

* RÉGION *
PORTNEUF

**GUIDE POUR LES
NOUVEAUX ARRIVANTS**



MOT DU PRÉFET

Portneuf est une région inégalable.

Positionnée stratégiquement entre la Capitale-Nationale et la Mauricie, c'est un endroit de prédilection pour s'établir et s'enraciner. La nature, les nombreux services de proximité et la qualité de vie qu'elle propose rendent la région à la fois unique et diversifiée. Toutefois, ce sont les citoyens, accueillants et créatifs, qui sont la plus grande force du territoire, et vous en faites maintenant partie.

Nous vous invitons à consulter les différentes sections de notre guide conçu et réfléchi pour les nouveaux arrivants afin d'en apprendre davantage sur les services, les avantages de vivre et de s'épanouir dans cette belle région.

Bienvenue chez vous, chers Portneuvois et chères Portneuvoises!

Bernard Gaudreau, préfet de la MRC de Portneuf



A handwritten signature in purple ink, consisting of stylized initials 'BG', positioned above a horizontal line.

MOT DE LA PRÉSIDENTE

Nouveaux arrivants dans la MRC de Portneuf, bienvenue!

C'est avec plaisir et fierté que la communauté de Portneuf vous accueille au cœur de sa région. Nous sommes ravis que vous ayez choisi de vous établir dans la MRC de Portneuf, un milieu de vie où toutes les idées sont les bienvenues, où il est possible de créer et de s'impliquer.

Afin de faciliter votre intégration, Accès Travail Portneuf vous invite à contacter dès maintenant son équipe pour obtenir une foule de renseignements d'intérêt sur les services, commodités, organismes et attraits disponibles pour vous! Soyez assurés que nous ferons tout en notre possible pour vous appuyer dans vos démarches d'établissement et d'intégration. Consultez notre site Internet www.accestravailportneuf.com ou contactez-nous au 418 329-2511.

Au plaisir de vous rencontrer!

Marie-Pier Jobin, présidente d'Accès Travail Portneuf



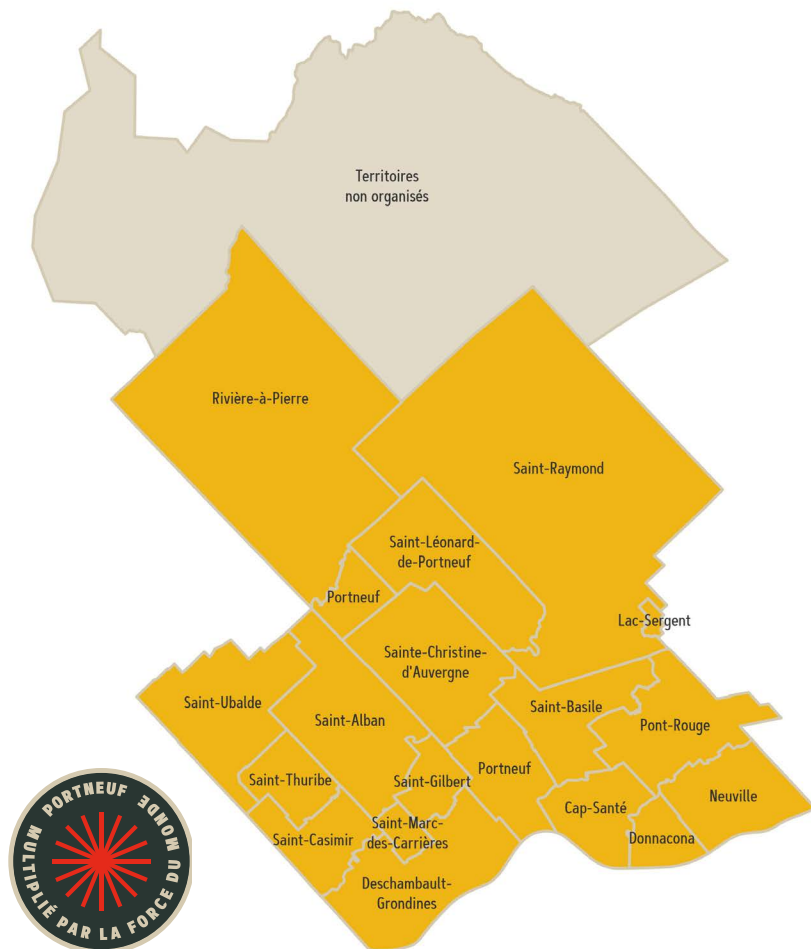
A handwritten signature in black ink, reading 'Marie-Pier Jobin', positioned above a horizontal line.

TABLE DES MATIÈRES

Mot d'introduction	1
Services en immigration	2
Planification	3
Numéro d'assurance sociale	4
Santé	5
Francisation	13
Enfants	17
Loisirs et services municipaux	23
Transport	27
Finances	35
Météo	41
Logement et ressources.....	47
Dépenses reliées à l'installation	56

La région de Portneuf compte 18 municipalités ainsi qu'un nombre incalculable d'initiatives sociales, culturelles, agroalimentaires et communautaires. Plus de 55 000 habitants peuplent le territoire, d'est en ouest, du nord au fleuve.

