

Programme mixte des réfugiés désignés par un bureau des visas

Réinstallation des réfugiés au Canada

Renseignements importants

Vous souhaitez venir au Canada et votre demande a fait l'objet d'un examen initial par les fonctionnaires canadiens. Vous vous demandez probablement ce qui arrivera ensuite. Votre sélection en tant que réfugié admissible est une étape importante du processus de réinstallation. Par contre, il ne s'agit pas de la dernière étape.

Voici quelques renseignements sur les prochaines étapes du processus et sur le Canada.



© Sa Majesté la Reine du chef du Canada, représentée par le ministre de l'Immigration, des Réfugiés et de la Citoyenneté, 2019

Ci44-20/2019F-PDF
978-0-660-32878-2
2627-11-2019

Programme mixte des réfugiés désignés par un bureau des visas

Vous pourriez être réinstallé au Canada dans le cadre du Programme mixte des réfugiés désignés par un bureau des visas. Cela signifie que le gouvernement du Canada et un groupe de parrainage du secteur privé travailleront ensemble pour vous soutenir au cours de votre première année au Canada.

Le gouvernement du Canada vous fournira un appui financier pendant une période pouvant aller jusqu'à six mois après votre arrivée au Canada. Le gouvernement paiera également les frais de la plupart des services médicaux dont vous pourriez avoir besoin après votre arrivée.

Votre groupe de parrainage vous fournira ensuite un soutien financier pendant six mois supplémentaires. Au total, vous recevrez un an de soutien financier.

Votre groupe de parrainage sera là pour vous apporter un soutien sur les plans affectif et social pendant votre première année au Canada.

Lorsque vous êtes jumelé à un groupe de parrainage privé, vous êtes jumelé à un groupe de personnes qui souhaitent vous aider à vous adapter à la vie au Canada.

Ces personnes ne sont pas rémunérées par le gouvernement pour vous aider. Il s'agit de volontaires qui se sont engagés à vous parrainer parce qu'ils veulent vous aider. Les groupes de parrainage recueillent des fonds et des dons pour qu'ils puissent eux-mêmes vous aider.

Si vous venez au Canada dans le cadre de ce programme, vous recevez autant de soutien que les personnes réinstallées dans le cadre du Programme de réfugiés pris en charge par le gouvernement. Vous bénéficiez en plus du soutien d'un groupe de parrainage du secteur privé qui vous aidera à vous adapter à la vie au Canada.

Nous vous encourageons à communiquer avec votre groupe de parrainage pendant que vous attendez votre autorisation de venir au Canada. Vous pouvez le faire par courriel, par téléphone ou par messagerie instantanée.

Processus de demande – prochaines étapes

- Vous et les membres de votre famille devez-vous soumettre à un examen médical avant de venir au Canada.
- Le coût de l'examen médical, tout comme celui de certains autres services médicaux nécessaires avant votre départ, est assumé par le [gouvernement](#) du Canada.
- Il pourrait s'écouler plusieurs mois entre votre entrevue et la demande de vous présenter à un examen médical. L'Organisation internationale pour les migrations ou un [bureau des visas d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada](#) communiquera avec vous pour vous fournir plus de renseignements si vous n'avez pas encore subi votre examen.
- Vous devez également vous soumettre à des vérifications de sécurité et des antécédents judiciaires. Ces vérifications permettent de confirmer que vous n'avez pas commis de crime grave dans le passé et que vous ne présentez pas de risque pour la sécurité du Canada.
- Les fonctionnaires canadiens examineront votre demande afin de déterminer si vous répondez aux critères relatifs à l'état de santé, à la sécurité et à la criminalité. À moins qu'on vous le demande, vous n'avez pas besoin de fournir d'autres renseignements.
- Si vous ne répondez pas aux critères relatifs à l'état de santé, à la sécurité et à la criminalité, il se pourrait que l'on refuse de vous réinstaller au Canada.



