [guichetemplois.gc.ca](http://guichetemplois.gc.ca)
- Emplois GC (emplois proposés par la fonction publique fédérale) : [canada.ca/fr/services/emplois/opportunités/gouvernement.html](http://canada.ca/fr/services/emplois/opportunités/gouvernement.html)

### Sites privés: Sites généralistes

- Eluta Canada : [eluta.ca](http://eluta.ca)
- Job au Québec : [jobauquebec.com](http://jobauquebec.com)
- Jobillico : [jobillico.com](http://jobillico.com)
- Jobboom : [jobboom.com](http://jobboom.com)
- Monster : [monster.ca](http://monster.ca)
- Site d'Emploi : [sitedemploi.com](http://sitedemploi.com)
- Workopolis : [workopolis.com](http://workopolis.com)

## Sites spécialisés

- Communication, marketing et web : [espresso-jobs.com](http://espresso-jobs.com) ; [grenier.qc.ca](http://grenier.qc.ca) ; [emplois.isarta.com](http://emplois.isarta.com)
- Technologies de l'information : [abacustalent.com](http://abacustalent.com) ; [technogenie.com](http://technogenie.com)
- Ingénierie : [lemarche.com](http://lemarche.com)
- Environnement et développement durable : [enviroemplois.org](http://enviroemplois.org)
- Tourisme, hôtellerie, restauration et service à la clientèle : [enviroemplois.org](http://enviroemplois.org)
- Secteur juridique : [droit-inc.com](http://droit-inc.com)
- Répertoire des agences de placement du Québec : [agences-de-placement.ca](http://agences-de-placement.ca)

## MOTEURS DE RECHERCHE D'EMPLOIS

- Indeed.ca : [ca.indeed.com](http://ca.indeed.com)
- Jobs.ca : [emplois.ca](http://emplois.ca)
- Neuvoo : [neuvoo.ca](http://neuvoo.ca)
- Option-Carrière.ca : [option-carriere.ca](http://option-carriere.ca)

## DES RESSOURCES ET PROGRAMMES POUR LES IMMIGRANTS

- Ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) : [immigration-quebec.gouv.qc.ca](http://immigration-quebec.gouv.qc.ca)
- Programme Interconnexion : [acclr.cmm.ca/fr/services/main-d-oeuvre/programme-interconnexion](http://acclr.cmm.ca/fr/services/main-d-oeuvre/programme-interconnexion)
- Projet de préparation à la recherche d'emploi : [quebec.ca/emploi/preparation-a-lemploi](http://quebec.ca/emploi/preparation-a-lemploi)
- Réseau national des organismes spécialisés dans l'intégration en emploi des nouveaux immigrants (ROSINI) : [tcri.qc.ca/volets-tcri/employabilite/membres-rosini](http://tcri.qc.ca/volets-tcri/employabilite/membres-rosini)

## OBTENIR DE L'AIDE

- Répertoire des organismes spécialisés en employabilité : [quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/aide-a-lemploi/organismes-daide](http://quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/aide-a-lemploi/organismes-daide)
- Réseau des services spécialisés de main-d'oeuvre (RSSMO) : [rssmo.qc.ca](http://rssmo.qc.ca)
- Réseau des Carrefours jeunesse-emploi (CJE) : [rcjeq.org](http://rcjeq.org)
- Centres locaux d'emploi (CLE) : [quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/trouver-un-centre-local-demploi-cle-ou-un-bureau-de-services-quebec](http://quebec.ca/emploi/conseils-en-recherche-demploi/trouver-un-centre-local-demploi-cle-ou-un-bureau-de-services-quebec)

## Les 4 organismes montréalais de régionalisation de l'immigration

Si vous souhaitez vous établir en région ou que vous y songez, ces organismes ont pour mandat de favoriser la régionalisation de l'immigration. N'hésitez pas à les rencontrer pour leur parler de vos projets : une équipe de professionnels pourra vous guider dans vos démarches, évaluer vos besoins, vous informer sur les réalités de l'emploi et la vie en région, proposer des séjours exploratoires et des rencontres avec des recruteurs, établir la corrélation entre votre profil professionnel et les besoins en main-d'œuvre, connaître les financements possibles, etc. Comme un projet d'immigration, un projet d'installation en région se prépare et implique d'acquérir des connaissances sur le milieu. Chaque organisme travaille avec un réseau de partenaires – employeurs et organismes d'accueil des immigrants – en région.

### ALPA (Accueil Liaison pour Arrivants)

Alpa offre un suivi personnalisé pour les candidats à une installation en région. L'équipe évalue la faisabilité du projet, participe à la définition des objectifs, aide à acquérir les techniques efficaces de recherche d'emploi, met en contact les candidats avec des agents de liaison en région. Des séances d'information sur l'emploi et la vie en région sont proposées et des offres d'emploi transférées aux candidats. Son approche concrète permet également de recevoir, au besoin, un soutien technique et financier, des conseils sur les démarches à effectuer pour quitter Montréal comme par exemple céder son bail, etc.

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

### CARREFOUR BLE (Bio Local Emploi)

Le programme de régionalisation Cap sur les régions du Carrefour BLE offre un soutien technique et financier aux immigrants qui souhaitent s'installer en région. Deux formations de mise à niveau sont proposées aux nouveaux arrivants. Si vous avez un diplôme ou une expérience en agronomie, le programme Agrippez-vous ! s'adresse à vous, pour ceux qui possèdent un diplôme ou une expérience en génie des aliments ou en agronomie, le programme

Transformez-vous ! vous conviendra. Durant 21 semaines, ces deux formations vous permettront une mise à jour de vos connaissances et de vos compétences en agroalimentaire afin de réussir votre intégration sur le marché du travail québécois.