Portneuf est une région avec du caractère qui se démarque par sa volonté et sa capacité à préserver l'intégrité de son environnement, de ses communautés et de son patrimoine. Portneuf, c'est l'équation parfaite pour tous ceux et celles qui souhaitent s'enraciner et entreprendre.



SERVICES EN IMMIGRATION OFFERTS AUX NOUVEAUX ARRIVANTS DANS PORTNEUF

- Accueil, aide à l'installation et intégration
- Soutien pour les démarches administratives : permis de conduire, inscription des enfants à l'école, inscription aux cours de français, etc.
- Jumelage interculturel entre des nouveaux arrivants et des Québécois
- Formation Objectif Intégration : formation sur les valeurs québécoises et les valeurs démocratiques
- Accompagnement pour les services de santé
- Services en francisation
- Activités sociales, sportives et culturelles
- Services d'aide et maintien à l'emploi
- Équivalences des études effectuées hors Québec

Immigrants Portneuf

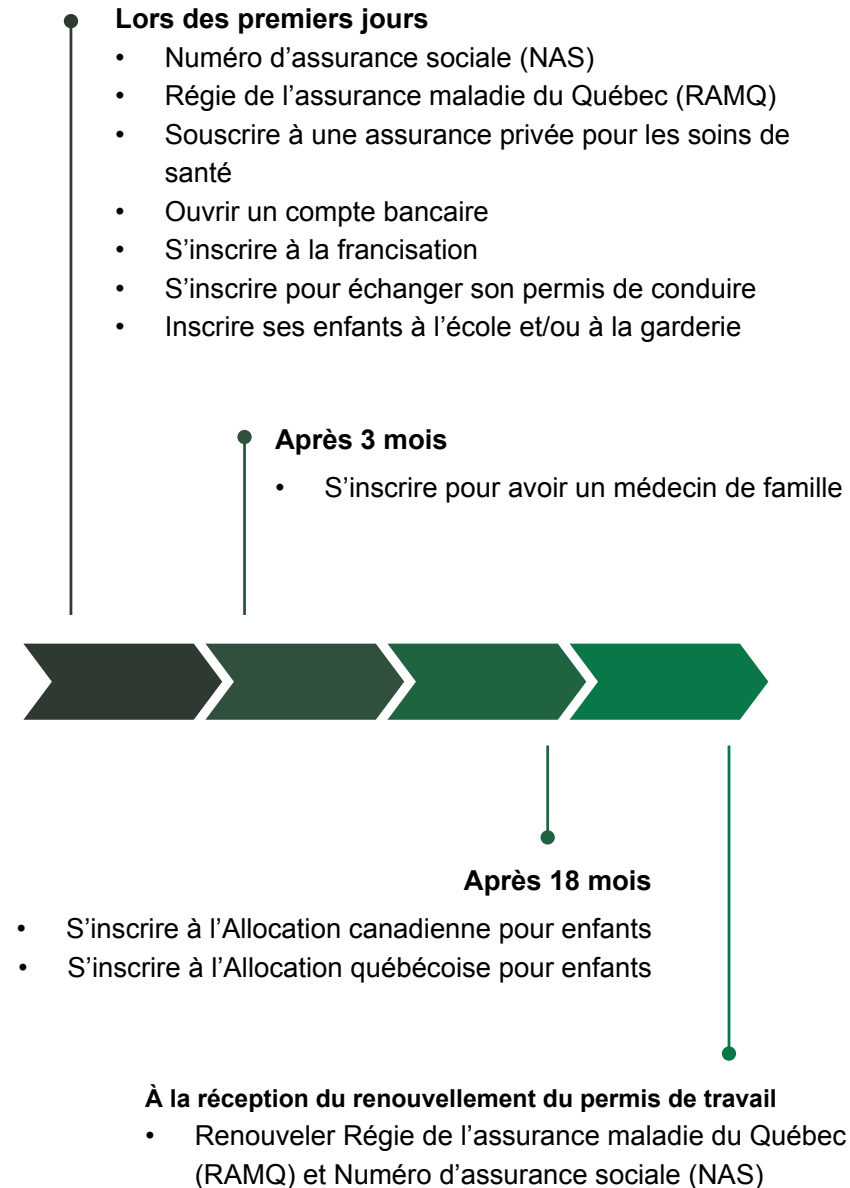
facebook.com/AccesTravailPortneufImmigration



Avec la participation financière de :



PLANIFICATION



NUMÉRO D'ASSURANCE SOCIALE

Il est obligatoire d'avoir un numéro d'assurance sociale (NAS) 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 et pour commencer un nouvel emploi.