- Si vous répondez aux critères relatifs à l'état de santé, à la sécurité et à la criminalité, le Canada demandera à l'Organisation internationale pour les migrations ou à une autre organisation de vous aider à préparer votre voyage vers le Canada.
- Dans certains pays, vous serez invité à assister à une séance d'orientation gratuite avant votre départ. Ces séances gratuites, appelées Orientation canadienne à l'étranger, sont financées par le gouvernement du Canada et animées par l'Organisation internationale pour les migrations. Au cours de cette séance, vous en apprendrez davantage sur le Canada et sur les services offerts pour vous aider à vous adapter après votre arrivée.
- Si vous n'êtes pas invité à assister à une séance d'Orientation canadienne à l'étranger dans votre pays, faites-en part à votre groupe de parrainage et il veillera à ce que vous receviez ces renseignements à votre arrivée au Canada.

Partir pour le Canada

- Une fois que vous aurez subi toutes les vérifications et que vos documents seront prêts, votre voyage vers le Canada sera organisé.
- Dans certains pays, vous devez payer des frais de sortie au gouvernement de votre pays de résidence avant votre départ. Vous devez payer ces frais vous-même, mais l'Organisation internationale pour les migrations peut vous aider dans ce processus.
- Si vous n'avez pas de passeport ni d'autre document de voyage valide, le gouvernement du Canada vous remettra un document pour que vous puissiez vous rendre au Canada.
- Le gouvernement du Canada vous accordera un prêt pour couvrir les frais de votre voyage jusqu'au Canada.
- Il s'agit d'un **prêt**, ce qui signifie que vous aurez de trois à huit ans pour rembourser le montant total au gouvernement, selon le montant du prêt.
- Vous devez commencer à rembourser votre prêt au cours de la première année de votre arrivée au Canada. **Votre groupe de parrainage ne remboursera pas votre prêt.**
- Vous obtiendrez de l'aide pour vous rendre à l'aéroport et pour communiquer avec les agents d'immigration à votre départ.
- Vos déplacements jusqu'à votre destination finale au Canada pourraient être longs. Il est suggéré que vous vous ameniez des collations, car il est possible que vous deviez payer votre nourriture dans l'avion ou à l'aéroport.



Arrivée au Canada

- Dès votre arrivée au Canada, le personnel d'un fournisseur de services, dont un interprète, au besoin, vous accueillera à votre sortie de l'avion et vous aidera à suivre les procédures d'immigration.
- Si vous avez un vol de correspondance, le personnel vous guidera vers votre destination finale. Il vous fournira également de la nourriture et un endroit où dormir si vous devez attendre longtemps avant votre vol de correspondance.
- Si vous êtes déjà à votre destination finale, le personnel vous présentera à votre groupe de parrainage, qui vous attendra à l'aéroport.
- Votre groupe de parrainage vous fournira un endroit où demeurer, comme un appartement, une maison ou une chambre d'hôtel.
- Dans certains cas, il vous fournira un logement temporaire, pour quelques jours ou quelques semaines, avant de vous installer dans un logement permanent.
- Votre groupe de parrainage vous fournira peut-être des ressources à votre arrivée, et il vous aidera à acheter de la nourriture et des vêtements avec le soutien financier qui vous est offert par le gouvernement et le groupe lui-même.
- Il se peut également que vous obteniez des vêtements d'hiver.
- Votre groupe de parrainage répondra aussi à toutes vos questions sur la vie au Canada et vous aidera à :
 - o trouver des interprètes;
 - o choisir un médecin de famille et un dentiste;
 - o demander l'assurance maladie provinciale;
 - o inscrire vos enfants à l'école;
 - o rencontrer des personnes qui partagent vos intérêts;
 - o utiliser les services bancaires, le transport, etc.;
 - o obtenir des services d'établissement financés par le gouvernement, comme de la formation linguistique et des services d'aide à l'emploi.



Le gouvernement du Canada et votre groupe de parrainage vous fourniront un soutien initial pour vous aider à entamer votre nouvelle vie au Canada. Cependant, il est important que vous ayez des attentes réalistes.

