

# **Table des matières**

4 Les enfants : accélérateur d'intégration (et parfois de retour au pays)

Immigrant Québec

6 Le SAAI, à l'écoute des nouveaux arrivants!

Service d'aide à l'adaptation des immigrants et immigrantes (SAAI)

8 Les jeunes immigrants, la clé de l'intégration des nouveaux arrivants

Centre d'appui aux communautés immigrantes (CACI)

- 10 Briser l'isolement : le défi des nouveaux arrivants au Québec Reloc Québec
- 12 Briser la peur de l'autre : l'art au service de l'inclusion PAAL Partageons le monde
- 13 Donner la vie dans un pays inconnu : le parcours d'une jeune maman

  Mymi Doula

# 14 L'ICI Santé, pour une meilleure inclusion des personnes immigrantes

Carrefour d'aide aux nouveaux arrivants (CANA)

- 16 Louer un logement au Québec : Ce que les nouveaux arrivants doivent savoir Reloc Ouébec
- 18 Vivre en français, partout au pays Fédération des communautés francophones et acadienne du Canada (FCFA)
- 20 Le rêve en suspens : l'attente interminable des jeunes immigrants pour leurs permis d'études

Toujours ensemble

22 Le jumelage interculturel : une expérience profondément gratifiante

Clef pour l'intégration au travail des immigrants (CITIM)

### Rédaction

Éditrice

Nathalie D'Amours

**Rédactrice en chef** Anne D. Mc Donald

### **Production**

**Correction**Jonathan Aubin

Conception et réalisation graphique Viva Design Inc.

Impression

Deschamps Impression

Photographe

La Boîte blanche

Photos et illustrations

Shutterstock

La revue Familléduc est produite par famillepointquebec.com

www.famillepointquebec.com

Les auteurs des articles publiés dans **Familléduc** conservent l'entière responsabilité de leurs opinions. Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte. Les articles peuvent être reproduits avec l'autorisation écrite de la rédaction du magazine.

Dépôt : Bibiliothèque et archives nationales du Québec Dépôt : Bibliothèque et arvices nationales du Canada

ISSN 2562-1327 (Imprimé) ISSN 2562-1335 (En ligne)





4

Les enfants:
accélérateur
d'intégration
(et parfois de
retour au pays)

# Le SAAI, à l'écoute des nouveaux arrivants! L'immigration amène son lot de défis pour les familles et derrière chaque sourire se cache souvent l'espoir en un avenir meilleur



### Nouveaux ici.

Nous vous présentons le thème de l'immigration avec une attention accrue sur les répercussions régionales. Ce thème nous a été proposé par la directrice d'une maison de la famille de la région de Québec. Elle nous mentionnait à quel point le quotidien et les services de la maison de la famille étaient bouleversés par cette nouvelle réalité.

De là à se questionner sur ce que vivent ces familles nouvellement arrivées? Quels sont leurs défis? Quelles sont les pistes de solution mises en place? Et, finalement, connaissons-nous réellement la situation, à moins de la vivre nous-mêmes?

Nous vous présentons une série d'articles qui mettent en lumière plusieurs réalités. Nous espérons que, comme nous, vous ferez des découvertes. La connaissance est souvent une alliée pour mieux accueillir l'autre et mieux contribuer positivement à un changement.

Personnellement, j'ai été ravie de faire de nouvelles rencontres. J'ai été touchée et émue de découvrir les multiples défis de ces nouvelles familles qui s'installent au Québec. Leur parcours n'est pas que rose... Quelques idées préconçues ont dû être revues. L'engagement de ces personnes à s'enraciner positivement dans leur nouvelle société d'accueil est touchant.

Nous espérons vous faire entreprendre un beau voyage de découvertes, tout comme ces familles qui ont amorcé leur parcours d'intégration au sein de notre grande famille québécoise.

Nathalie D'Amours, éditrice

# Les enfants : accélérateur d'intégration (et parfois de retour au pays)

Par Basile Moratille, directeur, Contenus et publications Immigrant Québec

Pour des parents immigrants, avoir un enfant au Québec est une sorte de consécration. Après avoir soi-même expérimenté une forme de renaissance loin de chez soi, voilà qu'on donne la vie à un nouveau ressortissant d'un pays qui n'est pas (encore?) le sien. Imaginez. L'enfant, c'est la pierre angulaire d'un édifice a priori inébranlable, celui d'une famille désormais unie par son attachement à une terre d'accueil.



Mais, bien sûr, l'histoire ne s'arrête pas là. L'enfant est un révélateur qui peut avoir des conséquences insoupçonnées sur le couple, sur son acceptation sociale - et jusque sur son projet d'immigration.

### Au commencement, il y a l'isolement

Rapidement, les nouveaux parents immigrants prennent conscience de leur solitude. Un sentiment qui va les habiter longtemps. Il faut un village pour élever un enfant, dit-on. Or, leur village à eux se résume à une petite hutte de torchis. Pas de grands-parents, ni d'oncles et de tantes. Pas plus de frères, de sœurs, de cousins, d'amis d'enfance ou de connaissances toujours prêts à prendre le relais, à écouter, à transmettre, quand son réseau social rapproché se compose d'une poignée de copains.

Bien souvent, les parents sont seuls, avec l'obligation de composer en permanence. L'épreuve pour le couple est difficile à verbaliser; elle lui est parfois fatale.

### L'âge d'or de la parentalité immigrante: la garderie

Mais l'enfant né au Québec est porteur d'une différence que les parents ne saisissent pas tout de suite. Il n'est pas un « immigrant », lui. Et cette réalité déteint positivement sur la perception de ses parents par la société.

En intégrant peu à peu le système québécois, cet « enfant d'ici » élève ses parents dans leur propre processus d'intégration. Il génère des rencontres de proximité, souvent en dehors de la communauté. Il est à l'origine d'amitiés parfois fortes entre parents, qui n'auraient pu exister sans l'enfant et son propre cercle social. La confiance qui peu à peu s'installe dans le groupe rapproche et efface les différences.

### Le temps du questionnement

Pour autant, un immigrant ne vit pas sa parentalité de la même façon qu'une personne parfaitement intégrée dans son environnement de vie. Et, tôt ou tard, l'impact d'un enfant a des répercussions plus profondes, qui viendront remettre en question jusqu'au projet d'immigration.

Au départ, un projet d'immigration est un projet de vie. Or, ce projet est-il vraiment satisfaisant, dès lors que l'on prive un enfant de ses racines, d'une partie de son identité, de sa famille - et, a contrario, les grandsparents de leur descendance? Certains opteront pour le retour au pays. Ceux pour qui le retour n'est pas une option envisageront le regroupement familial, une démarche qui prend actuellement 36 mois au Ouébec (contre 12 dans les autres provinces).