Ce numéro sert aussi pour les déclarations fiscales, l'assurance-emploi, l'allocation familiale et plusieurs autres programmes gouvernementaux. L'obtention du NAS est un service gratuit. Il suffit de vous rendre directement à l'un des bureaux de Service Canada dès votre arrivée au Québec.

GRATUIT – OBLIGATOIRE POUR TRAVAILLER

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



Documents à apporter pour faire la demande :

- original du document d'immigration comme un permis de travail ou un permis d'études;
- passeport;
- adresse et numéro de téléphone valides au Québec.

À chaque renouvellement de permis de travail, vous devez également renouveler votre numéro d'assurance sociale.

Section 5

SANTÉ



INFO-SANTÉ 811

Info-Santé 811 est un service de consultation téléphonique gratuit et confidentiel. Il est offert par des infirmières, 24 heures par jour et 365 jours par année. Le 811 vous permet de recevoir du soutien dans ces deux volets :

Info-Santé option 1 : informations et conseils d'une infirmière;

Info-Santé option 2 : intervention psychosociale.

RAMQ

Le système de santé publique et de services sociaux du Québec s'appelle la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). Vous devez vous inscrire à l'assurance maladie pour accéder gratuitement à divers soins de santé. Une fois inscrit, vous recevrez votre carte d'assurance maladie. À chaque renouvellement de permis de travail, vous devez également renouveler votre carte d'assurance maladie.

Pour s'inscrire et connaître les conditions d'admissibilité à l'assurance maladie : ramq.gouv.qc.ca



ASSURANCES MÉDICALES PRIVÉES

Vous recevrez votre carte d'assurance maladie gratuitement 3 mois après votre inscription. Pendant cette période de 3 mois, qui est appelée délai de carence de la RAMQ, vous devez être couvert par une assurance de soins de santé privée même si vous avez des assurances santé à votre travail.

Voici des exemples d'assurance que vous pouvez prendre. Il en existe d'autres.

qc.croixbleue.ca  **CROIX BLEUE**^{MD}
DU QUÉBEC

insttrip.manulife.com  **Manuvie**

ASSURANCE MÉDICAMENTS

Les personnes de 18 ans et plus qui séjournent temporairement au Québec ne sont pas admissibles au régime public, sauf exception.

MÉDECIN DE FAMILLE

Un médecin de famille est un médecin généraliste qui vous est attiré. Vous pouvez prendre rendez-vous avec votre médecin de famille au besoin et cela facilitera grandement votre accès aux soins de santé.

Dès que vous avez obtenu votre carte d'assurance maladie, vous devez vous inscrire sur la liste d'attente pour avoir accès à un médecin de famille qui accepte de nouveaux patients. Vous pourriez attendre plusieurs mois voire quelques années avant qu'un médecin vous soit attiré.

quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-medecin-famille



RENDEZ-VOUS POUR UN PROBLÈME DE SANTÉ MINEUR

Le Guichet d'accès à la première ligne (GAP) permet aux personnes sans médecin de famille d'obtenir un rendez-vous médical ou un service de santé. Pour en bénéficier, il faut être inscrit sur la liste d'attente pour obtenir un médecin de famille.

Composez le 811 et faites l'option 3.

quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/guichet-acces-premiere-ligne

Pour connaître les cliniques qui offrent des consultations médicales le jour même ou le lendemain :

sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/consultations-medicales-sans-rendez-vous

SERVICES D'INTERPRÈTE

Un service d'interprète est disponible pour les gens qui ont de la difficulté à s'exprimer en français.

<https://www.ciuss-capitalnationale.gouv.qc.ca/services/bicn>

URGENCE

En cas d'urgence, composez le 911 ou présentez-vous, sans rendez-vous, dans l'un des lieux suivants :

CLSC de Saint-Marc-des-Carières

418 268-3571

1045, boul. Bona-Dussault

Saint-Marc-des-Carières (Québec) G0A 4B0

Hôpital régional de Portneuf

418 337-4611

700, rue Saint-Cyrille

Saint-Raymond (Québec) G3L 1W1

Les urgences au CLSC de Saint-Marc-des-Carières et à l'Hôpital régional de Portneuf sont ouvertes 24 heures par jour, 365 jours par année. Tout le monde peut y aller en tout temps même s'il n'a pas de médecin attitré.



CLSC

Un Centre local de services communautaires (**CLSC**) offre des services de santé, des services sociaux, des services préventifs, des soins de réadaptation, ainsi que des activités de santé publique comme : l'aide à l'allaitement, les cours prénataux, des prélèvements sanguins, des changements de pansements, etc.

Vous pouvez également faire vacciner gratuitement votre enfant au CLSC avec ou sans carte d'assurance maladie.

TRANSPORT RENDEZ-VOUS MÉDICAUX

Les organismes communautaires tels que Le Halo et le Comité Vas-y offrent des services de transport à moindre coût pour les rendez-vous médicaux.