Vous devez être prêt à travailler dur pour parvenir à la meilleure vie possible au Canada.

Le soutien financier du gouvernement et de votre groupe de parrainage privé dure pendant un maximum d'un an après votre arrivée, ou jusqu'à ce que vous deveniez autonome sur le plan financier, si vous y parvenez avant. Vous devrez subvenir à vos propres besoins et à ceux de votre famille par vous-même après un an.



Réinstallation avec votre famille

Vous, votre époux ou épouse et vos enfants à charge, de même que tout enfant à charge de vos enfants à charge, pouvez présenter une demande en utilisant le même formulaire d'immigration et venir au Canada ensemble.

En cas de **changement** d'état matrimonial (par exemple, si vous vous mariez ou que vous divorcez), ou si vous avez un enfant à tout moment avant votre voyage au Canada, vous **devez** en informer le Haut Commissariat des Nations Unies pour les réfugiés (HCR) et les fonctionnaires canadiens. De cette façon, les nouveaux membres de votre famille pourront être inclus dans votre demande d'immigration.



Il est **très important** de dire à votre groupe de parrainage et aux fonctionnaires canadiens que vous voulez vous réinstaller en tant que famille. Vous devez mentionner tous les membres de votre famille dans votre demande. Si vous n'avisez pas un fonctionnaire canadien de l'existence de votre époux ou épouse ou de votre enfant avant votre départ pour le Canada, vous ne pourrez pas plus tard les parrainer afin qu'ils viennent au Canada.



Si vous avez déjà des membres de votre parenté ou des amis proches au Canada et que vous souhaitez vivre près d'eux, indiquez-le dès maintenant aux représentants du HCR et aux fonctionnaires canadiens. Dans la mesure du possible, le Canada essaie de réinstaller les réfugiés dans une collectivité où ils auront le soutien de personnes qu'ils connaissent.

Puisque vous êtes réinstallé dans le cadre du Programme mixte des réfugiés désignés par un bureau des visas, vous serez réinstallé dans le même village, la même ville ou la même région que votre groupe de parrainage. Si certaines de vos connaissances ou des membres de votre parenté résident dans une collectivité où le groupe ou l'un de ses représentants se trouve, on essaiera de vous réinstaller dans la même collectivité.

Si les membres de votre parenté ou vos connaissances déménagent dans une autre ville au Canada, veuillez en informer votre groupe de parrainage dès que possible afin qu'il détermine avec vous s'il existe un soutien à l'établissement convenable dans la nouvelle collectivité.

Il est possible que vous ayez mentionné, dans votre demande, des personnes à charge de votre famille « ne vous accompagnant pas ». Une fois que vous serez installé au Canada, il est possible que vous puissiez faire venir ces membres de votre famille au Canada dans le cadre du Programme du délai prescrit d'un an. Vous pourrez présenter une demande au cours de votre première année au Canada afin que votre époux ou épouse, votre conjoint de fait, votre enfant à charge, ou l'enfant à charge de votre enfant à charge se réinstalle avec vous au Canada, à condition qu'ils aient été mentionnés dans votre demande avant votre départ vers le Canada.

D'autres membres de votre famille, comme vos parents, vos grands-parents, vos frères et vos sœurs, devront présenter leur propre demande s'ils souhaitent se réinstaller. Une fois que vous serez arrivé au Canada, vous pourrez peut-être parrainer d'autres membres de votre famille pour qu'ils viennent au Canada si vous répondez à [certains critères](#). Dans tous les cas, le processus visant à faire venir ces membres de votre famille au Canada peut durer longtemps, et il est possible que vous ne puissiez pas les voir pendant plusieurs années.

Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada ne s'occupera pas de préparatifs de voyage pour les animaux de compagnie à moins qu'il ne s'agisse d'animaux aidants et qu'il n'existe des motifs légitimes justifiant leur voyage au Canada. Les réfugiés doivent s'occuper eux-mêmes des préparatifs de voyage pour leurs animaux de compagnie.