Les parents immigrants passent un jour par ces questionnements, et il n'y a rien d'anormal à cela. Il faut l'accepter et tenter de rester unis dans des décisions souvent difficiles. Chaque parcours d'immigration est vécu de façon personnelle, et l'enfant met aussi à nu les différences d'intention qui peuvent exister dans le couple quant à leur projet d'immigration.



115, rue Prince-Arthur Est Montréal (Québec) H2X 1B5 514 503-0359 contact@immigrantquebec.com immigrantquebec.com





# Le SAAI, à l'écoute des nouveaux arrivants

Par Monique Charbonneau, bénévole et secrétaire du conseil d'administration SAAI Service d'aide à l'adaptation des immigrantes et immigrantes

Une journée d'automne ordinaire, il est 16 h. Un papa, une maman et leur jeune fille descendent de l'autobus en face du 1135, Grande Allée Ouest à Ouébec. Ils entrent dans l'édifice et se rendent à l'accueil du Service d'aide à l'adaptation des immigrants et immigrantes (SAAI) où une femme souriante leur dit: « Bonjour, je m'appelle Thereza, est-ce que vous avez rendez-vous? » Les parents semblent embarrassés, car ils ne sont pas certains d'avoir compris. Mais leur fille leur traduit immédiatement et ajoute : « Mes parents parlent espagnol, mais moi je vais à l'école à Québec depuis quelques mois et j'ai déjà commencé à apprendre le français. » Thereza la félicite. La fillette poursuit : « Mes parents sont arrivés au Québec il y a seulement quelques mois et on les a envoyés au SAAI. » Cette petite famille pourra en effet compter sur cet organisme pour une foule de services et de conseils, en toute confiance et confidentialité, grâce à des personnes compétentes, bilingues et souvent multilingues, afin d'exprimer leurs attentes peu de temps après leur arrivée dans la ville de Ouébec.

Dans un premier temps, comme l'hiver approche et qu'ils n'ont pas les moyens encore pour acheter tous les vêtements requis en cette saison froide (qui leur fait un peu peur,) une bénévole les conduit au vestiaire où ils pourront choisir tout ce qu'il faut pour faire face à l'hiver.

Ensuite, ils rencontrent une intervenante qui leur demande comment ils se sentent depuis leur arrivée à Québec, et ce qui est le plus urgent pour eux afin de convenir d'un accompagnement personnalisé en fonction de leurs besoins. Mis en confiance par l'accueil chaleureux lors de leur arrivée au SAAI et par les questions fort pertinentes de l'intervenante, ils sentent qu'ils peuvent aussi parler de leur arrivée à Québec, et de certaines craintes, avec une personne qui peut les comprendre.

« Ma femme est enceinte de guelgues mois, dit le papa, et on ne sait pas encore par quoi commencer. » « Très bien, dit l'intervenante, je pourrai vous diriger vers ma collègue Épiphanie,

responsable de la **périnatalité**. Elle vous aidera au cours des prochains mois, jusqu'à votre accouchement, madame, et même après si vous n'avez pas le soutien de votre famille à Québec. Le papa est également bienvenu à ces rencontres. » La maman réplique : « Nous n'avons actuellement aucune personne sur qui compter, mais nous aimerions un jour faire venir nos parents, car ils nous manquent beaucoup. » « Une étape à la fois, répond l'intervenante, avec le sourire, nous pourrons vous aider en temps et lieu, car il existe une **possibilité de** réunification familiale, mais nous ne pouvons pas le faire maintenant. Votre statut d'immigration doit être confirmé en premier, et si vous avez besoin d'accompagnement dans ces démarches, nous avons les ressources pour le faire. »

« Je suis anxieuse, dit la maman, et quand mon mari part travailler et que ma fille s'en va à l'école, je me sens tellement seule! » L'intervenante lui explique qu'on peut la diriger vers sa collègue Ana, qui est spécialisée en aide psychosociale et qui pourra l'aider à exprimer ses craintes et la conseiller, car elle ne sera pas la première maman immigrante qui la consulte. « Ana connaît aussi très bien le système de santé québécois, ajoute l'intervenante, et lors d'une séance d'information à ce sujet à laquelle vous et votre mari pouvez vous inscrire, vous en saurez plus sur l'ensemble des services disponibles à Québec. »

« Une autre chose importante, dit la maman, c'est de pouvoir parler mieux le français afin, entre autres, de faire les courses sans me sentir incompétente, d'accompagner ma fille à l'école lors des rencontres de parents et de voir le médecin ou l'infirmière pour les vaccins du bébé qui naîtra. » L'intervenante lui présente **Senso**, la responsable

des ateliers de français dispensés au SAAI par des bénévoles dévoués et compétents. Elle lui suggère de s'inscrire immédiatement sur la liste d'attente des ateliers pour débutants, mais ajoute qu'elle pourra quitter lors de son acceptation aux cours de francisation offerts par le gouvernement du Québec. « Les personnes qui participent à nos ateliers, dit Senso, aiment beaucoup cette activité, car en plus d'y apprendre la langue officielle du Québec, ils peuvent socialiser et échanger avec d'autres nouveaux arrivants. »

la maman, car je suis à la **recherche d'un emploi** qui demande peu de
connaissances de la langue pour
le moment. Toutefois, j'ai une
formation comme technicienne de
laboratoire et j'aimerais bien suivre
des cours complémentaires afin de
pouvoir exercer cette profession à
Québec. Y a-t-il quelqu'un au SAAI qui
m'expliquer les démarches que je dois
entreprendre, car je ne connais pas
le **système d'éducation québécois?** »
« Certainement, on verra à vous diriger
vers une intervenante, mais pour le
moment, j'aimerais vous présenter

« Cela m'aiderait beaucoup, répond

moment, j'aimerais vous présenter une collègue responsable de la prise de rendez-vous au SAAI. Elle pourra aussi vous conseiller au sujet d'organisations telles que les cégeps offrant une formation en technique de laboratoire et les centres d'aide à la recherche d'emploi, dont certains servent particulièrement les personnes immigrantes. »

Quelques mois ont passé. La famille est

Quelques mois ont passé. La famille est rassurée. La jeune fille est fière de son papa, qui travaille déjà, et de sa maman, qui la reconduit à l'école tous les matins et s'inscrira sous peu au cégep. Elle a plusieurs amis et amies qui marchent avec elle au retour de l'école du quartier. Ses parents s'expriment en français et progressent chaque jour. Ils ont pu rencontrer au SAAI des personnes qui ont vécu un parcours migratoire semblable, ce qui les encourage à persévérer.