Entraide communautaire Le Halo : **418 337-4454**

Comité Vas-y : **418 337-4454**



DENTISTE

Les soins dentaires ne sont pas couverts par le système public d'assurance santé (RAMQ) autant pour les Québécois que pour les travailleurs étrangers temporaires. Vous devez donc payer pour les soins dentaires dans une clinique privée.

Vous pouvez avoir des assurances dentaires avec votre assurance collective au travail. Informez-vous auprès de votre employeur concernant cette possibilité. Les enfants de moins de 18 ans peuvent être couverts par la RAMQ pour certains soins dentaires.

OPTOMÉTRISTE

Les enfants de moins de 18 ans et les personnes de 65 ans et plus ont accès gratuitement aux services d'un optométriste avec la RAMQ. Les soins d'urgence sont également gratuits avec la RAMQ.

Si vous n'entrez pas dans l'une de ces catégories, vous devez payer pour les soins d'un optométriste. Vous pouvez avoir des assurances avec votre assurance collective au travail. Informez-vous auprès de votre employeur concernant cette possibilité.



Section 6

FRANCISATION



COURS DE FRANÇAIS

Le gouvernement du Québec offre des cours gratuits de français et de l'aide financière aux personnes immigrantes.

Les cours sont proposés à temps complet, à temps partiel et également en ligne.

quebec.ca/education/apprendre-le-francais

EN LIGNE

AUTO-APRENTISSAGE

EN ENTREPRISE

DE SOIR

TEMPS PLEIN

FRANCISATION

DE JOUR

TEMPS PARTIEL

ACTIVITÉS DE FRANÇAIS

ALPHABÉTISATION

FRANCISATION AU CENTRE DE FORMATION DE PORTNEUF (CFP)

Cours en présentiel, temps plein de jour, temps partiel de jour, temps partiel de soir.

quebec.ca/education/apprendre-le-francais

CAFI

Le CAFI est un centre d'autoapprentissage du français. Il offre des services personnalisés et gratuits dédiés aux personnes ayant un niveau intermédiaire (niveau 5) en français. Les participants peuvent améliorer certains points comme la préparation au test de français et la préparation aux examens des ordres professionnels.

cafiqc@csfoy.ca

CENTRE D'ALPHABÉTISATION L'ARDOISE

L'organisme offre des cours axés sur la conversation en petits groupes et l'alphabetisation.

418 339-2770

info@lardoise.org

facebook.com/centredalphetisationlardoise



Section 7

ENFANTS



TROUVER UNE PLACE EN GARDERIE



Les enfants de 0 à 5 ans peuvent fréquenter les garderies, mais les places peuvent être difficiles à trouver. Il se peut que vous attendiez plusieurs mois avant d'avoir une place pour votre enfant. **Pour mettre toutes les chances de votre côté :**

- inscrivez-vous rapidement (avant votre arrivée, dès votre arrivée ou dès que vous êtes enceinte) : laplace0-5.com;
- contactez directement les garderies dans votre secteur et faites des suivis réguliers pour vérifier si une place s'est libérée;
- consultez les annonces sur les sites Web et les pages Facebook;
- parlez-en avec un voisin ou un collègue de travail, ils pourront peut-être vous référer.



ÉCOLE

Au Québec, l'école est obligatoire de 6 à 16 ans. L'année scolaire commence à la fin du mois d'août et elle se termine au plus tard le 24 juin. Il y a deux semaines de congé pour les fêtes de fin d'année (fin décembre à début janvier) et une semaine de congé (aussi appelée semaine de relâche) au début du mois de mars.

Dans les écoles publiques, les frais de scolarité et certaines fournitures scolaires sont gratuits de la maternelle au secondaire. Les garçons et les filles partagent les mêmes classes et le système d'éducation est laïque.



Cégep :

- formation générale d'une durée de 2 ans;
- formation technique d'une durée de 3 ans.

Université : le cégep est généralement un prérequis pour entrer à l'université.

LOCALISATION DES ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

Pour inscrire votre enfant à l'école, vous devez remplir des formulaires d'inscription disponibles à l'adresse suivante : cssportneuf.gouv.qc.ca

Centre
de services scolaire
de Portneuf

Québec



● Écoles primaires ● Écoles secondaires ● Centres de formation professionnelle



SERVICE DE GARDE À L'ÉCOLE PRIMAIRE

Les services de garde en milieu scolaire assurent la garde des enfants avant le début des classes, sur l'heure du midi et après l'école selon un horaire restreint et établi.

CAMP DE JOUR

De la fin juin à la fin août, les écoles sont fermées pour les vacances d'été. Les villes de la MRC de Portneuf organisent alors des camps de jour pour divertir les jeunes de 5 à 12 ans.

La participation au camp de jour est un bon moyen pour les enfants de socialiser, de s'intégrer et d'apprendre à communiquer en français. D'autres types de camps spécialisés existent comme les camps sportifs ou artistiques.