Votre statut d'immigrant

À votre arrivée au Canada, vous recevrez un document appelé « Confirmation de résidence permanente », qui énonce que vous pouvez demeurer ici de façon permanente à titre de **résident permanent**. Vous aurez donc légalement le droit de rester au Canada pour le reste de votre vie. Vous pourrez y travailler ou y étudier.

Avant de pouvoir demander la citoyenneté canadienne, vous devez vivre, **et être effectivement présent**, au Canada pendant la durée minimale prescrite. Ce n'est qu'après avoir répondu à toutes les exigences que vous pourrez présenter une demande pour devenir citoyen canadien.

Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec votre groupe de parrainage ou consulter le site Internet suivant :

<https://www.canada.ca/fr/immigration-refugies-citoyennete/services/citoyennete-canadienne/devenir-citoyen-canadien.html>.

Votre lieu de résidence au Canada

Le Canada arrive au deuxième rang des pays les plus grands au monde; il compte de nombreuses villes et de nombreux villages, mais également beaucoup de régions moins peuplées ou inhabitées. La plupart des grandes villes sont situées dans la partie sud du Canada, près de la frontière des États-Unis.

Bon nombre de régions habitées sont éloignées les unes des autres, de sorte qu'il faut beaucoup de temps pour se déplacer entre celles-ci, même en avion. Par exemple, il y a plus de 4 300 kilomètres de distance entre les deux plus grandes villes du Canada, Toronto et Vancouver, ce qui représente près de trois jours en autobus.



Vous serez réinstallé dans la ville ou le village où habitent les membres de votre groupe de parrainage.

Les groupes de parrainage du secteur privé se sont engagés à vous soutenir en supposant que vous habitez dans leur collectivité et que vous collaborerez avec eux pour devenir autonome. Bien que vous ayez le droit de déménager n'importe où au Canada, le groupe de parrainage n'est tenu de vous apporter son soutien durant la première année que **si vous vivez dans la même collectivité que lui**.

Si vous choisissez de déménager dans une autre région du Canada, il se pourrait que votre groupe de parrainage ne puisse pas vous apporter le soutien prévu et vous pourriez ne pas avoir droit à d'autres formes d'assistance gouvernementale pendant la durée du parrainage.



Société canadienne

Au Canada, les hommes et les femmes sont égaux. Ils ont les mêmes droits et ils sont traités avec le même respect. Les hommes et les femmes de toutes classes sociales, cultures, ethnies et religions interagissent et sont traités de manière égale.



Au Canada, vous êtes libre d'exprimer votre opinion tout en respectant le droit des autres de faire de même.

Il existe de nombreux groupes et associations communautaires destinés aux hommes, aux femmes et aux enfants, auxquels vous pouvez vous joindre. Vous pouvez participer à des activités sportives, comme le soccer (football) ou la nage, et il y a de nombreuses activités à faire en famille. Certaines sont gratuites, d'autres non.

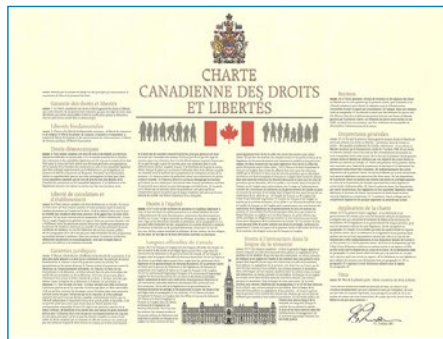
Vous avez peut-être l'habitude d'avoir près de vous tous les membres de votre famille qui vous aident et vous appuient. Une fois au Canada, il se peut que vous vous sentiez laissé à vous-même, mais ce n'est pas le cas. Si vous avez des préoccupations, communiquez avec votre groupe de parrainage ou faites-en part à un membre de votre collectivité. Il y a, au Canada, des personnes qui peuvent vous aider à vous adapter à la vie dans votre nouveau pays.

