



# NOUVEAUX ARRIVANTS DANS PORTNEUF

## GUIDE PRATIQUE

**RÉDIGÉ PAR**

**ACCÈS TRAVAIL PORTNEUF**

**AVRIL 2021**

350, rue de l'Église C. P. 3009 Saint-Basile (Québec) G0A 3G0  
418 329-2511 ou 1 800 897-9910  
[atp@portneufplus.com](mailto:atp@portneufplus.com)

# Nous vous souhaitons la bienvenue dans la MRC de Portneuf!

Le guide que vous avez entre les mains vous permettra de vous familiariser avec les principaux organismes et services dont vous aurez besoin lors de votre arrivée dans Portneuf. Il vous accompagnera tout au long de votre installation. Il contient, entre autres, des renseignements sur les services de santé, l'hébergement, le permis de conduire, la francisation, l'éducation, les services de garde, les services bancaires et plus encore!

Vous y trouverez aussi des liens Internet pour approfondir vos recherches. Si vous ne trouvez pas l'information dont vous avez besoin, n'hésitez surtout pas à communiquer avec nous. Nous vous accompagnerons dans votre démarche.

## L'équipe d'Accès Travail Portneuf

418 329-2511 ou [atp@portneufplus.com](mailto:atp@portneufplus.com)

## Sommaire des informations que vous trouverez dans ce guide

Le numéro d'assurance sociale (NAS)	3
La santé	3
L'automobile et le permis de conduire	7
Les moyens de transport et la location de véhicule	9
La francisation	10
L'éducation et les services de garde	12
Le budget	13
La formation <i>Objectif Intégration</i>	14
Les organismes sur le territoire de Portneuf	15
Le changement d'adresse	18
Conclusion	18

# Le numéro d'assurance sociale (NAS)

Il est obligatoire d'avoir un numéro d'assurance sociale pour travailler légalement au Canada. Il vous sera fort utile dès les premiers jours, puisque vous en aurez besoin lors de l'ouverture de votre compte bancaire; un employeur ne peut pas vous payer si vous ne possédez pas de numéro d'assurance sociale (NAS). Ce numéro sert aussi pour les déclarations fiscales, l'assurance-emploi, la pension de vieillesse et plusieurs autres programmes gouvernementaux. L'obtention du NAS est un service gratuit. Il suffit de vous rendre directement dans un des bureaux de Services Canada dès votre arrivée au Québec.



Service Canada (Donnacona)  
100, Route 138, bureau 110  
Donnacona (Québec) G3M 1B5  
☎ 1 800 622-6232

N'oubliez pas vos documents officiels tels que le permis de travail et le passeport. Vous aurez également besoin d'une adresse valide au Québec ainsi que d'un numéro de téléphone. Il est important de noter qu'à chaque renouvellement de permis de travail, vous devez faire une nouvelle demande de numéro d'assurance sociale.

## La santé

### Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ)

La RAMQ est un régime gratuit d'assurance maladie pour les citoyens de la province de Québec. Les personnes admissibles et inscrites au régime peuvent bénéficier de divers services de santé sans frais.



Les personnes non admissibles peuvent toutefois avoir accès aux soins de santé, mais elles doivent payer pour les obtenir. Attention! La facture pourrait être très élevée! D'où l'importance de souscrire à une assurance privée. Pour avoir droit aux services couverts par la RAMQ, vous devez présenter une carte d'assurance maladie valide. Vous recevez cette carte à la suite de votre inscription. La carte doit être renouvelée de façon périodique.

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie>

Vous pourriez être admissible à l'assurance maladie si vous vous établissez, demeurez ou séjournez au Québec. De plus, vous devez respecter les règles de présence au Québec pour demeurer admissible. Pour savoir si vous êtes admissible : <https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/connaitre-conditions-admissibilite>

Si vous êtes admissible, nous vous conseillons de vous inscrire dès votre arrivée au Québec en vous présentant au bureau d'accueil de la RAMQ à Québec. Des frais de photo de 9 \$ plus taxes s'appliquent.

787-A, boulevard Lebourgneuf  
Québec (Québec) G2J 1C3  
☎ 418 646-4636

Vous recevrez votre carte d'assurance maladie gratuitement 3 mois après votre inscription. Vous devez donc vous assurer d'avoir une assurance privée avant de recevoir votre carte. Il est important de noter qu'à chaque renouvellement de permis de travail, vous devez faire une nouvelle demande d'assurance maladie.

## Assurance médicaments

Toute personne qui réside au Québec de façon permanente doit être couverte par un régime d'assurance médicaments. Vous pouvez être assuré soit par un régime privé d'assurance (le régime d'assurance de votre employeur) ou par le régime d'assurance médicaments du Québec. Le régime public d'assurance médicaments est administré par la RAMQ.