*** Inscription à partir du mois de mars sur le site Web de votre municipalité.**



Section 8

LOISIRS ET SERVICES MUNICIPAUX





Chaque ville de la région de Portneuf présente sa propre offre d'activités sportives, culturelles et de loisirs. Certaines municipalités mettent également à la disposition des citoyens une piscine intérieure ou extérieure, un aréna ou une bibliothèque.

Vous pouvez consulter l'offre de loisirs sur le site de votre ville ou sur le site de la MRC. Sachez aussi que certaines villes organisent une journée d'accueil les nouveaux arrivants. Renseignez-vous.

portneuf.ca/citoyens/loisirs

TOURISME PORTNEUF

En toute saison, vous trouverez une panoplie d'activités à faire dans la région de Portneuf : visites gourmandes, activités culturelles et activités de plein air.

tourisme.portneuf.com

ACCÈS TRAVAIL PORTNEUF

L'équipe en immigration offre des activités tout au long de l'année pour favoriser les rencontres entre les immigrants et la population générale.



Voici un aperçu des activités organisées :

pêche sur glace, épluchette de blé d'Inde, match de soccer, jardin communautaire, cuisine collective, patin à glace, conférences sur différents sujets. Bref, tout le monde peut y trouver son compte.

accestravailportneuf.com

PLACE AUX JEUNES



Place aux jeunes en région favorise la migration, l'établissement et le maintien des diplômés et futurs diplômés de 18 à 35 ans en région. Place aux jeunes Portneuf organise des activités de rétention dans la région telles que des séjours de découverte de la région et de réseautage.

placeauxjeunes.qc.ca/regions/capitale-nationale/portneuf



Section 9

TRANSPORT



SAAQ

(Société de l'assurance automobile du Québec)

Renseignements :

saaq.gouv.qc.ca

418 643-7620

PERMIS DE CONDUIRE

Vous pouvez conduire une automobile pendant les 6 premiers mois suivant votre arrivée au Québec si vous avez un permis de conduire étranger valide. Après cette période de 6 mois, vous devez avoir un permis de conduire du Québec. Il faut donc prendre rendez-vous auprès de la SAAQ dès votre arrivée pour vérifier votre admissibilité à l'échange de permis de conduire.



IMMATRICULATION

Vous devez faire immatriculer votre véhicule auprès de la SAAQ et payer les frais à chaque année. Pour plus d'informations, consultez le site : saaq.gouv.qc.ca/immatriculation

ÉCHANGER UN PERMIS DE CONDUIRE CANADIEN OU ÉTRANGER

Vérifiez votre admissibilité auprès de la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)

- saaq.gouv.qc.ca/permis-conduire/permis-canadien-etranger
- 418 643-7620

Lorsque vous conduisez au Québec, il est obligatoire d'avoir avec vous :

- **votre permis de conduire;**
- **le certificat d'immatriculation du véhicule;**
- **le certificat d'assurance du véhicule.**

Il est conseillé d'étudier les guides de la route avant de passer son examen pour un échange de permis et pour prendre le volant au Québec.



ÉCOLE DE CONDUITE

Pour suivre des cours de conduite (parties théorique et pratique), vous devez vous inscrire auprès d'une école. L'École de conduite La Croisée est la seule école dans la région de Portneuf et elle est située à Donnacona.

École de conduite La Croisée : ecoledeconduiteportneuf.com

École de conduite Tecnic Cap-Rouge : tecnic.ca/fr/ecole-de-conduite/tecnic-cap-rouge



ACHAT D'UNE VOITURE

Vous pouvez acheter une voiture au Québec même si vous ne possédez pas de permis de conduire du Québec. Il est recommandé de faire inspecter le véhicule que vous désirez acheter par un mécanicien qualifié afin de vérifier son état.



PNEUS D'HIVER

Selon la loi, votre véhicule doit être équipé de pneus d'hiver du 1^{er} décembre jusqu'au 15 mars. Prévoyez quand même d'installer vos pneus d'hiver avant le 1^{er} décembre, car les pneus d'été perdent de leur adhérence dès que la température descend en dessous de 7 °C. Attention de ne pas retirer vos pneus d'hiver trop tôt, car l'hiver a parfois tendance à s'étirer.

** Les périodes de changement de pneus sont des périodes très achalandées dans les garages alors soyez prévoyant.*



SIÈGE D'AUTO POUR ENFANT

Les bébés et les jeunes enfants de 9 ans et moins ou de 145 cm et moins doivent être assis dans un siège d'appoint adapté à leur taille et à leur poids.



TRANSPORTS COLLECTIF ET ADAPTÉ

Dans la région, la MRC a mandaté la Corporation de transport régional de Portneuf (CTRP) pour offrir les services de transport collectif à sa population. Ses navettes journalières desservent plusieurs municipalités le matin et le soir et offrent un transport efficace et confortable à destination de différents points de chute dans l'agglomération de Québec.