### Un an plus tard

Toujours en contact avec le SAAI, la famille reçoit régulièrement des courriels annonçant diverses **activités** qui permettent à chaque famille de socialiser, de rencontrer des Québécois et de sortir en famille. Ils parlent maintenant français, bébé est né, un beau garçon en santé, leur fille a amorcé une seconde année scolaire à Québec, le papa a trouvé un emploi correspondant à sa formation et la maman s'est inscrite à temps partiel à des cours au cégep. Tout cela après avoir bénéficié des précieux services du SAAI!

Ils ont choisi, cette fois, de s'inscrire à la cueillette de pommes à l'île d'Orléans. Au retour, ils sont descendus de l'autobus à Sainte-Pétronille, où ils ont pu admirer un panorama du fleuve Saint-Laurent et une vue impressionnante des chutes Montmorency.

### Un mot de la directrice générale

« Étant immigrante, j'ai moi-même vécu le parcours d'inclusion et d'intégration sociale dans la ville de Québec et j'ai le privilège d'être entourée d'une équipe formée de personnes ayant vécu ce même parcours. L'immigration amène son lot de défis pour les familles. Derrière chaque sourire se cache souvent l'espoir en un avenir meilleur, mais aussi les doutes, les peurs, le stress et les traumas qui les animent. Immigrer, c'est savoir conjuguer ce qu'on était avec ce qu'on est pour construire ce qu'on sera : cette mosaïque harmonieuse où s'entremêlent les couleurs du pays d'origine et celles du pays de cœur. Ensemble avec mon équipe, nous œuvrons à humaniser l'immigration et à accompagner les nouveaux arrivants afin qu'ils s'intègrent plus facilement. » — Aïcha Mansoor

Le SAAI offre une multitude d'activités et de services, en plus de ceux décrits dans cet article. On les trouve au www.saaiquebec.org. On peut également consulter sa page Facebook pour se tenir au courant de ses activités et obtenir d'autres informations.



1135, Grande-Allée Ouest, Suite 230 Québec (Québec) G1S 1E7 418 523-2058 | info@saaiquebec.org saaiquebec.org

« Quand nous aurons notre première voiture, se disent-ils, nous y reviendrons, c'est certain! » Puis ils se remémorent avec émotion leur rencontre au SAAI l'automne précédent, et tout le chemin parcouru depuis leur arrivée en sol québécois.

FAMILLEDUC 1 ÉTÉ 2024 7

# Les jeunes immigrants, la clé de l'intégration des nouveaux arrivants

Par Jacques Penel, Chef d'équipe Communication et développement Centre d'appui aux communautés immigrantes (CACI)

Fondé en avril 1993, le Centre d'appui aux communautés immigrantes (CACI) accompagne les nouveaux arrivants dans leurs démarches d'installation ainsi que l'ensemble des communautés immigrantes dans leur processus d'intégration à la société d'accueil. Pour accomplir sa mission, le CACI mise notamment sur la jeunesse.

« Derrière l'immigration, il y a le souhait de nombreux parents d'offrir le meilleur avenir possible à leurs enfants. D'où l'importance de l'éducation pour les familles immigrantes », déclare M<sup>me</sup> Anait Aleksanian, directrice générale du CACI.

### Des défis particuliers

Toutefois, la jeune génération se trouve confrontée à des obstacles particuliers qui sont souvent relégués au second plan, dans la mesure où la priorité est souvent donnée à ceux des adultes (défis liés au logement, à l'emploi ou encore à la langue, pour ceux qui ne sont pas francophones). « Les jeunes se retrouvent dans une société qui leur est étrangère et qu'ils n'ont pas forcément choisie », continue M<sup>me</sup> Aleksanian.

La jeune population immigrante a effectivement du mal à trouver ses marques. Pas évident de se faire de nouveaux amis quand on ne partage pas la même culture. À cela s'ajoute la difficulté de s'insérer dans un système scolaire différent. Par ailleurs, un grand nombre d'enfants immigrants, en raison de leur parcours migratoire, n'ont pas été scolarisés pendant plusieurs mois. En outre, pour les non-francophones,

il faut apprendre à lire et à écrire dans une autre langue et, pour beaucoup, c'est le passage par les classes d'accueil avec le risque d'isolement et de décrochage. Enfin, la grève générale illimitée des enseignants de 2023 n'a fait qu'exacerber ces facteurs de vulnérabilité.

## Des projets jeunesse structurants

Afin de créer cette dynamique d'intégration, le CACI met en œuvre plusieurs programmes particuliers, notamment le Programme de soutien à des partenaires en éducation, destiné aux organismes communautaires pour favoriser la persévérance scolaire et la réussite éducative, ICI Jeunesse et Escouade des jeunes solidaires de Cartierville.

Financé par le ministère de l'Éducation du Québec afin de favoriser la persévérance scolaire dans un contexte de rattrapage scolaire à la suite de la grève des enseignants, le projet de persévérance scolaire a pour objectif de soutenir les enfants du préscolaire au secondaire éprouvant des difficultés scolaires ainsi que leurs parents. « Notre aide se traduit par un soutien dans les trois disciplines fondamentales que sont la lecture, l'écriture et les mathématiques. Nous offrons un suivi individuel et des activités permettant de renforcer la motivation et l'estime de soi. Nous proposons également aux parents un accompagnement personnalisé visant à consolider l'encadrement parental », précise Stéphat, chargé de ce projet

qui rencontre un franc succès puisque plus de 200 enfants sont inscrits et participent régulièrement aux activités proposées.

Le projet ICI Jeunesse est financé par le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration. Il vise à faciliter l'intégration socioculturelle à la société d'accueil des jeunes âgés de 14 à 25 ans issus de l'immigration afin de développer leur autonomie, leur prise d'initiative et leur créativité. « Nous cherchons à créer un climat de confiance et un espace d'expression pour les jeunes immigrants à travers des activités récréatives, sportives ou culturelles. L'idée est de réduire leur stress et de faciliter leur adaptation,





tout en prévenant la délinquance », déclare Sanaa, qui mène à bien le projet.

Enfin, l'Escouade des jeunes solidaires de Cartierville, financé par le ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration dans le cadre du programme « Initiatives pour la pleine participation des jeunes personnes immigrantes », vise à promouvoir l'inclusion et la pleine participation des jeunes immigrants âgés de 14 à 25 ans dans la société québécoise. En rejoignant les rangs de l'escouade, les jeunes issus de l'immigration sont formés dans différents domaines de la vie collective au Québec: informatique, technologie, histoire, etc. Ils ont alors l'occasion de transférer les connaissances acquises à d'autres

membres de leurs communautés. « Le projet leur donne une multitude de possibilités d'implication. Ils se sentent valorisés pour les efforts qu'ils déploient », indique Déborah, qui gère le projet depuis un an.