[www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments](http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-medicaments)

## Médecin de famille

Au Québec, il faut s'inscrire pour avoir un médecin de famille. Une fois qu'un médecin vous est attribué, si vous avez un souci de santé mineur, vous pourrez prendre rendez-vous directement avec lui. Le médecin de famille est la personne responsable de faire votre bilan de santé générale et, au besoin, de vous prescrire des examens avec des spécialistes. Les délais pour avoir accès à un médecin de famille sont souvent très longs. Sachez qu'en cas d'urgence, vous pouvez toujours vous présenter dans un CLSC ou à l'hôpital le plus proche. Vous devez toujours présenter votre carte d'assurance maladie ou votre carte d'assurance privée. Voici le lien pour vous inscrire afin d'obtenir un médecin de famille :

<https://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/inscription-aupres-d-un-medecin-de-famille/#c10661>

## Les points de service de santé dans la MRC de Portneuf

### **Hôpital régional de Portneuf, situé à Saint-Raymond**

700, rue Saint-Cyrille  
Saint-Raymond (QC) G3L 1W1  
☎ 418 337-4611

Si vous avez besoin de consulter un médecin, mais que votre cas n'est pas urgent, vous pouvez prendre un rendez-vous dans un centre médical et ainsi éviter des heures d'attentes.

**Centre médical Donnacona** : Il y a une clinique sans rendez-vous au Centre médical Donnacona. Vous pouvez téléphoner à partir de 5 h 15 le matin pour avoir un rendez-vous dans la journée ou le soir selon les disponibilités. Attention, les places sont prises très rapidement.

499, Route 138  
Donnacona (QC) G3M 1C2  
☎ 418 285-1122

**Clinique médicale St-Louis** : Il y a aussi une clinique sans rendez-vous à **Québec**, située dans le quartier Ste-Foy. Les portes de la clinique ouvrent à 8 h et les rendez-vous sont donnés aux premières personnes arrivées. Il est préférable d'arriver vers 6 h 30 afin d'être au début de la file d'attente. De plus, vous pouvez prendre un rendez-vous par téléphone la veille à partir 20 heures au **581 701-6560**.

3165 Chemin Saint-Louis  
Québec (QC) G1W 4R4  
☎ 418 653-1970

### **Centre local de services communautaires (CLSC)**

Un Centre local de services communautaires (CLSC) offre des services de santé et des services sociaux à la population du territoire, des services préventifs ou de soin de réadaptation ou de réinsertion, ainsi que des activités de santé publique.



**CLSC Donnacona** : 400, Route 138 / 418 285-2626  
**CLSC Pont-Rouge** : 3, rue du Jardin / 418 873-6062  
**CLSC Portneuf** : 655, avenue de l'Église / 418 285-2626  
**CLSC Rivière-à-Pierre** : 605, rue de l'Église Est / 418 337-4611  
**CLSC Saint-Marc-des-Carières** : 1045, boulevard Bona-Dussault / 418 268-3571  
**CLSC Saint-Raymond** : 700, rue Saint-Cyrille / 418 337-4611  
**CLSC Saint-Ubalde** : 427, boulevard Chabot, porte A / 418 277-2256

**Bon à savoir** : Les vaccins sont gratuits pour les enfants (avec ou sans carte d'assurance maladie). Le CLSC analysera le carnet de vaccins de votre enfant avant le rendez-vous. Les services qu'offrent les CLSC sont multiples (aide à l'allaitement, cours prénataux, prélèvements sanguins, changement de pansements, etc.).

**Bon à savoir** : Les pharmacies offrent un service de livraison à domicile gratuitement.

**Bon à savoir** : Si vous êtes en difficulté pour effectuer un déplacement médical ou essentiel, l'organisme HALO et le comité Vas-y pourront vous offrir une alternative à faible coût.

### **Entraide communautaire LE HALO**

Organisme à but non lucratif qui offre des services de transport médicaux, des services d'aide pour les impôts et plus encore.

☎ 418 285-2935



### **Comité Vas-y**

Organisme à but non lucratif qui offre des services de transport médicaux, des services d'aide pour les impôts et plus encore.

☎ 418 337-4454



**Pour les urgences**, composez le **911**. Ce numéro sert pour tous les types d'urgences (pompiers, police, ambulance, etc.).

## Le logement

Si vous n'avez pas de famille ou d'amis susceptibles de vous accueillir pour les premières semaines, une location temporaire dans un logement meublé peut être pratique. Vous pourrez en faire la location à la semaine ou au mois.

Au Québec, les ententes de location se font au moyen d'un bail (contrat écrit) normalement d'une durée d'un an. Très souvent les baux prennent fin au 30 juin. Le 1<sup>er</sup> juillet, près de 200 000 familles déménagent.

**Bon à savoir :** Nous vous conseillons de louer un camion de déménagement quelques semaines à l'avance. U-Haul, Location Sauvageau et Discount sont des compagnies qui disposent de camions de déménagement de différentes grosseurs.