Pour les personnes ayant des limitations fonctionnelles qui ont un impact sur leur mobilité, la CTRP offre un service de transport adapté permettant d'assurer des déplacements en toute quiétude. Le service est effectué par autobus sur des parcours et horaires préétablis, du lundi au samedi.

transportportneuf.com

Le [Comité Vas-y](#) et l'organisme Le Halo offrent un service de transport vers les soins médicaux ainsi que de l'aide aux commissions.

entraidecommunautaire.lehalo.ca/accompagnement



Section 10

FINANCES



IMPORTANT

Selon les pays, les dépenses liées aux postes budgétaires sont différentes. Les coûts reliés à certains items ne sont pas les mêmes que dans votre pays.

L'Association coopérative d'économie familiale peut vous aider gratuitement dans la gestion de votre budget.

acefdequebec.com



MES FINANCES, MES CHOIX : PROGRAMME D'ÉDUCATION FINANCIÈRE

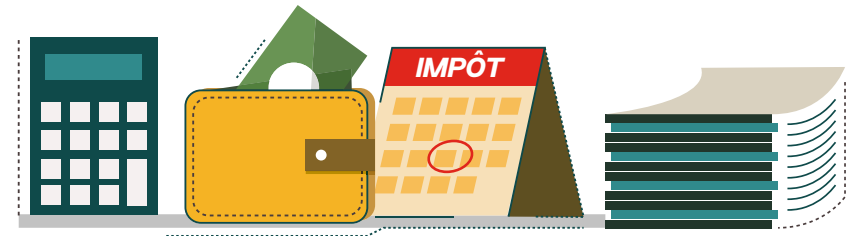
Des formations pour vous aider sur l'épargne, le budget, la consommation et plusieurs autres sujets.

cjeportneuf.com/fr/services-gratuits/education-financiere

IMPÔTS

Chaque personne doit produire une déclaration de revenus pour chaque année d'imposition se terminant le 31 décembre même si elle n'a pas gagné de revenu.

Vous devez produire deux déclarations de revenus au plus tard le 30 avril chaque année.



POUR LE GOUVERNEMENT PROVINCIAL (REVENU QUÉBEC)

Pour plus d'informations, consultez le site Web de Revenu Québec et recherchez la publication « Les nouveaux arrivants et l'impôt ».

revenuquebec.ca/fr



POUR LE GOUVERNEMENT FÉDÉRAL (AGENCE DU REVENU DU CANADA)

Pour plus d'informations, consultez le site Web de l'Agence du revenu du Canada et recherchez la publication « Nouveaux arrivants au Canada ».

canada.ca/fr/agence-revenu.html



Gouvernement
du Canada

POURQUOI PRODUIRE VOTRE DÉCLARATION DE REVENUS?

Vous pourriez être admissible à un remboursement d'impôt et à certains programmes tels que les allocations pour enfants.



COMMENT PRODUIRE VOS DÉCLARATIONS DE REVENUS?

Nous vous suggérons de faire appel à des comptables ou à des organismes communautaires afin de produire votre déclaration de revenus.

Les organismes communautaires suivants peuvent vous aider à produire vos déclarations de revenus gratuitement (admissibilité selon le revenu) :

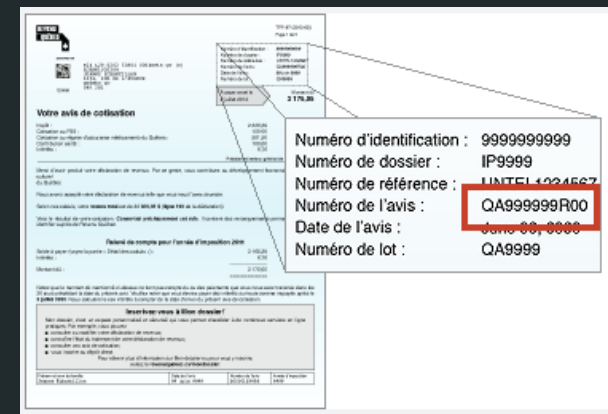
lehalo.ca

comitevas-y.org

AVIS DE COTISATION

C'est le document officiel émis par le gouvernement après le traitement de votre déclaration de revenus. Il résume votre déclaration de revenus et indique si vous devez rembourser de l'argent ou si vous recevrez un remboursement.

Conservez vos documents pendant une période d'au moins 6 ans.



ALLOCATIONS POUR ENFANTS

L'allocation familiale est un montant d'argent que le gouvernement donne aux familles pour les aider avec les dépenses pour leurs enfants.

Lorsque l'un des 2 parents est arrivé au Québec depuis 18 mois, il est admissible à recevoir les allocations familiales pour enfants même si les enfants sont arrivés au Québec plus tard.