Bien sûr, ces projets sont réalisés dans une démarche globale d'intégration des personnes immigrantes, qui bénéficient au CACI de tout un continuum de services gratuits: aide dans les démarches administratives, soutien dans la recherche d'un logement et d'un emploi, cours de francisation, activités socioculturelles, séances d'information variées, banque alimentaire, haltegarderie à horaires réguliers et atypiques, etc.

« Nous aidons les nouveaux arrivants à devenir des citoyens responsables dans une société plurielle et inclusive. Toutefois, si les adultes sont les piliers de cette société, les jeunes en sont la clé de voûte. L'avenir se bâtit sur la jeunesse », conclut M<sup>me</sup> Aleksanian.



12049, boulevard Laurentien Montréal (Québec) H4K 1M8 514 856-3511 caci-bc.org

# **Briser l'isolement:** le défi des nouveaux arrivants au Québec

Par Olga Artemova, conseillère en mobilité internationale, et Karine Ouellet, présidente-fondatrice Reloc Québec

Lorsque des immigrants s'installent au Québec, ils font face à des défis uniques, particulièrement pour les conjoints qui restent à la maison pour s'occuper des enfants, souvent éloignés de leurs réseaux sociaux et familiaux habituels. Ce phénomène est commun parmi les femmes en raison des rôles traditionnels dans certaines cultures, mais il concerne aussi de nombreux hommes accompagnant leurs conjointes expatriées. Cette transition peut être à la fois enrichissante et difficile, nécessitant un ajustement profond à un nouvel environnement culturel, social et linguistique.

### Le rôle clé de la préparation avant l'arrivée

Reloc Québec accompagne les futurs nouveaux arrivants depuis leur pays d'origine afin de leur fournir des informations essentielles avant leur départ. Cette préparation est cruciale et constitue le service phare de notre entreprise, car l'intégration commence déjà dans l'imagination du projet à venir. Être bien informé et préparé aide à minimiser les chocs et à créer une transition plus douce vers la vie au Québec. Sans vision réaliste de la vie au Québec, on risque de tomber de haut et de rencontrer des décalages culturels majeurs qui seront difficiles à surmonter.

### L'impact du choc culturel

Le choc culturel se manifeste par des émotions complexes telles que confusion, isolement et perte d'identité. Les différences dans les

normes sociales, valeurs familiales et attentes quotidiennes peuvent créer un sentiment de désorientation pour les nouveaux arrivants, menant parfois à l'aliénation ou à la solitude.

### Le défi de la langue et de la communication

La barrière linguistique est souvent l'un des premiers obstacles. Pour ceux qui ne maîtrisent pas la langue locale, communiquer avec les voisins, trouver des informations utiles ou simplement socialiser peut devenir difficile. Cela limite aussi l'accès aux services de santé, à l'éducation et à d'autres ressources essentielles.

### La redéfinition des rôles familiaux

Les rôles familiaux traditionnels peuvent être profondément ancrés, mais les attentes et les normes sociales varient d'un pays à l'autre. S'adapter à ces nouvelles dynamiques nécessite un réajustement important, obligeant les nouveaux arrivants à jongler entre les attentes de leur famille d'origine et celles de leur nouvelle communauté.

### L'accès aux opportunités

Pour ceux qui souhaitent reprendre une carrière ou poursuivre des études, le chemin est souvent semé d'embûches. La reconnaissance des qualifications étrangères, l'accès à des garderies abordables et des possibilités de formation adaptées peuvent limiter leurs options, nuisant à leur estime de soi et à leur indépendance financière.



### Le soutien communautaire et social

Le soutien communautaire est crucial dans ce processus d'adaptation. Les groupes communautaires, associations de quartier et réseaux de soutien pour immigrants offrent un espace sûr pour partager des expériences, obtenir des conseils pratiques et établir de nouvelles amitiés. Ils fournissent également des ressources éducatives et professionnelles essentielles.



### Conseils pratiques pour briser l'isolement

- 1. Rejoindre des groupes communautaires locaux: Rencontrez d'autres personnes partageant des expériences similaires.
- 2. Participer à des cours de langue et d'intégration : Développez vos compétences linguistiques et élargissez votre réseau social.
- 3. Utiliser les bibliothèques et centres communautaires: Participez à des activités gratuites ou à faible coût.

- 4. Participer aux activités scolaires des enfants: Impliquez-vous dans les activités scolaires et communautaires.
- 5. Utiliser les réseaux sociaux et plateformes en ligne: Rejoignez des groupes Facebook, des forums en ligne ou des applications comme Meetup.
- 6. **Volontariat:** Impliquez-vous dans des organisations locales.

### Conseils pour les Québécois désirant aider les nouveaux arrivants

- 1. **Être accueillant et ouvert :** Montrez de l'intérêt pour les expériences et les cultures des nouveaux arrivants.
- 2. Inviter à des événements locaux : Incluez les nouveaux arrivants dans les activités sociales et communautaires.
- 3. Offrir un soutien linguistique: Aidezles à pratiquer la langue en ayant des conversations régulières.
- 4. Partager des informations utiles : Donnez des conseils pratiques sur la vie quotidienne au Québec.
- 5. Favoriser les rencontres informelles: Organisez des rencontres simples, comme des cafés ou des promenades.
- 6. Être patient et compréhensif : Reconnaissez que l'adaptation prend du temps et offrez un soutien continu.

Le choc culturel et les défis des nouveaux arrivants sont complexes mais surmontables. Il est crucial de ne pas rester seul et d'agir pour éviter que l'anxiété et la dépression ne s'installent. Reloc Québec, avec son équipe de conseillers professionnels, soutient les nouveaux arrivants dans leur préparation, leur installation et leur intégration depuis plus de 10 ans, contribuant ainsi à briser l'isolement et à favoriser une adaptation réussie.



info@relocquebec.com relocquebec.com

# Briser la peur de l'autre : l'art au service de l'inclusion

Par Pilar Hernandez Romero, cofondatrice et directrice générale PAAL Partageons le monde

En raison de la mondialisation, les médias jouent un rôle crucial dans la formation des stéréotypes et des préjugés. En diffusant des images et des récits souvent simplifiés ou caricaturaux, ils influencent la perception du public à l'égard de différents groupes sociaux. Par exemple, la représentation stéréotypée des minorités ethniques, des genres et des cultures dans les films et la publicité peut renforcer des idées préconçues. Les biais inconscients sont alimentés par une exposition constante

fait que la rencontre des personnes de différentes origines est inévitable. Cependant, cette proximité peut souvent engendrer des peurs basées sur les stéréotypes et les préjugés. Pourtant, la connaissance de l'autre, de sa culture, de ses traditions et de ses valeurs permet de briser les idées erronées. En apprenant à connaître et à apprécier la diversité culturelle, nous développons une compréhension et une empathie qui réduisent nos biais négatifs et favorisent une cœxistence harmonieuse et respectueuse.

de comprendre ses différences. Avec des ateliers, des expositions, des spectacles ou des festivals, les arts deviennent un vecteur de dialogue et d'échange. Ces rencontres artistiques offrent une plateforme où chacun peut s'exprimer, partager son histoire et son héritage culturel. Elles aident à la construction d'une société plus inclusive et respectueuse, en diminuant notre anxiété culturelle.

