



Se préparer à travailler et à vivre à l'étranger demande beaucoup de planification, consultez notre aide-mémoire!

✓ Information sur le pays

Faites une recherche sur le pays que vous visitez afin de vous familiariser avec :

- les exigences en matière de permis de travail ou de visa
- les logements
- les langues, coutumes et lois locales
- les conditions météorologiques et climatologiques
- les façons de vous déplacer :
 - transport en commun
 - lois et habitudes en matière de conduite
 - transférabilité du permis de conduire
- les systèmes financier et bancaire :
 - obtenir et échanger de l'argent (banques, guichets automatiques bancaires)
 - monnaie et taux de change
 - cartes de crédit et de débit acceptées
 - coût de la vie
 - programmes de rabais à l'intention des jeunes
- les façons de rester en contact :
 - frais liés à l'itinérance des services
 - disponibilité d'Internet et du wifi
 - forfaits de services téléphoniques et Internet
 - convertisseurs de tension pour recharger vos appareils

✓ Sécurité et urgences

- Téléchargez notre **application Bon voyage** pour avoir accès à de l'information clé sur les voyages, et ce, même en voyage

- Consultez les **Conseils aux voyageurs et avertissements** visant plus de 200 destinations dans le monde
- **Faites-nous savoir que vous voyagez**, afin que nous puissions communiquer avec vous en cas d'urgence
- Trouvez les coordonnées des **ambassades et consulats du Canada à l'étranger**
- Apprenez comment obtenir de **l'assistance consulaire d'urgence** pendant que vous êtes en voyage
 - téléphone : **+1-613-996-8885**
 - courriel : **sos@international.gc.ca**

✓ Documents importants

Apportez tous vos documents de voyage, et surtout n'oubliez pas :

- votre passeport
- votre permis de travail ou visa

Faites deux copies des documents suivants :

- deux premières pages de votre passeport
- permis de voyage ou visas
- permis de conduire
- document d'identité d'étudiant
- documents médicaux et d'assurance voyage
- preuve de fonds
- ordonnances médicales
- autres documents importants

Laissez une copie de vos documents importants à la maison et apportez-en une avec vous

✓ Emploi et impôts

Comprenez les droits des travailleurs et les normes de travail du pays qui vous accueille, notamment :

- salaire minimum
- heures de travail
- heures supplémentaires
- périodes de repos
- jours de repos
- jours fériés
- Faites une recherche, en ligne et en personne, sur les possibilités d'emploi
- Apportez des copies à jour de vos curriculum vitae et lettre de présentation à remettre aux employeurs éventuels
- Renseignez-vous sur les impôts :
 - **pour les Canadiens se trouvant à l'étranger**
 - dans le pays où vous travaillez

✓ Santé, voyage et assurance maladie

- **Protégez votre santé pendant que vous êtes à l'étranger**
- Apprenez comment **atténuer le choc culturel**
- Recherchez et souscrivez une **assurance voyage** et médicale
- Obtenez le type d'assurance approprié et comprenez votre couverture
- Connaissez votre fournisseur d'assurance, son numéro de téléphone et votre numéro de police
- Apprenez comment demeurer en santé et en **sécurité en voyage**