Allocation famille Québec

rrq.gouv.qc.ca/fr/enfants/

Allocation canadienne pour enfants

canada.ca/fr/agence-revenu/

Section 11

MÉTÉO



Températures moyennes à Québec (Celsius)

												
	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI	JUN	JUL	AOU	SEP	OCT	NOV	DEC
MAX	-8	-6	0	8	17	22	25	23	18	11	2,9	-5
MIN	-18	-16	-9	-1	5	11	13	12	7,2	2	-4	-13

Au Québec, nous avons quatre saisons très distinctes. La température varie considérablement, dépendamment des mois de l'année.

LE PRINTEMPS (mars, avril, mai)

La température se réchauffe graduellement et la neige fond. C'est le « temps des sucres », la sève des érables coule; ce qui permet la production de sirop d'érable, produit qui fait partie de notre culture.

Les bourgeons des arbres se développent rapidement, passant par tous les tons de vert, et les fleurs commencent à sortir.

L'ÉTÉ (juin, juillet, août)

Les journées rallongent considérablement et la température est plus chaude. C'est le temps des jardins, des fleurs et des marchés publics. C'est le moment des vacances scolaires qui durent environ 2 mois.

C'est aussi un bon temps pour profiter des terrasses, des parcs, des pistes cyclables, des piscines, etc. Il y a également de nombreux événements organisés par les villes dont des festivals et des événements sportifs.

L'AUTOMNE (septembre, octobre, novembre)

Les journées commencent à raccourcir et la température se refroidit. L'école reprend, les feuilles des arbres deviennent jaunes, orangées, rouges puis tombent au sol.

C'est le temps des récoltes aux jardins et de la cueillette des pommes. C'est aussi la saison de la chasse (au Québec, vous devez posséder un permis de chasse valide).

L'HIVER (décembre, janvier, février)

C'est la saison où les journées sont les plus courtes. La neige recouvre le sol et les activités hivernales reprennent : ski, patin, raquette, motoneige, etc.

Il est très important d'être habillé adéquatement pour profiter des joies de l'hiver. Les arbres et les végétaux tombent en période de dormance. Fin décembre et début janvier, les écoles sont fermées pour la période des Fêtes.



TEMPÊTES ET FERMETURES DES ÉCOLES

Lors de froid extrême ou de tempête hivernale, les écoles peuvent fermer. Pour savoir si l'école de votre enfant est fermée, allez vérifier sur le site du Centre de services scolaire de Portneuf :

L'annonce se fait généralement dès 6 h le matin.

cssportneuf.gouv.qc.ca/

DÉNEIGEMENT DES RUES

Pendant l'hiver, il y a des opérations déneigement, cela peut occasionner des restrictions sur le stationnement des voitures dans les rues. Informez-vous sur le site Internet de votre ville pour plus de détails. Attention au remorquage!



Avant de prendre la route, il est conseillé de consulter Québec 511. Vous y trouverez entre autres les conditions routières hivernales.

HABILLEMENT, LES SAISONS



1. **Tuque**
2. **Cache-cou ou foulard**
3. **Manteau d'hiver**
4. **Mitaines ou gants doublés**
5. **Pantalon d'hiver doublé**
6. **Bottes**

Attention aux bébés et aux jeunes enfants! Comme ils ne bougent pas beaucoup, ils sont plus à risque d'engelures. Il est donc important de bien les habiller avec les vêtements adéquats, de la tête aux pieds. Une fois bien habillés, ils pourront eux aussi profiter des belles journées d'hiver avec vous!

Section 12

LOGEMENT ET RESSOURCES





La recherche de logement peut s'effectuer par différents médiums :

- par le [Service d'aide à la recherche de logement \(SARL\)](#) qui informe, oriente et accompagne les personnes désirant un logement dans la région;
- en ligne sur des sites tels que Facebook et Kijiji;
- un bail est un contrat entre le propriétaire et le locataire qui définit leurs engagements respectifs concernant un logement, incluant la durée du contrat, la grandeur de logement, le stationnement, les appareils et les accessoires (s'il y a lieu);
- l'assurance habitation n'est pas obligatoire au Québec, mais est fortement recommandée. Elle permet d'assurer la valeur de vos biens en plus de vous protéger de la responsabilité civile lorsque des dommages sont causés à d'autres personnes.

VOCABULAIRE UTILE POUR LA LOCATION DE LOGEMENT

- **CHAUFFÉ-ÉCLAIRÉ, C.É.** : chauffage et dépenses en électricité inclus dans le loyer.
- **N.C.N.É. OU NON CHAUFFÉ-NON ÉCLAIRÉ** : le chauffage et les dépenses en électricité ne sont pas inclus dans le loyer, cette dépense s'ajoute au loyer exigé par le propriétaire.
- **MEUBLÉ** : dans un appartement meublé, les meubles, les électroménagers, les articles de cuisine, la vaisselle, le chauffage, l'électricité, le câble télé, l'Internet et le téléphone peuvent être inclus.
- **SEMI-MEUBLÉ** : la cuisinière et le réfrigérateur sont fournis et inclus dans le loyer.
- **NON MEUBLÉ** : un appartement non meublé est vide.