## La recherche d'un logement

Pour trouver un logement, vous pouvez utiliser les sites Internet suivants :

<https://www.kijiji.ca> : pour un logement, mais aussi pour des meubles

<https://www.lespac.com/> : pour un logement, mais aussi pour des meubles

Appartements et maisons à louer dans Portneuf (sur Facebook)

<https://www.facebook.com/groups/473901952747760/> : pour un logement

Accompagnante logement <https://www.facebook.com/sarah.brodeur.503> : pour un logement

Pensez à informer vos collègues et vos connaissances que vous cherchez un logement; ils auront peut-être la solution pour vous et qui sait... ils vous aideront peut-être aussi lors de votre déménagement!

**Bon à savoir :** Une affiche « à louer » est souvent installée à la fenêtre des logements vides ou prochainement à louer. Contactez le propriétaire pour faire une visite. Sachez aussi que le renouvellement des baux (contrats de location) est à confirmer avec trois mois d'anticipation. C'est aussi à ce moment que les logements commencent à être disponibles. Si vous prévoyez déménager, n'attendez pas à la dernière minute pour débuter vos recherches. Le plus tôt sera le mieux et le 1<sup>er</sup> avril est la date à retenir. Des logements peuvent toutefois être disponibles à n'importe quelle période de l'année.

## Assurance habitation

L'assurance habitation n'est pas obligatoire, mais fortement conseillée. Voici quelques compagnies que vous pouvez contacter, afin d'obtenir des soumissions pour une assurance habitation.

<b>Industrielle Alliance</b>	<a href="https://ia.ca/particuliers/trouver-un-formulaire/assurance-individuelle">https://ia.ca/particuliers/trouver-un-formulaire/assurance-individuelle</a>
<b>La Croix Bleue Assurance</b>	<a href="http://www.bluecross.ca/fr/produits/regimes-dassurance-sante-personnelle.html">http://www.bluecross.ca/fr/produits/regimes-dassurance-sante-personnelle.html</a>
<b>Sun Life</b>	<a href="https://www.sunlife.ca/fr/explore-products/insurance/health-insurance/personal-health-insurance/">https://www.sunlife.ca/fr/explore-products/insurance/health-insurance/personal-health-insurance/</a>
<b>Desjardins Assurance</b>	<a href="https://www.desjardinsassurancevie.com/fr/assurance-individuelle/assurance-auto-et-habitation">https://www.desjardinsassurancevie.com/fr/assurance-individuelle/assurance-auto-et-habitation</a>
<b>Promutuel Assurance</b>	<a href="https://www.promutuelassurance.ca/fr/assurance-habitation/">https://www.promutuelassurance.ca/fr/assurance-habitation/</a>

**Conseil :** Comparez les prix et les conditions avec deux ou trois compagnies avant de prendre une décision.

# L'automobile et le permis de conduire

## Pour avoir le droit de conduire au Québec

Même si la plupart des permis de conduire émis à l'étranger sont valides au Québec, du moins pour une période 6 mois, il est en revanche nécessaire de faire reconnaître votre permis de conduire en fonction de votre type de permis de travail ou de séjour. Il faudra prendre un rendez-vous à la SAAQ pour valider votre admissibilité à conduire au Québec.

Société de l'assurance automobile du Québec à Québec (SAAQ)

1400, avenue Saint-Jean-Baptiste, bureau 180

Québec (QC) G2E 5B7

☎ 418 643-7620

<https://saaq.gouv.qc.ca/>

**Société de l'assurance  
automobile**

**Québec** 

Lorsque vous achèterez un véhicule, il faudra le (re)faire immatriculer. Pour cela, vous devrez vous rendre avec vos papiers au bureau le plus près de la SAAQ en compagnie du vendeur. L'immatriculation au Québec vous donne automatiquement droit à une assurance minimale (équivalente à la responsabilité civile), cependant, souscrire à une assurance privée plus élargie est également obligatoire au Québec. Comparez les prix et les différentes couvertures de différentes compagnies d'assurance avant de prendre une décision.

**Conseil** : Vous devriez faire inspecter le véhicule que vous désirez acheter par un mécanicien indépendant et l'essayer. L'hiver est rude au Québec et les véhicules s'abiment plus vite...

**IMPORTANT** : PNEUS D'HIVER. Selon la loi, vous avez jusqu'au 1<sup>er</sup> décembre pour faire poser vos pneus d'hiver. À partir du 15 mars, vous pouvez remettre vos pneus d'été.

## Passer son permis de conduire

Si vous n'êtes pas citoyen canadien, il faut prendre un rendez-vous par téléphone au numéro suivant 1 888 356-6616, **avant** de vous inscrire à un cours de conduite. Un préposé vérifiera vos documents officiels (certificat de naissance, carte de résident permanent, passeport, etc.) afin de déterminer votre statut et vous indiquera la marche à suivre qui s'applique à votre situation.

La SAAQ peut fournir un interprète lors de l'examen sur la route. Il faut en faire la demande lors de la prise du rendez-vous (des frais peuvent s'appliquer et vous devez préalablement réserver).