L'art ne se contente pas de divertir; il éduque et transforme. Lors des ateliers de PAAL, les participants explorent des expressions artistiques variées qui développent la créativité tout en favorisant l'inclusion. Ces ateliers sont conçus pour encourager la participation active, en proposant des pratiques culturelles méconnues provenant des quatre coins du monde. En apprenant avec l'art, les participants acquièrent une nouvelle perspective sur le monde, déconstruisant les stéréotypes et bâtissant des ponts.

Les activités de PAAL encouragent la connaissance et l'appréciation des diverses cultures, mais aussi nous permettent de nous découvrir.

Pour en savoir plus sur les activités et les projets de PAAL, consultez le site Web.



à des représentations unilatérales ou négatives, qui normalisent certaines attitudes discriminatoires sans que les individus en soient pleinement conscients.

Au Québec, en 2024, les personnes issues de l'immigration représentent 1,2 million, soit près de 15 % de la population totale de la province, ce qui

Chez PAAL, nous croyons que l'art dans toutes ses formes se révèle être un moyen privilégié pour favoriser cette compréhension mutuelle et promouvoir l'inclusion. Les activités artistiques et culturelles jouent un rôle crucial dans la sensibilisation à la diversité culturelle. Elles permettent de découvrir l'autre sous un nouveau regard, d'apprécier ses richesses et



1-4815, av. Bessborough Montréal (Québec) H4V 2S2 514 657-3340 | info@paalmtl.org paalmtl.org

# Donner la vie dans un pays inconnu : le parcours d'une jeune maman

### Par Myriam Barbet, doula Mymidoula

Devenir maman est déjà un changement de vie majeur, mais cela peut être encore plus complexe pour les jeunes mamans immigrantes. Vivre la période postnatale dans un pays étranger signifie non seulement gérer les défis habituels, mais aussi surmonter des barrières culturelles, linguistiques, et parfois un manque de soutien familial ou social.

Dans une culture étrangère, le soutien postnatal prend une autre dimension. Les mamans immigrantes doivent souvent se réapproprier leur rôle parental tout en s'adaptant aux normes et aux attentes sociales du pays d'accueil. Ce processus peut entraîner un sentiment d'isolement accru, accentuer l'anxiété et créer un besoin d'ancrage dans cette nouvelle réalité. Il est essentiel de créer des ressources et des communautés spéciales pour ces mamans, afin de leur offrir un espace de soutien adapté à leur expérience unique.

Un plan postnatal personnalisé pourrait alors inclure des outils pour :

- comprendre les différences culturelles dans les soins postnataux; physiques et émotionnelles qu'elles vont vivre;
- trouver des ressources locales qui respectent leurs traditions tout en les guidant dans ce nouveau contexte;
- créer un réseau de soutien communautaire pour les aider à se sentir intégrées et en sécurité dans leur rôle de mère.

Un accompagnement personnalisé pour ces mamans serait une étape clé pour prévenir les épisodes d'anxiété, améliorer leur bien-être global et les aider à se sentir plus ancrées dans cette nouvelle phase de vie, dans un pays qui devient peu à peu leur nouveau foyer. Pourquoi un plan postnatal? Pour informer les mamans et les préparer à cette période délicate, le « après la grossesse »!

Le plan postnatal est conçu pour offrir un soutien complet portant sur :

 les transformations physiques: conseils sur la récupération postaccouchement et le bien-être physique; pouvez aborder cette nouvelle phase de votre vie de la meilleure façon possible. N'hésitez pas à demander de l'aide et à rejoindre notre communauté de soutien pour les nouvelles mamans.

Myriam Barbet est d'origine française. Elle s'est installée au Québec en 2019. Avec une formation de base en éducation spécialisée, elle a travaillé pendant 15 ans au domicile d'enfants porteurs d'un handicap, entre autres. MymiDoula est un service d'accompagnement en périnatalité qui vise à apporter un soutien aux



- les transformations émotionnelles : stratégies pour gérer les émotions, le stress et pour renforcer la résilience;
- la nouvelle vie de famille : conseils pour organiser la vie de couple et de famille, en définissant les nouveaux rôles et responsabilités de chacun.

Rappelez-vous, l'accouchement, c'est la ligne de départ, et non la ligne d'arrivée! En prenant soin de vous et en acceptant le soutien nécessaire, vous mamans à l'étape post-partum, afin de les aider à prendre soin d'elles et de leur bébé. L'accompagnante se déplace au domicile des mamans.

MymiDoula

581 849-1822 **Mymidoula.com** 





Le Carrefour d'aide aux nouveaux arrivants (CANA) inscrit son action dans l'arrondissement d'Ahuntsic-Cartierville. Depuis 45 ans, le CANA accompagne les personnes issues de l'immigration à prendre pleinement leur place dans une société québécoise plus juste et inclusive. Pour ce faire, nous soutenons les personnes immigrantes dans leurs démarches d'installation et d'immigration, dans leur processus d'apprentissage du français, ainsi que dans l'élaboration d'activités collectives qui favorisent leur épanouissement et leur sentiment d'appartenance. Nous œuvrons également au sein de la collectivité afin de favoriser un accès à des services de proximité plus équitables et inclusifs.

La santé, tout comme l'emploi, le logement ou l'éducation, est un facteur essentiel d'inclusion des personnes immigrantes<sup>1</sup>. Or, celles-ci vivent plusieurs enjeux en lien avec la santé, tant à un niveau individuel que structurel, pouvant représenter des freins à leur inclusion. Parmi ces enjeux, on retrouve:

- Une exposition constante à des situations stressantes (difficultés à trouver un emploi et/ou un logement, délais successifs dans le traitement des papiers d'immigration, responsabilités parentales, instabilité administrative, précarité économique, etc.) qui compromet leur niveau de bien-être et cause des troubles de santé mentale et physique.
- Une prise en charge et une couverture médicale restreintes, du fait d'un accès limité au système de santé, selon le statut d'immigration. La disponibilité des professionnels et des services, les coûts des soins et la non-maîtrise du français sont davantage de barrières à l'accès aux services de santé pour les personnes immigrantes.