S'il y a des rencontres destinées aux nouveaux arrivants dans votre région, essayez d'y assister. Vous pourrez ainsi vous faire des amis dans votre collectivité et mieux connaître les services offerts dans votre région.

Lois canadiennes

Les lois canadiennes reconnaissent et protègent les droits fondamentaux de la personne, comme la liberté et l'égalité. La Charte canadienne des droits et libertés fait partie intégrante de la Constitution canadienne. Elle vous protège dès votre arrivée au Canada.

Soyez conscients que certains actes, qui pourraient être légaux dans votre pays de résidence, sont illégaux au Canada. Voici quelques exemples d'actes illégaux qui constituent des infractions criminelles : frapper une femme ou un enfant, laisser un enfant seul sans la surveillance d'un adulte, conduire un véhicule sans permis ou sans assurance, laisser un jeune enfant voyager en voiture sans un siège de sécurité pour enfant. Il est également illégal d'uriner ou de déféquer en public, mais il existe de nombreuses installations sanitaires gratuites dans la majorité des endroits.



Pour en apprendre davantage sur les lois et le système judiciaire du Canada, consultez le [site Internet](#) du gouvernement fédéral.



Langue

Le Canada a deux langues officielles : le français et l'anglais. Il est très important d'avoir des compétences en français ou en anglais, car elles vous aideront à vous établir au Canada.

L'anglais est la langue la plus parlée dans la plupart des provinces et des territoires. Le français est la langue la plus parlée au Québec, mais il y a également des collectivités francophones dans les autres provinces et territoires du Canada. Il existe aussi une importante minorité de résidents anglophones au Québec.



De bonnes compétences en français ou en anglais vous aideront à trouver un emploi, à aller à l'école, à obtenir des services et à vous faire des amis. Dans la mesure du possible, tentez de renforcer vos compétences en français ou en anglais avant de venir au Canada.

Après votre arrivée au Canada, vous pouvez suivre gratuitement des cours de langues financés par le gouvernement. Votre groupe de parrainage vous aidera à vous renseigner sur la façon de faire évaluer votre niveau de compétence en français ou en anglais et de vous inscrire à des programmes de formation linguistique.

Chercher un emploi

Même si vous et votre famille recevrez un appui financier pendant votre première année au Canada, c'est une bonne idée que de se préparer à chercher un emploi afin de pouvoir subvenir à vos propres besoins et à ceux de votre famille.

Mieux vous parlerez français ou anglais, plus il vous sera facile de trouver un emploi. Dans la plupart des emplois et des métiers réglementés, vous devez :

- parler couramment le français ou l'anglais;
- avoir une très bonne connaissance de toute la terminologie liée à l'emploi;
- comprendre les phrases et les expressions utilisées, dont certaines pourraient être propres au Canada.



Dans la mesure du possible, tentez de vous informer sur les exigences linguistiques liées à votre domaine de travail. Après votre arrivée au Canada, votre groupe de parrainage pourra vous aider à vous inscrire à des cours de langues. Il pourra également vous aider à trouver des fournisseurs de services qui offrent des séances d'information gratuites ou des services personnalisés d'aide à l'emploi.

Votre diplôme universitaire, diplôme collégial ou certificat de compétences dans un métier, si vous en détenez un, pourrait ne pas être accepté au Canada. C'est le gouvernement provincial ou l'organisme de réglementation compétent dans l'endroit où vous vivez qui déterminera si votre diplôme, votre certificat ou tout autre titre de compétences est reconnu. Les fournisseurs de services peuvent également vous aider dans le cadre de ce processus.

Le bénévolat est un bon moyen d'obtenir une expérience de travail au Canada. Vous n'êtes pas rémunéré pour du bénévolat, mais cela peut vous aider à renforcer vos compétences linguistiques et à acquérir l'expérience et les compétences requises pour vous trouver un emploi. Il s'agit aussi d'une excellente façon de se faire des amis et de rencontrer des gens de votre collectivité.