### **Coût des examens**

Examen théorique : environ 12,00 \$

Examen pratique : environ 70,00 \$

## Documents

Documents à avoir avec vous pour les rendez-vous avec la SAAQ (examen théorique, examen pratique et immatriculation du véhicule) :

- Passeport valide
- Carte d'assurance maladie
- Permis de travail valide d'une durée supérieure à 6 mois
- Permis de conduire du pays d'origine accompagné du permis de conduire international (le cas échéant)

Le permis de conduire d'origine doit être traduit au complet en français ou en anglais par un traducteur agréé (Ordre des traducteurs : 514 845-4411).

## L'École de conduite La Croisée

312, rue de l'Église  
Donnacona (QC) G3M 1Z9

☎ 418 285-5032

<http://www.ecoledeconduiteportneuf.com/>

Cette école de conduite travaille avec la clientèle immigrante possédant des connaissances de la langue française.

Vous aurez besoin de 12 à 18 mois pour obtenir le permis de conduire. Vous devrez compléter 12 cours théoriques de 2 heures ainsi que 15 cours pratiques. Dans un premier temps, vous devez compléter 5 cours théoriques et un examen pour obtenir le permis d'apprenti et ainsi pouvoir conduire accompagné de quelqu'un pendant une durée de 12 mois. Durant ces 12 mois, vous passez le reste des cours théoriques et pratiques.

Le coût des cours est de plus ou moins 1 000 \$

Le coût du permis d'apprenti est d'environ 70 \$

Pour l'examen pratique du permis, l'école de conduite peut louer un véhicule qui sera déjà sur place le jour de l'examen (environ 60 \$).

Vous devez réserver votre place auprès de l'école de conduite après vous être inscrit à la SAAQ. Le délai pour débiter les cours est d'environ 6 mois.

Il est fortement conseillé d'acheter le livre « Guide de la route » et « Conduire un véhicule de promenade ». Disponible aussi en format PDF. Voici le lien :

<https://saaq.gouv.qc.ca/saaq/documentation/publications/publications-quebec/>



# Les moyens de transport et la location de véhicule

## Transport collectif

La Corporation de transport régional de Portneuf (CTRP) est l'organisme de transport collectif et adapté de la MRC de Portneuf. La CTRP facilite les déplacements sur le territoire de Portneuf et de Québec. Les services sont du lundi au vendredi.

Pour trouver les trajets des autobus, les tarifs et les horaires, vous pouvez aller sur le site de la **Corporation de transport régional de Portneuf**  
<http://www.transportportneuf.com/accueil,1>



☎ 418 337-3686 ou sans frais : 877 329-3686

## Covoiturage

Plateforme de covoiturage (Québec, Canada, États-Unis).

Pour un déplacement de courte ou longue distance.

Économique et convivial.

<https://www.covoiturage.ca/>

Covoiturage : Trois-Rivières <> Québec

Groupe public Facebook pour faire des déplacements entre Québec et Trois-Rivières.

## Location de véhicule

Vous avez besoin d'un permis de conduire et d'une carte de crédit pour louer un véhicule. Vous devez aussi prendre une assurance. Elle est obligatoire et offerte sur place lors de la signature du contrat de location. Un dépôt d'environ 300 \$ est exigé. Celui-ci sera pris sur votre carte de crédit.

### **Donnacona**

#### Discount

268, Route 138

Donnacona (QC) G3M 1C2

☎ 418 284-0256

### **Saint-Raymond**

#### Discount

599, Côte Joyeuse

Saint-Raymond (QC) G3L 4B1

☎ 418 337-9308

#### Location Sauvageau

521, Côte Joyeuse

Saint-Raymond (QC) G3L 4A9

☎ 418 337-2204

# La francisation

Le gouvernement du Québec offre des cours gratuits de français et de l'aide financière aux personnes immigrantes sur son territoire, y compris celles en séjour temporaire. Les cours sont proposés à temps complet, à temps partiel et également en ligne.

## En présentiel

Le détail des différentes formules se trouve ici :

[file:///C:/Users/Usager/Carrefour%20jeunesse-emploi%20de%20Portneuf/Immigration%20-%20Documents/Francisation/Affichette\\_TET\\_octobre2020.pdf](file:///C:/Users/Usager/Carrefour%20jeunesse-emploi%20de%20Portneuf/Immigration%20-%20Documents/Francisation/Affichette_TET_octobre2020.pdf)

### Centre de formation professionnelle de Portneuf

Situé à Donnacona, le Centre de formation a le mandat de donner les cours de francisation dans la MRC de Portneuf.