Au CANA, notre Intervenant Communautaire Interculturel (ICI) Santé, Yoan Sebastien Homrich-Ladouceur, tente de répondre à ces enjeux en quidant les personnes nouvellement arrivées à naviguer dans le système de santé et des services sociaux québécois. Ce service s'inscrit dans une initiative plus large du ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, dont l'objectif général est de contribuer activement à réduire les obstacles et les difficultés que peuvent vivre, au sein du système de santé, les personnes immigrantes ayant des besoins complexes ou présentant plusieurs facteurs de vulnérabilité.

L'ICI Santé est d'abord un référent santé qui accompagne les personnes dans leurs questionnements et leurs démarches de santé. Il intervient en dirigeant les nouveaux arrivants vers des ressources adaptées à leurs besoins, en facilitant la communication avec les professionnels de la santé et en offrant un accompagnement et un suivi dans leur prise en charge. Par son action, il œuvre pour un meilleur accès aux services de santé des personnes immigrantes et favorise ainsi leur inclusion et leur autonomie.

10780, rue Laverdure Montréal (Québec) H3L 2L9 514 382-0735 | info@canamtl.com canamtl.com

<sup>&</sup>lt;sup>1</sup> CANA, L'intégration au CANA, concrètement c'est quoi?, Rapport de recherche, 2022, p. 9.

# Louer un logement au Québec : ce que les nouveaux arrivants doivent savoir

Par Karine Ouellet, présidente Reloc Ouébec

S'installer dans une nouvelle province comme le Québec peut être une expérience enrichissante, mais la recherche d'un logement est souvent un défi de taille. En 2024, les familles nouvellement arrivées au Ouébec, que ce soit à Montréal, à Québec ou dans les régions avoisinantes, doivent composer avec un marché immobilier complexe. Avec des taux d'inoccupation historiquement bas et des prix en hausse, bien se préparer devient essentiel pour dénicher la perle rare et éviter des déconvenues coûteuses. Voici quelques conseils clés pour réussir cette étape importante de votre intégration.

### 1. Planifier votre recherche

La première règle pour louer un logement au Québec est de planifier minutieusement votre recherche. Avant de commencer à visiter des appartements, prenez le temps de définir vos critères de sélection, dont ceux qui sont prioritaires ou non négociables. Posez-vous les bonnes questions: Quel quartier souhaitezvous habiter? Quel est votre budget? Avez-vous besoin d'un accès rapide aux transports en commun et quelle distance maximale êtes-vous prêt à parcourir pour vous rendre au travail? Recherchez-vous un appartement meublé ou préférez-vous aménager votre propre espace?

Prenez aussi en compte la taille du logement. Au Québec, le système de classification par pièces est utilisé pour décrire un appartement : par exemple, un 3 ½ comporte une chambre, une cuisine, un salon et une salle de bain. Vérifiez également les inclusions dans le prix du loyer, telles que le chauffage, l'électricité ou l'accès à une buanderie.

Conseil pratique: Un outil utile pour estimer le coût des charges d'un logement est la plateforme d'Hydro-Québec, où vous pouvez consulter les dépenses énergétiques moyennes pour un appartement comparable à celui que vous visez.

### 2. Budgéter correctement

Le coût de la vie au Québec peut varier considérablement selon la région où vous vous installez. À Montréal, les loyers pour un appartement de deux chambres peuvent varier de 1500 à 2500 \$ par mois en 2024, tandis qu'à Québec ils sont légèrement plus bas. Selon le type de logement et le quartier, ces montants peuvent changer considérablement. Effectuez donc des recherches approfondies avant de prendre une décision.



Outre le loyer, vous devez également prendre en compte des frais supplémentaires comme l'électricité, le chauffage (non inclus dans tous les logements), les frais d'Internet, les assurances locataires, sans oublier les éventuels frais de déménagement et de dépôt de garantie. En tenant compte de tous ces éléments, vous aurez une idée plus précise de votre budget total.

# 3. Faire attention aux fraudes immobilières

Le marché locatif étant actuellement tendu, il y a une recrudescence des fraudes. Les nouveaux arrivants peuvent être particulièrement ciblés par des arnaques en ligne, notamment des fausses annonces ou des propriétaires frauduleux.

Voici quelques signes qu'une annonce pourrait être frauduleuse :

- Le loyer est nettement plus bas que la moyenne du marché pour un logement similaire.
- L'annonceur vous demande de payer un dépôt avant même que vous n'ayez visité le logement.
- Il n'y a aucune photo de l'intérieur de l'appartement.
- Le propriétaire prétend ne pas pouvoir vous faire visiter le logement, car il est à l'étranger, mais vous propose de le réserver si vous payez un acompte.

Pour éviter de tomber dans ce type de piège, prenez le temps de vérifier qui est réellement le propriétaire du logement. Dans plusieurs villes comme Québec ou Montréal, les rôles d'évaluation foncière sont accessibles en ligne et vous permettent de valider si le nom du propriétaire correspond à celui de l'annonceur.

### 4. Visiter les logements et poser les bonnes questions

Une fois que vous avez trouvé des logements qui correspondent à vos critères, l'étape suivante est la visite. Ne vous contentez pas d'une première impression : une visite approfondie vous permettra de déceler d'éventuels problèmes et de poser des questions cruciales.

### Questions à poser lors de la visite :

- Qu'est-ce qui est inclus dans le loyer (chauffage, électricité, services, meubles)?
- Si le chauffage n'est pas inclus, quel type de chauffage est utilisé et quels sont les coûts annuels estimés?
- Le logement est-il bien isolé et insonorisé?
- Qui est responsable du déneigement en hiver (balcons, escaliers extérieurs, stationnements)?
- Y a-t-il des espaces de stationnement pour les résidents et les visiteurs?
- Si vous avez des animaux, le propriétaire les accepte-t-il?

En plus de ces questions, fiez-vous à votre instinct. Si le propriétaire semble réticent à répondre à vos questions ou si vous avez une mauvaise impression, il peut être judicieux de continuer votre recherche ailleurs.

### 5. Comprendre et lire le bail

Au Québec, le bail est un contrat formel qui régit la relation entre le locataire et le propriétaire. Avant de signer un bail, il est crucial de bien le lire et de comprendre toutes ses clauses. Ce document précise la durée de la location, le montant du loyer, les services inclus ainsi que les règles particulières de l'immeuble, comme les règlements pour les animaux ou les rénovations à prévoir.

Assurez-vous également de connaître vos droits en tant que locataire. Le site du Tribunal administratif du logement est une excellente ressource pour vous informer sur vos droits et obligations. Par exemple, les propriétaires doivent suivre des procédures légales et respecter les délais de préavis pour refuser un renouvellement ou augmenter le loyer.

### 6. Éviter les erreurs courantes

Plusieurs erreurs peuvent rendre votre expérience de location plus compliquée, voire coûteuse. Parmi celles-ci, on trouve le fait d'avoir des attentes trop élevées, ce qui peut ralentir votre processus de recherche, la négligence de la lecture du bail, la sous-estimation des coûts associés à un logement mal isolé, ou encore la signature d'un contrat avec un propriétaire peu scrupuleux.