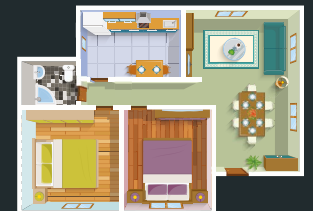
NOMBRE DE PIÈCES D'UN LOGEMENT

Au Québec, le nombre de pièces d'un logement est indiqué comme ceci : **1 1/2, 2 1/2, 3 1/2, etc.** Le premier chiffre correspond au nombre de pièces principales (chambre, cuisine, salon) et la demie fait référence à la salle de bain.

Par exemple :

2 1/2 : une chambre + une cuisine/salon
+ une salle de bain

4 1/2 : une cuisine + un salon + deux
chambres + une salle de bain



TRI DES DÉCHETS ET DES MATIÈRES RECYCLABLES



Référez-vous à votre Ville pour connaître le calendrier des collectes :

- Pour les ordures, on utilise un bac noir ●
- Pour le recyclage, on utilise un bac bleu ou vert ● ●
- Pour le compost, on utilise le bac brun ●

Qu'est-ce qui va dans le bac bleu ou vert?

Papier et carton, plastique, verre, métal.

Certaines municipalités offrent à leurs citoyens de composter ce qui va dans le bac brun :

fruits et légumes, gazon, feuilles mortes, restes de jardin, serviettes de papier, restes de table, restes de tisane, thé ou café.

CONSIGNE AU QUÉBEC

La plupart des bouteilles et des canettes de bière portent la mention **Consigné Québec**.

À l'achat, le consommateur paie automatiquement **0,05 \$ ou 0,20 \$** supplémentaires par bouteille ou canette. Une fois vides, vous pouvez les rapporter au magasin pour vous faire rembourser le montant de la consigne.

Vous ne savez pas où déposer vos matières résiduelles? Utilisez cet outil :

recyc-quebec.gouv.qc.ca/appmobile-cavaou



ÉCOCENTRES

Un écocentre est un centre de récupération des matières qui ne peuvent pas être recyclées ou mises à la poubelle de la maison.

- Résidus de construction (bois, palettes, etc.)
- Résidus métalliques (électroménagers, cuivre, acier inoxydable, etc.)
- Pneus
- Matériaux secs : briques, béton, gypse, etc.
- Résidus dangereux : peinture, huiles usées, antigel, batteries, bonbonnes de propane vides, aérosols, cartouches d'imprimante, etc.
- Appareils électroniques : ordinateurs, cellulaires, lecteurs DVD, etc.
- Encombrants : matelas, divans, etc.
- Huiles : végétale, graisse à moteur, etc.
- Matières recyclables : verre, carton, plastique, etc.

Trouvez l'écocentre le plus près de chez vous :

laregieverte.ca/ecocentres/nos-ecocentres/

Pour y déposer vos matières, vous devez avoir une pièce d'identité.

RESSOURCES ET INFORMATIONS UTILES DANS LA COMMUNAUTÉ

Police, pompiers, ambulance

Le 911 est le numéro de téléphone à composer en cas d'urgence. C'est le même numéro pour joindre la police, les pompiers et l'ambulance.

QG de Portneuf

Répertoire des ressources communautaires et publiques de Portneuf et plateforme visant à favoriser le jumelage des bénévoles et des organismes.

qgdeportneuf.com

Guide des ressources d'aide alimentaire et matérielle de Portneuf

portneuf.ca/citoyens/ressources_aide_alimentaire_et_materielle_de_portneuf

MRC de Portneuf

Le site de la MRC réunit plusieurs informations utiles pour les citoyens de la région de Portneuf portneuf.ca/citoyens





Service d'intégration pour les personnes immigrantes



INSTALLATION



VIE COLLECTIVE



FRANCISATION



RECONNAISSANCE
DES COMPÉTENCES



EMPLOI



DÉMARCHES
D'IMMIGRATION

Téléchargez l'application mobile



Pour en savoir plus :
Quebec.ca/accompagnement-immigrant



Votre
gouvernement

Québec 

DÉPENSES LIÉES À L'INSTALLATION

- Location d'un logement
- Équipement du logement : meubles, électroménagers, literie, batterie de cuisine et autres
- Électricité et chauffage
- Assurances habitation et véhicule(s)
- Téléphone(s)
- Vêtements chauds
- Achat d'une voiture
- Assurance santé pour moi et les membres de ma famille
- Nourriture
- Garderie
- Frais scolaires



NOTES :



Ce guide a été réalisé grâce à la précieuse collaboration entre la :



et



avec la participation financière de :



Conception par :



* RÉGION *
PORTNEUF