<https://www.cfportneuf.com/francisation>



### Comment s'inscrire?

Communiquez avec le Centre de formation de Portneuf au 418 285-5018 ou inscrivez-vous par courriel au [cfdeportneuf@cspportneuf.gc.ca](mailto:cfdeportneuf@cspportneuf.gc.ca)

- Option 1 : Cours à temps plein  
Personnes de 16 ans ou plus vivant au Québec  
25 à 30 heures de cours par semaine  
8 à 12 semaines de cours par session  
Aide financière possible  
Niveau débutant et niveau intermédiaire

Plus de détails ici :

<https://www.quebec.ca/education/apprendre-le-francais/cours-temps-complet/#c36403>

- Option 2 : Cours de français à temps partiel et en entreprise  
Personnes de 16 ans ou plus vivant au Québec  
4, 6, 9, 12 ou 15 heures de cours par semaine  
Aide financière possible  
Niveau débutant et niveau intermédiaire

Plus de détails ici :

<https://www.quebec.ca/education/apprendre-le-francais/cours-temps-partiel/immigrant/temps-partiel/>

Vous n'avez pas de frais d'inscription ou de scolarité à payer. Il faut fournir certains documents pour être admissible gratuitement. (En raison de la COVID-19, il se peut que vous soyez invité à suivre votre formation entièrement à distance).

## En ligne

Le service de Francisation en ligne (FEL) vous permet d'apprendre le français à votre rythme et selon différentes formules, *que vous habitiez déjà au Québec ou non*.

<https://www.quebec.ca/education/apprendre-le-francais/>

Vous devez choisir « **cours en ligne** » et ensuite choisir votre statut :

- Personne sélectionnée pour immigrer au Québec
- Personne immigrante vivant au Québec
- Personne née au Canada

**Attention :** Il n'est pas possible de s'inscrire aux cours en ligne et en présentiel. Le gouvernement ne financera pas les deux formules en même temps).

**Bon à savoir :** Pour la famille qui doit vous rejoindre, il est possible de commencer l'apprentissage du français avant d'arriver au Québec en suivant une formation dans une école de langues partenaire du gouvernement du Québec. Le partenaire est l'Alliance Française.

Plus de renseignements ici :

<https://www.quebec.ca/immigration/francais-au-quebec/immigrant/cours-francais-hors-canada/>

<https://www.quebec.ca/immigration/francais-au-quebec/immigrant/cours-francais-hors-canada/ecole-partenaire/>

Si vous avez un Certificat de sélection ou d'acceptation du Québec (CSQ ou CAQ), vous pouvez améliorer votre français avant d'arriver au Québec en suivant gratuitement un cours de français en ligne. Vos frais seront remboursés au Québec.

### Voici d'autres façons d'améliorer votre français

#### Rosetta Stone

Vous pouvez suivre des cours avec le logiciel *Rosetta Stone*. Il y a plus de 30 langues proposées et le logiciel est offert gratuitement aux personnes résidant au Québec.

#### Procédure

1. Vous devez vous abonner à la BANQ (Bibliothèque et Archives nationales du Québec) : <https://www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement/index.html>
2. Lorsque votre demande aura été validée, vous recevrez les identifiants nécessaires à votre authentification sur le portail.
3. Écrivez ceci dans la barre de recherche : Rosetta Stone Library solution

#### Autres plateformes d'apprentissage du français sur Internet

*La Griffes* est une plateforme en ligne d'apprentissage ludique et gratuite, destinée aux adultes présentant un faible niveau de littératie et aux nouveaux arrivants qui apprennent le français. La plateforme est gratuite et ne nécessite aucune inscription. Elle est disponible à [www.lagriffedalpa.org](http://www.lagriffedalpa.org) sur tous les appareils (ordinateur, tablette ou téléphone intelligent).

Allez sous l'onglet « Qui sommes-nous » et choisissez « Service ». Différentes options s'affichent dont : Programme de francisation.

Plus de détails sur ce programme : <https://lagriffedalpha.org/programme-de-francisation/>

### **CAFI**

Le CAFI est un centre d'autoapprentissage en ligne. Il offre un programme de francisation qui s'adresse aux personnes immigrantes adultes non francophones.

<https://dfc.cegep-ste-foy.qc.ca/francisation/centre-dauto-apprentissage-cafi/>

### **Centre d'alphabétisation l'Ardoise**

L'organisme offre maintenant des cours axés sur la conversation et la prononciation pour les immigrants.

[www.facebook.com/centredalphabetisationlardoise](http://www.facebook.com/centredalphabetisationlardoise)

☎ 418 339-2770

ardoise.alpha@gmail.com

The logo for 'L'ARDOISE' features the text 'L'ARDOISE' in a bold, sans-serif font. The letter 'A' is stylized with a horizontal bar that extends to the left and has a small square at its end, resembling a plow or a similar agricultural tool.

## L'éducation et les services de garde

### **Éducation**

En matière d'éducation, le territoire de la MRC de Portneuf est couvert par des services d'éducation de niveaux préscolaire, primaire et secondaire et par la formation professionnelle et aux adultes. Certains services de niveau collégial y sont également offerts.

**Bon à savoir** : L'école publique est gratuite. L'école est obligatoire jusqu'à la fin de l'année scolaire du 16<sup>e</sup> anniversaire.

## Le Centre de services scolaire de Portneuf (Commission scolaire de Portneuf)

<https://portneuf.ca/citoyens/education/>

Écoles primaires : Treize écoles primaires réparties dans 20 établissements.