[carrefourble.qc.ca](http://carrefourble.qc.ca)

### LE COLLECTIF

Dans son mandat d'aide à l'établissement en région, le Collectif offre un accompagnement individualisé : visite socioprofessionnelle des régions, mise en contact avec le réseau de correspondants en région, soutien à l'établissement (logement, école, etc.), soutien technique et financier en cas de déménagement, etc. Des séances d'information sur la présentation des régions sont organisées régulièrement. Consultez leur calendrier des événements à venir sur leur site internet.

[cfiq.ca](http://cfiq.ca)

### PROMIS (Promotion Intégration Société Nouvelle)

Une équipe de cinq professionnels du Service à la régionalisation de PROMIS accompagne de façon stratégique toute personne intéressée à s'installer en région : informations sur les spécificités du marché du travail et de la vie en région, techniques de recherche d'emploi adaptées, arrimage entre les offres d'emploi et les profils des candidats, séjour d'exploration professionnel, analyse des besoins de chacun et plan d'action personnel, etc. Des sessions d'information sur l'emploi dans 14 régions du Québec sont régulièrement proposées. L'organisme a créé une page Facebook dédiée à l'établissement en région.

[promis.qc.ca](http://promis.qc.ca)

## IMMIGRANT QUÉBEC TIENT À REMERCIER TOUT PARTICULIÈREMENT :

.....

Le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion (MIDI) et le ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale (direction régionale de l'Île-de-Montréal).

Le gouvernement du Québec et ses représentants ne sont en aucune manière responsables des informations contenues dans ce guide, qui sont le fait des Éditions Neopol/Promotion 2B2C et d'Immigrant Québec.

**Ont contribué à ce guide :** Auray Sourcing, Conseil interprofessionnel du Québec, PMI Montréal.

**Pour le partage d'expérience :** Claudio, Daphné, Habib, Hafiz, Tahar, Tiffany.

### **Les membres de son Conseil d'administration :**

Jonathan Chodjaï, président ; Christophe Berthet, vice-président ; Marielle Burner, administratrice.

**Ses annonceurs :** Accueil liaison pour arrivants (ALPA), Auray Sourcing, Banque Nationale du Canada, Biscuits Leclerc, Cégep Garneau, Cégep de La Pocatière, Centre des Femmes de Montréal, Centre d'accueil et de référence sociale et économique pour immigrants, Centre de recherche d'emploi Côte-des-Neiges, Centre de recherche d'emploi de Pointe-Claire, Chambre de commerce du Montréal métropolitain (programme Interconnexion), Clé pour l'intégration au travail des immigrants (CITIM), Club de recherche d'emploi Montréal Centre-Nord (CREMCN), Comité sectoriel de main-d'oeuvre Horticompetences, Commission scolaire Marguerite-Bourgeoys, Desjardins, Exceldor, Groupe Sélection, Hydro-Québec, Journal Métro, Programme d'information sur le travail et la recherche d'emploi à Montréal (PITREM), PMI Montréal, Portes ouvertes sur le lac, Société de développement économique du Saint-Laurent (SODES), Y des Femmes de Montréal.





# Nouveau pays, nouvelle banque.

## Offre pour les nouveaux arrivants

- Jusqu'à 3 ans sans frais fixes mensuels
- Carte de crédit Mastercard<sup>MD</sup> sans historique de crédit
- Adhésion possible jusqu'à 5 ans après votre arrivée
- Service d'accompagnement téléphonique exclusif et gratuit

[bnc.ca/immigrer](https://bnc.ca/immigrer)

Certaines conditions d'admissibilité s'appliquent; pour plus de détails, visitez [bnc.ca/nouveaux-arrivants](https://bnc.ca/nouveaux-arrivants). La Banque Nationale du Canada, groupe financier intégré au capital de 256 milliards de dollars, cotée sur la bourse de Toronto (TSX), dont le siège social est situé au 600, rue de la Gauchetière Ouest, Montréal, Québec, H3B 4L2. La Banque Nationale du Canada n'est pas agréée en qualité de banque en France. Vous pouvez bénéficier de l'offre pour les nouveaux arrivants si vous êtes un immigrant installé au Canada depuis moins de 5 ans. L'offre et l'intégralité des produits et services susceptibles d'être mis à disposition dans le cadre de l'offre seront soumis au droit canadien. Pour connaître toutes les autres conditions de l'offre, consultez la section Détails et conditions de l'offre. Nous pouvons modifier, prolonger ou retirer l'offre en tout temps, sans préavis. L'offre ne peut être combinée ou cumulée à aucune autre offre, promotion ou avantage de la Banque Nationale. Certains frais liés aux transactions non incluses dans l'offre pour les nouveaux arrivants peuvent s'appliquer, selon le type de transaction que vous effectuez. Pour plus de détails sur les frais de transaction, consultez le Guide de tarification sur [bnc.ca/nouveaux-arrivants](https://bnc.ca/nouveaux-arrivants). Service d'assistance téléphonique offert par Banque Nationale Réseau Assistance, en vigueur pour 12 mois à compter de la date d'ouverture de compte. Le contenu des programmes et des conditions qui y sont décrits est sujet à changement. Un crédit vous engage et doit être remboursé. Financement octroyé sous réserve de l'approbation de crédit de la Banque Nationale. Certaines conditions s'appliquent. Vérifiez vos capacités de remboursement avant de vous engager. Les cartes de crédit admissibles sont: MC1, Édition<sup>MD</sup>, Allure, Syncro, Platine, Echo remises, World Mastercard<sup>SM</sup> et World Elite<sup>SM</sup>. Des garanties pourraient être applicables sous certaines conditions.