Une autre erreur fréquente est de sous-estimer l'importance de l'assurance locataire. Bien que parfois optionnelle, cette assurance est fortement recommandée, car elle protège vos biens en cas de sinistre et vous couvre en cas de

responsabilité civile, par exemple si un dégât des eaux dans votre appartement cause des dommages à celui de vos voisins.

Enfin, nous déconseillons la souslocation, car yous restez touiours légalement responsable du logement. Si vous sous-louez, le locataire peut vouloir récupérer son logement à tout moment ou, inversement, votre souslocataire peut cesser de payer, mais c'est vous qui resteriez responsable de payer le loyer.

### 7. Faire appel à des ressources locales

Pour les nouveaux arrivants, il est utile de se tourner vers des spécialistes locaux qui offrent des conseils et des services d'accompagnement dans la recherche d'un logement. Des entreprises comme Reloc Québec peuvent vous guider dans ce processus.

En conclusion, la recherche d'un logement au Québec en 2024 peut être complexe, mais avec une bonne préparation, il est possible de trouver un logement qui correspond à vos besoins et à votre budget. Prenez le temps de planifier, visitez plusieurs appartements si possible et assurezvous de comprendre vos droits en tant que locataire. Vous serez ainsi mieux armé pour affronter le marché locatif québécois et profiter pleinement de votre nouvelle vie.



info@relocquebec.com relocquebec.com

# Vivre en français, partout au pays

Par Serge Quinty, directeur des communications Fédération des communautés francophones et acadienne du Canada

La Fransaskoisie, vous connaissez? Ou encore la communauté franco-ténoise, la communauté franco-colombienne, l'Acadie de la Nouvelle-Écosse? Ailleurs qu'au Québec, la francophonie se vit dans neuf autres provinces et trois territoires, forte de quelque 2,8 millions de personnes qui parlent le français!

D'est en ouest et jusqu'aux rives de l'Arctique, on trouve des communautés francophones et acadiennes qui, chaque jour, travaillent d'arrache-pied pour vivre dans leur langue. Au fil du temps et à force de détermination, elles se sont donné plus de 700 écoles de langue française, quelque 100 centres communautaires et culturels, des festivals, des théâtres, des services de santé, des garderies, et bien plus.

En milieu minoritaire, vivre en français et faire vivre le français dans sa communauté, c'est un choix et un effort délibéré, chaque jour. C'est aussi s'organiser pour se développer collectivement en français, que ce soit en culture, en économie, en éducation ou en immigration.

Oui, vous avez bien lu : les communautés francophones et acadiennes ailleurs qu'au Québec s'activent, elles aussi, pour recruter et accueillir des immigrants et des immigrantes et les appuyer dans leur intégration. En fait, dans des provinces comme l'Alberta et la Colombie-Britannique, près du tiers des francophones est issu de l'immigration!

Ce n'est pas, non plus, le fruit du hasard. Au cours des 20 dernières années, nos communautés ont créé des services d'accueil et d'établissement dans neuf provinces et trois territoires, de l'Accueil francophone à Winnipeg (Manitoba) au service COMPAS offert à Terre-Neuve-et-Labrador. Il existe même, depuis 2019, un service d'accueil pour les immigrants et immigrantes francophones à l'aéroport Pearson, géré par le Centre francophone du Grand Toronto.

La Fédération des communautés francophones et acadienne (FCFA) du Canada, l'organisme national représentant les francophones vivant en situation minoritaire dans neuf provinces et trois territoires, assume un rôle de coordination globale de tout ce qui se fait en matière d'immigration

francophone. Elle travaille notamment avec le gouvernement du Canada, qui établit des cibles annuelles en matière de pourcentage d'immigrants et d'immigrantes d'expression française en milieu minoritaire. Le gouvernement s'est donné comme objectif, pour 2024, que 6 % des immigrants et immigrantes admis ailleurs qu'au Québec soient des francophones. Ce pourcentage doit croître à 8 % en 2026.

Aider un immigrant ou une immigrante francophone à s'établir en milieu minoritaire, c'est un geste délibéré qui requiert beaucoup de coordination. Il faut rassembler autour de la personne et de sa famille tous les services en français dont elles pourraient avoir





besoin: appui à la recherche d'un logement et d'un emploi, garderie, école, services de santé, etc. Dans chaque province et chaque territoire, nos communautés ont créé des réseaux en immigration francophone (RIF) qui rassemblent près de 300 organismes et institutions partenaires qui ont un rôle à jouer pour accueillir et intégrer

des nouveaux arrivants et nouvelles arrivantes d'expression française.

Les bénéfices de l'immigration pour nos communautés sont nombreux. Soyons clairs, le maintien du poids démographique de la francophonie passe par l'immigration. Par ailleurs, les immigrants et immigrantes enseignent à nos enfants dans nos écoles de langue française, fournissent des soins de santé en français, créent des entreprises bilingues, bref, contribuent à faire vivre le français à l'extérieur du Québec.

Préparer nos communautés à l'arrivée d'un nombre plus important d'immigrants et d'immigrantes signifie un travail extensif de promotion de la diversité. À cet égard, depuis 2013, on célèbre à chaque mois de novembre la Semaine nationale de l'immigration francophone, durant laquelle des activités partout au pays mettent en valeur les nombreuses contributions des immigrants et des immigrantes, ainsi que les bénéfices de la diversité et de l'inclusion. Promouvoir la diversité, c'est un investissement dans le vivreensemble d'une francophonie qui veut continuer à pouvoir rêver, vivre et s'affirmer collectivement en français.



Créée en 1975, la Fédération des communautés francophones et acadienne (FCFA) du Canada est la voix nationale des Canadiens et Canadiennes d'expression française qui vivent en milieu minoritaire dans neuf provinces et trois territoires. Elle a pour rôle principal de défendre et promouvoir les droits linguistiques des minorités francophones et de travailler à l'avancement des communautés qu'elle représente.

En plus de son siège social à Ottawa, la FCFA a un bureau à Québec, dont le mandat est de faire connaître nos communautés auprès des Québécois et des Québécoises, de travailler avec le gouvernement du Québec pour renforcer les solidarités pour l'avancement du français, et de créer des liens de collaboration entre des organismes et des institutions de nos communautés et du Québec.