<https://www.csportneuf.qc.ca/public/index.php?p=primaire/documentation/ecoles-prescolaires-et-primaires>

Écoles secondaires : situées à Saint-Raymond, Donnacona et Saint-Marc-des-Carrières

<https://www.csportneuf.qc.ca/public/index.php?p=secondaire/documentation/ecoles-secondaires>

Centre de formation professionnelle : situé à Donnacona et Saint-Raymond.

<https://www.cfportneuf.com/>

Éducation aux adultes : situées à St-Casimir, Donnacona et Saint-Raymond ou possibilité de cours à distance.

<https://www.cfportneuf.com/formation-g%c3%a9n%c3%a9rale-des-adultes>

## Services de garderie

Les places en garderie peuvent être difficiles à trouver. Pour mettre toutes les chances de votre côté, inscrivez-vous au guichet unique d'accès aux places à *La Place 0-5* :

[www.laplace0-5.com](http://www.laplace0-5.com)

Une fois votre inscription terminée, téléphonez à ce numéro de téléphone 514 270-5055 et demandez qu'on ajoute une note à votre dossier spécifiant que votre enfant n'est pas né au Québec et n'a donc pas de NIREC. Seul un agent de *La Place 0-5* peut faire cette procédure.

Ensuite, contactez directement les garderies dans votre secteur et faites des suivis réguliers pour vérifier si une place s'est libérée.

## Voici le lien pour les services de garde de la MRC de Portneuf

<https://portneuf.ca/citoyens/services-de-garde/>

Voici des vidéos expliquant le fonctionnement de *La Place 0-5*

[https://www.youtube.com/watch?v=Q-\\_WRshDsIY](https://www.youtube.com/watch?v=Q-_WRshDsIY)

<https://www.youtube.com/watch?v=ioCiUQrjguY&feature=youtu.be>

Comment s'inscrire à *La place0-5.com* :

[https://www.youtube.com/watch?v=S\\_YT4mrMYOU&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=S_YT4mrMYOU&feature=youtu.be)

[https://www.youtube.com/watch?v=RaShN\\_sQNLA&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=RaShN_sQNLA&feature=youtu.be)

**Bon à savoir** : Les garderies et les centres de la petite enfance (CPE) peuvent être subventionnés ou non subventionnés.

Garderie subventionnée : garderie dont les services sont subventionnés. Les parents assument donc une contribution réduite pour y envoyer leur enfant.

Garderie non subventionnée : garderie qui offre des services selon un tarif qu'elle détermine. Les parents qui optent pour ce type d'établissement bénéficient toutefois d'un crédit d'impôt. Afin d'obtenir un retour anticipé des frais de garde, il faut avoir obtenu le statut de résident permanent.

## Le budget

L'Association coopérative d'économie familiale (ACEF) peut vous aider dans la gestion de votre budget en lien avec votre nouvelle réalité. Voici le lien pour assister à la vidéo expliquant comment gérer les finances personnelles.

<https://www.youtube.com/watch?v=fMynY6I4N7w>

Vous pouvez contacter **Hélène Simard** pour prendre un rendez-vous au **418 285-2626, poste 4928**. Elle vous conseillera et vous aidera à faire les bons choix selon votre revenu et votre nouveau mode de vie. Les services sont offerts en français, en anglais.

En ce qui concerne l'établissement de votre budget, vous pouvez aussi utiliser cet outil de simulation

[https://www.desjardins.com/ressources/pdf/calculez\\_depenses09-f.pdf](https://www.desjardins.com/ressources/pdf/calculez_depenses09-f.pdf)

## La déclaration de revenus (rapport d'impôts)

Vous devez produire une déclaration de revenus au provincial et une au fédéral. Normalement, vos documents doivent être envoyés au plus tard le 30 avril chaque année.

L'organisme *Le HALO* peut vous aider à rédiger votre déclaration de revenus gratuitement (en fonction de vos revenus). Le service est offert dans plusieurs langues. ☎ 418 285-2935

**Bon à savoir** : En raison de la pandémie, il y aura peut-être un délai supplémentaire accordé en 2021 pour la date limite de remise des déclarations de revenus. Au moment d'écrire ces lignes, l'information n'était pas encore disponible.

## Le système bancaire au Québec : Comment ça marche?

Au Québec, pour ouvrir un compte bancaire, on vous demandera de vous identifier à l'aide de votre numéro d'assurance sociale et/ou de votre passeport. Il est important de bien choisir votre banque, car les tarifs des transactions et des services peuvent varier beaucoup. N'hésitez pas à poser beaucoup de questions pour bien comprendre les services offerts.

### La carte de débit

Elle est offerte à l'ouverture du compte. Elle contient l'argent que vous possédez en temps réel et sert à payer en magasin et à retirer de l'argent dans les guichets automatiques. La somme est débitée de votre compte chèques le jour même.