Services d'établissement

Les services d'établissement sont financés par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (et par le ministère de l'Immigration, de la Diversité et de l'Inclusion du Québec) et ils sont offerts à tous les résidents permanents du Canada, y compris les réfugiés réinstallés. Ces services sont gratuits et ils peuvent vous aider à mieux vous préparer et vous adapter à la vie au Canada.

Il existe de nombreux services avant l'arrivée, offerts en ligne sur le [site Internet d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada](#), qui peuvent vous aider à vous préparer à la vie au Canada. Vous pouvez obtenir ces services dès la confirmation de l'approbation de votre demande.

Après votre arrivée au Canada, des professionnels de l'établissement vous offriront une gamme de services gratuits pour vous aider à vous adapter à la vie au Canada. Ces services incluent de l'aide à la recherche d'emploi, de la formation linguistique, de la formation particulière à un emploi, des services destinés aux jeunes et aux aînés, et bien plus encore.

La liste complète des services d'établissement financés par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada est affichée [en ligne](#).

Dépenses

À votre arrivée au Canada, vous aurez l'appui financier du gouvernement fédéral pendant six mois, puis celui de votre groupe de parrainage pendant les six mois restants, ou jusqu'à ce que vous deveniez autonome sur le plan financier, si vous y parvenez avant.

Lorsque ce soutien offert par le gouvernement et le groupe de parrainage prendra fin, vous devrez payer vos propres dépenses, y compris la nourriture, le loyer, l'électricité, l'eau, les vêtements, les taxes et les impôts. Il est important que vous appreniez comment gérer votre budget.

Si vous n'arrivez pas à trouver un emploi après douze mois et que vous avez besoin d'aide pour subvenir aux besoins de votre famille, il existe divers services communautaires, comme des banques alimentaires et des organismes de bienfaisance, qui offrent de l'aide aux personnes qui en ont besoin. Il existe également divers programmes gouvernementaux de soutien financier pour les personnes dans le besoin, cependant il faut répondre à certains critères pour en bénéficier. Demandez à votre groupe de parrainage de vous renseigner sur le soutien qui existe dans votre collectivité.

Vous souhaitez peut-être aussi envoyer de l'argent aux membres de votre famille qui ne sont pas venus au Canada. Vous êtes libre de le faire, mais beaucoup de personnes trouvent qu'il est difficile de subvenir à leurs propres besoins et d'avoir encore de l'argent à envoyer à leur famille. Certains produits au Canada coûtent plus cher que ce à quoi vous êtes habitué. Rappelez-vous qu'il vous faudra du temps pour vous adapter à votre nouvelle vie au Canada.



Écoles

Vous n'aurez pas à payer pour que vos enfants puissent fréquenter une école primaire ou secondaire. Tous les enfants âgés de six à seize ans doivent aller à l'école. C'est la loi. La plupart des élèves vont à l'école secondaire jusqu'à ce qu'ils aient obtenu un diplôme de fin d'études (vers l'âge de 18 ans).

Une fois qu'ils auront terminé leurs études secondaires, vos enfants pourront aller à l'université ou au collège. Les collèges et les universités coûtent de l'argent, mais il est possible qu'ils offrent des ressources pour aider les étudiants à obtenir des bourses d'études, des subventions ou des prêts étudiants.



Soins médicaux et soins dentaires

En tant que résident permanent du Canada, vous n'avez pas besoin de payer pour la majorité des services de soins de santé, y compris pour recevoir des soins hospitaliers ou consulter un médecin.

À votre arrivée au Canada, vous serez assuré par le Programme fédéral de santé intérimaire (PFSI). Le PFSI couvre les soins de santé de base (notamment les consultations auprès de médecins et les soins hospitaliers) jusqu'à ce que vous soyez admissible au régime d'assurance maladie provincial ou territorial, ce qui se produit habituellement dans un délai de trois mois. Pendant ce temps, vous devez présenter une demande d'inscription au régime d'assurance maladie de votre province ou territoire de résidence.