450, rue Rideau, bureau 300 Ottawa (Ontario) K1N 5Z4 613 241-7600 | communications@fcfa.ca

43, rue de Buade, bureaux 460 et 480 Québec (Québec) G1R 4A2 418 692-5752 | fcfaquebec@fcfa.ca fcfa.ca





Pour les jeunes issus de l'immigration, le Canada représente une terre de promesses et d'opportunités. Cependant, pour beaucoup d'entre eux, déterminés à poursuivre des études postsecondaires, la réalité est bien différente. Les délais administratifs liés à l'obtention d'un permis d'études forcent souvent ces jeunes à mettre leurs aspirations en suspens. Bien que cette situation semble temporaire, elle laisse un impact profond et durable sur leurs rêves et ambitions, certains devant patienter plusieurs mois, voire plus, avant que leur avenir ne prenne forme. C'est le cas de Samuel Rodríguez **Orozco**, un jeune de 19 ans qui bénéficie des services de Toujours ensemble, un organisme de Verdun voué à la réussite éducative.

### De la Colombie à Verdun : le parcours de Samuel

Arrivé de Colombie il y a trois ans, Samuel est l'exemple parfait de la résilience et de la détermination. Admis à un double DEC en sciences de la nature et en sciences humaines, il a travaillé sans relâche pour mériter cette place. Pendant ces trois années, il a appris le français, terminé son diplôme d'études secondaires avec brio et s'est investi pleinement dans sa nouvelle communauté à Verdun. Malgré toutes ces réussites, son avenir est en suspens. Depuis plus de six mois, Samuel attend son permis d'études, indispensable pour poursuivre ses rêves scolaires.

### Un exemple de persévérance et d'intégration réussie

Dès son arrivée, Samuel s'est plongé dans l'apprentissage du français, passant rapidement des classes d'accueil aux programmes enrichis. Grâce à son dynamisme et à sa persévérance, il a reçu la prestigieuse bourse Forces Avenir (https://www.forcesavenir.qc.ca/), qui récompense les jeunes pour leurs réalisations scolaires et leur engagement communautaire. Son parcours illustre la capacité d'un jeune issu de l'immigration récente à surmonter les obstacles culturels et linguistiques, à s'adapter rapidement et à exceller.

### De mentoré à mentor : l'engagement de Samuel avec **Toujours ensemble**

Grâce à son implication avec Toujours ensemble, Samuel est devenu un acteur clé de sa communauté. En tant qu'animateur et tuteur, il aide d'autres jeunes à réussir sur le plan scolaire et à s'intégrer socialement, tout comme il l'a fait. Toujours ensemble lui a offert non seulement un soutien éducatif, mais aussi un espace pour développer ses qualités de leader. Samuel s'illustre également dans des initiatives solidaires, notamment à la banque alimentaire de Mana, où il soutient les nouveaux arrivants. Son engagement constant témoigne de son désir de redonner à la communauté qui l'a aidé à s'épanouir.

### L'attente interminable

Les délais administratifs ne touchent pas seulement les jeunes comme Samuel, mais également toute notre communauté. En effet, l'intégration scolaire et sociale de ces jeunes est retardée, ce qui crée une pression supplémentaire sur les familles, les écoles et les organismes communautaires tels que Toujours ensemble. Pour un organisme voué à soutenir la réussite éducative et sociale des jeunes, ces obstacles freinent le travail accompli. Les talents et les compétences que Samuel, et tant d'autres, apportent à la communauté sont temporairement suspendus, laissant un vide important.



### Un appel à l'action

L'histoire de Samuel n'est qu'un exemple parmi tant d'autres. Il est impératif que les instances gouvernementales trouvent des solutions pour accélérer le traitement des permis d'études afin de permettre à des jeunes brillants, engagés et déterminés comme lui de poursuivre leurs rêves sans interruption. En réduisant ces délais, nous permettons à ces jeunes de contribuer pleinement à la société et de devenir des modèles pour les générations futures.

Les rêves de Samuel et de tant d'autres jeunes ne devraient pas être mis en suspens à cause de la bureaucratie. C'est en donnant la chance à ces jeunes de réussir que nous bâtissons une communauté plus forte et plus solidaire.



4926, rue de Verdun Montréal (Québec) H4G 1N3 514 761-7867 | info@toujoursensemble.org toujoursensemble.org

# Le jumelage interculturel : une expérience profondément gratifiante

Par Laurie Morin, intervenante en intégration socioculturelle et Alexendra Tremblay, directrice des services d'intégration socioprofessionnelle CITIM



Motivée par sa mission et son désir de s'impliquer dans le succès de l'intégration socioprofessionnelle des personnes immigrantes au Québec, la CITIM fait partie des quelques dizaines d'organismes communautaires au Québec qui offrent des programmes de jumelage interculturel depuis 2022. Encadré pour une période de six mois, le jumelage se déroule entre une personne nouvellement arrivée au Québec et un membre de la société québécoise. Les jumeaux et jumelles sont ensuite invités à se rencontrer au minimum deux fois par mois afin de réaliser diverses activités sociales ou culturelles ensemble.

Le programme permet à deux personnes avec un bagage très différent de se rencontrer et de s'ouvrir à l'autre. Tant pour la société d'accueil que pour les personnes nouvellement arrivées, le jumelage permet de briser l'isolement, de favoriser les rapprochements interculturels, de développer une relation amicale et de remettre en question les préjugés.

Dans notre volonté de partager avec vous les aboutissements de notre programme de jumelage, nous avons eu le privilège d'entendre le récit de Walace, le jumeau nouvel arrivant, et de Marie-Claude, sa jumelle d'accueil.

Walace exprime sa gratitude d'avoir rencontré Marie-Claude, soulignant la nature agréable et respectueuse de leur relation. Leurs échanges sont enrichis par des activités partagées et des recommandations de lectures et de films. Il reconnaît également l'aide précieuse que Marie-Claude lui apporte dans son apprentissage du français, avec gentillesse et encouragement. Pour lui, les bénéfices vont au-delà de l'amélioration de son français : c'est une chance de pratiquer la langue dans un contexte réel tout en établissant des connexions authentiques avec d'autres êtres humains.

De son côté, Marie-Claude décrit leur relation comme précieuse, la comparant à celle avec un cousin proche. Cela illustre bien l'importance qu'elle accorde à cette connexion unique. En discutant des bienfaits du programme, elle explique qu'il lui permet de découvrir de nouvelles compétences insoupçonnées en plus d'avoir à développer une relation dans laquelle elle peut partager des nouvelles du quotidien. Pour elle, cette expérience de bénévolat est très enrichissante humainement.

Quant à leur engagement après le programme, la paire exprime son désir de rester en contact, soulignant ainsi les liens significatifs tissés au cours de cette expérience. Au cœur des réponses de Walace et de Marie-Claude transparaît une expérience profondément gratifiante.



1259, rue Berri, 9° étage Montréal (Québec) H2L 4C7 514 987-1759 | accueil@citim.org citim.org





# Famille Point Québec

- **6** FamillÉDUC