### La carte de crédit

Nous pouvons voir la carte de crédit comme de l'argent prêté. Elle sert à faire des achats, souvent dispendieux (électroménagers, voiture, etc.), sur Internet. Il faut rembourser chaque mois à l'institution financière les montants utilisés sur votre carte, sans quoi vous devrez payer des intérêts (très élevés). Celle-ci sert également à bâtir votre dossier de crédit. Le dossier de crédit est utilisé par les institutions bancaires pour vérifier si vous remboursez bien vos dettes et vous permettra éventuellement de vous acheter une maison, par exemple.

**Important** : La plupart des banques offrent des services spécifiques aux nouveaux arrivants. Comparez les offres et identifiez bien vos besoins (nécessité de transfert d'argent régulier, etc.). Toutefois, restez vigilants, car certains services ne seront gratuits que la première année.

## La formation *Objectif Intégration*

Accès Travail Portneuf offre maintenant les séances gratuites *Objectif Intégration*. Ces séances sont nécessaires aux personnes en processus de demande de CSQ (certificat de sélection du Québec) dans le but d'obtenir la résidence permanente. Cette formation est également offerte à tous les immigrants curieux d'en apprendre plus sur le Québec.

D'une durée de 24 heures, elle est répartie sur plusieurs jours et vous aidera à mieux comprendre l'histoire du Québec, les valeurs démocratiques et les valeurs québécoises exprimées par la *Charte des droits et libertés de la personne*, les codes culturels et le cadre légal dans le monde du travail. Elle facilitera également votre intégration au Québec.

Une allocation de 188 \$ est donnée aux personnes admissibles ayant suivi la formation dans son entièreté.

Afin de rejoindre un plus grand nombre de participants, plusieurs séances seront données pendant l'année sous diverses formules soit, de jour, de soir ou de soir et fin de semaine. Pour information ou pour inscription, il suffit de communiquer avec Bianka Michaud ou Clara Giroux-Bertrand à [immigration@portneufplus.com](mailto:immigration@portneufplus.com) ou au 418 329-2511 ou 1 800 897-9910.

## Les organismes sur le territoire de Portneuf

### QG de Portneuf

Le QG de Portneuf est le quartier général du bénévolat et des services offerts dans Portneuf. C'est le point central de l'information, au cœur de notre communauté! Accessible par le biais de ce site Internet seulement :

<https://qgdeportneuf.com/>



### Accès Travail Portneuf

Accès Travail Portneuf est un organisme qui offre différents services adaptés pour les adultes qui cherchent un emploi ou veulent retourner aux études. L'organisme offre aussi des services de soutien aux personnes immigrantes désireuses de s'établir dans la MRC de Portneuf. Plus particulièrement, les services suivants sont offerts :

- Accueil à l'aéroport, aide à la recherche de logement et installation
- Aide pour les démarches administratives (permis de conduire, inscription des enfants à l'école, inscription à la francisation, etc.)
- Soutien dans la recherche d'emploi
- Accompagnement spécialisé
- Activités sociales
- Visite de la région
- Jumelage interculturel, réseautage et plus encore



Pour plus de renseignements :

☎ 418 329-2511 ou au 1 800 897-9910

<http://www.accestravailportneuf.com/>

### Place aux jeunes en région

Place aux jeunes en région est une organisation favorisant la migration, l'établissement et le maintien des jeunes diplômés âgés de 18 à 35 ans en région, en collaboration avec ses partenaires-promoteurs, les acteurs locaux, régionaux et nationaux, et ce, au profit des milieux ciblés.



### Principaux objectifs

- ✓ Promouvoir la migration des jeunes en région
- ✓ Faciliter l'intégration professionnelle des jeunes en région
- ✓ Stimuler la création d'entreprises en région
- ✓ Sensibiliser les jeunes, leur entourage et les acteurs locaux au bénéfice de la migration
- ✓ Favoriser et promouvoir l'engagement social des jeunes en région

Si vous avez des questions ou souhaitez plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter l'agente de migration de Place aux jeunes Portneuf sur Facebook. Voici le lien :

<https://www.facebook.com/placeauxjeunesportneuf>

## Loisirs dans la MRC de Portneuf

Pour avoir des renseignements quant aux loisirs dans Portneuf, vous pouvez aller visiter le site internet de la MRC de Portneuf. Voici le lien pour y parvenir :



<https://portneuf.ca/citoyens/loisirs/#:~:text=Selon%20les%20municipalit%C3%A9s%2C%20on%20retrouve,jeux%20pour%20les%20enfants%2C%20kiosques>

Pour connaître l'offre de loisirs des municipalités de la région de Portneuf, vous pouvez consulter les différentes programmations de loisirs sous l'onglet correspondant.

Pour avoir accès à des terrains de sport ou des salles, vous pouvez entrer en contact avec la mairie de votre ville de résidence ou avec le service des sports pour connaître les disponibilités ainsi que les conditions d'utilisation. Si vous êtes résident, l'utilisation des gymnases est gratuite dans plusieurs villes de la MRC.

Pour vous informer sur ce qui se passe dans votre ville, consultez le bulletin municipal. Vérifiez les dates de parution. Vous devriez le recevoir dans votre boîte aux lettres.