Il est important que vous présentiez votre document d'admissibilité au PFSI à votre fournisseur de soins de santé à chacune de vos visites. Vous pouvez recevoir des services de soins de santé partout au Canada, auprès de n'importe quel fournisseur inscrit. Vous trouverez la liste des fournisseurs inscrits en ligne, sous l'onglet « Recherche dans le PFSI – Fournisseurs ».

Le PFSI couvre également les médicaments d'ordonnance et il offre une protection supplémentaire pour différents besoins de soins de santé urgents ou primaires (par exemple, des services de santé mentale, des soins de la vue et des soins dentaires d'urgence en cas de douleur ou d'infection). La protection supplémentaire et relative aux médicaments d'ordonnance vous est accordée tant que vous recevez du soutien financier du gouvernement fédéral et de votre groupe de parrainage.

Il est possible de consulter le sommaire des avantages et des services du PFSI sur le site Internet d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada.

Votre groupe de parrainage peut vous aider à choisir un médecin de famille ou un dentiste, ainsi qu'à vous trouver de l'aide psychologique, au besoin.

Chaque province et territoire a son propre régime d'assurance maladie. Assurez-vous de savoir ce que couvre votre régime. Votre groupe de parrainage peut également vous aider à présenter une demande pour obtenir les documents nécessaires à votre arrivée au Canada.

Les réfugiés qui viennent d'arriver au Canada se sentent souvent seuls et isolés, et ils peuvent ressentir une anxiété chronique en raison de certains événements traumatisants de leur passé. Il existe de nombreux services gratuits et des professionnels qui peuvent vous aider à guérir ces blessures. Si vous cherchez de l'aide, demandez à votre groupe de parrainage de vous renseigner à propos des services de santé mentale ou de consultation qui vous sont offerts.

Vaccins

Se faire vacciner contre une maladie est la façon la plus sûre et la plus efficace de prévenir cette maladie, des complications médicales et un décès prématuré.

Les vaccins permettent à votre corps de renforcer son système immunitaire. Comme tous les médicaments au Canada, les vaccins ont fait l'objet d'un processus complet de vérification et d'approbation avant d'être offerts au public.

Un médecin désigné peut vous offrir des vaccins afin de mettre à jour votre état vaccinal au moment de votre examen médical aux fins de l'immigration, avant votre arrivée au Canada. Ces services sont facultatifs. Si vous choisissez de vous faire vacciner à l'étranger, vous devriez apporter votre carnet de vaccination au Canada.

Une fois au Canada, de nombreux vaccins sont couverts par votre régime provincial ou territorial d'assurance maladie. Vous et votre famille êtes susceptibles de contracter des maladies que les vaccins peuvent prévenir, particulièrement si vous n'avez jamais été vaccinés auparavant. Les nourrissons et les jeunes enfants sont particulièrement vulnérables à certaines maladies pouvant être prévenues, et dans certaines régions du Canada, les enfants doivent être à jour dans leurs vaccins avant de commencer l'école ou la garderie.

Votre groupe de parrainage, les médecins et les cliniques de santé peuvent tous vous donner plus d'information sur la façon de mettre à jour votre état vaccinal.

Le vaccin est un choix personnel. Toutefois, veuillez garder en tête que lorsque vous vous faites vacciner, vous veillez à votre propre protection et à celle des autres contre des maladies en particulier, et vous aidez à empêcher la maladie de se propager aux personnes les plus vulnérables.

Nourriture et eau

Au Canada, on peut boire l'eau sans danger. Chaque domicile possède l'eau courante chaude et froide. Vous pouvez en obtenir n'importe quand, de jour comme de nuit.

La diversité des aliments en vente dépendra de votre collectivité. Dans les grandes villes multiculturelles canadiennes, vous trouverez certainement la majorité des aliments que vous mangez habituellement, alors que l'offre peut être moins variée dans les plus petites collectivités.