Le journal local qui couvre la MRC est le Courrier de Portneuf.

<https://www.courrierdeportneuf.com/>

**COURRIER**  
DE PORTNEUF

La télévision communautaire des MRC de Portneuf et de la Jacques-Cartier est CJSR.

<https://www.cjsr3.com/>

<https://www.facebook.com/cjsr.latvcportneuvoise/>



## Le relevé de paie (ou talon de paie)

Lorsque vous avez un emploi au Québec, vous recevez un montant d'argent. Souriez! Votre employeur a la responsabilité de produire un relevé (talon de paie) à votre attention. Ce document est produit à chaque période de paie (chaque semaine ou quinzaine). Sur ce relevé de paie, vous observerez beaucoup d'informations en lien avec les montants reçus et les différentes déductions que vous payez au gouvernement.

Vous êtes responsable de valider qu'aucune erreur ne s'est glissée dans ce document. Il est donc judicieux que vous compreniez bien tout le contenu de ce document.

## Les déductions retenues sur votre talon de paie

Au Québec, certaines charges doivent obligatoirement être déduites du salaire.

Ce que l'employeur doit retenir sur le salaire :

- L'impôt du Québec et du Canada qui varient en fonction de la tranche d'imposition du salarié
- La cotisation au Régime québécois d'assurance parentale (RQAP)
- La cotisation à l'assurance-emploi (AE)
- La cotisation au Régime des rentes du Québec (RRQ)

Dans certains cas, d'autres charges sont aussi retenues :

- La cotisation au régime de pension de l'entreprise
- La cotisation éventuelle à une adhésion syndicale
- La cotisation aux assurances collectives
- Autres déductions auxquelles l'employé s'est engagé (stationnement, etc.)

Le lien suivant vous explique la signification de chacun des acronymes indiqués sur votre relevé de paie.

<https://www.secretaire-inc.com/votre-releve-de-paye-decortique-et-explique/>

## RRQ ou Régime des rentes du Québec

C'est le régime public d'assurance de la province de Québec. Tout travailleur de plus de 18 ans ayant des revenus annuels de plus de 3 500 \$ doit y contribuer. Ces cotisations permettent d'offrir une protection financière de base à quiconque travaillant ou ayant travaillé au Québec lorsqu'ils sont rendus à la retraite, lorsque leur conjoint décède ou se retrouve invalide.

Parmi les informations pertinentes, sachez que vous avez droit de recevoir le RRQ à partir de 60 ans. Vous y avez aussi droit si vous vivez à l'étranger.

Le lien suivant vous explique les différents services du gouvernement du Québec en lien avec la retraite.

[https://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/services/services\\_en\\_ligne/regime\\_rentes\\_quebec/Pages/rente\\_retraite.aspx](https://www.rrq.gouv.qc.ca/fr/services/services_en_ligne/regime_rentes_quebec/Pages/rente_retraite.aspx)

# Le changement d'adresse

Au provincial (Québec), il faut passer par le Service québécois de changement d'adresse (SQCA).

Vous déménagez? En une seule démarche, transmettez votre nouvelle adresse aux sept ministères et organismes participants :

- Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail
- Élections Québec
- Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale
- Régie de l'assurance maladie du Québec
- Retraite Québec
- Revenu Québec
- Société de l'assurance automobile du Québec

Le changement d'adresse au gouvernement fédéral (Canada), vous pouvez informer l'Agence de revenu du Canada (ARC) de votre nouvelle adresse de la façon suivante :

- **En ligne** au service *Mon dossier pour les particuliers*
- **Par la poste** en remplissant le formulaire RC325 (demande de changement d'adresse) ou en envoyant une lettre par la poste ou par télécopieur à votre centre fiscal. Votre lettre doit contenir ce qui suit :
  - votre numéro d'assurance sociale
  - votre nouvelle adresse
  - la date du déménagement
  - votre signatureSi vous écrivez à l'ARC pour une autre personne, **y compris votre époux ou conjoint de fait**, indiquez son numéro d'assurance sociale et faites **signer** la lettre par cette personne pour autoriser le changement dans son dossier.
- **par téléphone** en appelant le service des renseignements aux particuliers au 1-800-959-7383. (Vous devrez fournir à l'ARC votre nom et adresse, votre numéro d'assurance sociale, votre date de naissance et des renseignements figurant dans votre déclaration de revenus ou avis de cotisation.)

## Conclusion

Ce guide du nouvel arrivant a été rédigé dans le but de faciliter votre installation et de répondre aux besoins de base les plus fréquents. Nous avons tenté de le rendre le plus simple et le plus complet possible. Il est bien entendu appelé à être modifié et amélioré tout au long de son existence. Si vous ne trouvez pas l'information dont vous avez besoin, n'hésitez surtout pas à communiquer avec nous. Ce sera un plaisir de vous accompagner dans votre démarche.

La publication de ce document a été rendue possible grâce aux partenaires suivants