Des gens de nombreuses ethnies différentes vivent au Canada, ce qui signifie qu'il existe une grande variété d'aliments de différentes cultures, et vous pouvez habituellement trouver des boutiques spécialisées qui offrent des produits alimentaires particuliers. Certains aliments pourraient être plus chers que ce à quoi vous êtes habitué en raison du climat canadien et du besoin de les importer.



Religion

De nombreuses religions sont pratiquées au Canada. Vous pourrez pratiquer la vôtre librement. La loi canadienne exige que vous respectiez les personnes qui n'ont pas la même religion que vous. Personne ne vous demandera de changer de religion ni ne vous forcera à le faire. La liberté de religion est l'un des droits fondamentaux du Canada.



Bien que de nombreux groupes de parrainage soient des groupes confessionnels, vous pouvez continuer à pratiquer librement votre religion. Ces personnes sont des volontaires qui veulent vous aider à venir au Canada et simplifier votre intégration, sans obligations.

Conditions météorologiques

Il existe quatre saisons au Canada : le printemps, l'été, l'automne et l'hiver. Le Canada est un très grand pays et le temps peut varier d'une région à l'autre, selon la saison.



Le printemps (mars, avril et mai) est une saison pluvieuse dans la majorité des régions au Canada, et le temps peut être frais. À l'été (juin, juillet et août), il fait très chaud dans la plupart des régions du pays. Pendant le jour, les températures sont souvent supérieures à 20 °C et dépassent parfois même les 30 °C.



En automne (septembre, octobre et novembre), le temps se refroidit et il peut pleuvoir souvent. Pendant les mois d'hiver (décembre, janvier et février), il fait très froid dans la plupart des régions, les températures étant souvent inférieures à 0 °C. La neige couvre le sol de décembre à mars ou avril. Une exception est le sud-ouest de la Colombie Britannique (aux alentours de Victoria et de Vancouver) où les précipitations se présentent plus souvent sous forme de pluie que de neige.

Selon la région du monde d'où vous venez, vous pourriez être très surpris du froid et de la neige durant votre premier hiver au Canada. Bien habillé pour affronter le froid, vous serez en mesure d'apprécier les joies de l'hiver canadien. Votre groupe de parrainage vous aidera à acheter des tuques, des bottes, des gants et des manteaux d'hiver pour votre famille.



Derniers petits conseils

Des gens et des services sont là pour vous aider. Votre groupe de parrainage est à votre disposition pour dissiper vos préoccupations ou répondre à vos questions. Il travaille dans votre intérêt supérieur. Vous pouvez aussi communiquer avec votre [bureau des visas d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada](#) si vous avez des questions au sujet de votre demande.

Il existe d'autres ressources, comme les groupes communautaires, les communautés religieuses, les services de consultation et les services d'établissement financés par le gouvernement. Ces groupes ont tous de l'expérience pour aider les nouveaux arrivants à s'intégrer de différentes façons. N'hésitez pas à demander de l'aide.

Si à tout moment, vous avez l'impression d'être mal traité ou exploité, ou que vous ne recevez pas le soutien financier promis par votre groupe de parrainage, veuillez communiquer avec Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada sans tarder en envoyant un courriel à IRCC.INPSR-PPPRRI.IRCC@ci.gc.ca.

Il n'y a aucun risque que vous perdiez votre soutien financier ou votre statut de résident permanent en communiquant avec Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada.

Enfin, il existe des sites Internet contenant beaucoup d'information pour vous aider à vous préparer. Les sites Internet des provinces présentent de nombreux renseignements utiles, comme des foires aux questions, des liens menant à des collectivités, des nouvelles et des activités.

Le site Internet du gouvernement du Canada contient d'autres renseignements sur la vie au Canada, une liste et une carte des fournisseurs de services dans des collectivités partout au pays, de l'information sur les services gratuits d'évaluation et de formation linguistiques, ainsi que des ressources supplémentaires pour vous aider à préparer votre voyage vers le Canada.

www.canada.ca/immigration

